

機関紙 LOTUS

こころとからだの繋がり (心身一如^{しんしんいちによ})

発行：NPO法人LOTUS

「からだが病めばこころも蝕まれるし、逆に心が病めばからだも不調になります。」

歴史的な概観 (こころとからだの繋がり)

昔から私たちは、こころ (魂、精神) とからだ (身体、肉) には互いに関係のあることは知っていました。皆さんは、たとえば「断腸^{だんちょう}の思い」とか、「怒髪^{どはつ}天を突く」という成句をご存じでしょうか。前者は、「とても辛く、苦しいこころの状態」を身体 (この場合は腸) で表現していますし、後者も激しい怒りの気持ちを髪の毛が逆立つという身体で表現しています。

私たちの身近かな所でも、試験が近づくとおなかをこわしたり、頭痛がでたりする人がいます。これはこころの緊張や不安が身体に表現されたものと解釈されます。また最近「過労うつ」ということがよく言われていますが。一定以上の労働 (過労) が「うつ病」 (こころの状態) を引き起こすことが分かってきました。

神と仏 (超越的な存在)

自然科学的な考え (物質的な因果関係) が浸透している現代ですが、それ以前の私たちの「世界観」は今とはずいぶん異なっていました。大体は「悪いこと」は外からやってくるもので、それは強大な力を持っていました (洪水や飢饉など)。様々な神さまや悪霊たちは外から私た

ちに災いや福をもたらすものとされてきました。



ろうがい^{ろうがい}※という病気なども「業病^{ごうびょう}」などとされ何らかの祟^たりなのでした。祟られた者は、当時無力な私たちにとってはどうしようもないので世間の交わりから遠ざけられていたのでした (村八分)。

今では「病気」とされているものも、その原因もわからず、私たちの力を超えていました。まさに病気でなく「祟^たり」だったのでした。私たちの力や意思を超えた存在によって祟^たられるがゆえにその回復もまた祈りよってなされざるを得なかったのです。

※労咳=結核（けっかく、Tuberculosis）日本では、明治初期まで肺結核は労咳（癆咳、ろうがい）と呼ばれていた。（Wikipediaより）

こころ（精神）の病の出現

身体の病いですら、その原因が分からなかった時代では「祟り」とされたのですから、精神的な不調（気がふれる）は病気とは見なされませんでした。それはまさに「たた」であり「悪魔」の仕業なのでした（魔女裁判など）。ですから「治療」ではなく隔離・撲滅することが求められていました。

医療心理学の成立

19世紀になって精神的な不調に生物学的な原因が認められ、やっと精神の病という概念が定着してきました（脳梅毒・甲状腺機能障害な



ど）。さらに、心理的な原因に基づく心身の不調が報告され、医療の世界に「医療心理学」が導入されました（産業医、臨床心理士、社会福祉士など）。

この「こころの病」に関しては、医療以外の分野からの「人道主義」と「人権意識」が少なからず寄与しています。

次回は、「精神病性障害と神経症性障害」について学びましょう

 NPO法人 LOTUS <https://npo-lotus.org> 092-566-9956



小宮豊（心療内科・精神科医師、臨床心理士）

1949年生まれ。佐賀県佐賀市出身。両親の転勤で愛知県名古屋市に移る。1974年に名古屋大学理学部物理学科卒業後、奈良県立医科大学に入学し、1984年に卒業。同年、九州大学医学部心療内科教室に入局。1985年より済生会福岡病院（福岡市：内科）、久徳クリニック（名古屋市：内科、小児科、呼吸器科）、古賀病院（福岡県久留米市：内科、呼吸器科）、不知火病院（福岡県大牟田市：精神科、内科）などの勤務医を務める。1990年、精神医学をさらに深めるため、福岡大学医学部精神科教室の研究生となる。1991年、日本心身医学会の認定医となる。1993年、福岡臨床研究所を設立し、同年小宮クリニックを開院する。1996年、日本臨床心理士認定協会認定心理士を取得する。2001年より、福岡・久留米・北九州にてホームレス支援活動に加わり、無料診察を行う。2018年、保険診療に縛られない「こころの悩み相談室LOTUS（ロータス）」を開設、2019年、こころの健康啓発を目的としたNPO法人LOTUSを立ち上げる。