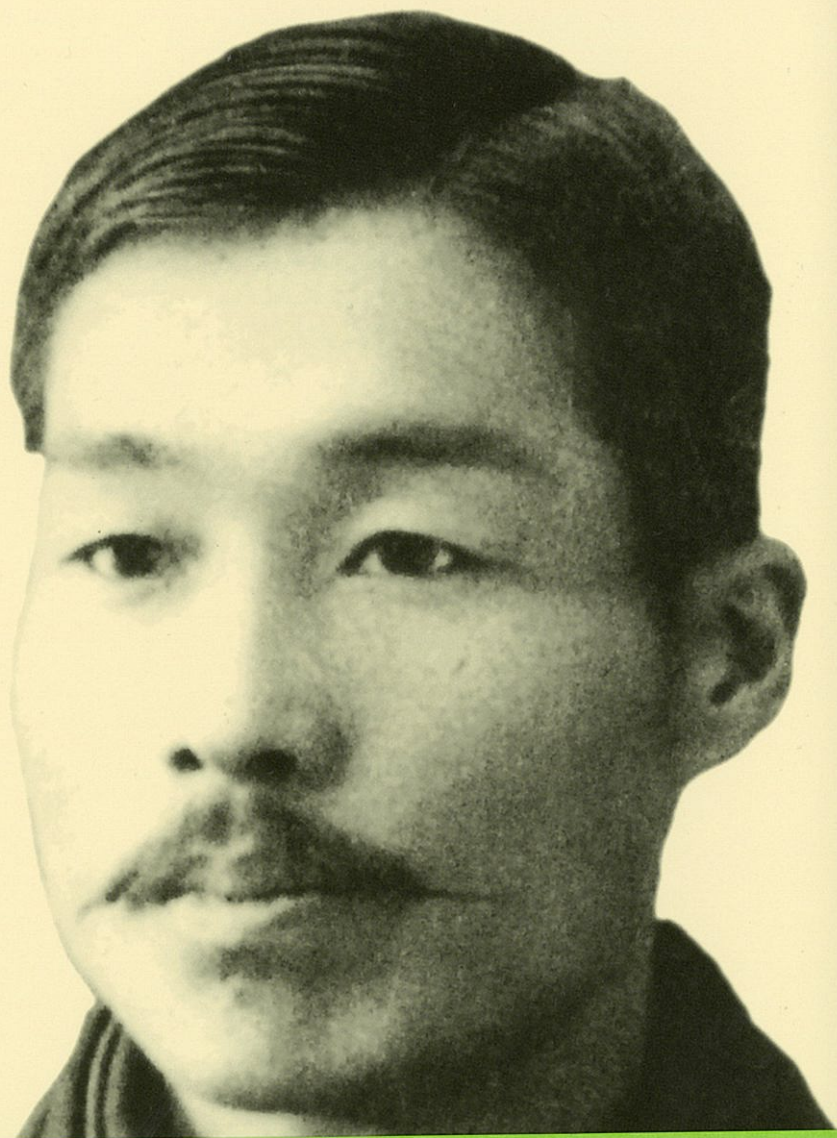


# 森田療法 の誕生

森田正馬の生涯と業績



畑野

35年の日記をもとに描く  
新たな森田正馬像

畑野文夫 [著]

三恵社

日記に貼りこまれた  
中学時代のスケッチ



手結岬での潮干狩  
(1894年8月17日)



宇佐の港の景 (1894年12月21日)

はじめに

これから語ろうとするのは、神経衰弱の本態を発見し、ユニークな治療法を創始した日本人の話である。

日本森田療法学会ができて三〇年を越え、近年は国際森田療法学会が開かれるようになり、医学の世界では森田正馬の名は内外でかなり知られるところとなった。その一方で、森田正馬がどんな人物であったか、どのようにして森田療法が創られたのか、十分知られているだろうか。療法が知られている割合に、人物や療法開発の経緯についてはあまり理解されていないように思われるのである。森田のいわゆる神経質がどのように発見され、類まれな治療法がどのようにして誕生したのか、その人物と発見の道筋を探る試みである。

森田正馬の肉声を伝えるレコードがある。一九三四年(昭和九年)に還暦を迎えた記念として、患者の団体である形外会が会員に頒布するために企画したものである。当時のSPレコード一枚分の五分四〇秒という短いスピーチであるが、自ら神経質について簡潔に語っている。本人の説明に勝るものはないので文字にしてみた。

〈記念講演といたしまして、かつて私が新たに定義を与えたところの神経質というものについてお話いたします。

それはもと神経衰弱と言い習わしてきたものです。この神経衰弱は近來ますます宣伝されて人々を恐怖せしめておる病名でありまして、複雑なる生活から起る文化病とか身心過労の結果起るものであるとか唱えられていますけれども、それらはみな誤りたる考え方であります。この病名は今から六十年ばかり前に米国のベアドという人が付けた名前です。それ以来種々の病理説が唱えられ、物質的・精神的ほとんど限りのない治療法が試みられていますけれども、そんなことでは決して治らない。治ったようでも間もなく再発して慢性的のものになります。しかるに私がはじめて大正四年頃からの病の本態を発見して、ようやくこれを根治すること

ができるようになったのであります。

ひとくちに言えばこの病は精神的に気のせいで起るものであつて、決して神経の衰弱から起るものではありません。それは主として、ある特殊の気質の人に起るもので、私はこれを神経質と名づけて神経衰弱という病名を否定したのであります。通俗雑誌や新聞広告などでは、この神経衰弱の恐るべきことや種々のいんちぎ療法がずいぶん立派な博士たちからも宣伝されて、この神経質の患者をそのかしておるのであります。しかし煎じつめればこれは実は病ではないから、これを病氣として治療しては決して治らないが、ただこれを普通の健康者として取り扱えば容易に治るのであります。

これから起る症状は種々雑多で、ほとんど極まりがない。頭痛もちとか、女の血の道、持病の癩しびとかいうのもこのうちに属します。普通ありふれの不眠、耳鳴り、眩暈めまい、心悸亢進、脈拍結滯、胃アトニー、下痢、便秘、腰の痛み、性的障碍、その他、頭がぼんやりして読書ができないとか、手が震えて字がまったく書けないとか、あるいは赤面恐怖、不潔恐怖その他種々多様の強迫観念があります。中には丸二年来まったく眠らないとか、鼻の先がちらちらして気になるとか、あるいは口の中がむずむずして常に心がそのことばかりに執着していることが数年にわたっているとか、ほとんど思いもよらぬ様態がたくさんにあります。

衰弱あるいは意志薄弱とか精神の変質とかいうものでもなんでもありません。これは実は何かの機会に常人に誰にでも起る不快の感覚をふと気にしたことから起るものです。その後は、それを神経質の性質で、自己観察に強くてものを気にすることから常にこれを取り越し苦勞するようになって、明け暮れそのことに執着することからしだいしだいにその不快感が憎悪するようになります。後にはこれがあたかも夢に襲われるように、事実でないものをその本人の身にとりては実際に重い病氣のような苦惱に駆られるようになるのであります。それは神経質の患者が常に申し合わせたように告白するところの、他人からはまったく病氣でもないように見えてただ自分ばかりが苦しみ、こんな損な病はないというふうに言うとおりであります。

すなわち実際の病氣でないということは、これによつても分かるのであります。この私の発見はコペルニクスの地動説にも比較することができると思ひます。それは神経質が従来の医学で身体の変態・異常から他動的に起ると考えられていたものが、実は自分自身の心から自動的に起ることになったからであります。

この理論によつて、神経質の従来難解であつた種々の複雑な症状が簡単に説明されて、容易に全治することができます。この発見は、もとより私でも一朝一夕に成功したわけではありません。かつて二十余年の間は従来はいわゆる神経衰弱の物質的・精神的の医学的治療はもとより、通俗療法・迷信療法までもやりつくして後にはじめてその苦心が報いられたのであります。それじゃこれまで。

今日もありふれた軽微な症状にとらわれ、憎悪して日常生活まで困難になつている人が少なくない。そのために学業や家事や通勤ができなくなり、人生に絶望する人すらいる。森田正馬の時代までは不治の病とされていたが、苦心惨憺の末、絶対臥褥療法・作業療法・説得療法などを組み合わせた入院療法を創始し、平均四〇日間の入院で治すことに成功した。治療成績は全治と軽快を合すると九〇パーセントを越える高い治療率を実現した。

この独創的な治療法によつて多くの悩める人びとを心の不安から解放し、多くの人を社会復帰させた。社会に復帰するにとどまらず、さまざまな分野で人並み以上に活躍する人材を育てたことが彼の治療法の優れたところであつた。森田正馬は、神経質は優秀な資質であるとして礼賛した。神経質の苦悩を背負つたのはもつちの幸いであり、大疑あつて大悟ありというように、悟りを得るための機会を得たようなものであると、禅に喩えさせた。多くの人材を育てたことから、森田療法は一種の人間教育であるという人もいるほどである。

森田正馬は、中学生のときに心臓神経症を発症して大学卒業後まで、心悸亢進発作をくりかえして死の恐怖を味わつた。中学卒業時に偶然の機会から医者の道に進むことになり、自らの体験をもとにして、精神療法というわが国では未開拓の領域を専攻することになった。折しも、欧米ではフロイトの精神分析が注目されはじ

めており、はからずもこれに対抗する道を歩むことになったのである。長年の試行錯誤の後、精神分析よりはるかに効率の良い治療法を発見することになる。完成した治療法は、症候を病気と見るのではなく、健康者として扱うという従来の西洋医学では考えもつかない観点に立つものであった。東洋的な哲学の基盤の上に構築したからだといわれる。

幸田露伴著『渋沢栄一伝』の冒頭につきのような一節がある。

へ実に其時代に生れて、其時代の風の中に育ち、其時代の水によつて養われ、其時代の食物と瀧気（たうき）とを摂取して、そして自己の軀幹を造り、自己の精神をおほし立て、時代の要求するところのものを自己の要求とし、時代の作為せんとする事を自己の作為とし、求むるとも求めらるるとも無く自然に時代の意気と希望とを自己の意気と希望として、長い歳月を克（よ）く勤め克（よ）く勞したのである。〳

明治維新の混乱から立ち上がって新しい国のかたちを作ろうとする時代に生まれた世代は、国家の形成とともに成長した。国のために何かをなそうとし、欧米から学んで世界に抜きん出ようとした。森田は精神療法という若い学問を選び、精神分析をしのぐ新しい精神療法の構築に成功する。それはまさに、時代が求めることも求めらるるとも無く、時代の希望を自己の希望として、長い歳月を克（よ）く勤めた結果得たものであった。

森田正馬も時代の中で成長した。土佐の南学、啓蒙思想、日本主義の影響を色濃く受けている。学生時代の読書歴をしらべ、そこから思想形成の過程を探ってみた。祖父、両親はもとより、友人、恩師の感化、学校制度、医師制度も森田の成長と無関係ではなかった。周辺の人物や出来事を通じて森田正馬が生きた時代を描き、時代から何を学んだかをつかもうとつとめた。独創的な理論と療法がどのようにして誕生したかに迫るのが本書の狙いである。

#### 凡例

\*原文が片仮名交じりのものを引用するに当たっては、読みやすさを考慮して平仮名と新漢字に改めた。

\*森田正馬の日記など手書きの原文は句点と読点の区別がなく、句読点の無い場合もあるので、読みやすさを考慮し適宜手を加えた。

\*仮名の繰り返しに用いられている踊り字は現代表記に改めた（例、「こまへ」は「こまへま」に、「こま」は「こま」に）。

\*森田正馬の年齢は、巻末に掲げる自筆年譜に合わせて、すべて数え年で記した。

\*文中では一切の人物の敬称を省略した。

## 第一章 南国の少年

誕生と家系	2	東京へ出奔	39
祖父正直	4	はじめての日記	41
郷土	8	中学時代の読書	44
土佐の南学と尊王思想	9	写経	50
父正文	12	腸チフスにより卒業試験に落第	53
母・亀	16	両親の愛と鞭	57
きょうだい	19	中学時代の人生観	58
命名	21	抑制された性	60
小学生時代	26	奇行癖	62
高知県尋常中学校	33	剽軽者	64
中学時代の生活	37	高等学校進学が決まるまで	66

## 第二章 遊学の時代

第五高等学校入学	74	高校時代の人生観	111
身元保証人	76	活発で淋しがりや	114
高校の教科	80	笑うことを止める	115
五高行軍	81	心身症の進行	116
結婚	82	東京帝国大学入学	118
熊本での生活	83	東京帝国大学医科大学	119
厳しい倫理観	85	医科大学の講義	123
徒歩旅行	87	活動的な生活	125
大酒	89	不品行者の処分ふたたび	126
高校時代の読書	90	近づく学年末試験と学資送金の遅れ	129
宗教への接近	92	「必死必生の体験」	130
大乘起信論講習会	95	「必死必生の体験」の疑問	131
『徒然草』	99	勉強不能	135
『原人論』	100	「必死必生の体験」は錯誤か	137
『大学』	102	恋愛事件	139
『馬場辰猪伝』	105	母との生活	141
『福翁百話』	109	久亥との生活	142

病氣	145
学業成績	147
医業の開始	149
宗教観	150
自選経文	153
大学時代の読書	154
井上円了	157
井上円了の思想	162

### 第三章 精神医学者の道

巢鴨病院と精神病学教室	188
医者修行の開始—助手・医員・大学院生	190
呉秀三	193
弟徳弥	201
心理学の研究	206
元良勇次郎の感情論	209
犬神憑き調査行	214

『般若心経秘鍵』の読誦	168
酒量の減少	169
滑稽家	169
趣味	170
交友	171
寺田寅彦	179
大学を卒業	183

巢鴨病院時代	217
高木兼寛と慈恵医院	222
東京慈恵医院医学専門学校教授	224
根岸病院顧問	228
根岸病院	230
『根岸病院看護法』	233
精神療法研究の進展	240

根岸病院における精神療法	243
千葉医学専門学校教授を断る	247
女子体操学校と藤村トヨ	253
安定した生活	258
土居光知	260
富士川游	261
永松アイ	266
正一郎の誕生	267
久亥の人柄と日常	271

### 第四章 森田療法の誕生

森田療法誕生の前夜	312
中村古峡と『変態心理』	314
中村古峡の正馬に対する評価	321
催眠術の流行	325
福来友吉と千里眼事件	330
森田正馬の催眠歴	333

離婚	275
尼子四郎と夏目漱石	280
川崎安と雅号「形外」	286
香取秀真	290
根岸病院での活動、その後	292
神経質理論の転機	295
川面凡児の古典研究会	305
祈祷性精神病	308

百科事典への寄稿	336
児童研究への取り組み	337
モンテッソーリ教育	341
呉秀三の『精神療法』	349
治療法の確立	358
神経質の本態究明へ	362

# 第一章 南国の少年



森田正馬の生家（現在）

主な著作	362	森田家系図	441
「神経質ノ療法」	364	注	442
『神経質及神経衰弱症の療法』	370	森田正馬自筆年譜	445
『精神療法講義』	376	あとがき	458
『神経衰弱及強迫観念の根治法』	380		
『神経質ノ本態及療法』	388		
丸井清泰教授との論争	399		
フロイト批判	402		
芸術・文学・哲学	406		
芸術	407		
文学	409		
哲学	413		
ふたりの理解者	421		
形外会と『神経質』	429		
神経質と仏教	433		