

たちの心に寄り添える存在が、今後ますます必要とされる。このトリイの実践記録は、臨床家だけでなく、教師になる人にとって、とくに、心に問題を抱える子どもたちを相手にする教師にとって、きわめて有益なテキストとなるであろう。

フィクションであるがゆえの迫力を秘めながらも、決して感情に流されず淡々と書かれた本著から、深い感動とともに、人間教育のエッセンスを読みとっていたきたい。

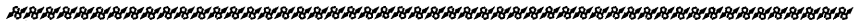
(お茶の水女子大学)

こころのための処方箋

吉増 克實

精神科医として診療に携わっていると、患者さんから何かこころのために良い本はありませんかと聞かれることがあります。わたし自身いつの日

かそのようなこころのための処方箋といった本が書けたらいいなと思いつきながら、折に触れておススメできる本を探しています。よくご紹介する本の



中にまず三木成夫の本がありますが、『海・呼吸・古代形象』（うぶすな書院）や『胎児の世界』（中公新書）などの著作については前にこの欄で紹介したことがあるので、今回は一番最近出た『ヒトのからだ』（うぶすな書院）だけをご紹介します。この本は解剖学者としての三木成夫が、ヒトのからだを全体として論じた本です。

三木はのちに解剖学総論としてあらためてからだ全体を論じた著作を書き進めていましたが、彼が早すぎる死のために未完に終わってしまいました。今となつては、ヒトのからだの全体を採り上げたものとしてはこの本が唯一のものとなつていきます。もともとは一般向けの科学百科事典の一部として書かれたものであるだけに、一般の人々にも理解しやすく書かれていることもおすすめた理由です。

この本の中で取り上げられているヒトのからだはむろん目的論的にしつらえられた単なる機械の

ようなものではありません。私たちのからだには地球上の生命発生以来の悠久の歴史が刻み込まれているのです。わたしたちの耳の穴がわたしたちがかつて魚であつた時代のえら穴の名残であるなどと信じられるでしょうか。三木によれば、地球上の生命形態は、大地や大気と直接交流しながら自分を養うことのできる植物という生命形態と、それが不可能になり植物や他の動物を餌とするために動きまわらざるを得なくなつた動物という生命形態とに区別されます。そして、ヒトのからだの構造についても、心臓をその象徴とする栄養循環生殖という植物性の生命過程と、脳をその象徴とする感覚伝達運動の動物性の生命過程とが対比され、それぞれの歴史がていねいに述べられています。中で生命の本質が明らかにされていくのです。

それはそうとしても地球の原初の海の中にわたしたちの祖先となる最初の生命球が誕生したのはただ一度のことであり、それが地球環境の激変の

中ですがたかたちを変えながら一度たりともとぎれることなく今日まで続いてきたということは大変なことではないでしょうか。祖先をたどっていけば、今生きている生命のどれもが三十数億年の長い家系をもっていることになるのです。そしてまたこの長い生命の歴史の中にわたしたちのひとりひとりと同じ形をした生命はひとつとしてなかったのです。ひとつひとつの生命も長い歴史を生き延びてきたかけがえない存在であるという事実を思い起こすだけで、生きとし生けるいのちのすばらしさに驚嘆しないではいられないでしょう。

さて、わたし自身の専門の領域に近づけて考えてみると、心臓と脳とに象徴される植物性と動物性との区別は人間のこころのはたらきの中にもあらわれています。それは「こころ」と「あたま」のはたらきとして言葉の用法の上で峻別されています。鋭いあたま、暖かなこころという言い方は

成り立ちますが、逆の言い方はありません。漢字の「思」という字もふたつの部分、脳をあらわす上の部分と心臓をあらわす下の部分からなっています。三木成夫はこの漢字を脳が心臓の音に耳を傾けている姿と呼びました。狭い意味での「こころ」のはたらきは自分を変化させつつ世界と連関し同化しようとはしますが、「あたま」のはたらきは世界にはたらきかけてそれを切り離し固定しようとはします。そもそも人格の中にはこのふたつが対立するはたらきが同時に備わっているのです。



このふたつのはたらきは互いに連関しながらもそれぞれに発達展開し、しかしまた未発達にとどまったり退行したりします。人格の成長とは一生涯続く課題であり、たいていの場合私たちはなお発達途上にあるのです。そして私たちが普通だと思っている行動自体がすでにある種の障害の現れであることさえ多いのです。

次に挙げる本は、大人の人格発達を考えるのにそれぞれ教えられるところが多いように思います。

『あるベルリンフィル楽員の警告』（テーリヒェン 音楽の友社）は音楽好きの方のためにいい本でしょう。ここではベックリンの「バイオリンを弾く隠者」の絵をテーマに、音楽との関わり方を通じて人格の段階的ありようが述べられ、現代文明の中の人格のあり方に警告を投げかけています。ちなみに原題は「繰り返しされるバビロンと魂の言葉としての音楽」といいます。英語が苦にな

らない方には『Life and How to Survive It!』（Robin Skynner and John Cleese Norton）をおすすめします。家族をはじめとする様々な集団についてもっとも健康なあり方から病的な段階に至る様々な段階が、精神科医ロビン・スキナーと俳優ジョン・クリースの対話を通じて軽妙に述べられています。これらの段階が表しているものもやはりころとあたまのそれぞれの発達とその障害なのです。

エーリッヒ・フロムの『愛すること』（紀伊国屋書店）と『悪について』（紀伊国屋書店）およびスコット・ベックの『愛と心理療法』（創元社）と『平気であそをつく人たち』（草思社）はころとあたまの対立を愛と悪との問題として論じ、心の成長を妨げるものと心を成長させるための訓練とについて述べられています。何が善で何が悪か。未発達のあるいは退行したあたまのはたらきである自己愛やむき出しの破壊衝動

は、規範からの逸脱であるという意味で悪であることは分かりやすいでしょう。しかしエゴイズムを抑制するための規範性それ自体があたまのはたらきによるものであり、充分な愛情や共感なしにそれが強制されると、こころにとって障害的に作用するというようになって、生命の側から見ると悪であるとも言えるのです。この場合あくまで規範性からの逸脱を悪というなら、粹に収まらない個性も独創性も悪と呼ばれることになります。こ

こに悪の意味の混乱が生じるものがあります。規範性はエゴイズムや破壊衝動から生命を守るために大切です。しかしそれは同時に最も大切な生命とこころにとつては対立するはたらきでもあることと変わリません。生命と愛とはそもそも個人的で独創的であらゆる規範を乗り越えて成長していくものなのです。むしろ大切なのは善と悪の区別ではなく生命と虚無との対立です。あたまのはたらきにはこころのはたらきの支えが必要です。こ

ころを見失ったあたまの過剰による虚無の蔓延こそ現代の病理ですが、それを乗り越えるためにはやはりこころの、愛の成長と成熟を待つよりないようです。これらの本は緑蔭図書としてはやや重いかも知れませんが。その点では河合隼雄の『子どもと悪』（岩波書店）は読みやすくこの問題を考えるためのいいヒントをたくさん与えてくれるように思われます。

（東京女子医科大学）

