

## 音をたてずに破裂する音

ハイデルベルク大学病院医療心理学研究所における個別音楽療法：  
精神腫瘍学の事例

ザビーネ リトナー

訳：溝上由紀子

*Erschienen in: Musik und Gesundheit. Halbjahreszeitung für Musik in Therapie, Medizin und Beratung. Hg. Hans-Helmut Decker-Voigt, Ralf Spintge. Ausgabe 5/2003. Lilienthal: Eres.*

Aさん(女性)は手術が不可能な状態の肺癌を患っており、毎週外来で化学療法を受けていました。この癌は治癒目的とした治療を行なうには進行しすぎていたため、緩和ケアを受けていました。Aさんの病気が見つかった時点で、生命予後はあと数カ月と言われていたのです。その2ヶ月ほどのちに、彼女は私のもとへやって来ました。大きくてか細く、衰弱した、幾分無愛想に見える女性で、不安に満ちて目を見開いており、髪が薄くなっていました。体重は、治療開始から20Kg減少していました。Aさんは大変弱っていましたが、同時に粘り強さや決断力があり、果敢な意志力を兼ね備えているように見えました。彼女は死に直面することからくる不安状態、絶望感、うつ状態の増悪を克服したいと助けを求めました。Aさんは「良好な」家族・友人関係に包まれてはいたものの、彼女一人のために誰かがいたわりの空間となって、個人的に取り乱されたり不安をあおられたりする事のないように支えてくれることを望んでいました。そういうわけで、現状としては殻に閉じこもっている状態でした。彼女は目下、近くにいるすべての人達との関係を「虫めがねを通してみるように(細かく)」批判的に述べていました。ようやく今、長年家族から受けていた負担となる要求や期待から一線を引き「間にフィルターを入れること」を学ぶ時がきたのです。私たちが共にいる目的は、現在Aさんの身体に起こっている衝撃的な経験について整理し、それを統合する手助けをすることと、彼女を取り巻く社会的環境について理解を深めるプロセスを支えることにありました。Aさんは癌の発症に関して「精神分析のような」覆いをとる「心理学的原因究明」は、今ではもう意味がないので行ないたくないとはっきりと述べました。彼女はこの深刻な人生の新たな状況に対し、克服し前進するためのすべてのエネルギーを注ぎ込むことを欲していたのです。

45歳のAさんは発病するまでは職業専門学校の校長でした。ここ数カ月はパートナーと共に暮らしていますが、子どもはいませんでした。彼女は「私の職業にはとても満足しています。生徒たちは、私の子ども達です。そこは私の人生にはかけがえのない場所です」と言いました。

それからの時間、Aさんは負担に思っている事を洗いざらい話し、彼女の身体を即物的にし  
か扱わない医者に対する怒りを話しに話すことで、たくさんの“憤激を吐きだしたい”と  
ういう強い願望を持っていることを示しました。その際、Aさんは幾らか硬い感じで、離れ  
た場所で椅子にもたれかかっています。この籐製の椅子は、彼女に精神的なものと同様  
に身体的な脆さに支えを与え、感情の大きな氾濫から守っているように見えました。

私は会話をしていく中で、慎重に非指示的な催眠療法的な方法を用い、感じる事に関心が  
向くようにしました。そのようにして折に触れ、Aさんの注意を少しずつ内側へ向けるよう  
誘いました。その際、身体の姿勢はなんらかの方法で変えずに済むようにしました。Aさん  
は、少しずつ、また慎重に感情を表出しはじめました。7回目のセッションで初めて彼女は  
楽器を触ってみようという気になりました。彼女は大きな太鼓（直径 1.30mの大きく吊り  
下げられた太鼓で両側に牛の皮が貼ってある）に惹きつけられ“癌との戦い”と言いま  
した。この大太鼓を3分ほど叩いた後、Aさんは身体の中にある力が大きく湧き上がって  
くるのに驚きました。そしてそれは彼女の中にある怒りや増大する癌への攻撃的な対決の、  
とっさに生じた抑えようのない表出だったのです。このように力強く大太鼓を叩く事によ  
って“やっと自分自身を再び取り戻すことができること”は彼女に良い影響をもたらしま  
した。Aさんは「私は癌という言葉叩きのめしました。まるで石で出来たモニュメントを  
目の前でみているよう。亀裂が入りましたが、打ち砕くことは出来ませんでした」と言  
いました。

16回目でAさんは、全く話すような気分ではありませんでした。今、感じている身体の衝  
動に従いませんかという私の提案を彼女は感謝とともに受け入れ、床絨毯の上に横になり  
私に[身体を]毛布でくるませました。私はAさんの隣に座り、心地よいリラックスでき  
るような状態へと導いていきました。pacingとleading、つまり取り上げるやり方と、導く  
やり方とを互いに交代していく中で、Aさんに身体の中で今一番心地悪いと感じる部分  
[あなたの]内側で探し求めてみるように言いました。彼女は腹部の太陽神係叢のあたり  
を指し、その部分が暗く、そこから鈍く引っ張られるように今感じていると伝えました。  
今体験している気持ちを、息を吐くと共に聞こえるようにし[声として]流してみてもど  
うかと誘うと、Aさんの中から静かで、呻くような、ため息のような音が漏れだし、そして  
ゴロゴロとお腹が鳴る音もはっきりと聞こえて来ました。Aさんは突然に増した痛みを和ら  
げるために横になり、ポジションを変えました。私は更に、今最も心地良いと感じる身体  
の個所を探し求めてみるよう提案しました。すると彼女は、目と額の部分が光り輝いて  
いるのを見つけました。[この部分の]表現としては、幾らか柔らかい音が流れ出てきたもの  
の、すぐに弱まっていきました。第3段階として、この心地よいものと心地よくない身体  
部分、つまり彼女の中の“輝くように明るい”部分と“暗い”部分との間を結びつけ、そ  
こに例えば[音として]川や細い流れ、或いは大きな流れなどをつくってみよう提案し

ました。その際、モノコードのやさしく流れるような音で A さんを支え、その中から彼女が特に好み、よりリラックスできる音を共に探し出しました。A さんは、光に満ちた頭の領域から“ひとつひとつの小さな滴のように”下の方に送られる、柔らかい水の泡が見えた」と描写しました。「それが腹部の不気味な個所に到達する前に、次第に弱まり、解体し、暗闇の中で音をたてずに破裂するのです」

引き続き 17 回目では、挨拶時に A さんが、かなりやつれ気分が優れない様子であることに気が付きました。話しをしていくうちに血液の定期検査を受け、血液中の癌細胞が増加しており、腫瘍が活発になっている結果が出たのだということが分かりました。彼女は泣きましたが、話をする間、暗闇に沈み込まないようコントロールしようとしている様子でした。私は A さんに不安と積極的に向き合い、それに適した楽器を選ぶことを想像出来るかどうか尋ねてみました。彼女はしばらくためらった後に否定し、今日はそれに取り組むだけの力がないように感じると言いました。それに加えて前回は大変集中して取り組み、[心を]かき乱される体験をしていました。どちらかというところ落ち着くようなものが今の彼女にとっては良く、再び床の上に横になりたいと言い、私に毛布をくるませました。私は新たに心地の良いトランス状態へと導きました。その際、A さんは自発的に、水に浮いたエアーマットの上に横たわっているようだともイメージしました。彼女は、休暇で [訪れて] 良く知っている静かな海岸で、波の音のようにやさしく揺れる呼吸のリズムの中で心地よく、しっかりと支えられているように感じました。

A さんの了解を得た後、私はお腹の上、おへその上あたりに優しく手を置き、一緒に呼吸をしました。それから静かに基音をベースにしたメロディーを歌い始めたのです。しばらくしてから「他にはどこに手を置いてもらいたいですか」と尋ねてみました。A さんはもっと上のみぞおちの部分の指し、しっかりと手を触れていて欲しいと頼みました。私は再び歌い出し、気が向けば一緒に歌っても構いませんよと誘いました。A さんは静かに歌い出しましたが、咳が出て次第に激しくなりました。そして数分後、突然中止し起き上がりました。

彼女は目に涙を浮かべながら、自身の身体に対するあらゆる信頼が失われており、[身体を]まるで敵であるかのように感じると言いました。それ [身体] は、彼女に喜びをもたらすと計画されているすべての未来の可能性を奪っているのです。私の声は彼女を慰め、落ち着かせました。その声は“私がこれまで、このような形では一度も得たことがなかった”やさしい母親からの、魂の栄養のようだったと A さんは言いました。私の手が触れることで、必要な手がかりを与えたのです。そのための前提として、彼女が支えられている状況の中で、“栄養”としての音を受け入れることができるということがあります。しかし最後のセッションで突然現れた痛みは、彼女の身体がどこも丈夫ではないと再び訴え、示すものでした。ただ A さんはそれを認めたくなかったのです。話し合いの中で私たちは、

この身体と頭 [で思うこと] の間で起きている解離という現在の生活状況を意義深いリソース(資源)と見なすことができることを発見しました。そこでは癌という身体の病から発せられる絶え間ない不安と恐怖から、彼女の精神は時折“休暇”をとることが許されるのです。「ただほんの僅かな時間だけでも夢を見るのは救いです」と A さんは言いました。

ここで述べたセラピーのひとつは華々しいものではありません。A さんとの脆くもやさしい、慎重な関わりの中で、確実な解決方法というものはありませんが、私の療法活動において具体例に即した幾つかの体系的な原則があります：

- 音楽療法、ボディワーク、臨床催眠療法などを含むメソッドの意義深い統合のうちに潜んでいる潜在力
- “付いていくことを通して導く”方法。これはつまり患者が、各々の状況の中で何が治癒的であるのか自分で見つけ出すことのできる能力を尊重すること。
- トランス導入作業や呼吸や声を用いる作業は、内側と外側、意識と無意識、非言語と言語の橋渡しをするのに用いられます。

しかしながら明確に述べておきたい事があります：これは癌 [そのもの] を治すことに関わるのではなく、ましてや通俗科学的なトレンドに沿って、A さんが癌という病にかかるのには心理的な原因があり、心理療法の“魔法で取り除く”ことができるかのように暗示することではないのです。これは絶望と高揚感の間の危険に満ちた綱渡りを注意深く支えながら、癌を患ったことを体験し尽くすことに関わるものです。これはまた、これらを越えた先にある悲しみに取り組むことであり、極度の挑戦の中で避けようのない、多くは、短縮され、残された、しかし通例これまでにないほどインテンシブな人生を通して、早く成熟する魂の統合に関わることなのです。

A さんとのこの 2 つの時間[16 回目と 17 回目]の劇的なバックグラウンドが、次の 18 回目のセッションで明らかになりました。それは、はっきりと感じ取れる痛みの部分が、何らかの方法で今まで気がつかなかった [癌の] 転移に関係しているのではないかという私の口に出しては言わなかった予測が、超音波検査を通して実証されたのです。

A さんの潜在意識は、身体が病に侵された部分を癒せるようになるための、残されたエネルギーが十分でないことを知っていたのかもしれませんが。彼女がイメージの中で光に満ちた額の部分から身体の不気味な暗い下の部分へと送ろうとした“水の泡”は次第に弱まり、途中ではじけ、目的地に到達することは無かったのです。

私がハンブルク大学で行った放射線療法を受けている患者に対する精神腫瘍学の研究プロジェクトを行って以来、癌患者が回避したり、抵抗したりしていると思われることは尊重すべきであり、葛藤に焦点を当てた感情的な作業は、まず身体の十分な安定があつて初

めて行ってよいものであるという事が分かっていました。癌患者は、大抵どの程度明らかにされたメッセージを意識の表面に入れて良いのか、そしてまた自身の身体にとって悪夢のような戦いについて敏感に感じるのはどの程度が限界なのか、どのように高度に技術化した治療により更に力を奪われてしまうかもしれないことを課せられるのかを本能的によく知っています。例えば致命的な放射線治療を受けている間、命を救い“気が狂って”しまわないため、解離という形態を多少発揮することは、大変意味深く“健康”でもありません。

数カ月にわたり [A さんが] 治療を要した休みの後、19 回目に私たちが会う時間を迎えました。私は彼女が結婚し、人生の中で初めて夫を得、幸せであると聞きました。続けて多くを語る必要はなく、私たちはこれまで体験してきたことを難なく結びつけることができました。そして私たちの声や音の表現を分かち合い、アルトリコーダーとテノールリコーダーのデュオを初めて即興で演奏しました。A さんは 2 年前に、長年抱えてきたリコーダーのレッスンを受けたいという願望を叶え、始めていました。癌の発症からは [リコーダーを] 吹くことが出来ずにいました。というのは強い痛みが指の先まで走っていたからです (注：化学療法を受けた結果として末梢神経の損傷があった)。私たちの信頼関係の中で A さんはこの日、“[病気の発症以来] 全く練習出来ていなくても”アルトリコーダーを再び握る勇気を初めて得たのです。この演奏は広がっていき、私たちは共に超越的な、喜びに満ちた雰囲気になりました。一瞬、身体的な痛みや不安、何かを“正しく”行うことから解放され、この優しい音と、シンプルなメロディーが、私達自身を超えたところから生まれてくるようでした。

これは私たちの最期の出会いであるかもしれないことの表れでした。電話や文章でのやり取りでは A さんの状態は日に日に悪化しているとのことでした。4 ヶ月後、A さんの夫が電話をかけてきて、妻が亡くなったことを私に伝えました。彼女の親しい友人、最後に最も近くにいた人たちは皆、A さんが家で昏睡状態に陥り、その後すぐに亡くなった時に、その場に居合わせました。A さんの夫は語りました「その前の週末は、アルザスと一緒にシューベルトのコンサートに行きました。私たちは、この時ほど素晴らしい時を過ごした事はありませんでした。私の妻は喜びの中で息を引き取ったのです」と。