

人生の最終段階における催眠療法
～現代社会における催眠療法の意義

珊瑚 珠色

抄録

催眠療法は人生のさまざまな段階に生じるこころの問題に役立つ。本論文では、最初に「人生、物語、記憶、イメージ現象」等をキーワードに催眠療法についての概略を述べた上で、催眠療法の癒しのメカニズムについての考察を進めるために、事例をひとつ紹介している。このケースでは、トラウマ記憶に苛まれたクライアントに自由イマジネーション法（仮称）による催眠療法を行い、その悩みが速やかに解消される結果を得た。クライアントの「深層意識のイメージ世界」と「表層意識の現実世界」が相互関係を結び、催眠下で生じられた「イメージ現象＝物語」が現実世界においても共有されることにより、気づきや癒しが生じ、クライアントのこころの問題が解決したと思われた。「記憶と物語」の観点から考察すると、現実のトラウマ体験によって連合されていた「記憶（物語の文脈）」と、イメージ体験によって連合された「記憶（新しい物語の文脈）」がひとつになることによって、負の認知があらたまったと考えられた。この癒しのメカニズムは、様々な催眠療法においても同様に機能していると考えられる。また本稿では、哲学的な枠組みを援用しつつ、現代社会における催眠療法の意義について述べた。

催眠と科学 36 (1) 1-8, 2022

キーワード：催眠療法，ナラティブ・ベイスト・セラピー，深層意識

はじめに

超高齢社会の到来により、エンドオブライフ・ケアの必要性は高まっている。エンドオブライフとは、医学的に判断される身体的生命が終りに近づいているというターミナル期に比して、人生の終わりに近づいているという、ひとり一人の「人生」に着目する概念とされる。クライアントの人生に寄り添うスピリチュアルケアとしての心理療法の必要性は、この先さらに高まることは明らかである。医療催眠は死のグリーフケアや心理療法として、人間への深い理解にも大きな可能性を秘めたものであると稲葉¹⁾はいう。覚醒時（起きているとき）は意識が外界に向かい、眠り（寝ているとき）では意識が内界へ向かい、この2つの

極をつなぐ意識状態のときに生命は更新・新陳代謝されており、そのあわいの意識状態を医学的に応用して「医療催眠」は心理療法として機能するとも述べている。「あわい」とは、大辞林によると物と物のあいだを意味する。例えば、海に注ぐ河川の河口付近の真水と海水のあいだは「あわい」といえる。催眠療法における「あわい」とは、表層意識と深層意識のあいだにあり、催眠者は被催眠者の意識の「あわい」をつなぐ役割を担うと思われる。現代における催眠療法の意義については、論説のみならず臨床研究結果の集積でもって示される必要があるが、本稿では概括的にその一端を論ずる。

ナラティブ・ベイスト・セラピー

当方の催眠療法では、クライアントの「人生」をなるべくホリスティックに捉えるために、すべてのケースにおいて事前にライフレビューカウンセリングを実施する。「生命の二重の見方」理論において、清水²⁾は、「人の生命は生物学的生命 (biological life) を土台に、物語られるいのち (biographical life) が関係する人々の物語りと重なり合いながら形成されている」と述べている。会田³⁾は、人は誰でも個別で多様な人生の物語りを生きており、その物語りは、本人単独で作られるものではなく、日々、他者の物語りと重なり合って形成されており、本人らしさや QOL を決めるのは物語られるいのちであると、この理論を支持している。ものがたりは「物語」あるいは「物語り」と書けるが、この理論では人生を動きのあるものとして捉えて「物語り」としている。ナラティブ・ベイスト・メディスンとは、「物語られるいのち」に基づく医療といえるが、統合的な催眠療法を行う場合も、ナラティブに基づいたセラピーが大切と考える。ここでは「統合的な催眠療法」という用語を、様々な催眠療法をクライアントのこころの問題に応じて、適用あるいは折衷させて行うホリスティックな催眠療法と定義して用いている。ライフレビューの「人生の再吟味」という作業によって、過去の経験は意味をあたえられ、過去の<私>と現在の<私>がつながり、自分の言葉で表現できたとき、自己の人生に主体的な視点が得られる⁴⁾。私たちはほとんどの場合、通常は表層意識を優位にして過ごしているが、ライフレビューにより意識は表層から深層へと降下してゆき、「あわい」に至るにつれて、深層に仕舞いこまれた何かとつながりやすくなると考えられる。ライフレビューは心理療法で用いられることもあれば、家族や友人との語り合いのなかで自ずと行われることもある。それにより深層から表出するものは、幸せな記憶の場合もあれば、トラウマ記憶の場合もある。催眠療法の事前ライフレビューカウンセリングでは、幸せな記憶が想起された場合は、ポジティブなイメージワークの素材として、それが活用可能であることを把握する。トラウマ記憶が想起された場合は、それが本人に与えている影響を消去あるいは減弱させる目的の催眠療法を検討する。

記憶と催眠

人生において日々様々な出来事が体験される。その多くは、複数の事柄が並行して起こっており、ひとつの出来事として記憶するために個々の情報は結びつき、「連合」して、ひとつの神経細胞集団を形成する⁵⁾。たとえば、本来は別々であった、Aという記憶を保持する神経細胞集団と、Bという記憶を保持する神経細胞集団が、同時に活動して、シナプス結合の増強を起こすことでひとつの細胞集団となる。「記憶」の連合の正体は、このように独立した神経細胞集団が一緒になっていくことである。私たちは日々、それぞれの神経細胞集団を連合させ続けることによって、知識を大きくしたり、思い出を増やしたりしている。井ノ口⁶⁾は、記憶は思い出すと不安定化のサイクルに入り、再固定化されるという複雑なプロセスをたどることを報告している。イメージも記憶となる。催眠療法の事前のライフレビューカウンセリングにおいて、クライアントが「ネガティブ記憶 A」を想起した場合、この記憶は一旦不安定化のサイクルに入っていると考えられる。このタイミングで、催眠技法により生じられた新たな「記憶 B (イメージ現象)」が連合して同時に活動すると、2つの記憶はシナプス結合の増強によって一緒になり、再固定化のプロセスをたどると考えられる。それにより「ネガティブ記憶 A」の認知があらたまるなどの現象が起こると思われる。催眠療法による癒しのメカニズムの一端は、記憶と催眠という観点からも見出すことができると思われる。

人生の最終段階における催眠療法

人生の物語、すなわち記憶の集積は、その人のアイデンティティの礎となっている。通常的生活において、自分のアイデンティティを問い直す機会はそう多くないと思われるが、死を前にしたとき、人間はいやおうなく人生の回顧とアイデンティティの問い直しの機会を得る。ターミナルヒプノはエンドオブライフ・ケアのための催眠療法であり、人生の物語の最終章のみならず、全ての章を包摂した「個人史性のスピリチュアルペイン」という観点をもつ。このスピリチュアルペインは、人生の物語のなかに刻まれた後悔や自責の念、他者との未完のコミュニケーションなどにより生じるものである。ターミナルヒプノは、様々な催眠療法とターミナルヒプノ独自の技法を折衷させて実施する。独自の技法はスピリチュアルケアに特化しており、「未来」「絆」「たましい」「未完のコミュニケーションの完結」等をキーワードに構築されている。会田⁷⁾が述べているように、現代社会では宗教に学びつつ、多様なスピリチュアルケアのあり方を模索する時代になっている。また、人生の最終段階とは、誰にとっても「今ここ」であるという哲学的な事実と、人生の只中においてもこころの仮死状態が体験されることから、統合的な催眠療法は、人生のあらゆる段階の様々なこころの問題の支援となり得ると考えられる。

現象学と催眠

睡眠中の夢もイメージ現象であるが、その多くは捉えどころのないものであり、ほとんどが忘却されることが知られている。他方、催眠下のイメージ現象は、それが漠然としたものであっても、被催眠者はその現象を体験として“捉える”ことができる。催眠下のイメージ現象は、被催眠者の現実的な生活、時間、空間などの制約を度外視した現れ方をすることも多いが、論理的整合性とは異なる、ある種の整合性をもって本人に受容される。催眠療法は深層心理学の分野に属すると思われるが、深層心理学が対象とする人間の意識を実験心理学で扱おうとすると、方法論的に混乱をきたす。理由のひとつとして、催眠下のイメージ現象を外付けのモニターで客観的に観察することは不可能である。また、STAI等の心理検査シートを用いて、セッション実施前後のスコアを比較して事例検討することはできるが、催眠者の技能のレベルや被催眠者の被催眠性の度合い等はそこに考慮されていない。湯浅⁸⁾は、Jungが「心的現象には、純粋現象学的な立場というものが、長期的にみれば唯一の立場であることは疑いない」と述べたことを引用して、現象学の方法論的立場は、主体的体験の様相をありのままに受け止めることが大前提であり、主体のイメージ体験を尊重し、「荒唐無稽である」とか「科学的に非合理きわまる」といった反応を持たないことが大切であると述べている。

事例紹介

「人生、物語、記憶、イメージ現象」等をキーワードにして、ここから更に本論文を展開させていくにあたり、事例をひとつ紹介する。プライバシーに配慮し、個人が特定されないように一部の情報に改変を加えた。また、論文掲載につきクライアントへの説明と合意を得た。

1. 対象

Aさん：60代・自営業 夫と娘と3人暮らし

2. 申込までの経緯

AさんはX年前に当方において催眠療法を数回受けた。それにより、当時のこころの問題の解消と慢性疾患の自然な治癒を体験した。今回の申込の動機は「新たな課題により懺悔したい気持ちがあるので何とかしたい」というものだった。

3. セッションの方法（所要時間：3時間）

①ライフレビューカウンセリング

あらかじめ、前回のライフレビューカウンセリングの記録を見直しておいた。セッション当日、「新たな課題」がいつ、どこで、どのようなシチュエーションで発生したのかを確認したところ、数カ月前の同窓会での出来事が語られた。思い出話に花が咲くうちに、集まったなかのひとりが、その場に居ない“友だち”の話を持ちだした。Aさんには、その“友だち”とのあいだにネガティブな思い出があった。それはある罪悪感を伴うものだったが、何十年と自発的に思い出すことはなかった。（前回のライフレビューカウンセリングでその思い出について語られたが、その時には、後述のようなことは起きなかった）しかしこの時は、その“友だち”の話題が始まってから急激に気分が悪くなり、しばらく生きた心地がしなくなった。Aさんの様子の急変は傍目にも明らかで、皆から心配された。この出来事が起こるまで、Aさんの毎日は穏やかであり、年を重ねてきたのでやりたいことはやれるうちにやっておこう、と思っていた矢先だった。その“友だち”に謝りたいと思うが、連絡先を調べて突然電話をするというのはちがうと思われ、懺悔したい気持ちをどうしたらよいかわからない、と苦しそうに語られた。

②セッションの「テーマ」の設定

このようなケースでは、その記憶が本人に与えている影響を消去あるいは減弱させる目的の催眠療法を検討するが、選択肢はひとつではない。年齢退行療法によりトラウマ記憶を再体験してもらうことは相応しくないと思われ、本人もそれを望まないということだった。そこで、ライフレビューカウンセリングの内容をふまえた「（深層意識のなかの）懺悔したいという思いさえも浄化することができる場所へ行くこと」を、セッションのテーマとして提案して合意を得た。

③催眠誘導

段階的リラクゼーション法

④催眠深化

数の逆唱

⑤催眠療法

自由イメージネーション法：クライアントの深層意識に「テーマに応じた場所への誘導＝テーマに応じたイメージの生起」をゆだねることから、仮に自由イメージネーション法と名付ける。

⑥セッションの内容（速記録より）

段階的リラクゼーション法を行い、「懺悔したいという思いさえも浄化することができる場所へ行きましょう」と言葉かけを行った。それから数の逆唱を行い、催眠が深まった様子を確認した上で、「目的の場所に到着しました」と暗示を与えた。すると、「富士山が見える」という返事があった。「なぜ富士山が見えるかわかりますか？」と質問すると、「富士山はいつも私を支えてくれた」とのことだった。Aさんは関東出身で、学生時代に悩んだ時には、いつも富士山の姿になぐさめられていたという。筆者は富士山のイメージを足がかりにして、セラピーを進行させるための言葉かけを行った。

場面は一転し、Aさんは「暗くてせまい場所にいる」と言った。よくよく感じるように促すと、そこは茶室であり、茶室にはAさんだけでなく、Aさんの悩みの対象である、学生時代の“友だち”と、その“連れ”がいた。Aさんは現在の年齢の姿であり、友だちはその当時の若い姿だったが、Aさんはそれを不思議とは思わなかった。連れの顔ははっきりしなかったが、「友だちを守っている存在」だと、Aさんは直感した。友だちを守っている存在がお茶をたて、友だちが最初に茶碗を受け取ってそれを飲んだ。続いて、Aさんが友だちから茶碗を受け取り、残りのお茶を飲んだ。友だちを守っている存在は「これは運命のお茶です。あの時、あなたが彼女と一緒にお茶を飲んでくれて良かった」と言った。Aさんにはその意味がわかり、あの思い出に罪悪感を持つ必要はないと感じられ、心が楽になった。ほどなくして、Aさん以外の二人は茶室から立ち去ろうとしたので、Aさんも立ち上がり、昔のことを謝ろうとしたが、自然に口をついてでたのは、「あなたが幸せでありますように」という言葉だった。謝罪ではなく、相手の幸せを祈る言葉がでたことに、Aさんは感動し清々しい気持ちになった。茶室のシーンはまだ続いた。「ここにまた誰か来る」とAさんは言い、しばらく待つと、ひとりの女性が茶室に入ってきた。その人はAさんの十年來の親友で、数年前に亡くなった人だった。その人はもう病気ではなく健康そのものだった。「彼女は私の目の前にお茶の入った茶碗をトンと置いて、私はもうお茶を飲んだから、と言っています」とAさんは言った。やがてその人も茶室から去り、そこにはもう誰も来ないことがAさんにはわかった。茶室から外に出るように促すと、外には富士山の山裾の風景が広がっていた。「うめ、さくら、もみじ、雪、また、うめ、また、さくら、また、もみじ、また雪」と呟きながら、Aさんは富士山に向かって歩いて行った。まるで四季のめぐりを数歩のうちに通り過ぎているようだと思われた。

突如として場面が変わり、Aさんは富士山の頂上に立って雲海を眺めていた。「雲海の向こうにお父さんがいます。元気そうで、陽気で、応援しているよ、お茶はもう飲んだから、と言っています」Aさんの表情も口調も明るかった。「お茶菓子がでなかったよね、と私が言うと、お父さんは、後から出るから、と言っています」この父親も故人である。次の瞬間、Aさんは雲海の波間にかぞえきれない程の天使の姿をみた。いわゆる西洋の天使ではなく、東洋の天女の姿だという。その存在たちは歌っており、たとえようもなく美しい音楽も奏でられていた。Aさんは祝福を受けていると感じ、もっと長くそこにいたいと思ったが、ほど

なくして下山を促されていることがわかった。その促しは、言葉ではなくイメージでもって行われており、「下山のためのルートが地上に明るくのびています」という A さんの言葉を受けて、「そのルートを使ってそちらの世界からこちらの世界に帰ることができます」と伝え、後催眠暗示を行い、解催眠した。

⑦結果

ヒプノセラピストは、イメージ現象が導く物語の最後まで寄り添いとげる。論理的整合性とは異なるある種の整合性によって、この体験はクライアントに受容されている。セッション後のカウンセリングにおいて、ヒプノセラピストはクライアントの洞察が言語化されるプロセスに同席する。その解釈はイメージ物語の主役にゆだねられる。A さんの内省的感想は次のとおりであった。「運命のお茶は生きているあいだしか飲めないのですね。あちらの世界に行ったなら、苦味を洗うための甘味が用意されているようです。会いたい人全員にもあえました。あの時のことにはちゃんと意味があって、罪悪感を持たなくていいのだと思います。彼女に謝りたいと思っていたのに、祝福の言葉がでたことにもびっくりしました。でも、嬉しかったです。彼女は幸せでいてくれていると思えます。もう悩まなくてもいいと思います」そしてこうも付け加えた。「雲海の向こうまで随分と距離があったのは、私の人生がまだまだ長いということだと思います」

⑨結果の解釈

A さんのなかで、「深層意識のイメージ世界」と「表層意識の現実世界」が相互関係を結び、「イメージ現象＝物語」が、現実世界においても共有されていることがわかる。その物語が示唆することにより、こころの問題が解決したと思われる。「記憶と物語」の観点から考察すると、現実のトラウマ体験によって連合されていた「物語の文脈」と、イメージ体験によって連合された「新しい物語の文脈」が、ひとつになって連合し、負の認知があらたまり、「もう悩まなくていい」と A さんは納得したと思われる。またこの事例は、ある種の観想体験とも捉えることができる。仏教の「観想」とは、大辞林によると特定の対象に深く心を集中することであり、それにより迷情を除こうとする行法である。観想の定義にこの事例を照らすと、特定の「テーマ」に深く心を集中することにより、「懺悔したいという思い」を除こうとする「催眠療法」だったといえる。観想体験によって、常識の見方からすると異常としか思えないような認知能力が働き出した場合に、リアリティはどのように変わって見えてくるのかについて、井筒⁹⁾は、以下のように述べている。表層意識の存在世界は、いろんな事物が、はっきりとした輪郭線によってそれぞれ他から区別された世界であり、それらの存在単位は、時間空間的にそれぞれに自立して、個々別々のものとして知覚される。しかし、人が内的に観想状態に入り、その状態が深められていくにつれ、今まで感覚的に経験されてきた固い殻をかぶった事物が、次第に流動性を帯びてくる。事物が、元来、日常感覚の次元で固く保持していた状態から己を解きほぐして、流動的、創造的なイメージに変

形する。この際、大多数の事物は、いわゆる「元型的」（アーキタイプの）イマージュとして現れてくる。つまり、深層心理のこの領域では、事物はみな「イマジナル」になるのである。観想のこの段階における意識の見る存在世界は、例えば天使や精霊など、事物のイマジナルな形象に満ちた象徴的世界である。井筒はこの段階よりさらに深い段階についても述べているが、引用はここまでとする。

⑩まとめ

このような自由なイメージ現象と前世療法における過去世のイメージ現象の共通点は、現実とは時間も空間の異なる「場」においてストーリーが展開されている点にある。単なる空想と Weiss¹⁰⁾ のクライアントが体験したことはどこが異なるかについて、河合¹¹⁾ は、「単なる空想は日常の意識の少し緊張をゆるめた状態で起こり、その内容は自我によってコントロールされている。これに対して、Weiss のクライアントの場合、意識の次元は深くなり、イメージの方に自律性が生じ、自我によってコントロールできない。前者の場合は、頭のかなかでの気晴らしのようなことだが、後者の場合は「体験した」と言いたいほどの感覚が伴うし、夢よりもはるかに確かな手ごたえがある。真の「体験」はその人の人生に影響を及ぼすが、そのような重みをもっている」と述べている。さらに、このような体験を単なる空想や「つくり話」ではなく「物語」として位置づけてはどうかと提案している。物語という「場」が提供されることによって、催眠と科学の対話は促されるのではないかと考えられ、筆者はこの提案に同意する。

考察

現代の日本人は、精神的な無形伝統文化の衰退に伴うアイデンティティ崩壊の危機にさらされていると思われる。明治維新以来、我が国は和魂洋才により経済的發展を遂げてきた。しかし、近現代の急激なグローバル化と科学と技術の進展により、今や日本のみならず、世界各国の様々な地域、多種多様な領域において、画一的な共通の型が作りだされてきている⁹⁾。日本人特有の宗教性は、衣食住の形式や季節の年中行事など、生活伝統文化のなかで継承され、無意識的に保存されてきたため、地球社会化の影響によりその保存スペースはせまくなり、その性質を急速に弱体化させていると考えられる。この宗教性には、かつて川端文学にも編みこまれ「日本人のこころの精髓」と世界に評されたものも含まれると思われる。井筒⁹⁾ は、人類の地球社会化により「人間文化の様々な伝統形態はその存在理由を喪失する」と予見した。また、グローバル化により画一化されるのは生活様式だけではなく、画一化された生き方で存在する人間の内面構造も画一化され平均化されてゆき、その結果、人間疎外という現象が起こると洞察した。このコンテクストにおける人間疎外とは、ひとつは人

間が自然との本来的一体性を失い自然から疎外されてゆくことであり、もうひとつは、本当の自分自身、ユングがいうところの「自己（セルフ）」から人間が疎外されてゆくことである。「自己（セルフ）」とは、意識の深層において真に統合的な主体性の中核となるものであり、「自己（セルフ）」が失われるということは、人間の実存の中心が「自己（セルフ）」から遊離して「自我（エゴ）」の次元に移行してしまうということを意味する。「自我（エゴ）」は人間存在の表面的意識、実存の表層活動の中心点であり、人間が一個の充実な人格として存在するためには無くてはならないものであるが、それが実存の深みに根を下ろして、「自己（セルフ）」と直結していなければならず、「自我（エゴ）」が「自己（セルフ）」から完全に切り離されて孤立して働き出すということは、人間実存の根源的危機をもたらすと井筒は警鐘を鳴らした。

2018年に内閣府は「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」を実施した。対象国は日本、韓国、アメリカ、イギリス、フランス、ドイツ、スウェーデンで、対象者は満13歳から満29歳までの男女である。その結果、日本の若者は諸外国の若者と比べて、自分自身に満足していたり自分には長所があると思ったりするなど、自身を肯定的に捉えている割合が低い傾向がわかった。こうした自己肯定感の低さには自分が役に立たないと感じる自己有用感の低さが関わっている点に、諸外国の若者にはみられない日本の若者の独自性がみられたと報告されている。他国では「自分自身に満足しているか」という問いに対し、「そう思う」「どちらかといえばそう思う」と答えている若者は8割前後に達するのに対し、日本では半分以下であり、「そう思う」と答えた人は1割程度にとどまった。若者は国の未来をつくる。これは有識者によって様々な角度から検討されるべき問題であるが、精神的な無形伝統文化の衰退に伴う日本人のアイデンティティの崩壊の危機も、何らかの関係があるのではないかと思えてくるのである。

現代社会における催眠療法の意義とは何であろうか。「西洋と東洋」「自然からの疎外と自然との結合」「自我と自己」「表層意識と深層意識」、諸々の対比を眺めて思索するうちに、西田哲学の重要な概念である「絶対矛盾的自己同一」に偶然たどり着いた。福岡¹²⁾は、難解とされる西田幾太郎の哲学を解析度の高い言葉で語りなおしている。この哲学では「ロゴスとピュシス」を対比させている。ロゴス（理性の意）の哲学とは、思慮分別を大いに働かせることであり、ピュシス（自然の意）の哲学とは、思慮分別を働かせないでありのままに見つめることである。福岡の解説によると、西田が「絶対矛盾」と言うときの「絶対」とは、「相反する2つの逆方向の力の作用が同時に存在している」という意味で、相反する状態が重なり合った世界を指している。西田は、それを「最適化」させることで、「相反する力を対立させることなく協調させ、バランスを取ることができる」とした。先に紹介した事例において、筆者は「深層意識のイメージ世界」と「表層意識の現実世界」が相互関係を結び、「イメージ現象＝物語」が現実世界においても共有されることが、本人のこころの問題の解決に結びついたと述べた。この癒しのメカニズムは、様々な催眠療法においても、同様に機能していると思われる。西田哲学の視点を導入して、このメカニズムの分析をこころみると、

「絶対矛盾的自己同一」のなかの「絶対」、すなわち、相反する力とは、クライアントの「表層意識と深層意識」といえる。そしてこの2つを協調させバランスをとる役目を担うのは、催眠誘導により生起される「イメージ現象＝物語」と考えられる。これを媒介として「表層意識と深層意識」、ひいては「自我と自己」とのコミュニケーションが最適化されることにより、セラピーが有効にはたらくと考えられる。また、井筒のいう現代における人間実存の根源的危機とは、自我と自己の著しい乖離による絶対矛盾的自己“不”統一な状態、と捉えることができることから、自我と自己の対話を促す催眠療法は、時代の癒しのニーズにこたえるものと思われる。

以上に述べてきたことから、催眠療法は人生の最終段階のみならず、現代社会において意義のある有効な心理療法であると考えられる。但し、催眠下の「イメージ現象＝物語」は、あくまでも個人のものであり扱われる必要がある。例えば、そのイメージ現象を自身の神格化の根拠として扱い、流布して他者に影響を与えるような危うい行為は、過去の歴史のなかのカルト的事象を彷彿とさせる。成瀬¹³⁾は、非合理的・神秘的体験や超常現象への憧憬と非現実・非論理的思考への傾倒が、催眠や暗示への興味・関心を高めつつある危険性を十分に理解した上で、催眠を学び、指導や治療にあたる者は謙虚・慎重かつ科学的に扱われ、不当な誤解・誤用を避けるような配慮が望まれると留意を促している。成瀬によると、1949年に米国で設立された「臨床・実験催眠学会」は催眠を科学の重要な領域として認められるまでに高めていくため、5年以上の臨床ないし実験の経験を会員に求める等、研究に最高のスタンダードを維持する努力をした。それにより、同国の精神医学会・歯科医学会・および心理学会がそれぞれ催眠研究の重要性・有用性を認める公文書を発表したという。人間の意識とは、データサイエンスでは計り知れないものかもしれないが、臨床研究結果の地道な集積こそが催眠療法の未来を拓き、現代において、この療法が有効に活用される土壌を育むことになると思う。

おわりに

大会長講演では、催眠療法についての概略を述べた上で、スピリチュアルケアとしてのターミナルヒプノについて紹介し、「疑似臨死体験とよみがえり」と名づけた催眠グループワークも実施した。またその流れから、日本における宗教の形骸化についても言及することとなった。かつて宗教は死の恐れを緩和する役割を担っていた。しかし、急激なグローバル化と科学の進歩、情報通信技術の進展を経て、現代の日本の生活環境は、かつての宗教性を保存するスペースを失わせつつある。河合¹⁴⁾は日本人の「宗教性」が特異であることを指摘し、宗教が日常生活と密接にからみ合ってきたため、近年の社会生活の変化によって、日本人がこれまで無意識に維持してきた宗教観や倫理観が壊されつつあると述べている。このような状況を遠因として、何らかの社会問題が生起されるであろうことは想像に難くない。

この時代、催眠療法はこころの問題にたいして、どのような一助となり得るであろうか。この小論に取り組むことを機縁として、哲学的な枠組みを援用しつつ、催眠療法についての考察をこころみた。またこのような理由から、本稿のタイトルに「～現代社会における催眠療法の意義」を追加した。自分の能力の及びうる範囲内の未熟なものであることから、諸賢のご批正を仰ぐ次第である。本論文に関して、開示すべき利益相反関連事項はない。

参考文献

- 1) 稲葉俊郎：医療と催眠の歴史から見る身心変容. 科研研究年報誌「身心技法研究」, 2019; 8: 257-267.
- 2) 清水哲郎：生物学的<生命>と物語られる<生>. 哲学, 2002; 53: 1-14.
- 3) 会田薫子：長寿時代の医療・ケア—エンドオブライフの論理と倫理. 筑摩書房, 東京, 2019.
- 4) 藤村正之：いのちとライフコースの社会学. 弘文堂, 東京, 2011.
- 5) 井ノ口馨：記憶をあやつる. KADOKAWA, 東京, 2015.
- 6) 井ノ口馨：記憶をコントロールする. 岩波書店, 東京, 2013.
- 7) 清水哲郎, 会田薫子編：医療・介護のための死生学入門. 東京大学出版社, 東京, 2017.
- 8) 湯浅泰雄：歴史と神話の心理学. 思索社, 東京, 1984.
- 9) 井筒俊彦：意識の深みへ—東洋哲学の水位. 岩波書店, 東京, 2019.
- 10) Weiss BL: Many Lives, Many Masters. Simon & Schuster, New York, 1988.
- 11) 河合隼雄：宗教と科学の対話. 岩波書店, 東京, 2021.
- 12) 福岡伸一, 池田善昭：福岡伸一, 西田哲学を読む—生命をめぐる思索の旅—動的平衡と絶対矛盾的自己同一. 明石書店, 東京, 2017.
- 13) 成瀬悟策：催眠の科学—誤解と偏見を解く—. 講談社, 東京, 1997.
- 14) 河合隼雄：ユング心理学と仏教. 岩波書店, 東京, 2010.

Hypnotherapy at the Final Stage of Life

～ Significance of Hypnotherapy in Modern Society

Syuiro Sango

Representative of the General Incorporated Association Terminal Hypnosis Association

President of the Hypnotherapy Profession RAINBOW ORB

Hypnotherapy is beneficial for mental problems that arise at various stages of life. This paper first gives an overview of hypnotherapy using key words such as "life, narrative, memory, and imagery," and then presents a case study to further discuss the healing mechanism of hypnotherapy. In this case, a client tormented by traumatic memories was given hypnotherapy using the Free Imagination Method (tentative name), and the client's problems were successfully resolved. The client's "imaginary world of deep consciousness" and "real world of surface consciousness" were interrelated, and the "imagery phenomenon = narrative" generated under hypnosis was shared in the real world, resulting in awareness and healing, which seemed to resolve the client's mental problems. From the perspective of "memory and narrative," it was thought that the "memory (narrative context)" associated with the real traumatic experience and the "memory (new narrative context)" associated with the imagery experience were united, and the negative cognition was renewed. This healing mechanism is thought to function similarly in various hypnotherapies. This paper also discusses the significance of hypnotherapy in modern society with the help of a philosophical framework.

Keywords: hypnotherapy, narrative-based-therapy, deep consciousness