

心理療法によせて

人間科学科教授 佐方 哲彦

♪ I beg your pardon, I never promised you a rose garden. ♪

「悪いけど、私はあなたに薔薇（ばら）の花園なんて約束しなかったわよ」。確か少し前のテレビ・コマーシャルで、この歌詞が流れていたような記憶があります。私が高校に入学したころに流行（はや）っていたリン・アンダーソンのカントリー・ポップス「ローズ・ガーデン('71)」の冒頭の一節で、なぜかとても心に響いて残っています。

この歌詞を聞いて必ず同時に思い浮かべるのが、ハナ・グリーン『分裂病の少女—デボラの世界』（みすず書房 '71）というベストセラー小説です。なぜかという、その原題が "I never promised you a rose garden. ('64)" だったからです。心理臨床家を目指して大学院で学んでいたころ、この小説と出会いました。ちょうど分裂病、これからは統合失調症といわなくてははいけませんが、その分裂病者の心理アセスメントの研究をしていたこともあり、彼らの心模様を学びたいと思って読み始めたのです。そこには狂気の世界がうまく魅惑的に描き出されていて、精神病体験の不思議さや難解さとともに何か惹かれるものを感じました。と同時に、治療者の暖かな人間愛や共感といったものも伝わってきて、感動した覚えがあります。そして、端から見れば冷たく響きかねないこの言葉に込められた、心を病んだ人に対する敬愛や「同じ人間として」のいたわりの気持ちに、目から鱗が取れるような思いを感じたのです。

一般にカウンセラーや臨床心理士など心の専門家を目指す人たちには、病んだ人の心を治して救いたいという願望があり、救済者になれるはずだという幻想があります。だからこそ、“薔薇の花園”を約束しがります。私もそうでしたし、今なおその心情から自由になれたとはいえませんが、しかし、心の専門家は、来談者自身が自律した存在として主体的に自らの生きざまと向かい合い、自分らしい人生を歩む援助ができるだけです。ひょっとしたら茨（いばら）の道を強いることになるかもしれないのです。実存分析の فرانクル は「ノイローゼが治るとは、苦悩する力が甦ることである」と述べています。治療によって悩みがなくなるわけではなく、生きている証（あかし）として葛藤し苦悩できる人間になれるだけなのです。つまり、人の心を治せると言うのはおこがましいことだし、“薔薇の花園”なんて無い物ねだりにすぎません。そのことを気づかせてくれた言葉だったのです。

心理療法（サイコセラピー）は、病んだ人の心を治療する方法という意味ではありません。心で治療し、心が癒すという意味です。セラピーがつく言葉を調べてみれば、そ

の前にあるのはすべて治療の手段であるということがよくわかるでしょう。そして、サイコセラピーの場合は、その主体でもあるのです。自分の心と相手の心を使い、心の交流を通じて、傷ついた人の心が癒えるお手伝いをするのが、心理療法なのです。心で治療するのだから、心の専門家は常に自分の心を育む努力をしなければならないのです。

最近、癒されたい人だけでなく、癒したい人たちが増えています。本学大学院の臨床心理士養成コースも大人気です。中には、臨床心理学や心理療法を学べば、簡単にとまでは思っていないでしょうが、病んだ人の心を治して人を救えるようになれる、“薔薇の花園”を約束できる存在になれると勘違いしている人もいるような印象をもちます。それは人の心を、ひいては自分の心すら思い通りに操りたいという願望の投影にすぎないような気がします。そんな人たちには、ぜひ **"I never promised you a rose garden."** の言葉に込められた思いをもう一度かみしめてほしいと思います。