

## 特集 精神科医療におけるスピリチュアリティとレジリエンス

## 精神科医療におけるスピリチュアリティとレジリエンス

山田 和夫<sup>1,2)</sup>, 山田 和恵<sup>2)</sup>

20世紀末、WHOの健康の定義にそれまでのBio-Psycho-SocialモデルからSpiritual概念が導入されるようになってきた(現在まだ保留中)。Spiritual Healthを日本語に訳すことは難しいが、ターミナルケアにおいては、スピリチュアルペインに対してスピリチュアルケアの必要性が謳われるようになり、実践されている。同様に精神科医療においてもスピリチュアルケアの重要性が認識されるようになってきた。一方、生体が有する自然な回復力、復元力を意味するResilienceの認識が回復過程において重要な視点であることが主張されるようになってきた。ResilienceはBio-Psycho-Social、さらにはSpiritualな次元からの回復力を意味しているように思われる。21世紀の精神科医療モデルを考えるにあたり、SpiritualityとResilienceの認識が重要と考え本特集を企画した。神谷美恵子は秀でた精神科医であり詩人であった。その背景にはSpiritualityの覚醒とそれによるResilienceの力が大きくあった。神谷は21歳時、肺結核に罹患し軽井沢で一人で療養生活を送るようになる。その際、重度のうつ病になり一人もがき苦しむ生活を送る。その苦しみに耐え抜いた際、神々しい光を浴びるといふ神秘体験をする。その体験によって一気にうつ病は治ってしまう。治るだけでなく、今まで以上に元気になる、精神的に活動するようになる。生かされている感覚をもち、生きる大いなる喜びを感じるようになる。と同時に、結核も治ってしまう。これが、Spiritualityの覚醒であり、Resilienceの発現である。神谷の人生をみると、その後ずっと精神的で、40代で子宮がんになるも生命力で克服し、50代で狭心症、TIA、心筋梗塞を起こし17回も入退院を繰り返すが、そのような生命にかかわるような病的危機に対しても怯むことなく精神的な執筆活動を続けた。一度覚醒したSpiritualityとResilienceは生涯続くようである。

<索引用語：スピリチュアリティ、レジリエンス、神谷美恵子、柳澤桂子、神秘体験>

## はじめに

20世紀末、WHOの健康の定義に、それまでのBio-Psycho-SocialモデルからSpiritual概念が導入されるようになってきた(現在まだ保留中)。Spiritual Healthを日本語に訳すことは難しいが、ターミナルケアにおいてはスピリチュアルペインに対してスピリチュアルケアの必要性が謳われるようになり、実践されている。同様に精神科医療においてもスピリチュアルケアの重要性が認識されるようになってきた。一方、生体が有する自然な回復力、復元力を意味するResilienceの認識が

回復過程において重要な視点であることが主張されるようになってきた<sup>1,2,13)</sup>。ResilienceはBio-Psycho-SocialさらにはSpiritualな次元からの回復力を意味しているように思われる。21世紀の精神科医療モデルを考えるにあたり、SpiritualityとResilienceの認識が重要と考え本特集を企画した。

## I. Spiritualityとは

広辞苑によると「霊性と同じ」とある<sup>9)</sup>。「霊性」を引くと「宗教的な意識・精神性、物質レベルを超える精神的・霊的次元に関わろうとする志向」

著者所属：1) 東洋英和女学院大学

2) 横浜尾上町クリニック

とある<sup>11)</sup>。「スピリット (Spirit)」を引くと「① 霊. 靈魂. 精霊. 精神. ② 気性. 気風. 意気」とある<sup>9)</sup>。靈魂は「魂」につながる。意気は「息」につながる。「魂」を引くと「①動物の肉体に宿って心のはたらきをつかさどると考えられるもの。古来多く肉体を離れても存在するとした。靈魂. 精霊. たま」とある<sup>10)</sup>。私のイメージする Spirituality は、この「魂」に近い。ある意味では「鬼」のように善悪もなく、力強い生命力を指し示している。鬼が云う言葉が「魂」でもある。鬼気迫る「気魄」とも言う。著名な精神科医神谷美恵子は、自身の文章を「鬼が云わせる」と言った<sup>1)</sup>。魂の次元から発せられる言葉という意味だろう。「言霊」という言葉がある。小林秀雄がよく用いたが、例えば本居宣長の文章を読んでいると、一文一文が言霊となって、本居宣長の生き生きとした言葉の響きが心に響いてくるという<sup>14,17)</sup>。神谷美恵子も小林秀雄も Spiritual な感性が高い人物ということもできる。

先の WHO でイスラム圏の国々が中心となって発案して Spirituality を定義しようとしたとき、日本を含めて 30 カ国がワーキング・グループを作り討議されたが、最終案に対し米国が反対したため可決されず、保留となって現在に至る。そのとき、決議されていけば、21 世紀になって起こってきた深刻な宗教対立戦争・テロとの戦いは起きてこなかったかもしれない。ワーキング・グループの中で日本は、日本の代表的 Spirituality を示す著書として鈴木大拙の『日本的靈性』<sup>12)</sup>を挙げた。その本の中で、「靈性の意義」として「精神または心を物 (物質) に対峙させた考えの中では、精神を物質に入れ、物質を精神に入れることができない。精神と物質との奥に、いま一つ何かを見なければならぬのである。二つのものが対峙する限り、矛盾・闘争・相克・相殺ということは免がれない。それでは人間はどうしても生きていくわけにいかない。なにか二つのものを包んで、二つのものがひっきりょうずるに二つでなくて一つであり、また一つであってもそのまま二つであるということを見るものがなくてはならぬ。これが靈性

である。今までの二元的世界が、相克し相殺しないで、互譲し、交歓し相即相入するようになるのは、人間靈性の覚醒にまつよりほかないのである。いわば精神と物質の世界の裏にいま一つの世界が開けて、前者と後者とが、互いに矛盾しながらしかも映発するようにならぬのである。これは靈性的直覚または自覚より可能となる<sup>12)</sup>。

うつ病に耐え抜くと、急に回復し大いなる喜びに浸るような神秘体験が神谷美恵子<sup>16,18)</sup>と柳澤桂子の著書<sup>20)</sup>の中に書かれている。これが人間靈性の覚醒だろう。人間靈性が覚醒されると詩人 (歌人) になったりする。神谷美恵子も柳澤桂子もその後、詩人 (歌人) になる。宗教家になるために修行を積むことも、人為的な靈性の覚醒体験である。一度靈性の覚醒があるとずっと生涯続くようである。そして Spirituality が覚醒すると強い Resilience が生じ、重い身体的病や、大きな精神的困難をも乗り越えてしまう。そのような強い精神力・回復力を有するようになる。その例として神谷美恵子と柳澤桂子を取り上げる。

## II. 神谷美恵子の場合

神谷美恵子は秀でた精神科医であり詩人であった。神谷美恵子は大正 3 年 1 月 12 日、内務官僚前田多門・房子の第 2 子として父親の赴任先岡山で生まれた。兄の陽一とは 3 歳違いで、2 男 3 女の長女として育つ<sup>3)</sup>。

昭和 8 年 (19 歳) 叔父金沢常雄に連れられ、初めてらい病療養所多磨全生園を訪ねる。全生園内にある教会で叔父が説話する際のオルガン伴奏のためであった。初めてらいの患者を見て大変な衝撃を受ける<sup>4)</sup>。当時「らい」は伝染性の不治の病とされ、また全身の神経・皮膚を侵し顔面や全身の皮膚が醜くただれ、見るものを恐怖に陥れた。そのため大変忌み嫌われ、発症すると「らい予防法」によって、一生療養所に隔離収容された。家族も世間に知られることを恐れ、戸籍から抹消したりもした。差別の温床となった「らい予防法」はつい最近まで存続し、患者達は社会からの強い偏見と差別の中に置かれ続けてきた。飼い殺しの

状態に置かれ、死ぬまで療養所内に隔離され続けた。生きる目的、生きがいを奪われ、自殺者も多数出たという。「こんな病気があるものか、なぜ私達でなく、あなた方が、あなた方は身代わりになってくれたのだ」と心の中で叫んだ<sup>4)</sup>。「らいという病気について知らなかった者にとって、患者さんたちの姿は大きなショックであった。自分と同じ世に生を受けてこのような病におそわれなくてはならない人びとがあるとは、これはどういうことなのか、どういうことなのか。弾いている賛美歌の音も、叔父が語った聖書の話も、患者さんたちが述べた感話も、なにもかも心の耳には達しないほど深いところで、私の存在がゆさぶられたようであった」(「らいと私」)<sup>4)</sup>。そしてこの人たちのためにどうしても看護婦か医者になりたいと思うようになった。

19歳時、結核に罹患し孤独の中で療養していた際、深いうつ状態になり苦悩の日々を送っていた極限状況の中で、突然神々しい光を全身に浴び、大きな力に生かされているような喜悦の体験をし、うつ状態も結核も完治するという奇跡的な神秘体験をする<sup>1)</sup>。その後、生まれ変わったとして「二度生まれる」<sup>1)</sup>と言い、極限的に苦悩している人のために生きていきたいと強く願うようになる。この神秘体験の後、Spiritualityに覚醒したように、強い感動を「心の中の鬼が云わせる(正に魂の次元と思われる)」<sup>16,18)</sup>と言い、詩として表現するようになる。当時、最も絶望の淵に追いやられた「らい病」の患者のための精神科医療、研究のために生涯を捧げる。

その「らい病」患者に対する精神療法は、正にスピリチュアルケアに通じる。スピリチュアルケアの方法論は観念的で明確にできない部分がある。神谷美恵子の自然で必然的で思いのこもった精神療法は、スピリチュアルケアの実際を考える貴重な実践となっている。しかも、その実践は神谷美恵子著作集として記録されている。神谷美恵子の人生と病跡を跡付け、その貴重な実践と著作からSpiritualityとスピリチュアルケアについて考えたい。

昭和18年8月、かねてから希望していた国立療養所長島愛生園で12日間実習を受ける<sup>7)</sup>。ずっと思い続けていたこともあり、その臨床実習に強い衝撃を受け、有名な「らいの人」という詩になっている。

光うしないたるまなこうつろに  
肢うしないたるからだになわれて  
診療台の上にとどまりとのせられた人よ  
私はあなたの前にこうべをたれる

あなたはだまっている  
かすかにほほえんでさえる  
ああ しかし その沈黙は ほほえみは  
長い戦いの後にかちとられたものだ

運命とすれすれに生きているあなたよ  
のがれようとて放さぬその鉄の手に  
朝も昼も夜もつかまえられて  
十年、二十年、と生きてきたあなたよ

なぜ私たちでなくてあなたが?  
あなたは代わって下さったのだ  
代わって人としてあらゆるものを奪われ  
地獄の責苦を悩みぬいて下さったのだ

ゆるして下さい らいの人よ  
浅く、家禄、生の海の面に浮かび ただよい  
そこはかとなく 神だの靈魂だのと  
きこえよいことばをあやつる私たちを

ことばもなくこうべたれば  
あなたはただだまっている  
そしていたましくも歪められた面に  
かすかなほほえみさえ浮かべている

園長の光田健輔の人柄にも強い感銘を受け、帰京する際には「また必ず戻ってきます」と挨拶している<sup>5)</sup>。

昭和32年(43歳)、学生時代臨床実習をし、こ

このらい病患者のために仕事していきたくと考え続けていた岡山県の離島にあるらい療養所「長島愛生園」の精神科非常勤医師に遂になる<sup>6)</sup>。正に初志貫徹である。以来、昭和47年(58歳時)まで、15年間にわたってらい病患者の精神的ケアにかかわるようになる。これは一種のスピリチュアルケアだった。

昭和33年(44歳)、学位論文「らいに関する精神医学的研究」を執筆<sup>7)</sup>。またジルボーグの『医学的心理学史』を訳し、みすず書房より出版する<sup>7)</sup>。この年の暮れ京都へゴッホ展を見に行つた際、「自分の余生を『表現する』という使命に捧げるべき」という『啓示』を受ける<sup>3)</sup>。このこともあり昭和34年(45歳)最も生きがいのもてない患者たちにどのようにして生きがいをもってもらうかという臨床研究から『生きがいについて』の構想を始める<sup>7)</sup>。そして昭和41年(52歳)畢竟の名著『生きがいについて』(みすず書房)が出版される<sup>8)</sup>。スピリチュアリティの活性化の一面が「生きがい」をもって生きることであることを論考している。美智子皇后が皇太子妃時代、精神的に悩まれていた際には、話し相手になり、さりげなく支えたという。これも一種のスピリチュアルケアだった。神谷は「頭の先から爪先まで優しさの詰まった方だった<sup>18)</sup>」という。溢れる慈愛によって苦しんでいる人を癒すことのできた聖女のような精神科医だった。

### Ⅲ. 柳澤桂子の場合

昭和13年1月12日、小野記彦(生物学者、後に東京都立大学生物学講座教授)・キクの長女として東京に生まれる。現在77歳。優れた生命学者であり歌人である<sup>20)</sup>。

昭和44年(31歳)、38°C近い発熱とめまい、嘔吐にみまわれ慶應義塾大学病院に入院、自律神経失調症の診断を受け投薬を受けるも改善しない。以後現在まである程度改善するものの46年間、毎月1回2週間程度周期的に襲ってくる同様の激しい症状に苦しめられてきた<sup>21)</sup>。慶應義塾大学病院婦人科で「子宮内膜症」の診断を受け、子宮摘出

手術を受けるも症状は改善しなかった。後に卵巣摘出術、胆嚢摘出術も受けるが改善はしなかった<sup>22)</sup>。

慶應義塾大学病院内科教授より「慢性膵炎」の診断を受け治療を受けるも改善せず、その後各科から心氣的・精神的と断定され、まともな診察・治療を受けることがなくなった<sup>23)</sup>。苦しくて救急で受診すると罵倒され、放置された。あまりの苦しさからうつ状態となり、自殺も考えるようになった。尊厳死を望むまでになった<sup>24)</sup>。

またひとつ授かりし臓(くえ)失いて  
 帰りし家に残菊乱る  
 黒ぐるとシャイ・ドレーガーと医師は書く  
 平然として死の病名を  
 今生に癒ゆることなき身となりて  
 冬の野をゆく風を見ている

平成11年金沢大学の佐藤保より「周期性嘔吐症候群」の診断を受け、抗うつ薬を服用するようになり劇的に改善する<sup>28)</sup>。平塚共済病院の脳神経外科医篠永正道より「脳脊髄液減少症」の診断を受け、治療を受け症状はさらに改善した<sup>26)</sup>。想定される病気は、周期性嘔吐症、慢性疼痛、脳脊髄液減少症、反復性短期うつ病性障害などであるが、複合的で大きな苦しみを彼女に与え続けた。結果的に復職することはできず、昭和58年11月1日長期休職のため研究所を解雇される<sup>25)</sup>。

「その夜は一睡もできなかった。長男純の部屋の前を通った。入り口のドアが少し開いていて、本棚に本がずらりと並んでいるのが見えた。その中の1冊が5センチほど飛び出しているように見えた。その本を手にとってみると、すでに亡くなられた元薬師寺管長の橋本凝胤師の書かれた『人間の生きがいとは何か』であった。宗教には無縁であったが、囁んで含めるような温かい語り口に自然に引き込まれていった。一冊の本を読み終わる頃、外が明るくなり始めた。白く浮かび上がった障子を眺めていた私は、突然明るい炎に包まれた。熱くはなかった。ぐるぐると渦巻いて、一瞬意識がなくなった。気がついてみると、それまで

の惨めな気持ちは打ち払われ、目の前に光り輝く一本の道が見える。私は何か大きなものにふわりと柔らかく抱かかえられるのを感じた。その道はどこへ行くのかわからなかったが、それを進めばよいことだけはわかった<sup>26)</sup>。

これは、極限状況に置かれ、それを耐え抜いた後に生じた神秘体験である。神秘体験は「価値体系の変換を起こし」「人間のもちうる朽ちぬ喜びを知るようになる。執着から自由になった心からは喜びが溢れてくるのである。神秘体験によって、私の足は地にしっかりと着いたように思われる。この時以来私の心は揺らぐことはなかった。私の道をゆく。その道が何かということにはわからなかったが、私の前には道が開けているという強い自信に支えられていた<sup>27)</sup>。その後の柳澤の人生は、苦しいなりに幸せと充実感の感じられる人生となっていく。Spiritualityの覚醒とそれによってもたらされた Resilience による力である。

## おわりに

### —Spirituality と Resilience の関係—

Spirituality と Resilience の視点から神谷美恵子と柳澤桂子の人生をたどった。神谷は21歳時、肺結核に罹患し軽井沢で一人で療養生活を送るようになる。その際、重度のうつ病になり一人もがき苦しむ生活を送る。その苦しみに耐え抜いた際、神々しい光を浴びるといふ神秘体験をする。その体験によって一気にうつ病は治ってしまう。治るだけでなく、今まで以上に元気になり、精力的に活動するようになる。生かされている感覚をもち、生きる大いなる喜びを感じるようになる。と同時に、結核も治ってしまう。これが、Spiritualityの覚醒であり、Resilienceの発現である。神谷の人生をみると、その後ずっと精力的で、40代で子宮がんになるも生命力で克服し、50代で狭心症、TIA、心筋梗塞を起こし17回も入退院を繰り返すがそのような生命にかかわるような病的危機に対しても怯むことなく精力的な執筆活動を続けた。一度覚醒した Spirituality と Resilience は生涯続くようである。

神谷美恵子以外にも、難病に苦しむうつ病を耐え抜いた生命科学者柳澤桂子も同様の人生を現在まで送っている<sup>25)</sup>。アウシュビッツを生き抜いた V.E. フランクルは実存分析を確立し、「生きがい」と「生きる希望」と「どんなところにも生きる意味がある」ことを訴え続けた<sup>19)</sup>。C.G. ユングも、フロイトと離反した際に実存的な危機に陥り、2年間実家の牧師館に引きこもり統合失調様状態を呈したが、砂場遊びから回復し、分析心理学を確立し、「魂」「集合無意識」の重要性を訴え、その後は大家族にも恵まれ、充実した人生を送り、現代まで多くの人の心を捉え多くの後継者を輩出してきている<sup>15)</sup>。これらの事例は全て Spirituality の覚醒と Resilience の発現によるものと思われる。人生の救済において Spirituality の覚醒と Resilience の発現は1つの大きな基本的療法と思われる。これを基本としてスピリチュアルケアは万人の基本的精神療法になると考えられる。

なお、本論文に関連して開示すべき利益相反はない。

## 文 献

- 1) 加藤 敏, 八木剛平編著: レジリアンス—現代精神医学の新しいパラダイム, 金原出版, 東京, 2009
- 2) 加藤 敏編著: レジリアンス—文化・創造, 金原出版, 東京, 2012
- 3) みすず書房編集部編: 神谷美恵子の世界, みすず書房, 東京, p.200, 2001
- 4) 同書, p.204
- 5) 同書, p.207
- 6) 同書, p.213
- 7) 同書, p.214
- 8) 同書, p.216
- 9) 新村出編著: 広辞苑第6版, 岩波書店, 東京, p.1516, 2008
- 10) 同書, p.1756
- 11) 同書, p.2983
- 12) 鈴木大拙: 日本の霊性, 岩波書店, 東京, p.16-17, 1972
- 13) 八木剛平, 渡邊衡一郎編著: レジリアンス—症候学・脳科学・治療学, 金原出版, 東京, 2014
- 14) 山田和夫, 山田和恵: 小林秀雄の病跡 (1) 生活,

- 日本病跡学雑誌, 32 ; 19-27, 1986
- 15) 山田和夫 : 神経症の治療史. 精神医療の歴史 (松下正明編著, 臨床精神医学講座 S1 巻), 中山書店, 東京, p.443-461, 1999
- 16) 山田和夫 : Spirituality と病跡. 日本病跡学雑誌, 65 ; 2-3, 2003
- 17) 山田和夫 : 文学の中の Spirituality と癒し. 日本病跡学雑誌, 68 ; 21-26, 2004
- 18) 山田和夫 : 精神科医神谷美恵子の病跡と Spirituality. 東洋英和女学院大学大学院紀要, 6 ; 1-6, 2012
- 19) 山田和夫 : うつにならない・負けない生き方. サンマーク出版, 東京, 2014
- 20) 柳澤桂子 : 癒されて生きる—女性生命科学者の心の旅路. 岩波書店, 東京, 1998
- 21) 同書. p.2
- 22) 同書. p.4
- 23) 同書. p.5-6
- 24) 同書. p.15
- 25) 同書. p.28
- 26) 同書. p.29-30
- 27) 同書. p.33
- 28) 柳澤桂子 : 生きて死ぬ智慧. 小学館, 東京, p.42-43, 2004

---

## Spirituality and Resilience in Psychiatric Medicine

Kazuo YAMADA<sup>1,2)</sup>, Kazue YAMADA<sup>2)</sup>

1) *Toyo Eiwa University*

2) *Yokohama Onoecho Clinic*

At the end of the twentieth century, the WHO tried to change the definition of health. Until then, the health of a person comprised biological, psychological, and social aspects. At the conclusion of the twentieth century, we understood that happiness required more than just these 3 aspects of health. So, the WHO discussed the addition of a spiritual aspect for the new definition of health. It is difficult to translate spirituality into Japanese. However, spirituality is very important in psychiatric care. For example, people who have spiritual pain or grief of loss experience a need for spiritual care. In the recovery process, the importance of resilience has been reported numerous times.

Doctor Mieko Kamiya was an excellent psychiatrist and poet. After she contracted tuberculosis and recuperated alone, she fell into a deep depressive state and spent days of distress. In extreme situations, she had the mysterious experience of having her whole body bathed in light. She felt the presence of a great, natural power. Her spirituality and resilience awakened. So, she recovered to strong health through resilience and spirituality. Strong resilience was induced by spirituality. Spiritual care is important in disasters.

< Author's abstract >

< **Keywords** : spirituality, resilience, Mieko Kamiya, Keiko Yanagisawa, mysterious experience >