

## 〔巻頭言〕

# 心理療法の課題について

札幌学院大学心理臨床センター 安岡 譽

『甘えの構造』（1971）の著書で有名な土居健郎先生（故人）の著書に『方法としての面接』（1977）がある。必読書の一冊であるが、その中に、作者の不詳のものとして載せられているのが、次の言葉である。

“ To cure occasionally,  
to relieve often, and  
to comfort always. ”

前田重治先生が、それを、

「時たま治し、しばしば援助し、ふだんは気楽にさせる」

、と訳されたが、ある時、土居先生はどのように訳されるのかと尋ねられると、土居先生は、

「時に治し、しばしば楽にさせ、そして、いつも励ます」

、と答えられた、とのことである。（前田重治著：『文がたみ』、2009年）

上記の両先生の対話は、単に和訳の問題というより、治療の本質的課題について私たちに熟考を要請するものである。そして、私には、医療や心理療法の本質、その核心にせまる言葉のひとつのように思われる。

さて、そこで私の頭の中には、それに関連して、次のような連想が浮かぶのである。

医学的治療には、古来より「同治（どうじ）」と「対治（たいじ）」という言葉があり、もともと仏教に由来する用語のようである。

「同治」とは、たとえば、高熱の患者に対して十分に温かくして発汗させ、それで熱を下げる方法である。熱には熱をもって治す、と言えよう。一方、「対治」とは、高熱の患者に対しては、冷たい水で冷やして熱を下げる方法である。対照的なやり方である。

本来、医学は、「健康」を求め、「病氣」と闘い、それに打ち勝つことを至上命令にしている。つまり、「病氣」や「障害」や「不自由であること」はあってはならない「悪」として否定することを基本としている。「健康」であることこそ「善」という思想である。現代医学、とくに西洋医学は、この「善悪二元論」に事実上支配されているといってよいであろう。しかし、その考え方にはどこか無理があり、再考の余地があろう、と私には思われるのである。

心の領域、心理療法の領域で考えてみよう。たとえば、悲しんで嘆いて、気分が落ちこんでいる患者（クライアント）がいたとする。その人に、「いつまでもクヨクヨしていちゃ駄目だよ。気をしっかりして頑張りなさいよ。元気を出しなさいよ」と励ますのは、上記の「対治」的なやり方である。一方、その人に対し、側において、ただ黙って一緒に涙を流すことで、その人の心に寄り添い、その人の苦しみの一部を自分の方にも引き受けようとの態度で接するのは、「同治」的なやり方である。ケース・バイ・ケースで異なるのは当然だが、一般的には、「同治」的なやり方がより効果をみせることは、心理療法家ではよく経験されていることは確かである。

ただ、気をつけておかなばならぬことがある。患者（クライアント）の身になって親切に、共感的に対

応することが「同治」なのだと思われ、誤解してはならないことである。例をあげよう。ある不登校の子がいた。その子に、医師も家族も学校も、皆、親身になって関わってくれた。そうした「非の打ちどころのない関与」も、その子の不登校に変化をもたらさなかった。何故であろうか。

その理由のひとつに、彼ら全員に共通した考えが一点においてあったからである。それは、「不登校」はあってはならぬ否定すべきものであり、「不登校」を許さず、「登校できるようになる」ことが「善」である、と考えていたことであった。つまり、その子は、「不登校」であることで、すでに彼らから「自己存在」を否定されていたのである。(これでは、その子は、自己の存在を主張するには、「不登校」であり続けることによってしか周囲と対抗できなかつたのも道理であった。めぐりめぐって、その子が私のところにやってきたとき、私が、「君が学校へ行かないのは正しい選択かも知れない」と言ったとき、その子はひどく驚いた後、さめざめと泣きだした。周囲や誰かのためでなく、自分のためにと考えてその子が自ら登校するようになったのは、半年後であった。)

さて、すでに述べたように、「病氣」や「障害」や「不自由」「不健康」などを「悪」と否定し、それらを「治療」と称してたたきつぶし、「善」を回復しようとする思想は、「対立と攻撃」の思想そのものである。これは、ヨーロッパ文明、西洋文明がもっている特徴の一面で、文化的伝統である。要するに、社会的には、「敵か味方か」と分け、敵を退治することが善であるという思想ともいえる。

現在の、全世界で生じている人間の心の営為による現象の底流に、上記の思想があることに気づいておくことは、決して無益ではなかろう。ましてや、心理療法においては、単純な二元論から脱し、臨機応変に「同治」と「対治」を使い分けることを教えてくれた東洋文明の再評価の必要性は、有益にして緊急な課題として私たちは位置づけるべきであろう。その際、「同治」が真の共感へのひとつの道であることを念頭においておくことは、重要と私は考えている。