

## まえがき

本書『病気は心がつくる』の執筆を思い立ったのは、今から一年半ほど前である。日本の医療費は二〇一七年度、四二兆円を超えたと言われている。もし、仮に自らの力で健康を保つことができずならば、恐らくこの医療費は一〇分の一になるであろう。それを思った時に、多くの病気は心を作り出していることを理解していた私は、自己予防としての心身症の本を書こうと思いついた。幸いセラピーを通して、多くの症例を体験し、クライアントの改善治癒を目の当たりにしてきた。この事実は理論の実証として、我が意を強くさせた。すなわち、世に出す決意をさせた。そんな折、私は一冊の本に出会った。それは、雑誌『Inago』の特集〈エス〉とは何か（一九九五年十月刊）である。その中のある一文に目が留まった。

それは、野間俊一氏の『エスとの対話（ゲオルグ・グロデックの治療理念）』である。このグロデックは、まさに私そのものだった。ドイツ、バーデン＝バーデン温泉療養所を営む一般開業医だったグロデックは、エスという概念を生み出し、それをフロイトが引き継いだといってもいい根本理念を作った人である。そしてそのエスの概念を臨床で実証した人なのである。それはラカンのいう、身体は文字が刻まれた辞書のようなものであるということを経験したことによって裏付ける内容であっ

た。彼は確信をもって、この仮説のエスを説いた。エスの核心について、野間氏は文中でこう書いている。

——（前略）格別な臨床価値を有しているという彼の医者幻想は、事実患者の病気が快方に向かったという無数の臨床経験に基づいている——。

私が本書執筆を考えたのも、まさにこの臨床事実が背景にある。そしてこれを世に出すということとは、野間氏の文中にもあるが、グロデックの発想は神秘主義と極めて近い位置にあり、決して私達の論理要請に答えるものではない。

さらに「彼の思想を単に心身医学草創期の思弁的論理と捉える者も多い」とも書かれている。この神秘主義と思弁的論議であるという誹りそしを免れないことと知りつつ本書を書き続けたのである。摺筆する前にグロデックに出会ってしまった。そうなると本書は二番煎じを免れることはできなくなるが、それでも敢えて私は書くことにした。なぜならば、現代に生きたグロデックの再生として自らを捉えることで、敢えて二番煎じを出してしまおうと決めたのである。

断っておくが、私はグロデックの著作である、『エスの本―無意識の探求』（誠信書房）、『エスとの対話―心身の無意識と癒し』（新曜社）を、一行も読んだことはない。

本書に記載した病気とその症状については、『病気と症状がわかる事典（改訂新版）』（日本文芸社）を参考とした。

## 目次

まえがき 3

## 序章

心身症のメカニズム 10  
は宇宙 21  
恐怖の構造 15  
最初の恐怖 16  
まなざしの重要性 18  
体

## 第一章 心と体のメカニズム

1. 心の定義 28

2. 病気とは 44

3. 心が症状を作り出すメカニズム 45

## 第二章 系統別による病気の話

### 1. 循環器系

高血圧症 52  
心臓神経症 56  
不整脈 57  
遺伝性不整脈(家族性心房細動) 59  
狭心

症 61  
心不全 62  
心筋梗塞 63

### 2. 脳神経系

くも膜下出血 65  
脳内出血 67  
脳腫瘍 69  
頭痛 72  
片頭痛 74  
アルツハイマ

- 1 病 76 パーキンソン病 78
3. 呼吸器系  
 気管支喘息 81 ウイルス性肺炎 83 肺結核 87 肺気腫 89 過換気症候群 90  
 肺癌 92 風邪症候群 94
4. 消化器系  
 食道炎 97 胃潰瘍・十二指腸潰瘍 98 胃癌 100 過敏性腸症候群（慢性下痢・急性腸炎） 102 虫垂炎 105 腸閉塞 106 腸重積 108 鼠径ヘルニア（脱腸） 110 クロイン病 111 大腸ポリープ 112 大腸癌 114 痔 121 ウイルス性肝炎A型 122 劇症肝炎 127 変 126 肝硬
5. 腎臓・尿路  
 急性腎炎 129 腎臓結石・尿管結石 132 頻尿 134 膀胱炎 136
6. 血液  
 貧血 139 白血病 142
7. 内分泌代謝系  
 糖尿 146 甲状腺機能亢進症（バセドウ病） 150 肥満症 153 痛風 158
8. アレルギー  
 アナフィラキシーショック 163 膠原病 163
9. 感染症  
 重症急性呼吸器症候群（SARS） 173 腸管出血性大腸菌（O157） 175 ノロウイルス 177

溶連菌（溶血性連鎖球菌）感染症 178

（性感染症）

淋病 182 性器のクラミジア感染症 183 梅毒 183 性器ヘルペス感染症 185 膣カンジ

ダ症 186 膣トリコモナス症 186 HIV感染症/AIDS 187

## 10 骨筋肉系

ぎっくり腰（腰椎捻挫） 191 腰椎椎間板ヘルニア 193 腰部脊柱管狭窄症 195 腰椎分離

症・腰椎すべり症 196 頸椎捻挫（むち打ち症） 198 肩関節周囲炎（五十肩） 200 ばね指

（弾撥指）・手根管症候群 203

## 11 皮膚系

かゆみ・湿疹 204 魚鱗癬（鮫肌） 208 じん麻疹 209 アトピー性皮膚炎 211 尋常性

ざ瘡（ニキビ） 215 瘡（おでき）・癰 217 帯状疱疹 219 血管腫 221 白癬（水虫） 222

円形脱毛症 224 巻き爪 226 顔面神経麻痺 227 眼瞼下垂 229

## 12 眼科領域

麦粒腫（ものもらい） 230 白内障（白そこひ） 232 緑内障（青そこひ） 233 網膜剝離 235

## 13 耳鼻咽喉系

中耳炎 238 めまい・メニエール病・良性発作頭位めまい 240 鼻アレルギー（アレルギー性

鼻炎） 242 慢性副鼻腔炎（蓄膿症）、鼻茸 244 鼻出血 246

## 14 口腔領域

扁桃腺炎 248 嚥下障害 250 不正咬合 251 口内炎 252 口腔癌・食道癌 254

15 男性の病気

前立腺肥大症

256

16 産婦人科領域

子宮筋腫

稀発月経

258

子宮頸癌

262

子宮内膜症

264

卵巣嚢腫

266

機能性

17 子供の病気

手足口病

275

乳癌

271

軟産道強靱

273

帝王切開

274

あとがき

292

第三章 予防と健康

予防の概念

健康になる

(1) 暴飲暴食

280

(2) 過労

281

(3) 病原菌(ウイルス)

282

(4) 遺伝

282

(5) ストレス

283

(1) 程よさ

286

(2) 肉体との対話

287

(3) 宇宙と対話する

288

(4) 健康の三か条

290

# 序 章

仙台ラカン講座（二〇一七年十月十四日）の抜粋

## 心身症のメカニズム

私が何より語るのは、臨床ということです。臨床とは事実です。事実の中から真実として言語にしたのが、私の心身症という理論です。事実と真実は全く違うのです。いわゆる、事実というのは事例ではない。

秋田県の玉川温泉で、あるおじいちゃんが、十三年前に癌で余命三か月と言われてここに来て、今もいると、今朝のテレビで放映していました。全員が癌が治るわけではないのです。しかし、治る人もあるというのは事実です。それがどうして治ったかの真実については誰も語れない。世の中には民間療法と称して、非常に数多の治療法が存在します。でも、玉川温泉でインタビューを受けたおじいちゃんは、十三年生きています。そういった事実があるが、それは事例ではない。その事例を、私は真実という形で理論体系化した。体系化したというところが、理論化なのです。そういう形式をとらないと世の中の今後理論が生き延びないために、私はそれを集大成し、本書を書き上げようとしたのです。

さて、心身症という概念からお話ししましょう。認識する第一歩として、人間というものは何かという事実と、真実に迫ってみなければなりません。

人間というのは、簡単にいえば心と体の二重構造です。神様が人間に首という部位を作ったのは、深い意味があります。実は、心と体は別物だと、神は言いたかったのです。それをまさに、首とい



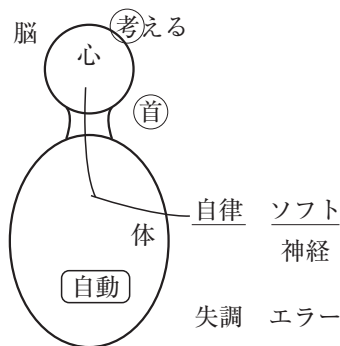


図1：心と体の模式図

う接合部で繋いでいるに等しいわけです。心と体が別物だということをお教えてくれている動物がいます。キリンです。

私は、あれは宇宙人が来て、遺伝子操作して作ったと思うのです。理屈的には適者生存で、アフリカの高い木の上の葉を食べるために首が長くなったという説はありますが、しかし百年や千年であそこまで伸びると思えない。そして不合理です。運動しにくいし、バランス悪いし、どうもあれは奇妙過ぎるのです。

キリンに心があるかは別として、心を言葉に変えて、思考するとう機能を中心と置き換える。そうすれば、考えるということが心だと規定できます。ならば、体は何と表現したらいいでしょうか。

自動と他動の二つの概念に分かれます。臓器は自律神経がコントロールしています。工場でも必ずオートマチックにはコンピューターが付いている。体を動かすオートマチックのコンピューターを、自律神経といいます。頭が痛い、肩こりがひどい、下痢するなどを訴えて医者に行き、調べるが、何も異常がない。その時の診断名は、自律神経失調症です。

そもそも体には自律神経というコンピュータハードが入っています。臓器がそれぞれ勝手に自律して動くコンピュータを自律神経といいます。だから脳の回路を通らない。本来、自律神経というのは、思考、脳、心に影響を受けない単独の独立したコンピュータであるはずで、自律神経失調症というのは自律神経がエラーを起こすのです。

現在、多くの電化製品は、動体部分（ハード）と、それを動かしているソフトで構成されています。車もコンピュータの塊です。だから、部分で直せないで、アセンブリー交換になる。

そのように人間も一つの生命システムとして考えると、ソフトとハード、いわゆる、思考と神経、電気という配線で、配線回路があつてその全体をプログラムしたソフトとハードで構成されている。それがセットされて正常に動くのが人間の基本であり、健康です。

ところが、不具合というのがやはり生じる。ネットが繋がらないとか、フリーズするとか、不具合が生じる。

フリーズというのは凍り付くという意味です。凍り付く状況を体験した人を何といいますか。この言葉からある病名に行き着きます。これをトラウマ、心的外傷・PTSDという。あれは恐怖体験者です。恐怖というのは凍り付く、だからフリーズ体験をトラウマという。

フリーズ・心が固まるとは、脳でいえば思考停止です。思考停止とは、自分が動けなくなる、動けないということは判断できないから体が動かない、咄嗟ととさの判断ができない。

そのように我々の体が止まるとは、脳の指令が止まることです。この状態がまさにパソコンでいうとフリーズ、つまり問題の処理ができない状態です。人間の脳とは、情報を処理しているのです。

これが思考です。だから思考スピードが遅いと情報処理ができなくなつて、完全にフリーズしてしまふのです。要するに、ある種の強制電源オフのように、体が止まってしまふ。そうすると体の正常な機能が一時ストップする。このフリーズが自律神経に影響するということです。主電源を切られるから、体の電源も切れる。すると不具合（エラー）を起こす原因をエラーした部位にマーキングしてしまふ。こんなことが度重なれば、自律神経に異常が起きてくるというふうに見えるのです。本来何事もなければ、自律神経はまさに自動的に勝手にソフトを更新しながら動くのです。それで我々は五十年、百年生きられています。でも病気になる人がいる、身体に異常を来す人がいるということとは、自律神経の不具合からきていると考えるのが妥当です。本来ならば人間のソフトは、脳のソフトと体のソフトは別々だから、脳が壊れても体は動くのです。メインコンピュータ（脳）が壊れても、自律ソフトは動いている状態を、心が死んでも体が動いているので、意識不明、もしくは植物状態という。

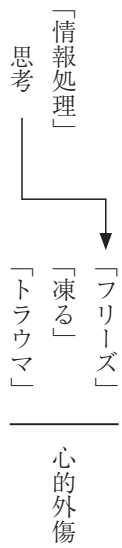


図2：トラウマの形成過程

心・脳が死んでも動くということは、独立した機能だということを証明している。脳が死んでも体が動くということは、体はそもそも健康だということです。基本的に人は病気になるはずもないし、癌になるはずもない。だから心が恐怖体験をしなければ、フリーズという電源回路の一部の一瞬间でも遮断が起きなければ、一切自律神経ソフトには障害が起きないということです。脳が恐怖というものを認識しない限り、トラウマを体験しない限り。

恐怖というのは、全ての人が同じ恐怖を感じるわけではありません。生活していく中で、自分に恐怖を与える人・事・物に絶対に遭遇しないと、言い切れません。我々は社会に生きている限り、蔓延している恐怖の中で生活していることになるのです。換言すれば、我々は常にトラウマを作る環境にさらされているということです。病気の種は、私たちの体の外側に蔓延しているということですからこそ、心身症について話す価値があるのです。

簡単にいえば、全ての病気は自律神経の失調と仮説を立て、その仮説が一つの真理になるところまで、私は心身症の論理体系を作ったのです。

なお、一般に「心身症」という場合の医学的定義は次のとおりである。

「心身症とは身体疾患の中で、その発症や経過に心理社会的因子が密接に関与し、器質のない機能的障害が認められる病態をいう。ただし神経症やうつ病など、他の精神障害に伴う身体症状は除外する」(日本心身医学会、一九九二)

## あとがき

一年猶予にわたる執筆の期間中、病氣、症例に取り組んできたが、書き続けるに及んで新たな病氣に数々出会い、多くの臨床とその病の本質の言葉に出会ってきた。その病氣の一つ一つが訴えていることは、言えない主体の苦痛な叫びだった。「俺を殺さないでくれ」という、まさにこの主体の叫びは、言葉で表せないために体の症状として語ったのである。

病氣の症状とは、いかなる病氣であろうとも、それは主体の悲痛な語らいでしかない。その声を聞いて言葉にしてあげること、もう一度主体を生き返らせることが病氣の治療だった。すなわち、症状の意味を抜き取るという言語化の作業こそ、病氣の治療であり精神分析そのものだった。

精神分析は決して病氣の治療を目的としたものではなく、あくまで主体の欲望の分析である。すなわち主体を生き活きと輝かしく、その存在を象徴界に記名することなのである。この主体の象徴化への象徴的登録こそ、精神分析の成せる業なのである。この業が病氣を消してしまうのである。決して病氣を治したのではない。病氣そのものを消したのである。

この本が多くの人の目に触れ、一人でも多くの方が健康で長寿の人生を送ることができるよう願いつつ筆を置く。

二〇一七年六月一四日

東松山ホテルヘリテイジ・リゾートにて  
大澤 秀行

大澤秀行（おおさわ・ひでゆき）

1951年、埼玉県熊谷市生まれ。出版社に勤める傍ら岩波講座『精神の科学』（岩波書店）全十巻別巻1を独学で読破し、31歳からカウンセリングの臨床に取り組む。41歳で「大澤精神科学研究所」を立ち上げる。フロイトの言う素人分析家の草分け的な民間精神療法を始め、今日に至る。そして社会的立場をインテグレーター（心の結合を補助する人）とした。2003年に『心的遺伝子論』を、2008年に『運命は名前で決まる』を上梓。

## 病気は心がつくる

---

2018年12月1日 初版第1刷印刷

2018年12月10日 初版第1刷発行

著者 大澤秀行

発行者 森下紀夫

発行所 論創社

東京都千代田区神田神保町 2-23 北井ビル

tel. 03 (3264) 5254 fax. 03 (3264) 5232

web. <http://www.ronso.co.jp/>

振替口座 00160-1-155266

装幀／奥定泰之

組版／フレックスアート

印刷・製本／中央精版印刷

---

ISBN978-4-8460-1762-0 ©2018 Hideyuki Osawa Printed in Japan