

高良興生院・森田療法関連資料保存会

ニュースレター **あるがまま**

NO.1 2008年4月

新しい森田療法の展開

高良興生院・森田療法資料保存会会長 **増野 肇**

高良武久・森田療法関連資料保存会の活動の時にはいろいろとお世話になりました。高良先生の業績やお仕事に関連した資料を収集し保存する活動をはじめて5年が経ちました。当時活躍された先生方を中心に、講演会を何回か開催し、その結果を3冊の小冊子にまとめました。一応の成果を挙げたということでこの会の幕を閉じたわけですが、高良先生のカルテの保存など重要な仕事はまだ残っていました。そこで、若い先生方を中心に、もう少し活動を続けたいという希望があり、これまで事務局を担当してきた私が責任者となり、若い人たちとの中継ぎをすることになりました。

昨年の森田療法学会は、今までにない活気のあるものでした。これまで相容れなかった精神分析の中心であった慶応大学で開催されたということがその一端を示しています。まったく新しい若い力が学会を押し上げているのを感じました。森田療法に対する期待と関心もこれまでになく大きくなってきているようです。なにか新しい力が動き出しているのです。そんなときに、この会が新たに活動を開始することになったのもなにか意味があるように思います。精神医療の現場だけでなく、身体医学においても森田療法の効力が期待されるようになってきています。医学の進歩が高度になり、技術が高度化する一方で、だからこそ、人間が本来持っている基本的な自己治癒力を活用することがますます重要になってきているのです。

森田療法の普及と新しい展開のために、慈恵医大にできた森田療法センターと連携しながら、これから活動を広げていきたいと思っています。多くの方のご意見とご参加をお願いいたします。

(ルーテル学院大学)

今後の活動で目指すもの

高良興生院・森田療法資料保存会事務局長 市川 光洋

高良興生院・森田療法資料保存会が新たに発足するにあたり、多くの方々に御賛同いただき、会員となつていただくとともに御寄付もお寄せいただき、誠にありがとうございました。

現在、保存会においては、ボランティアの方たちの協力のもとに高良興生院の初期のカルテを、デジタル化して保存する試みを開始しております。また、高良先生の蔵書を中心とする図書の整理を進めるとともに、森田療法関係の図書、雑誌、資料の拡充も計画しています。森田療法関係の図書をお持ちの会員の方々には、必要な図書の御寄付をお願いすることもあるかと思しますので、その節は再びよろしくお願い申し上げます。

ふりかえりますと、私が、精神科医として高良興生院で研修させていただいたのは、1983年でした。あれから四分の一世紀もすぎたことに、われながら驚いておりますが、この研修の日々は、今でもつい最近のことのように思い出されます。当時の高良興生院は、その全盛期で、高良武久先生と院長の阿部亨先生はもちろん、亡くなられた岩井寛先生が水曜日に、土曜日には丸山晋先生が診察をされていました。さらに浜松医大から、小島忠先生、深澤裕紀先生、村主博史先生と私、慈恵医大の大西守先生、千葉大の児玉和宏先生、神戸大の國本芳樹先生など多くの若手の医師が一時期に集まって森田療法を学んでいました。

しかし、研修といっても今の病院のようにカリキュラムがあるわけではなく、各自が自分のやりかたで学ぶといったものでした。私の場合も興生院に行ったその日に、看護婦さんたちの詰め所の奥に机を1つあたえられ、「あとは1年間好きにして良い」と言われました。そこは高良先生の診察室と阿部先生の診察室にはさまれて、袋小路のようになっていた場所でしたが、それ以上の指示は何もありませんでした。

何かしろと言われないと、自分で何をするか決めないわけにはいきません。このあたりは全く森田療法そのものでした。この「入院期間」中に私は、絶対臥褥中の患者さんに話を聞いたり(?)、庭で作業中の患者さんの邪魔をして話したり卓球をしたり、高良先生の講話に参加したりしていましたが、ある日、自分の机に座っていると、高良先生の診察されている声がかすかに聞こえてきます。そこからは診察中の先生の姿は見えませんでした。しかし、机の前のガラス戸を少しずらすと高良先生と患者さんとのやりとりがはっきりと聞こえて

きます。そして、反対側のガラス戸を少しゆるめると阿部先生の診察の声もまた聞きとれます。その日からこの机は勉強のための特等席となりました。1年間両先生の診察を聞いたことは今でも自分の森田療法の大きな財産になっています。

私は現在、外来森田療法をおこなっていますが、最近自分が診察中に、阿部先生と全く同じ口調で患者さんに話しているのに気づいたりしています。これもはたして体得？というのでしょうか。

さて、高良興生院・森田療法資料保存会では、本やカルテなどの保存と共に、生きた資料として、先生方や患者さん達の体験談も伝えていくことを企画しております。

今年度は増野肇先生の「こころの健康と森田療法」の講座を1月から3月に3回シリーズで行なうとともに、5月の総会（茶話会）では、入院経験者の方たちのお話をうかがう企画を立てています。また、会員の方々からも今後の企画を募集しておりますので、「こんな話を聞きたい」「こんな話をしたい」という方は、自薦・他薦を問わずアイデアをお寄せください。お話はボランティアでお願いすることになると思いますが・・・。

（御茶ノ水医院院長）

「心の健康と森田療法」講座のご報告

（事務局）足立 美知子

増野肇先生講演の「心の健康と森田療法」の講座が1月から3月にわたり3回シリーズで行われました。

一回目は「心の健康を考える」で、心の健康と心の病気について学びました。

二回目は「心の健康と森田療法」で、森田療法の入院治療の実際をカメラで追ったドキュメンタリービデオを見て、森田療法についての理解を深めました。

三回目は「森田療法とグループ療法」で、先生のお話の後、参加者全員が円陣に座って、ひとりひとり話をしていただきました。

精神保健相談も随時行われました。3ヶ月にわたるシリーズ講座にのべ60人のかたがご参加くださり、大変有意義な会となりました。このような講座を秋にも行う予定です。会員のかたは参加費が無料になります。次回のご参加もお待ちしております。

——事業報告と今後の行事——

- 1 現在の会員数 71名のかたに新しく会員となっていただくことができました。また18名のかたからご寄付をいただきました(寄付総額32万円)。皆様のご好意に深く感謝いたします。
- 2 「こころの健康と森田療法」講座
上記をご参照ください。
- 3 総会・茶話会の開催
本年5月25日(日)に保存会の総会を兼ねて、茶話会を開催したいと思っております。詳細、申し込み方法はチラシをご覧ください。

お手持ちの森田関係図書をご寄付いただけますか？

下記の森田療法図書が不足しております。もし会員のかたがご所蔵でそれをご寄付いただけるようでしたら、同封の返信用葉書にてご一報いただけますでしょうか。(御送付はこちらからの返事があってからお願いします)
また森田療法関係書籍をご出版なさっている会員の先生がたで、その書籍がまだこちらの蔵書にないようでしたらご寄付いただけると幸いです。(蔵書にあるかないかは、葉書でお問い合わせください)

- 高良武久「森田療法」(日本医学全書5) 金原出版、1965
岩井寛「歪められた鏡像—日本人の対人恐怖」朝日出版社 1982
岩井寛・共著「森田療法の理論と実際」 金剛出版 1988
宇佐玄雄「神経質・神経衰弱の自覚療法」 白揚社 1952
宇佐玄雄「説得療法」 松海商会出版部 1946
宇佐晋一「とらわれからの解脱」 柏樹社 1991
宇佐晋一「あるがままの世界」 東方出版 1987
宇佐晋一「続・あるがままの世界」 東方出版 1995
鈴木知準先生のノイローゼシリーズの本
長谷川和夫・共著「心を強くする森田式生活術」 ぐま書房 1979
水谷啓二「自己を生かす」 池田書店 1957
水谷啓二「生の力」 白揚社 1963
水谷啓二「胆力がつく本」 青春出版社 1967
水谷啓二「森田正馬の生活道」 柏樹社 1970
山野井房一郎「神経質でよかった」 白揚社 1982
山野井房一郎「森田式生活30年の体験記録」