

新版

神経衰弱と 強迫観念の 根治法

森田療法を理解する必読の原典

森田正馬

はしがき

一般に神經衰弱とか強迫觀念とかいうものは、私の學説が示すように、精神的な條件から起つたものであるから、今日一般の医師が行なうような藥物や理學的療法や、また催眠術のようなものではけつして治るものではない。これを治すには、患者がまずこの病の本態を知ることが近道である。で、一人ひとりの患者に対し、患者も納得し、私も満足するように説明するのは、第一に時間を要してはなはだ煩わしいことである。そのため、私がなるべく一般の人々に解りやすいように書いたのがこの小著である。

したがつて患者は、此著のみによつても自らその病を治すことができ、もしくは自ら治す機縁とすることができる。それは従来私の著書または雑誌に載せたものによつて、頭痛常習、不眠、耳鳴り、胃のアトニー、眩暈、心悸亢進発作、さては種々の強迫觀念等の患者がたちまち全治したといつて感謝の手紙を送つてくることが数多くあるということをもつて証明することができる。もし多くの患者がこのように理解よく治つてくれることができるとならば、私の悦びはこれに

如くものはない。この病の患者はもともとさわめて自我中心的であるから、各自が、自分のような病気は他に類例のはなはだ少ないものかのように独断している。しかしこの病気ほど、広く一般にわたつて数多くあるものはない。また一般的の身体の器質的な病でも、その慢性になつたものは、ほとんど神經衰弱症、すなわち私のいう神經質の病的心理を加えていないものはない、と言つてもよいほどである。明らかに器質的疾患たる卒中の半身不随でさえも、往々にして氣合術などで、偶然治ることがあるのはそのためである。ただこうして治るのは、偶然のまぐれ当たり、はじめから診断による予定の結果でないから、したがつてその弊害も少なくはない。

また一般的の医師は、これを読んで平易に実際的に、これを了解することができて、従来の物質的医学で、けつして解決することのできなかつた神經衰弱や強迫觀念が、精神的方面の病理から容易に氷解することができ、したがつて患者を適切に治療することができるようになる。これまでも私の著書は、多く素人の患者にばかり読まれて、ほとんど医者には読まれない。それは恐らくは医者が、神經衰弱の本といえば従来多数流布している書物と同一視して、またあれかと頭から軽蔑してかかっているためでもある。医者自身はそれでよいとしても、世にさわめて広く多く同病に罹つてゐる患者が、今日の物質医学の弊としてその誤れる治療を遍歴して、多年にわたつてその悩みから脱することができず、財力も氣力も使い果たしてゐるありさまを見たは、まことに遺憾に堪えない。これでは医者もこのあわれな患者に対して、けつしてその徳を全うしたもの

と言うことはできない。これらの患者を救うには、一般的の医者がこれを知つてくれなければ、もとより私一人の力の及ぶところではない。私の多年の苦心研究の結果も、いたずらに水泡に帰するのみである。

つぎに本病の悩みに關係ないと思つてゐる普通の人でも、もしこの書を読めば、一口にいえば人生の煩悶とか称するものが、この神經衰弱や強迫觀念と同じ心理に基づくものであるということが、類推によつて想像される。それはおよそ病の徵候といふものは、常態における感じや氣分の拡大されたものであるからである。したがつてこの病的心理によつて一般的の精神修養の着眼点を得ることができ、心身の強健ということは、今日の物質医学が示すような、人間を鎌型に容れたり、あるいは温室培養的なことができるものではない、ということが解る。

目次

凡例

一、本書は一九二六年、『神經衰弱及強迫觀念の根治法』として実業之日本社から刊行された。

一、本文は「森田正馬全集」第二巻（白揚社 一九七四年）を底本とした。

一、本文の仮名遣いは現代仮名遣いに従い、若干の漢字を仮名に改め、難読の語および読み誤りやすい語には振り仮名を付け、明らかに誤植と思われるものは訂正した。また、第一人称「余」「吾人」を「私」「われわれ」にそれぞれ置き換えたほか、僅かながら表現を現在の形に改めたところがある。

18	17	16	15	14	13	12	11	10	
宇佐玄雄氏の「森田氏神経質療法による治療成績」	神経質治療法による治療成績	神経質治療の実例	赤面恐怖症治癒の一例	瀕死恐怖と赤面恐怖患者——通信治療の例	生の欲望と死の恐怖	強迫観念の治療法	強迫観念はつねに事実と反対になる	思想の矛盾と強迫観念	
313	299	245	215	192	171	149	136	124	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	
はしがき 3	神経衰弱とは何か	神経質の本性 38	神経質の症状 38	健康と疾病 53	職業と神経衰弱 45	強迫観念とは何か 13	強迫観念の性質 81	思想の矛盾 112	
		45	45	53	85	93	101		