



**サルトグラフィ入門
— 漱石とマンガからポリ
ヴェーガル理論とポジティ
ブな人生を学ぼう —**

田中伸一郎, 今村弥生 著
星和書店
2025年4月 184頁
本体価格 2,400円+税

「病跡学 (パトグラフィ)」という言葉に親しみを覚える読者は、一部の精神科医か文学研究者くらいのものだろう。その魅力を理解するには、ある種の臨床的偏愛が必要かもしれない。だが、本書『サルトグラフィ入門』は、その病跡学を真正面から問い直しつつ、「人を読む」ことのまったく新しい意義を教えてくれる。著者である田中伸一郎先生と今村弥生先生とは、10年以上の親交があり、その知的誠実さとユーモア、臨床に対する温かいまなざしに、同年代で精神薬理を専門とする私は憧憬とともに深い敬意を抱いてきた。

本書で扱われる「サルトグラフィ (Salutography)」とは、病理 (patho) ではなく健康 (saluto) に注目する視点であり、病跡学の反転といえるかもしれない。登場人物を通して、著者は「病の影」を読むのではなく、「生き延びる力」を汲み取ろうとする。そのアプローチは、精神科医療の枠を超えて、人生論的な含意すら帯びてくる。

引用される作品は、夏目漱石の『吾輩は猫である』『三四郎』『行人』『こころ』をはじめ、『ブラック・ジャック』『絶望に効くクスリ』『ゴールデンカムイ』『ブルーピリオド』といったマンガ作品まで多岐にわたり、精神科医に限らずとも読書欲を刺激される内容である。これらの作品を通して、心の危機を抱えるキャラクターに対する健康生成的

(サルトジェニック) な視点が丁寧に投げかけられている。

サルトグラフィの理解を深めるうえで、ポリヴェーガル理論との接続も軽やかに提示される。難解な神経生理用語は避けつつ、対人関係における安全感や情動調整といった側面が、文学・マンガの描写とリンクする形で感覚的に伝えられており、精神病理と神経理論、カルチャー批評が融合した贅沢な知的体験を提供してくれる。

また終盤には、近年注目されているPTMフレームワーク (Power/Threat/Meaning framework) にも簡潔に触れられている。このような心身の不調を病ではなく、誰にでも生じる防衛反応・生存戦略として捉える視点は、サルトグラフィ的態度と響き合っている。

若い精神科医が臨床で出会う語りには、しばしば破綻や断絶、あるいは沈黙が混じっている。そうした語りを病的な「診断的材料」として処理してしまうのは容易い。だが本書が繰り返し促してくるのは、その語りのなかに「生きる工夫」や「回復の萌芽」を見出そうとする姿勢である。それは、患者の物語を支援するためのもう1つの読み方であり、サルトグラフィとは未来を支えるための技法なのだ。

さらに、全体を通じて漂う適度な“ゆる感”がたまらない。知的でありながら肩の力が抜けていて、まるでアルバイト帰りの喫茶店で流れるジャズのように、文体が心地よい。精神科臨床の重たさに少し疲れたときでも、ページを開けば「この仕事、やっぱり面白いな」と思わせてくれる不思議な書である。

本書は診断マニュアルでも、ガイドラインの要約でもない。だが、患者の語りにどう寄り添い、精神科医がいかに人間とかかわるかという根源的な問いに対し、静かで確かな答えを与えてくれる一冊である。精神科医という職業の奥行きに、もう一段深く潜ってみたいくなる。若手精神科医の「次の一歩」を、そっと後押ししてくれる本である。

(嶽北佳輝)