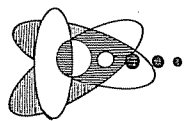


# 心身医学と仏教

池見酉次郎



## 一、ニューサイエンスとは

私は、昭和五十四年十月に、コルドバ(スペイン)で開催されたニューサイエンスの第一回国際シンポジウム「サイエンスと意識」に、国際心身医学会の代表として招かれたので、そこでの見聞を通して得られた私なりのニューサイエンス観をもとに、これと心身医学や仏教との関連について、私見を述べてみよう。

ニューサイエンスの最大の特徴は、従来の科学を「分化の学」たらしめた還元主義への批判にもとづく全体論

である。これは、「部分は全体のうちにあり、全体は各部分のうちに内在している」というホログラフィ理論である。次に、ニューサイエンスの三人の代表的なリーダーの説を紹介しよう。

ロンドン大学のボーム教授(量子力学の世界的権威)は、「表示され披き出された秩序の世界(暗在系)があり、前者は後者から出現している」と述べ、スタンフォード大学のプリブラム教授(脳神経学者)は、「脳神経のどの部分も、全体についての情報を持ち、各部分は、何がしか全体を

刻みこんでいる」という脳ホログラム説を唱えている。

さらに、カリフォルニア大学のカプラ教授は、「すべての物質を構成する素粒子(物質の最小限の単位)のミクロの世界を支配する①絶えず変化する流動性②相互依存性③一つの素粒子に、他のすべての素粒子の営みが投影される、といった基本的な原理ないし仮説と、東洋の哲理原初仏教、道教など)としての「一切は無常であり、すべては相依相関、もちつもたれつとの関係にある」という教えとの近似性にもとづいて「タオ自然学」を唱えている。

## 二、全人的医療としての心身医学

およそ五十年前に、西洋で起こった精神身体医学(今日の心身医学)が、戦後まもなく、わが国に紹介され(日野原ほか)、やがて昭和三十五年には、日本心身医学会が結成された。今日なお、心身医学というと、身体症状をもつ神経症や、いわゆる心身症(心因の関与が強い身体病の症例)の医学であるかのように、一般では誤解されているようである。この医学は、もともと、デカルト流の物心二分論にもとづく身心二分の現代医学に対する反省

をふまえて発足したものである。わが国でも、学会が結成された当初は、上記のような病態を持つ症例を主な診療の対象としていたが、基本的には、つとに東洋医学で説かれていた身心一如のアプローチを医療全般にわたって浸透させることを狙いとしていた。

そこで、昭和五十二年に日本心身医学会の主宰のもとに、京都で第四回国際心身医学会が開催されるにあたり、そのメイン・テーマとして「臨床医学の核としての心身医学——A core approach to clinical medicine」を掲げた。ちょうどこの年に、米国の心身医学のリーダーであるエンゲル教授は、従来の精神身体医学(psychosomatic medicine)に代わる表現として、心身両面にわたるすべての疾患に適用できる生理・心理・社会的な医療モデル(biopsychosocial medical model)を提案し、これが今日、国際的に広まっている。わが国では、これに生態学のない生命倫理的な因子を追加して、生理・心理・社会・生態学的(生命倫理的)な医療モデル(biopsychosociocological <ethical> medical model)を用いている。

近年になって、わが国でも、ホリスティック医学協会、

保健医療行動科学会、ストレス学会など、全人的な視点に立った学会や集いが数多く結成されている。これらの組織においては、保健や医療に関係のある身体、心理、社会、生命倫理などの諸分野にわたる情報や手技、さらには東洋医学的な養生法、治療法が収集されており、それぞれに現代医学を補完する役割を果たすものと思われる。一方、心身医学においては、身体、心理、社会、自然(生命倫理)の諸分野の因子どうしがつ相互関係を、科学的に追究する基礎的な研究を行い、それらの知見をふまえて全人的医療の臨床をシステム化し、その教育を行うことを目ざしている。有機的な人体を診療するにあたっては、このような客観的な核をぬきにしては、真に統合的な医療や教育は行い難いものと思われる。

### 三、全人的医療とニューサイエンス

私は十年前に、スペインでニューサイエンスのリーダーたちと出会って以来、上述のような全人的医療を推進する上での基本的なパラダイムとして、いわゆるニューサイエンス運動がもつホログラフィ理論に注目して

従来の現代医学のあり方へのきびしい反省を余儀なくされてきている。ここに及んで、心身両面にわたって「生命の質」の向上に寄与するという、「人間学の中核としての医学」の本来のあり方への回帰が迫られてきている。ニューサイエンスの第一回国際シンポジウムの第一日目の午前中に、カブラ教授による上述のような「物理学の原理とタオイズムの出会い」についての講演が行われ、第三日目(十月三日)の午前中のディスカッションの中で、「これまで、物理、精神生理、精神分析、医学、宗教、哲学などの各方面からの発言と討議が行われてきた。しかし、サイエンスと愛やモラル(倫理)の関連については、まだ論じられていない」という動議が出された。これは、本シンポジウムの要になる大切なテーマと考えられたので、私なりの意見を次のように発言した。

「第一日目に、カブラ教授が、東洋の哲理と量子力学の基本的な原理との一致について述べ、われわれは、絶えず変化する流動性と相互依存という自然の掟の支配下にあることを強調された。これは仏教で説かれる『無』(すべてのものは絶えず変化しており、それだけで独立したも

いる。近年における身体医学の面での基礎的研究や検査・治療の手技に関する進歩には目ざましいものがある。しかし、「人間この未知なるもの」を解明するのに欠かせない心理・社会・生命倫理の諸分野にわたる知見や手技の面では、客観的な科学明在系として、身体医学に統合できる範囲は限られており、科学以前の暗在系からの情報を、日頃の臨床経験を通して、医師が感得せざるをえない分野が大きく残されている。現代の医療一般の中では、患者の心理・社会・生命倫理的な面には、ほとんど全くふれられないだけでなく、医師と患者とのふれ合いそのものが、次第に希薄となり、患者の訴える身体症状を機械的に聴取し、それにもとづいて、患者を高次元化した身体面での検査の歯車に乗せ、それによって得られたデータをもとに、投薬や注射、さらには手術が行われる傾向が、次第に強まってきている。

また、近年になって、癌の告知、ターミナル・ケアなど、生命倫理に関する諸問題が、医学界だけではなく、社会的にも、大きな関心事となつてきている。これに伴って、もっぱら肉体的な生命の延長に的をしぼつてきた、

のは何一つない)の英知と相通じるものである。

フロイトの精神分析は、人生早期の親子関係の葛藤などによる発達障害といった、個人の無意識の問題を意識化する道を拓き、ユング派の精神分析は集合的無意識(民族的無意識など)を、さらに実存分析は、何びとも避けえない死、別離などのような実存的な不安への無意識の防衛(それらが意識に上らないようにする心の防壁を明らかにする手がかりを作った。実存的不安に対する無意識は、最も大きくて深い心理的な防衛であるが、人間が自分の真のセルフを理解するためには、どうしてもこの壁を乗り越えねばならないものである。このような物理学者による研究が、人間存在の本質への洞察、悟りへと、われわれを導いてくれるものとなれば、そこにサイエンスと倫理との接点を見出すことができよう」

すなわち、否応なしに、死に近づきつつあるという現実に本当に気づけば、われわれの日常生活の一瞬一瞬が、この瞬間にベストをつくすという、今、こ、タイプの生き方にならざるをえないであろう。また、われわれは、他の人々、他のあらゆる生物や存在者、さらには、全宇宙

からの支えによってのみ生きていくという事実には、はつきりと気づけば、このような悟り自体が、すべての他者に対する自然な愛へと発展する可能性がある。これは、自己存在にかかわる究極の真実として、仏教で説かれる「無」を前向きに受けとめるあり方である。

このような気づきをふまえてこそ、人間たちは、すべての他の存在者、宇宙との調和のもとに、真に個性的な自己実現をとげることができよう。動物や他の生物たちは、自らそれを意識することなしに、同じ自然の掟の支配下にあるわけである。それゆえ、東洋思想のもとでは、自然の掟に、主観的にも客観的にも気づきながら、それに従うことを、人間としての最高の成熟と考えている。

近年、心身セルフコントロールを促すものとして、大きな話題をよんでいる生体フィードバックは、脳波、心電図、気道の抵抗、胃腸の働きなど、不随意な生理的機能への気づきを助け、意識的な内臓コントロールの可能性もあることを示唆している。また、これは精神分析によって、われわれの心の深層にある無意識への気づきを促すこととも相通じている。しかも、このような心身両

面での無意識は互いに関連し合っており、体の無意識への気づきの高まりは、心の無意識への気づきをも助けることを、われわれは経験している。すなわち、人体には、心身両面での異常を鋭く感知し、それらを正常化するホメオスタシス(いのち)の働きが備わっているといえよう。さらに、この種の心身セルフコントロールを通して、われわれを生かしている大いなるいのちの世界の掟への気づきが高まることも考えられる。

#### 四、セルフコントロールの医学と仏教

私は、これまで約四十年にわたる心身一如の医学の研究を通して、このような科学をふまえた全人的なアプローチこそが、現代のハイテク社会の中で最も必要とされる物心一如の文明の核をなすものではなからうかと考えている。実存の哲学の源流であるキルケゴールは、今から百年以上も前に、「今日では、人間を救うものは牧師ではなく医師である」と述べている。全人的医療のゴールは、心身両面で「生命の質」を高めるところにあり、その基本をなすものは、真のセルフ(生かされて生きるい

ち)への目ざめであり、この目ざめをふまえてこそ、生理・心理・社会的な「社会内存在」としてのセルフコントロールに至る道が開かれよう。

法句経(十二品・自己)に「おのれこそ、おのれよるべ、おのれを措きて誰によるべきぞ、よくとのえしおのれにこそ、まこと得がたきよるべをぞ獲ん」という言葉が記されている。この言葉の意味を、私は、友松円諦師にならって、「自己をととのえるには、まず、人間が社会の子として生きていく上での現実的な人生体験を持つこと、次に、自己を掘り下げて、人生の意味と法がわかっただ自己、自利利他の調和が保てる自己になること、さらに、自己を含めて一切を生かす自然の生命界と出会い、自然の子としての自己を体験することだ」というふうに理解している。ところで、仏法では、このような教えを頭で理解するだけでなく、法の真髓を体得するためのさまざまな行法が説かれている。

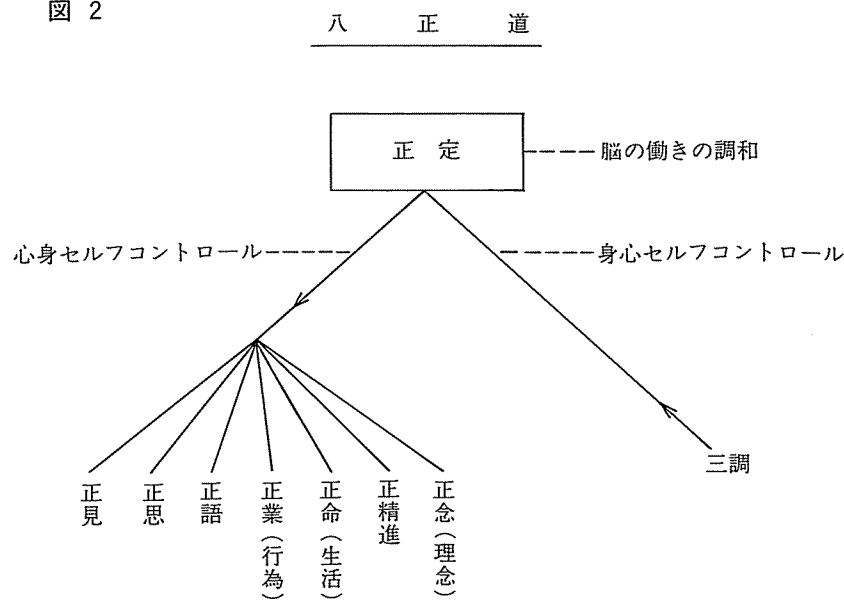
私どもは、かねて、東洋的な身心医学の中で、体をとのえ、脳をととのえることが、健やかなセルフコントロールに至る道であることを唱えている。それは、禅の

三密といわれる調身・調息・調心などを行じることによって、今日のハイテク文明を支える知性・自我に片寄りがちな大脳の新皮質の働きがほどよく抑えられ、平素は抑えこまれがちな人間的な情動、他者への思いやり、生命活動を司る大脳辺縁系、脳幹の働きが賦活されること(賦活)がわかってきているからである。このような行法の最も素直な形である合掌にも、同じような意味があり、私は、これを「脳の合掌」と称している。私が八年前に、パリで禅を弘められた弟子丸泰仙老師との共著で著わした『セルフコントロールと禅』(NHKブックス)にもあるように、老師は「坐禅のポイントは、ノーマル・ブレイン・コンディション(脳の働きの正常化)にある」と説いておられた。

禅定の状態では、脳波にゆるやかなアルファ波やシータ波が現われることが、今日、国際的に知られている。体を調え、呼吸を調え、心を調えることが、脳の働きの調和をもたらす生理学的な可能性については、つとに、わが国で東大の笠松・平井両先生の研究がある。

私が十数年前に、医の哲学の権威として知られるチ

図 2



これらの東洋的なセルフコントロール法を、プリブラムの脳ホログラム説に則って医学的に再構成した自己統制法を日常の臨床で活用することを提唱している。

図1に、調身・調息・調心を通して、自己存在への気づきが起こるメカニズムを图示しておいた。すなわち、三密によって、脳の働きの調和が促されるにつれて、情動や生命感が活性化され、また、この状態は、自然のいのちとの交流を促して、生かされて生きる、自己を体感させる。人間としての知性と自我を働かせ、人間社会に向けての個性的、創造的な営みが発動するように、おのれをととのえることが、真に宗教的な生き方ではなからうか。図2は、このように脳の働きがととのえられた状態(正定)では、仏教の八正道の教えで説かれるように、正見・正思・正語・正業(行為)・正命(生活)・正精進・正念(理念)が展開するものと、私は考えている。

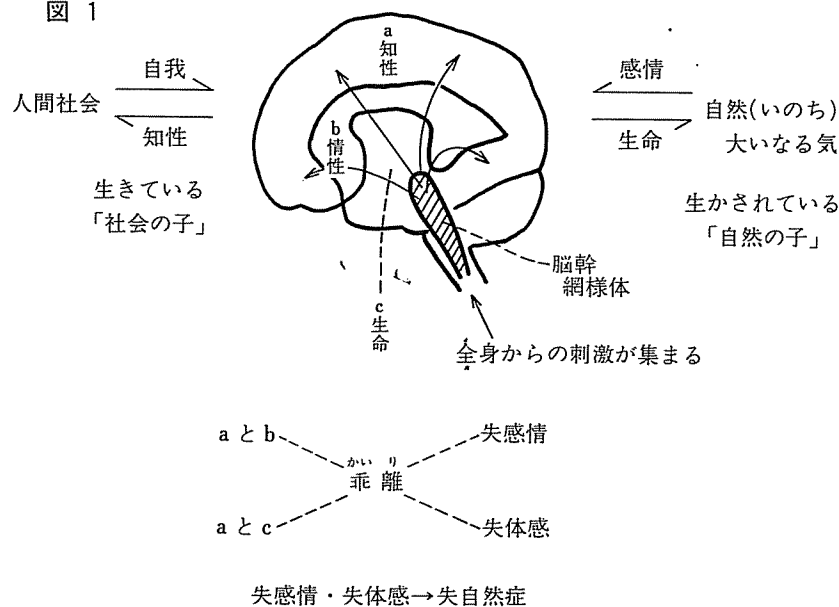
五、自己存在のルーツへの目ざめ

上記のように、スペインで催されたニューサイエンスの第一回シンポジウムで、科学と精神世界を結ぶものと

ユーリッヒ大学のボス教授(現存在分析者)と話し合ったとき、彼は、「私は心と体、東と西、自己と宇宙が一体になれるようなセルフの本体へ深く沈潜する(Sinking down to basic self)目的で、これまで二十五年間、瞑想を行っています」と話してくれた。その後、彼が平田精耕老師の指導で、坐禅の集いに参加していたことを知った。

失感情症・失体感症・失宇宙症……十数年前に、ハーバート大学のシフネオス教授は、現代の病としての身心症の基本的な病理は、大脳における知性と情動の乖離による失感情症(感情への気づきと、その表現の障害)であることを提唱した。その後まもなく、私は、これよりもっと深い現代の病のルーツは、失体感症(ホメオスタシスを保つのに必要な自己内界からの声が聞こえなくなる)であり、さらに、失宇宙症(自然、宇宙とのコミュニケーションが途絶えること)であることに気づき、それらの考えを国際的に提唱している。一方、東洋の坐禅、ヨガ、氣功法などの特長は、脳の営みの全体的な調和の回復を促すところにあることが、近年、脳生理学的に解明されつつある。そこで私は、全人的医療の核をなすものとして、

図 1



〔表1〕31例の癌の自然退縮における身体的並びに実在的因子

身体的因子	心理的因子	宗教的 目ざめ	実在的 転換	家族の 支持	仕事へ の献身	計
ホルモンの影響		2		2	1	5
免疫・アレルギー反応の影響		3	4	2	3	12
癌組織の不完全な摘出		2		1	2	5
感染・発熱の影響						
癌組織への 栄養補給の障害			1			1
計		7	5	5	6	23/31 (74.2%)

12

11

る免疫機能が高まることも、確かめられている。このような事実、カプラ教授のタオ自然学の原理が、われわ

して、東洋の哲理がもつ役割が注目されたこともあって、その第二回国際シンポジウムは、昭和五十九年十一月に筑波大学で催され、私は再び、これに参画した。このシンポジウムで重要なトピックの一つになったのは、その第三日目に、「カプラ教授らが説く量子力学と東洋のタオイズムの一致といった考えは、単なるゴロ合わせ（類似）に過ぎないのではないか」という疑惑が出され、これをめぐって議論が沸騰した。

ところが、たまたま第四日目に、私が行った講演が、そのような疑義に対する一つの答えとして注目されることになった。私は、中川俊二氏とともに、十数年前から国内における癌の自然退縮例（末期の癌患者で、癌が自然に消失ないし退縮して、予想以上に長期生存する例）についての心身医学的研究を行っており、そのデータは、日本癌学会や国際心身医学会などで、何回となく公表されてきている。現在までに、六十九人の自然退縮例が集まっており、そのうちの三十一例について、心身両面より詳しい調査を行った結果、末期癌の宣告という致命的な体験が、彼らにとって、長年の人間的成熟のゴールとなっ

ていた、限りあるいのちを生きる「関係内存在」としての自己への目ざめという、実在的転換（人間存在への開眼、米国のブースによる）を活性化したことが、自然退縮に寄与していたことがわかった。表1のように、自然退縮を促す身体面での要因としては、ホルモン、免疫、アレルギーの影響、癌組織の不完全な切除、感染や発熱の影響、癌組織への血流の阻害などがあるが、これに加えて、長年の宗教的な行（背景）にあって、自然の摂理に自己を全託するという悟りや、ブースのいう実在的転換に至ったものが十二例認められ、さらには、家族からの精神的サポートやライフ・ワークへの献身などが有意に自然退縮を促したと思われる例が十一例にみとめられた。迫りつつある死や、肉親、隣人、彼らのいのちを支えてきたすべての別離といった自己存在の実在的な面への諦観は、しばしば、彼らの生きざまに、ドラマチックな変化を招くようである。すなわち、ただ今の一時一時にベストをつくし、相依相関の情にもとづく、周囲への純粹な思いやりをふまえた生きざまになりやすい。さらに、実在的転換が起こった後では、しばしば、患者の血液の癌に対する

れ自身の現実存在を支配していることへの気づき、いかに重大な意味を持つかを示すものといえよう。近年、現代の危機からの救いとしての新しいパラダイムへの移行が叫ばれているが、癌の自然退縮例に象徴されているような、自己存在のルーツへの目ざめ（実在的転換）こそが、このようなパラダイムシフトの核をなすものではないかろうか。

参考文献

- (1) 池見西次郎：「変性意識状態」〔神経・心理・生理学と意識の諸状態〕たま出版、一九八五。
  - (2) Simeos, P. E.: "The prevalence of alexithymic characteristics in psychosomatic patients. Psychother. Psychosom., 22:255-262, 1973. (KARGER-BASEL)
  - (3) Ikemi, Y.: "Psychosomatic consideration on cancer patients who have made a narrow escape from death. Dynamic Psychiatry, 31:77-92, 1975. (PINEL-PUBLIKATION BERLIN)
- (いけみ ゆうじろう・九州大学名誉教授)