

トーマス・H・オグデン [著]

上田勝久 [訳]

生を取り戻す

——生きえない生をめぐる精神分析体験

A5判上製・金剛出版

2024年11月刊

定価4,620円（税込）

評者＝小堀 修(国際医療福祉大学)



評者はイギリス「かぶれ」の認知行動療法師である。イギリスに住んでいた期間が長いので、Tavistock Centreで修行する日本人と交流する機会が度々あった。力動的療法も、週に1回、多職種連携など、多様化しているようである(小堀・西村, 2011)。一方、著者のThomas H Ogdenは、アメリカの精神分析家であり、本書に掲載された事例は全て、カウチに横たわり、週に5回のセッションを実施している。本書のタイトル「生を取り戻す」の原題は“Reclaiming Unlived Life”の訳で、訳者は「出鼻をくじかれた」と述懐しているが、とてもセンスのある言葉の選択だ。図表はひとつもないが、美しく奏でられたメロディのような文章で、とても読みやすい日本語になっている。

そう、とても読みやすい。しかし、頭に入っていない。私には読解力がないのだという現実を突きつけられる。すると「専門が違うから」という第2章の魔術的思考が出現する。主観で歪められた現実を見てしまう魔術的思考は、陰陽師であれば「呪^{しゅ}をかけた」状態であり、認知行動療法では「現実が『想い』通りになる」という信念であり、他の精神療法にも通底する概念であろう。Ogdenも、先人たちの著作をレビューする際に、無理に自分の領域に取り込もうとせず、わからないことをわからないままにしておくスタイルに好感が持てる。第5章では本の帯にあるように、精神分析家としての成熟について語られており、訳者もこの第5章を読者がどう体験するか楽しみにしているようだ。私が大きな影響を受けたスーパーバイザーには、日本の精神科医と、イギリスの臨床心理士の2人がいた。最初はなんでも真似てみる。目指してみる。しかし、近づいていくどころか、距離はどんどん離れていく。自分だけの、唯一無二の認知行動療法を実践するしかない。右往左往しながらも、ある道を進んでいく自分にふと出会う瞬間が来る(まだ出会えてないかもしれないが)。それは「唐突なブレイクスルーやユリイ

カ現象」ではなく、これまでのバイザー、バイジー、クライアント、文献、仲間たちとの相互作用が、ゆっくり醸成された結果である。

河合(2004)によると、キリスト教以降のヨーロッパの物語では、王子が魔法でカエルになるなど、変化には魔法が必要となる。キリスト教以前のケルト文化や日本の物語には、時間的な切断がなく変化が訪れ、鶴がいつのまにか人間の女性になっていたりする。このような摩訶不思議な変化の体験が、訓練や資格とは別の次元でおこるのではないか。これが評者が第5章から受け取った物語であった。私のように精神分析が専門でない読者は、この書評で取り上げた第2章と第5章から読むと、自分の臨床に引きつけて味わえるだろう。

●文献

河合隼雄(2004) ケルトを巡る旅―神話と伝説の地。日本放送出版協会。

小堀修, 西村理晃(2011) 住み分けずに棲み分ける―英国の認知行動療法と精神分析的心理療法。精神科治療学 26-3 ; 301-307。

●原書: Thomas H Ogden (2016) Reclaiming Unlived Life : Experiences in Psychoanalysis. Routledge.