

「身体」について

——野口晴哉の思想から

村 瀬 鋼

はじめに

「身体」をテーマに据えた哲学入門のシリーズのなかで¹⁾、ここまで、近代の思考を規定していると言えるデカルトの「物心二元論」とその功罪について述べると共に、同じデカルトのなかに一定の的確な把握が確認される「心身合一」の事実とその重要性を指摘してきました。今回は、「心身合一」を根本に据えた思考の具体例として、哲学者ではないある人物、思想家である前にまず実践家であったある人物の考え方を話題に採り上げて、これを「物心二元論」の発想と対比的に眺めて見たいと思います。問題のその人物は野口晴哉（のぐち・はるちか、1911-76年）という人で、何よりも人間の身体についての専門家であると同時に、これを通じて結局は人間そのものについての専門家でもあった人です。その人物紹介から入りましょう。

1. 野口晴哉について

野口晴哉は、きわめて特異な人なので紹介が難しいのですが、一般的なカテゴリーから言うといわゆる「整体師（整体治療師・整体指導者）」として活動した人物です。「気功師」とは呼びにくいのですが、いわゆる「気」を活用した治療法・健康法の実践と普及を行った人です。ごく一部の人にはとてもよく知られているのですが、自分自身や自分のつくった組織の宣伝はいっさい行わないという方針の人であったためもあり、一般にはあまり知られていない人です。とりあえず手っ取り早く、彼が設立した「整体協会（公益社団法人）」HPの紹介記事を見てみましょう。

明治四十四年〔1911年〕九月、九人兄弟の次男として東京・上野に生まれる。幼い頃に患ったジフテリアの影響から言葉を話すのに不自由し、幼少期を過ごした漢方医の叔父の許では、さまざまな読書に明け暮れたという。大正十二年〔1923年〕、十二歳の時に関東大震災を体験し、焼け野原で苦しむ人たちが悼まれず、本能的に手をかざしたところ多くの人たちが快復、これをきっかけに治療家としての道を志す。

古今東西の健康法や療術などを独自に探求し、十五歳で入谷に道場を開き、愉気と活元運動を主体とした療術団体『自然健康保持会』を設立。また、十七歳で「健康に生きることが自然順応の姿である」などとする『全生訓』を発表し、以後、一貫して「活き活きと生を全うする」ことを指針に据えた活動に入る。

日本治療師会の評議員を務め、大日本連合治療師会の創設にも寄与。そして治療理念の確立、諸療術の体系化を図る「整体療法」をまとめ上げ、昭和二十二年には整体療法の指導者育成機関として『整体療法協会』を設立。昭和二十年代後半には身体を通した人間の個性研究とも言える「体癖論」の基礎を完成させた。

この頃から、病を治すことよりも人間本来の力を引き出して健康に導く自らの活動を「体育」と位置づけ、「治療」を捨てることを決意。何かに頼ることなく自らの足で立つことを指導理念に掲げ、昭和三十一年、そうした健康観に基づく体育団体『社団法人整体協会』を文部科学省（旧文部省）の認可を受けて設立。個人指導のほか活元運動の普及、愉気法などさまざまな整体法の講習会を全国各地で開き、心と体を一として考える独自の人間研究においても体癖をはじめ潜在意識の研究、子育て、教育などの分野にも踏み込み、多くの著作を残した。

カザルスを唯一の師と仰ぐほど音楽を愛し、妻昭子（一九一六～二〇〇四）との間には四人の子息をもうけ、昭和五十一年〔1976年〕六月、東京・狛江の自宅にて家族に見守られ六十四歳で永眠。
(<http://www.seitai.org/information.html>)

この人は、とりあえず治療家・整体師として超一流の人物で、人間の身体を診ることについての人並み外れた能力の持ち主でした。けれども

私が注目したいのは、その能力のすごさではありません。

上の紹介にあるように、彼の治療家としての出発点になったのは、関東大震災後の焼け野原で病や怪我に苦しむ人たちに自然と手をかざしたところ、人々が回復してしまった、という出来事です（いかがわしい話みたいに響くかもしれませんが、たんなる事実でしょう）。ここから、すごい少年がいるという噂を聞きつけた人々が次々に治療を求めて彼のところに集まるようになり、次第に謝礼をもらってそれを行うようになって…というったような経緯があったわけです。そこには、常人には一見したところ圧倒的に欠けているような、ほとんど天才的とも言える彼の特殊な能力があります。

けれども、この道を進んでいく過程で彼が大切にしたのは、人々自身の体に備わった自己治癒能力であって、彼が望んだのは、各人が自らの体の力で健康に生きていくことでした。

上の紹介にもあるように、彼はやがて「治療」ということを一切やめます。それは、彼がその素晴らしい技術を用いて「治療」をすればするほど、周りの人々は、いざとなったら野口先生に治してもらえばいい、と考えて、自分自身で自分の健康を保つことにルーズになっていったからです。

以後、野口晴哉は、各人が自分の力で健康に生きていくようになるように導く、ということを目指とし、たんに技術の使用や伝授だけではなく、むしろ生きる各人がその生きるということについての根本的な態度や考え方を身につけるようになるよう、様々なやり方で周囲の人々への「指導」（「治療」ではなく）を行いました。

私が紹介したいと思うのは、このような彼の実践を支え、かつその実践において彼が伝えようとした彼の思想、人間の身体と人間そのものについての彼の理解です。それは、具体的には西洋近代医学に見られるような物心二元論を批判する心身合一の思想として受け取ることが出来ます。きわめておおざっぱな括りとして、物心二元論ないし心身二元論の立場に立つ西洋近代の思想に対して、東洋思想は古くから一般に、人間を心身合一、心身一如において捉えようとする明らかな傾向を持ちますが、野口晴哉は、前者が席卷する私たちの社会のなかで、後者の伝統を特異な仕方ですり受けながら時代に抗おうとした人物であったとも言えるでしょう。今回は、そのような野口の話の聴いてみたいと思うのです。

が、その前にまず、批判の相手となる西洋近代医学の基本的な構図を見るところから始めます。

2. 西洋近代医学の基本的な構え

西洋近代医学と言っても様々なものがあり、むしろ「現代」医学と言うべき最近の展開では従来とは異なった新しい試みも多く見られますし、またいつにあっては、個性的な医師による特殊な企てというものもあります。けれどもここでは、あえて単純化された「物心二元論」の思想の実践として西洋近代医学を捉えます。個々の事例を見ると必ずしもぴったり当てはまらない部分があるとしても、これがやはり近代以降の西洋医学の基本にあるとさしあたりは考えられるからです。

西洋近代医学は、物心二元論の立場に立ち、人体をそれ自体ではたんなる機械に過ぎない一物体として客体化し、解剖学や各種実験を通じてこの機械の仕組みを詳しく調べることで、この機械の動作を調整する知恵と技術を人間にもたらしました。もちろん、人体には人間が、つまり心が宿っているわけであり、それは医学も当然前提にはしています。病が悪である最大の理由の一つは、それがこの心＝人間に苦しみを与えるということにあるはずで、この苦しみを取り除くことこそが、医学の本来の、最重要の使命となっているからです。けれども、苦しみを取り除くために医学が取り扱うのは当の心そのものではなく、あくまで物体であり、この物体＝機械の機能ぶりの調整こそが、医学の仕事なのです（もちろん、「精神」医学というものもありますが、精神医学もまた、その支配的部分は、人間の心の一つのメカニズムとして客観的に捉えるのを基本とし、薬物などの生理学的ないし生化学な手段を介してそのメカニズムに働きかけるのを主要な一療法としています）。実は、医学にとっては、本当は「心（意識）」などない方が良いのです。結局のところ西洋医学が問題にしそこに介入しようとする対象は、身体という物体＝機械の機能ぶりのみなのであり、これを安定した仕方で維持することだけが、そこにこそその実効性が示される、その唯一の関心事なのではないでしょうか。機械の大きかりな調整である手術時には、患者が痛みを感じない方がいくつかの意味で都合なので、「心（意識）」を眠らせるべく麻酔が用いられます。

このような医学の在り方は、私たちにとってはごく当たり前のものになっていて、特段の違和感をおぼえることもないものだと思います。具合が悪くなると、私たちは医者に行き、自分の身体を診てもらいます。医者は私たちの身体を客観的に診て、診断を下します。そこでは、私の心など関係ありません。なるほど、「ここが痛いんです」などと私は医者に言い、そして「痛い」ということは心の現象なのではありますが、その「痛い」を消すために医者が行うことは、つねに、物理的な身体に対する物理的な処置でしかありません。このようにして、身体具合が悪いとき、身体専門家である医者に診てもらい、その診断に従い、その治療を受ける。このようなことは、まったく当たり前のことだと私たちは感じています。

けれども、よく考えてみると、ここには何かとても奇妙なことがあります。私の身体、それを私はある意味でよく知っています。それは私にとって最も近くにあるもの、その最も近くに私がいるもの、たんに近いというだけでは足りずに、それが私自身であり私自身がそれであるもの、それが私の身体です。けれども、私がそれを医者に診せにいくとき、私はむしろ、自分の身体について無知な者の立場に立っています。私は私の身体について、その不具合の実情やその調整の仕方をろくに把握することができておらず、またできない、という前提があり、だからこそ、この身体についての知恵を持った専門家に、この身体がどんな状態でありどんな対処が必要なのかを訊きに行くわけです。私自身である私の身体について、その真理を知ることができるのは、これをたんなる物体として客観化する医者なのであって、決して私自身ではない。そのような、どこか奇妙な状況がここにはあります。ここではいわば、私は自分の身を医者という他者にすっかり委ねてしまっており、その身はあたかも、もはや私のものではない、よそよそしい物体であるかのようです。それは、私の心に作用しながらも、それ自体は心とは別のたんなる物体の論理で動く、ただの機械です。まるで私は、自分の乗用車を修理工場に出すかのように、自分の身体を医者に差し出し、診てもらうのです。

けれども、私にとって私の身体は、ただそれだけのものなのでしょうか。医者目の前に差し出して判断を請うたんなる物体としてではなく、自分自身がそれであるものとして、自分の身体自身のうちに身を置いて一切を眺めるなら、違ってきます。それが私の身体だからこそ私を知る、

私の身体についての知、医者が客観的に眺めることで知るのとは別の、独自で確かな知というものがあります。

デカルトが「心身合一」の事実を確認する際に「痛み、飢え、渇き」について語っていたことを思い出して下さい。

これら痛み、飢え、渇きなどの感覚〔ないしは感情・感知〕によって自然が私に教えてくれるところでは、私はたんに船上の船乗りのように身体のなかにいるのではなく、極めて緊密に身体と結合し、いわば身体と混ざり合っていて、身体と一緒に一つを成している。実際、もしそうでないなら、思うものでしかない私は、身体が傷ついたからといって痛みを感じることはなく、船乗りが船の損傷部を知覚するようにこの傷を純粹知性で知覚するだけだろう。そして身体が飲食物を必要としているとき、これについて明確な知解を持ちこすすれ、飢えや渇きといった混然とした感覚を持つことはあるまい。本当のところ、渇き、飢え、痛みといったこれらの感覚は、心身の合一、心身の一種の混合から生じる、混然とした思ひ方〔思惟様態〕にほかならない。(デカルト『省察』、「省察六」)

「痛み、飢え、渇き」は、私が身体と一体化していることにおいてじかに体験する感覚です。それは客観的に外からではなく、主観的・主体的に内から知られます。鉄腕アトムは、燃料が減ってきたとき、お腹のフタを開けて燃料計を見て「ああ、もうこんなに減っちゃった」とつぶやきますが、私の空腹感、外に表示される燃料計によって外から確認されるのではなく、じかに身体の内部で感じられます。そのとき身体は、「船乗り」にとっての「船」、運転手にとっての乗用車のようなものではありません。「船」や乗用車なら、その不具合を、私は外から眺めて確認するしかなく、その不具合の修理を専門家に任せることも賢明な判断でありえます。ですが、「痛み、飢え、渇き」を、私は文字通り我が身のこととして体験し、それを知るのに誰に診てもらって教えてもらう必要もありません。このとき、それはまさに内からじかに感じられ、その点でそれは「心」の出来事なのですが、しかしそれはまさに或る「身体」に生じている出来事として、私のこの身体において感じられます。そして「痛み、飢え、渇き」は、私に対応を促し、あるいはむしろ、身

体自身がそれに応じて自ずと動かされます。痛む部分を押さえてうずくまり、痛みを穏やかにしようとしてみたり、食べものに手を出してみたり、水を飲んでみたり。誰に対応策を訊くまでもないですし、訊いてからではそもそも対応が遅すぎます。

デカルトは、こうした感覚の役割について、こう言います。

感覚の知覚というものは、本来、精神をその一部分とする合成体によって何が都合のよいものであり、何が都合の悪いものであるかを、精神に示すためにこそ自然によって与えられており、そのかぎりでは十分に明晰で判明である […] (デカルト『省察』)

つまり、「痛み、飢え、渇き」は、私に苦痛を与え、それゆえに、それらを避けて快い状態へと向かう行動を私に促します。そして、実際例えば「飢え」を感じて自ずと何かを「食べる」ことがそうであるように、こうして感覚に導かれて行動することがおおむね（つねに完全にではないにしても）基本的に「身体の保全」に役立つことになるように私の身体はできている、そうデカルトは言います。このようなデカルトの考え方は、私の身体の持つ知についての優れた見方だと思います。私自身である私の身体はそれ自身でそれ自身のことを十分によく知っていて、その知に従って自分自身を導くことができる。これは、考えてみれば、私たちがふだん絶えず経験していることで、文字通り、喉が乾いたときには水を飲むのと同じくらい、きわめて当たり前のことです。

ところが、西洋近代医学の構図は、このような私たちが自分自身もっている当たり前の知を、信ずるに足りないものとして半ば切り捨て、外から客観化された物体としての身体についての知にこそ身体の真理が示されるのだと、私たちに思わせるに至ったのです。

そのような帰結を導くきっかけになったのも、また同じデカルトでした。実際デカルトは、「感覚」について上のように論じている同じ箇所でも、「感覚」はたんに身体の保全に関する実践知を与えてくれるだけで、「我々の外にある物体の本質が何であるか」については適切に教えてくれない、と述べています。そもそもデカルト的「物心二元論」の構図では、「物体」である身体（デカルトの用いていたフランス語とラテン語では、「物体」と「身体」とは同じ一語、つまり corps ないし corpus で

表現されています)は、「心」とはまったく異なる本質を持ったものとして理解されなければなりません。こと「物体」に関わる事柄については、外から客観的に知られたものこそが真実で、内から主観的に感じられたものは虚偽でありうる。物心二元論は、物質的世界についてのその客観主義的な傾きにおいて、このようなものの見方を私たちに受け入れさせようとしています。こうした構図においては、心である私は、他者によって外部からこそ真に知られる客観的身体を、自分のものとして外側から押しつけられ、その作用をただ理不尽に被るだけの存在です。ここでは、物心の二元性のなかで私自身があたかも二つに分裂しているかのようです。

なるほどたしかに、私たちが主観的に感じることはできず、客観的に外からしか判断されえないと思われるようなことが、身体にはあります。たとえば、私には見ることも感じることもできないウィルスが私の知らぬ間に私に侵入してきて、気づかぬ間に私の身体内部を機能不全に陥らせていく、その経過を医学は客観的に分析し、私が自然に生きていたのでは到底知ることのできなかった適切な対策を私に教えてくれるでしょう。沈黙の臓器と言われる肝臓は、何ら私に苦痛を感じさせない間に深刻な機能不全に傾いていく、しかし、主観的な感覚では感知できないその危険を、血液検査は私に教えてくれるでしょう。主観的な知では追いつかない重要な事柄を、客観的な知は教えてくれる、そう言うこともできそうですし、そう考えるのが一般的に普通でもあるでしょう。

しかし、仮に、私が私の身体において知る事柄が、医学の認識に追いつかない部分があるとしても、私たちの日々の生の核心部はやはりここにこそあり、医学は例外事に関するたんなる「補い」と見なすべきではないか、とも思われます。喉が渴けば飲み、空腹を感じれば食べ、寒ければ体を覆い、疲れば休む。私たちの極めて微細な振る舞いを逐一導いているもの、私たちがそれと知らずに深く信頼しているものは、私自身の身体感覚の知ではないでしょうか。私が私の身体における知に導かれて生きていくこと、もしこれを捨てて身体についての知をすべて医学に託すとすれば、そのときには私たち自身の生が形骸化してしまうのではないのでしょうか。

野口晴哉は、私から私の身体を奪って疎外する医学の客観知にはなく、私が我が身をもって生きる心身合一の生にこそ、その生自身を維持

してくれる信頼に足る知はあり、この知を信頼して生きることこそ、真に「私の」生であるような全き生がある、ということ、私たちに伝えようとしているように思われます。彼の話の聴いてみましょう。

3. 野口晴哉の考え方

——物心二元論批判と心身合一の思想

以下、野口の実践と思想にかかわる幾つかの事柄を取り上げて、物心二元論への批判を含む彼の心身合一の思想を見てみたいと思います。

(なお、野口の著書として手に入りやすいものとしては、ちくま文庫に入っている『風邪の効用』、『整体入門』、『体癖』の三冊があります。整体協会の出版社である「全生社」からは全集を含むたくさんの著作が刊行されており、整体協会の機関誌である季刊『全生』にも毎号野口の言葉が載せられていますが、非会員には入手困難なものとなっています。以下、引用文の引用元は、鍵括弧でタイトルが示されているものは『全生』誌の記事、二重鍵括弧のものは全生社刊の著作です。)

3-1. 身体の自己治癒力

医学は一般に、身体という機械に外から手を入れて、その動きを調整しようとします。このとき、機械それ自身には、いったんそれが通常の動作のルーティンを外れた場合には、自分自身の故障や不調を治す機能は備わっていない、というのが、近代においては最も古くて基本的な見方であろうかと思われます。

けれども、野口晴哉が繰り返し指摘するところでは、身体には実は、外から手を加えずともそれ自身で一時的な異常からの回復に向かうような、自己治癒力(ないし自然治癒力)が備わっています。尤も、このこと自体は西洋近代医学でも言われてきたことであり、特に目新しい指摘ではありません。野口の考え方で目を引くのは、たんに異常な状態からの回復に関してだけでなく、異常と思われる状態への逸脱にもまた、身体の自己治癒力を認めているという点です。野口に言わせると、いわゆる「病氣」そのものが、体の状態の改善へと向かう自然な反応です。

『風邪の効用』という本は、野口晴哉の書いたもののなかでは最も良く知られているものですが、一般に「病氣」とされ治療の対象となる

「風邪」を、体がその失いかけたバランスを回復していくための自然な過程と捉えてその対処法を述べた本です。風邪を引き、熱が出た、咳が出る、頭が痛い、吐き気がする、下痢をした、という、現代人の多くは、解熱剤や咳止めや頭痛薬や胃薬や整腸剤を飲んで、それらの症状を治そうとします。しかし、野口によると、それは間違った対処方です。そうした症状は、こわばった体が弾力を取り戻すための必要な過程なのであって、もし薬などでそれを封じ込めてしまうと、一時的には健康になったように見えても、身体全体のどこかに無理が生じ、やがては風邪では済まないいっそう深刻な病気を引き起こすことになる、だから頻繁に風邪を引くということは、それを押さえ込まずに自然に経過させてやるならば、体にとって却ってよいことなのだ、と野口は説きます。野口の言葉（別の書き物からですが）を引きます。

病気もまた健康法なのです。病気は生命の安全弁なのです。体の壊れを治していこうとする治療行為なのです。頭が疲れたら欠伸がでます。悪いものを食べれば吐きます、或いは下痢をします。それを、人は病気だというけれども、それはみんな体を守るための体の治療行為なのです。（「心理指導ということ」）

健康だと悪いものを食べると吐く。体にとって悪い細菌があれば熱を出す。それらは正常である。吐いても下しても熱を出しても病気ではなく健康である。（「見えない働き」）

3-2. 感じる力

ただもしこれだけの話だとすれば、西洋近代医学の観点からしても、なるほどね、そういうことは当然あるよね、という程度の話だろうと思います。機械としての身体の仕組みに幅を持たせて、身体には、様々な手段を通じてそれ自身を維持するメカニズムが備わっている、と考えれば済むだけの話で、それだけの話なら、西洋医学の範疇内でずいぶん昔から考えられてきている事柄でもあります。重要なのは、自己治療に向かう身体のメカニズムが、たんに物理化学的・生理学的に説明可能な機械的なメカニズムであるのではなくて、「感じる」という主体の働きによってこそ作動するものだという事です。

人間は自動車と違って生き物だから自然に治る。治るのは治ろうとする要求があれば治っていく。何によって治ろうとする要求が起こるかということ、異常を異常として感ずることです。体に異常があると、痛かったり、体が重かったり、眠れなかったりと都合が悪いのです。だから治ろうとする。つまり異常感というものがある、そして回復の要求が起こる。〔…〕人間の体は異常があれば、痛いとか苦しいとかいうように感じるようにできているのです。そうすると回復しないと不便だから回復したい要求が起きてくる。要求が起これば体にもそういうはたらきが起こってきて、それで回復していく。（「見えないはたらき」）

このようにして、実は、「痛い」といった、通常はネガティブとみなされる感覚それ自体に意味があるわけです。ここには、先ほど「心身合一」を語るデカルトに見られたのと同様の、「感覚」についての或る理解がありますが、野口は、デカルトがそこに設けた限界を取り払い、「感覚」の持つ力を深く信頼します。ただ、感覚の持つ力にも、その適切な使い方というものがありますし、その力自体、様々な理由で損なわれるものです。野口晴哉によれば、重要なのは、感じるべきことをきちんと感じることであり、異常が異常と感じられるように日頃から体を敏感に保っておくことです。にもかかわらず、私たちは感じるべきことを感じるのをしばしば避け、そのつどの感覚を薬で消したり鈍らせたりして、ついには体全体を鈍感にしてしまう。それが体によくないのだと野口は説きます。

人間の体は壊れてくれば、それを治す自然の働きが起こるのです。その治す働きが起こるときには、痛いという感じがある。〔…〕そう感じるとそれを治す働きが自然に起こってくる。だから、体が敏感な人は、さっさとそのときどきによって体が変わってゆく。〔…〕だから体が敏感で整った状態であれば自然に健康は保てるが、体が鈍ってしまうと、いろいろ工夫してもなかなか保てない。ところが、今までの衛生は、体を敏感にすることよりは、鈍くすることしか考えられていない。病気であれば当然、体に変動があるのだから熱が出て調節しているのに、それを下げてしまったらどうなるだろうか。

異常があるから、「痛い」と言っているのに、それをそのまま止めてしまったらどうなるだろうか。（「要求の活用」）

身体の健康に関して「感じる」という働きが担うこの役割は、西洋近代医学が積極的に切り捨てようとするものです。というのは、先に触れたような物心二元論に立つ当の医学によれば（デカルトもまた言っていたように）「感じる」というこの働きは、当の身体の客観的な在り方を教えてくれるものではないからであり、医者が外から観察して把握したものこそが、客観的な存在としての当の身体の真実を示しているからです。

けれども、前節の終わりに触れたように、もし私の身体のこの主観的な知の確かさを放棄してしまったら、私たちの生の内実はおそらく空虚なものとなります。野口晴哉は、私たちの身体が持つ「感じる」力に全幅の信頼を置いていました。私たちが自分の感覚を信用できず、また実際に信用すべきでもないのは、たんに私たちの感覚が鈍っているからにすぎないのであって、感覚を研ぎ澄ましさえすれば、私たちは見えないものまでをも感じることができ、その直観こそが、私たちを自らの生にとって正しい方向へと必ず導いてくれるのだ、ということ、これを彼は様々な仕方で私たちに伝えようとしています。

人間の生命のことに關しては、考えることよりは感じることの方が先だ、いや、感じることの方がもっと重要なのだと思います。だから、人間の体に関して何らかの技術を持つとする人は、先ず、感じるということを訓練する必要があります。〔…〕訓練されて、感じるということが進歩するにつれて、考えても判らないようなことが判ってくる。考えられないようなことが感じられる。（『整体法の基礎』1977年）

3-3. 世界に生きる者としての人間

感じる、とは、これを拡げて考えれば、たんに自己の小さな身体や身近にある物質的なものを感じることに限られません。それは私たち自身と私たちを取り巻く世界全体を感じることに、そこに含まれたあらゆるものを感じることです。

物心二元論的な医学の構えで人体を見ると、それは世界のある小さな区画を占めるだけの一物体として捉えられます。それは、客観的物体としては、たしかにそのようなものです。けれども、心身合一の立場で、その客体的物体のところを身を置いたならば、どうでしょうか。私はその物体のところにながら、そこから世界全体を眺め、世界全体に耳を傾け、そこから動き出して様々なものと関係を持つとします。私は身体のところにながら、世界全体へと開かれており、そこで様々な人や物と交渉を持ちます。

心身合一において自己と人間とを考えると、人間をそのようなものとして捉えることです。野口晴哉の言葉を見てみましょう。

体というのは〔…〕その環境と心と魂をも全部ひっくるめてやはり一つのものなのです。解剖学教室にポツンと置かれている模型のように体だけがあるのではないのです。株が下がったというだけで食欲がなくなる人もあれば、相手の人がふくれているというだけでふくれ返っている人もある。〔…〕人間というのはそういうもので、普段の生活、環境、全世界の動きの中の一つとして人間を見ていくと、そういう繋がりをもっと拡がって、いろいろなことが分かるようになってきます。（『愉気法1』1986年）

生きている病人の胸のうちには不安もあれば、失恋もあります。税金の催促状もあれば、株の暴落もあります。それを胸の中には心臓と肺しか無いつもりになり、眼で見えるそういうものの変化だけを病気として見ているのでありますが、そういう見方では人間が何故二本足で立っているかは判らないのであります。屍体は三本足でなければ立ってはおりません。その見えないもう一本の足で生きているから、同じリンゴを見て食欲をおこしたり、画いてみたくなったり、利害勘定してみたりするのでありまして、その為の動作もその裡に動くはたらきを知らねば判らないのであります。生きている人を一旦殺して考える解剖学的の見方からだけ治療を出発させようとするのは間違いであることを明記せねばなりません。（『治療の書』1977年）

身体は心なきたんなる物体ではなく、そこには心があります。その心は、痛みや飢えや渇きなど、一見明らかに身体的と思われる感覚だけではなく、むしろ精神的なもの、様々な「気持ち」、「空想」や「願い」や「考え」などをも持っていて、そうした「気持ち」は現実の世界や空想の世界の至る所へ向かっています。

例えば、心が折れてうずくまり、立ち上がることもできなくなっている私の前に、私の親しいある人がやってきて、笑顔を見せる。その笑顔は、私に対して、物体が物体に与えるような特段の物理的影響を与えるようなものではないけれども、その笑顔を見るだけで、私には元気が湧いてきて、立ち上がることができるようになる。そんなふうには、「心」や「気分」で動くことがある。野口晴哉も使っている「気」という概念は、一般には、ずいぶん怪しげなものに感じられるところもありますが、考えてみると、ごくありきたりに私たちがそれによって動いている当のものです。人に何かを言われて「気」にしたり、「その気」になったり、「本気」になったり、「嫌気」がさしたりする。そういうことで人はいろいろと異なった方向へ動き、そのことで自分の人生を大きく変化させていくものです。そのことは当然、狭い意味での身体健康とも密接に関わっていることでしょう。

「私」自身が、そのような在り方のなかで生きているのですが、他人を見る（診る）ときにも、たんなる物体としての身体を診るのではなく、またたんに痛みや飢えや渇きなどを抱え持っているだけの身体を診るのみでもなく、この世界の様々なことを「気かけ」「気にして」いるような一人の人間として、その人を見る、これが、西洋医学の方法論にはない（しかし、良心的な医師であればそのことの大切さは経験的によくわかっているのが通常の）野口晴哉の「指導」の方法だと言えます。

3-4. 「心理指導」と「魂の感応」

野口晴哉は、当初は基本的に、人の身体との接触（いわゆる手当てなど）や接近（いわゆる手かざしなど）を通じて、身体に働きかけることで「治療」や「指導」を行っていました。しかしその身体はもちろんたんなる物体ではなく、心の宿った身体である以上、身体に触れることはまたその人の心にも触れることであり、そのことを野口は忘れていませんでした。

さらに特に晩年には、彼は、身体に触れることを主としない「心理指導」という方法を研究していました。それは、言葉や仕草、間の取り方や、時には物の授受などのやり取りを通じて、相手の気持ちを向け変え、そのことで身体にも活力を取り戻させるような、そんな技術です。

野口はそのような技術に非常に、これもまた天才的に長けていました。いわゆる「催眠術」に類したことも、彼にはできたようです。ただ野口は、そのようにして他人をいわば「操る」ことを嫌いました。むしろ彼は、人々が我知らず暗示にかかって夢遊病者のように振る舞っているのを目覚めさせ、彼らが自分の足で歩くようになることを願っていたからです。

そのような野口の技術は、まずは、また最終的にも、たんに「技術」とか「指導」とか言う言葉で呼ばれるようなものを越えたところにその本来の在り方を持ちます。それは、心身一如の存在として、この世界であるもう一人の誰かと出会った私が、その誰かに、自分のもてるあらゆる力を用いて全身全霊で直に関わり、相手のなかに生きる力を呼び起こそうとするような、我が身をかけた振る舞いです。

よく心理指導というと、希望を与えたり、いろいろ慰めたり、又上手に説得をしたりするようなことや、或いは推感法的な暗示を与えるなど、指導という名称のために何らか相手の心にはたらきかけることだと思われているようですが、その考え方は本当の意味の指導というものとは違うのであります。本当の指導は、相手の心に対して何らかの手段を弄することではなく、強いて言えば、直接相手の人間そのものに手段を介さずはたらきかけることであります。(『人間の探求』1974年、強調は野口)

また翻って「愉氣」というものについて、野口は次のように言っています(「愉氣」というのは、自分の「気」をもって相手の「気」を引き起こす方法で、最初は「気を送る・運ぶ」という意味合いで「輸氣」と書いていたところ、「実際には、気というような何か物理的なものが空間を渡って相手に送られるというわけではない」というところから、「送る・運ぶ」の意の「輸」を「愉しい」の「愉」に替えてしまったそうです)。

私のいう愉気というのは、人間の魂の感応というものでなくて、もっと物理的な、生理的な力かもしれないのです。しかし私は物理的な、生理的な力として愉気するのではないのです。[……] 気が合えば遠く離れたアメリカにいても効くものです。気が合わなければ隣にいても何も作用しない。それが気というものなのです。だから生理的とか物理的とかいうのでないもの、気の背後にある何かが気を通して感応するのですから、やはり魂の感応という方が本当ではないか、と思っております。[……] 《魂》という、それでよいと思います。《魂の感応》、自分ではそういうつもりでやっております。自分の全部を叩きつけるようにして愉気をします。指先だけでの誤魔化しはしません。だからその人の全部が動き出してくる。そうでなければ愉気というものではないと、私は思っております。手から出る気を伝えて行くとか、その気で傷口を治すとか、そういうのは、生理的な気かも知れません。けれどももっと直接に、その人の魂に自分の魂をぶっつけて、そして揺す振り起こして行くことが、愉気ということの本式のやり方ではないかと思うのです。(『愉気法1』)

ここでは「魂」と「身体」とはもはや別々ではありません。心身合一、心身一如の一人の全き人間がここにおいて、その人間がその全存在を持って、もう一人の誰かに向かっているのです。私たちの物心二元論とは、逆に、このような本気の生を生きること躊躇い、誰かとの直の触れあいを避けて巧妙に身を隠すための、臆病な私たちの方便なのかもしれません。

4. 終わりに

以上、今回は、野口晴哉という一人の特殊な実践家の実践と思想とに即して、物心二元論に代わる心身合一の思考の具体的な在り方について考えてみました。皆さんはここから何を考えるでしょうか。

新型コロナウイルスのパンデミック下にあつて、医学の知と技術とに当然のように普段にもまして助けを求めようとする私たちには、野口のように自己の身体の内からの感覚に全幅の信頼を置こうとする態度は、そのままのかたちでは受け入れ難いもののようにも思われるかもしれま

せん。ことに、現代の生活のなかで感受性をひどく鈍らせ、また場合によってはいわば狂わせてしまっている私たちにとっては、自分の感覚など、もはや信頼すべき忠告者であるどころか、警戒すべき虚言者であるようにすら思われます。私たちはもはや、経験的には老いや病の進行とともに「身にしみて」実感されてもくるように、医学の庇護を受けずには生を全うすることができない生き物になってしまったのでしょうか。

他方、これといわば裏腹に、一見したところ、私たちは、前世紀に比べれば、自ら日々ずっと過敏に健康に気をつけているようにも思われますし、自分自身の健康を意識的に管理することに格段に巧みになっているかにも映ります。しかし多くの場合、実のところ私たちは、自己の身体を、どこか外から与えられたマニュアルに従って、ただ自分がせいぜい巧みに操ることができるというだけの機器のように扱っているばかりで、本当は、自分自身の身体を失い、場合によっては自身そのものをさえ失っているのかもしれない。

いずれにせよ、とまどいながら不確かな足取りで進む私たちにとって、野口晴哉の思想は、たんに他人の話として聴いて終わらせるのではなく、私たち自身の可能性として、少なくとも一度真剣に捉え直してみるべきものではないかと思われます。

注

- 1) 本稿は、2021年度前期・成城大学共通教育科目「哲学入門 a」の第8回授業の講義資料に若干の修正を施したものである。オンデマンド式の遠隔授業で実施されたこの科目の授業では、各回、このような資料が、これを読みあげた音声資料とともに受講者に提供された。「私」と「身体」と「他人」という三つのテーマを順に扱った全15回中、この第8回の授業は「身体」をテーマとしたシリーズの第2回目であった。