

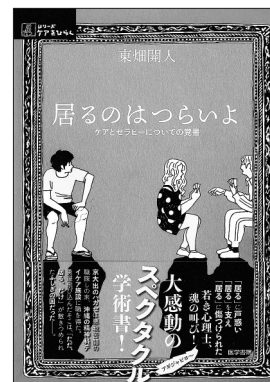
BOOK Review

《シリーズ ケアをひらく》

居るのはつらいよ ケアとセラピーについての覚書

評者

上田 諭 東京医療学院大学教授・精神医学



感服する本だ。ハカセとなった若き臨床心理学者が、沖縄の精神科デイケアに身を置いた驚きと苦闘の日々が冒頭から生き生きと描かれる。ハカセの行動と心情がしっかり伝わる。精神科の患者さんも個性的なケアスタッフもきちんと描き分けられ、出てくる人が皆愛おしくなってくる。描写と表現がうまい。筆致はユーモアに富み、知的刺激がそここに散りばめられ、これはもう上質の小説だ。こちら（読み手）はうっとりし、じんわりと癒される。

かつてない「学術書」

もちろん、本書の真骨頂は別にある。ハカセの迷いと惑いに満ちたこの物語を背景にして、臨床心理学の大命題が読み解かれるのだ。物語との相乗効果が、わかりやすさを倍増させる。こんなスタイルの「学術書」がこれまであっただろうか。少なくとも成功したものはない。純エッセーになってしまったり、学術的著述に流れたりして、これほど興味深く面白く表現されてはこなかった気がする。

織り込まれた学術部分の解説も秀逸だ。たとえがうまい。引用が哲学、文化人類学、社会学、文学、精神分析学と、知的にそそられ読んでみたくなるものばかり。それを若くしてちゃんと押さえている著者に再度感服。大学院で6年も学べばこうなるのも当然？ いや、そうはいくまい。臨床心理学のみならず周辺をきちんと捉えた視野の広さが本書の深みを作り出している。

「変わるも変わるも三六〇度」

問われるのは、「ケア（聴くこと）」と「セラピー（介入すること）」、「シロクマ（意識）」と「クジラ（無意識）」、「こ

ころ」と「からだ」（分けられないとき「こらだ」となる）、デイケアの位置づけとしての「アジール（避難所）」と「アサイラム（収容施設）」という究極の臨床心理学または精神医学の概念と命題。

かつて、著者の師匠筋という臨床心理学の先達、河合隼雄は、愛読者からサインを求められると「何もしないことに全力を尽くす」と書いた。セラピストはクライアントに何かを施すわけではない。何もしないで全力を尽くして聴き、そばに「居る」ことで、クライアントが変わる。セラピストも変わる。何も変わらなかったようにみえて、「変わるも変わるも三六〇度」（本書p.191）の大変化が起きる。セラピーをしたいと勇んでデイケアに飛び込んだハカセが得たものも、まさに師匠の河合が至った境地だった。

「ふしぎの国」のふしぎな力

ハカセは自分を、ウサギ穴に落ちて「ふしぎの国」に彷徨い込んだ少女アリスになぞらえた。

このたとえも絶妙だ。アリスの「ふしぎの国」は、意味不明の言葉と会話がふつうに語られるいわば理不尽の世界だ。デイケアにもまた、意味の理解を拒む幻覚や妄想や不穏という理不尽なものが常に潜在し、時に事件を起こさせる。それらに悩み続ける人もいるし、受け入れて生きる人もいる。アリスは夢から覚めるが、彼らにとってはずっと現実だ。

そんな場所で4年間、精神の病を得た人々とともに「居る」体験は、未来に向けて発展する臨床心理学者にとって、かけがえないものになったに違いない。

東畑 開人 著

A5判／360頁／2019年／定価（本体2,000円＋税）／ISBN978-4-260-03885-0／医学書院刊