

鎌田東二編

『身心変容と医療／表現／近代と伝統』

——先端科学と古代シャーマニズムを結ぶ
身体と心の全体性——

日本能率協会マネジメントセンター 二〇二一年三月刊

A5判 六二〇頁 三八〇〇円＋税

稲村 めぐみ

背景

本書は身心変容技法研究会の発行する雑誌『身心変容技法研究』に収録された論文や口頭発表をまとめた「身心変容技法シリーズ」全三巻の最終巻である。「序章」によれば、身心変容技法とは、「身体と心の状態を当事者にとって望ましいと考えられる理想的な状態に切り替え、変容・転換させる知と技法」であり、具体的には「祈り・祭り・元服・洗礼・灌頂などの伝統的宗教儀礼、瞑想・イニシエーションや武道・武術・体術などの修行やトレーニング、歌・合唱・舞踊などの芸術や芸能、治療・セラピー・ケア、諸種の教育プログラム」などがあげられる（五頁）。『身心変容技法研究』と「身心変容技法シリーズ」はシリーズ全体の編者である鎌田東二が研究代表者をつとめる科研基盤研究A「身心変容技法の比較宗教学―心と体とモノをつなぐワザの総合的研究」（二〇二一年度―二〇二四年度）および、これを発展させた科研基盤研究A「身心変容技法と霊

的暴力―宗教経験における負の感情の浄化のワザに関する総合的研究」（二〇二五年度―二〇一八年度）の成果として刊行されるもので、科研自体は二〇一八年度で終了しているが、身心変容技法研究会の活動は現在もなお活発に続けられ、その成果はホームページ（<http://waza-sophia.lacocan.jp>）上で公開されている。

本シリーズの第一巻『身心変容の科学』では瞑想を自然科学の方法で理解しようと試みる研究、第二巻『身心変容のワザ』では芸能や武道も含めた広い意味での伝統的宗教文化における身心変容論が取められている。以上二巻の内容および「身心変容」の概念の詳細については、二つの科研の分担者でもある鶴岡賀雄の書評を参照されたい（『グリーンフケア』二〇一八年、一〇一―一二三頁）。

本書の構成と内容

本書は三二本の文章からなる大著のため、そのすべてを紹介する余裕はない。以下では、章ごとに構成と概要を示したうえで、評者の関心を引いた論文を中心に紹介する。

序章

医療と身心変容技法の原点と展開

鎌田東二

序章では、身心変容技法の起源は、原始・古代の狩猟民が生態系を維持しつつ狩猟能力を向上させるために編み出した、動物に近づくために狩猟対象の動物になる洞窟儀礼であるという大胆な仮説が展開されたのち、記紀神話から「鬼滅の刃」に至

るまでの日本仏教と神道における医療と身心変容技法の起源伝承が考察される。

第1章 マインドフルネスと統合医療

マインドフルネスと認知行動療法

熊野宏昭(臨床心理学・行動医学)
統合医療の観点からの負の感情の浄化と霊的暴力

林 紀行(医師/内科・精神科)

マインドフルネスの彼方へ

井上ウイマ

第1章では、熊野と林が精神医学・心理学の知識と臨床経験から、井上が仏教学の視点から、近年医療や教育など広い分野で注目されている瞑想であるマインドフルネスを考察している。熊野によれば、認知行動療法は認知療法と行動療法という二つの異なる理論を内包しているため、臨床上不都合が生じることがあったが、マインドフルネスを取り入れた認知行動療法(ACT)によってこの問題を解消できる。井上は「念処経」や律蔵の分析を通じ、マインドフルネスの訓練体系や意識の分析体系を解説する。井上によればマインドフルネスは内・外・内外(主観的、客観的、間主観的)という三つの視点からの観察を奨励するものであり、マインドフルネスのメタ認知的機能はスピリチュアリティの俯瞰的視点を育む器の役割を果たす。

第2章 多様な医療における身心変容技法

未来の医療と身心変容

稲葉俊郎(医師/総合診療科)

日本最古の医書『医心方』に見る身心変容

稲葉俊郎

体育と教育と医療——オリンピックの可能性 稲葉俊郎

自律性療法(心身医学)と後期シェリングの神話と啓示の哲学

濱田 覚(教育哲学)

現代日本手技療法——脊椎療法の実証的研究へ向けて

藤守 創(鍼灸師/哲学)

東洋医学治療と音——気滞、瘀血を動かす音

中田英之(医師/産科婦人科・漢方医学)

峨眉丹道医薬養生学派の気功と武道における身心変容技法研究

張 明亮(中醫師・氣功家)

第2章では、主に医療者の視点から、多様な医療における身心変容技法が論じられる。濱田は本章の執筆者の中で唯一医療者ではなく教育哲学を専攻する大学院生だが、自分自身に自律性療法(自律訓練法)を施した経験から、シェリング思想の影響を受けた心身医学の一つの自律性療法は「予備学」としての哲学の「予備行」として、カントにはじまる、理性を超えたものをいかに理性によって把握しうるのかというドイツ古典哲学の原理に関する問題を解決する唯一の解決法であると主張する。

エビデンス・ベースド・メディスンの理念においては、エビデンスの有無だけでなく、エビデンスのレベルも考慮される。さらに、近年は研究デザインによって決定されるエビデンスレベルのみならず、一つ一つの論文の内容を精査し総体的にエビデンスの質を判断する方向にシフトしている(Benjamin Djubegovic, Gordon H Guyatt, "Progress in evidence-based medicine: a quarter century on." *The Lancet*, Vol. 390, pp.

415-423, 2017)。統合医療研究でもエビデンスの質が求められてきているが、この点に関して興味深い示唆を与えるのが藤守の論文である。

藤守は、統合医療の有効性を科学的に実証しようとする研究の方法論的不備を指摘する。この種の研究には比較的高いエビデンスレベルをもつとされるRCT（無作為化比較対照試験）を用いたものが多いが、これには以下の三点の問題がある。(1) RCTは物理的実体に還元できる原因と結果が一对一の関係にあるという前提に立つが、多くの統合医療は物理的要素に還元することは困難である(2)近代科学の枠組みから逸脱することの多い統合医療独自の医学理論が無視される(3)人間の感覚を科学的表現に翻訳することは困難である。このため、統合医療の臨床研究においてはRCTを適応できるものできないものを区別する必要がある。以上の問題点を解決するために、藤守は脱理論的性質を持つ現代日本手技療法（「整体」）を対象とすることで(1)(2)の問題をある程度回避しつつ、整体師が感覚的に把握している体の歪みを計測して感覚を定量的に評価することを提案する。藤守の指摘は、統合医療研究の陥りがちな袋小路を明らかにしている。統合医療では、個別の症状と人間を切り離さず、全人的総合的に捉えることがその特徴であり、西洋医学に對するアドバンテージであると主張されることが多い。しかし、藤守が指摘するように、統合医療研究におけるRCTの無反省な援用は、統合医療の包括性を捨て一部を取り出して西洋医学に組み込んでしまう危険性を孕んでいる。中田も、東洋医学を西洋医学の枠組みで理解するのではなく、東洋医学の基本

概念に基づいて理解しようとする点において、同様の問題意識を持つといえるだろう。

張は、峨眉丹道医薬養生学派の気功を、「医薬」「養生」などの用語の解説を糸口に丁寧に解説している。特に、現在の気功が「導引」「吐納」「存思」の三要素を総合した名称であり、身体性を含んでいるにもかかわらず、「気」という語の先入観から「目に見えない、触ることもできないもの」（二五五頁）のみを扱うものだという誤解が生じているという指摘は重要だろう。

第3章 心理療法と精神医学と神経科学

心理療法における暴力の浄化とその危険——ユングの体験から

河合俊雄（ユング派分析家・公認心理師）
音楽療法における身心変容の諸相——医学・トランス・強度

阪上正巳（精神科医／音楽療法研究）

「畏敬の念」は攻撃行動を生ずるのか？

野村理朗（教育認知心理学）

神経科学と身心変容——分子・神経回路から世界史まで

松田和郎（脳神経科学）

分子生物学的視点からみた外的ストレスと恒常性維持

古谷寛治（生物分子科学）

第3章では、心理療法と精神医学、さらに神経科学や生物分子科学の専門家の論考が集められている。身心変容を「唯脳」論的に解釈し、あるいは、細胞周期を祭事と補助線として理解しようとするような、人文学と自然科学の協働を目指した挑戦的かつ大胆な姿勢が特徴といえよう。河合は霊的暴力を「個人

を超えた世界や宇宙の救済の次元に関わったため生じてきた暴力(二八六頁)」と規定するが、個人の救済を問題とする現代の心理療法では、「世界の救済や真の霊的暴力の浄化に至らない」(二八六頁)と指摘する。

第4章 音楽・知覚・演技と身心変容技法

声の力と意識変容体験 町田宗鳳

ヒルデガルトの音楽と言葉——声を発し、記す身体

柿沼敏江(音楽学)

デイープ・リスニングと身心変容技法——ポリン・オリヴェ

藤枝 守(作曲家)

記憶・知覚・身体への芸術的アプローチ——inter-Score／行為を誘発する装置としての記譜

高橋 悟(美術家／構想設計)

俳優からパフォーマーへ——グロトフスキの〈否定の道〉

松嶋 健(文化人類学・医療人類学)

風聞の身体、名もなき実在論——奄美群島の宮澤賢治

今福龍太(文化人類学)

〈あわい〉の身心変容技法

安田 登(能楽師)

無心のケアのために——断片ノート

西平 直(教育人間学・教育哲学・臨床教育学)

現象学から創発学へ——一九九〇年以降フランス哲学における「生ける身体(living body)」の誕生

ベルナル・アンドリュエ

第4章では、音楽、演劇、美術などと知覚の問題が扱われている。本章には二二世紀のビンゲンのヒルデガルトや伝統芸能

に関する興味深い論考が収められているが、評者の関心から現代芸術における身心変容を論じたものを紹介したい。藤枝は現代音楽と瞑想が融合した例として、アメリカの作曲家ポリー

ン・オリヴェロスの「ソニック・メディテーション」と「デイープ・リスニング」を紹介する。また、現代美術でも、おおむね一九七〇年代以降、インスタレーションやメディアアートを中心に、何らかの内容を表現し、鑑賞者に伝達する—それが歴史や物語であれ、世俗的な風景や感情であれ、作者の主張や哲学的考察であれ—のではなく、鑑賞者の知覚や身体感覚を変容させることを意図した作品が登場する。高橋の作品もこの流れの上であり、「鑑賞する人も、いままで自分が持っていた知覚経験が組み替えられて、自己解体しつつ、脱主体化されるとい

うような経験をするような装置」(四一一—四一二頁)としての芸術を追求している。松嶋は演劇を「宗教以上に宗教的なもの」(四二三頁)として探究し、厳密な訓練によって身体と精神の関係性を考察したイエジイ・グロトフスキの演劇論を「技法」とは何か、という視点から論じる。

第5章 芸能とシャーマニズム

チベットの宗教と身心変容技法の社会性 小西賢吾(文化人類学)

韓国シャーマニズムの「巫病」に見る身心変容 金 香淑(文化人類学・比較文化論)

女性の心の病とアンダイ儀礼 アルタンジョラー(シャーマニズム・民俗医療研究)

神事芸能と身心変容技法——国風の歌舞（春日大社社伝神楽と神楽歌）
木村はるみ（舞踊学）

「癒しのわざ」の現場から——治病・除災儀礼からたどる九州の「行者文化」——加藤之晴（宗教学・シャーマニズム研究）

第5章ではシャーマニズムと芸能に焦点が当てられ、チベット、韓国、モンゴル、日本の事例が文化人類学的フィールドワークによって考察されている。小西、木村、加藤の論文は筆者自身による現地調査を基にしており、資料的価値も高い。金は舞踏が巫病を抑える治療的機能を果たしていた事例を紹介している。アルタンジョローは、シャーマンの治療儀礼を先行研究にみられるような象徴論的解釈や医学的解釈ではなく、「シャーマンの感覚」に沿って内在的に理解しようとする。小西は、チベットのボン教のゾクチエンをチベット東部シャルコク地方とフランスのロワール地方の二事例のフィールドワークから論じる。小西はゾクチエンの内容を詳細に記述するとともに、二つの事例を「行者の共同体」がより広い社会的文脈にどのような位置づけられるのかという視点から比較し、身心変容技法と社会のインターフェイスの問題に関する研究の端緒を示している。

終章

社会のなかの仏教と仏教身体技法——正法理念から見た仏教の倫理と身体

新たな医療の領域と精神文化に根ざしたケア——孤立化の時代における地域文化資源

島菌 進

島菌 進

本書で扱われる身心変容技法は、一人ないしは少数で行われるもの、通常の社会生活からは離れて行われるものが多い。これを補完するのが、現代の社会的活動としての身心変容技法の諸相を論じる終章である。島菌は鎌倉仏教を日本仏教の本質として高く評価する戦後日本仏教史を相対化し、積極的に国家に働きかけていく仏教の原動力となった「正法」の系譜に連なるものとして、現代の仏教の葬祭やボランティア活動を提示する。そのうえで、今日の日本社会で求められているスピリチュアルケアや臨床宗教師などの新たな展開が論じられている。

コメント

本書を含め「身心変容技法シリーズ」の最大の特徴は、その多様性と実践的な関心の高さにあるだろう。宗教学・人類学の研究者にとどまらず、医療者、宗教家、芸術家など多様な論者による文章が収められている。冒頭に引用した身心変容技法の具体例からもわかるように、扱う対象もバラエティに富んでいる。瞑想やセラピーを主題とした論集や、自然科学と人文学の共同研究は数多いが、「身心変容技法シリーズ」の持つ射程の広さは他の追隨を許さない水準にある。また本シリーズに収録された論考には、西平の世阿弥の「伝書」から「無心のケア」としてのスピリチュアルケアを構想する研究ノートのように、文献研究も含めて現代のアクチュアルな問題にいかに応用可能かという視点から書かれたものが多い。本書が身心変容技法の現在地を把握する上で重要な文献であることは間違いないだろう。

さらに、特にシリーズの中でも本書の優れた特徴として、身心変容技法の負の側面「霊的暴力」に焦点が当てられていることにも言及したい。鎌田は序章において、霊的暴力を「宗教的暴力」の中でも、「目に見えない霊的 (spiritual) なモノ」の存在 (spiritual being) や力 (spiritual power) による、さまざまなレベルでの圧迫や抑圧や破壊」（四六頁）と定義している。さらに霊的暴力は、ある人物や集団に対して破壊的な行為を行う「霊的虐待 (spiritual abuse)」や「霊的な世界観を背景にした嫌がらせである「霊的ハラスメント (spiritual harassment)」に分類できる。霊的虐待については、近年、英語圏でもキリスト教界を中心に牧会や臨床といった実践的関心から議論されている問題である。英国政府で霊的虐待対策のワーキンググループに参加する心理学者リサ・オークリーによれば、この語は一九九〇年代から使われ始め、当初はカリスマ運動や福音派の弟子訓練に限定して語られていたが、次第にその他の教派でも霊的虐待が報告されるようになり (Lisa Oakley, Kathryn Kimmond, *Breaking the Silence on Spiritual Abuse*, Palgrave Macmillan, 2013) 二〇一〇年代以降霊的虐待に関する書籍が複数刊行された。霊的虐待を防ぐための団体も官民問わず存在する。聖職者による性的虐待や、家庭内暴力の文脈で議論されることが多いが、信者から聖職者への霊的虐待も報告されている (Lisa Oakley, Justin Humphreys, *Escaping the Maze of Spiritual Abuse*, SPCK, 2019)。

身心変容技法の負の側面にも目を向けたことは、学術的にも、これを臨床に役立てていく実践的な意味でも、意義深い試

みである。前述のように海外では霊的虐待に関する関心が高まっているが、管見の限り日本語でこのテーマを扱った書籍は本書の他には二〇二〇年に翻訳された『信仰』という名の虐待からの解放——霊的・精神的なパワーハラスメントにどう対応するか』（バスカル・ズイヴィー、ウイリアム・ウッド、いのちのことば社）のみである。さらにこれまでの議論の範疇が主にキリスト教界にとどまっていたのに対し、本書ではこれをキリスト教以外の宗教のみならず、災害や戦争による暴力や心理療法の過程でセラピストやクライエントの近い存在が受ける暴力（河合論文）や代替医療の死亡事件（林論文）なども含めたより広い文脈に再定位していることも重要である。しかし、本書には霊的暴力を扱った論文は序章の他に林・河合の二本しか収録されておらず、またいかに霊的暴力を防ぐべきかという問いが十分に検討されているとは言えない。今後の研究のさらなる進展を期待したいところである。

最後に、本書に対する批判として、収載されている論文の中にはしばしば学術論文としての体裁が整っていないものがあることを指摘したい。具体的には、注にあげられている参考文献を直接確認すると筆者の主張とは異なる内容であったり、参考文献の主張と筆者の主張の区別が曖昧な記述になっていたり、筆者の主張を根拠づける引用や出典が示されていなかったり、人文学的な知識が不十分であったりなどである。さらにこれらは、実践者による口頭発表や試論的エッセイよりも、むしろ専門的な研究者による論文にみられる。身心変容技法研究会の領域横断的な性質や、特定の専門領域の偏りや方法論的拘束から

離れた自由な議論を求める姿勢に照らせば、このような批判は狭いディシプリンに再び引きこもろうとする反動的なものと思われるかもしれない。しかし本書の実践の関心を十分に実現するためには、身心変容技法を「怪しいもの」や「疑似科学」として十把一絡げに否定する人々に対して届く言葉でその魅力や効果を訴える必要があるのではないだろうか。つまり、外部からの批判や検証を可能にするための学問的手続きを精緻化していくことは、この研究が外に向かって「ひらかれる」ためにこそ求められるのではないだろうか。鎌田は「身心変容技法研究」第五号の「身心変容技法と霊的暴力―宗教経験における負の感情の浄化のワザに関する総合的研究」で、宗教の公共性に対する社会的評価が厳しくなり、「正しい判断」を下すことが困難になった現代において、この共同研究を「いっそう学術的な精度を上げながら問いかけ（中略）いっそう「自由」で大胆かつ緻密な議論をしていくこと」が求められていると述べている（二〇一六年、一八頁）。狭義の宗教だけでなく、統合医療やケアを含めた身心変容技法全体についても、同様のことがいえるだろう。

評者は、本書の問題関心は実証性や科学的な厳密性を重視する知と、統合医療や身心変容技法を包括的に考えて現実の問題に役立てていこうとする知の対立を調停し、両者を包括した新しい学問領域を切り開こうとするものだとして理解し高く評価する。この取り組みは、たとえばコロナ禍においてワクチン接種やマスク着用のは非を巡って人々が激しく対立する状況が生じている現代において、ますます重要性を増していくだろう。自

由な想像や思考や学際性と、学問的な緻密さを両立することは、身心変容技法研究会に参画する多様な論者の協働によれば十分可能なはずである。