

## 癒しの心

心理学助教授 佐方 哲彦

「癒し healing」がブームである。書店には癒しに関する書籍が並び、癒しがTV番組で取り上げられることも少なくない。巷では、ヒーリング・グッズと呼ばれる様々な商品が売られている。それを使ったり身につけたりするだけで心身ともに癒されるという触れ込みで、結構よく売れているという。ストレスの多い現代社会の中でこころもからだも傷つき、癒しが必要だと感じている人たちがそれだけ多くいるということなのであろう。そんな人たちが素早く手軽に癒されたいと願ってヒーリング・グッズに飛びつくのかもしれないが、癒しを求める相手がひとではなくモノであるというのは、すこぶる今っぽい感じがしないでもない。

ところで、「癒」の正字は「瘉」であり、病気を抜き取って治すという意味がある。心がなくても病気を「瘉す」ことはできるだろう。コンピュータを駆使したハイテク医療は、まさにそれを目指しているかのようにも見える。普遍性・論理性・客観性といった「科学の知」を指向した医学は、個別的で多義的で主観的な心を介在させることなく、ヒトの身体の疾病をなおす技術を生み出し発展させてきた。われわれは、その恩恵を大いに享受しているけれども、その一方で、病気だけ診て患者を看ないとか、心を見ない心のももらない機械的な診療などと言われるような、心を忘れた医療の状況が作り出されている。

今「いやす」を引けば「瘉す」だけしか載っていない。なぜ心がついて「瘉す」となり、「癒」のほうだけが残ったのだろうか。語源を調べても残念ながらはっきりしなかったが、たぶん先人たちは、「いやし」にはこころが不可欠だと信じ、心ある「癒し」こそがふさわしいと考えたのではないだろうか。

では、「癒し」の中の心とはいったい何なのだろうか。healの語源はwholeにあり、healingとは一人の人間の心身の全体性を回復することを意味し、それがほどよく実現された状態をhealthと呼ぶことからわかるように、からだの癒しとこころの癒しは不可分である。また、癒しには魂の救済という意味合いが色濃く含まれている。つまり、「癒し」は、常にこころを込みにして考えるべきであるし、からだを癒すことはこころを癒すことであり、こころを癒すことはからだを癒すことでもあると自覚することの意義を教えてくれているのである。しかし、それよりももっと重要なことがある。

「癒し」には、こころがこころで癒すという意味がある。「癒し」の中にある心は、癒す主体であり、癒す手段なのである。このことは、こころの癒しに使われている心理療法psychotherapy（医学界では精神療法と呼ぶのが慣例であるが）という言葉に端的に表れているように思われる。よく誤解されるのは、心理療法がこころを病んだ人のこころを治療

する方法であるということである。こころの専門家であるはずの心理士や精神科医ですら、そう思っている人が少なくない。しかし、その理解は誤りである。専門的な治療を意味する **therapy** という言葉は、**pharmacotherapy** (薬物療法)、**radiotherapy** (放射線療法)、**immunotherapy** (免疫療法) などの連結語や、**aroma therapy** (芳香療法)、**music therapy** (音楽療法) などの熟語で使われるのが普通であるが、見てわかるように **therapy** の前につく言葉はすべて治療の手段を指している。つまり、**psychotherapy** とは、こころで癒す術ということになる。そこで使われるのは、治療者のこころであり患者自身のこころでもある。それは、決してモノではない。ちなみに精神医学は **psychiatry** であるが、これも同じように精神を治療する医学ではなく、こころで癒す医療という意味である。

君たちはこれから医学を修め、医者になるわけであるが、心ない「癒し人」ではなく、心ある「癒し人」に成長することを願っている。そのためにも、自分のこころを育むことをいちばん大切にしながら充実した大学生活を送ってほしいと思う。