鍼灸医学のエビデンス

■目次

１､はじめに

２、エビデンスを磨く

３、未病を治す

４、揺らぎ続ける生命のあいだ

５、生の目的は長寿や健康ではない

６、今、以外に生はない

■１、はじめに

「日本型東洋医学の原点」
http://1gen.jp/1GEN/PDF00.HTM
は、日本における東洋医学の原点を明らかにしたものです。江戸時代、日本は独自の視点で東洋医学を捉えることに成功しました。それをなしえた理由の大きなものとして、言葉を超えたリアリティーを探究する伝統が日本には古代からあったことがあげられます。

その根源は禊跋を基本とする神道でした。自らを祓い浄め真実をさらに求めつづけていくという、求道の先に禅の悟りがありました。日本の鎌倉時代において禅が仏教の中軸として掲げられたことは偶然ではありません。そしてこの同じ求道の外向的な姿勢として、王陽明の致良知を、江戸時代に入ると入手することとなりました。言葉を超えて、言葉の先にあるリアリティーを探究する、強く深い基盤がこうして日本できあがりました。

「本居宣長の死生観」
http://1gen.jp/1GEN/PDF03.HTM
ではその同じ探究の姿勢が、伊藤仁斎の古学や荻生徂徠の古文辞学とは一見異なる国学として花開いたことを明らかにしました。「そこには、文字の糟粕を乗り越え、リアルな発声の源に触れようとする、江戸時代の古典研究の原点があった」わけです。そのリアリティを求めつづける場において、個人主義的な現代の知識人の死生観を批判し、さらなる新しい知の発生を私は求めました。

この「言葉を超えたリアリティを求める心」は、実は臨床の場でもっとも発揮されるものです。

■２、エビデンスを磨く

個別具体的な患者さんの生と向かい合う鍼灸師にとって、実際の患者さんの身体の中で何がおこっているのかを洞察する必要があります。そのためには、自分や患者さんのの思い込みや決めつけを脱して、実際にそこで起こっていることを見れるようにならなければなりません。四診―弁証論治という作業を通して、患者さんの生命像をありのままに把握し、よりリアリティーのあるエビデンスを得ようとしているわけです。

症状というレッテルや病名というレッテルに対して産出されるエビデンスとはまた異なるエビデンスが鍼灸師にはあると言えます。それは、四診を通じて弁証論治を作成し、できるだけリアルに患者さんの現状を把握するということから始まります。そして、処置を施しそれによって起こった反応を、処置の直後および時期来院時に確認することを通じて磨かれていきます。

治療は生命力に頼って始めて成り立つ行為です。治療ということを大きく言えば生命力のコントロールです。鍼灸師ができることは、気の厚薄を調えることによって、患者さんの生命力の偏りを調えようとすることです。

生命力というものは、症状を発している局所にだけあるのではなく、全身にあります。全身で支えられ保たれているものが生命なのです。四診を通じて弁証論治をおこないとらえることができるものはその「全体の生命状況」なので、これを生命の弁証論治と呼んでいます。

症状に着目し、症状に対してどれほどの効果があるのかを実験して得られる西洋医学などで行われているエビデンスとは、大きく異なるエビデンスが鍼灸医学にはあるわけです。

大切なことは、治療の目標が、養生をうながすための生活提言であり、症状に振り回されない「生きる意志を励ますことである」というところにあります。

■３、未病を治す

鍼灸師は生命力を課題にしています。ですから、症状が出る前に患者さんの生命力のバランスの崩れを察知することができます。そしてこれは、症状が出てから治療するよりも、生命のバランスを調えやすいものです。このあたりのことを、未病を治すと呼びます。

未病という病があるわけではありません。ただ、そこにある生命力を調えることによって、自然に活力が上がり、身体のバランスを取りやすくなり、さまざまな症状を呈する前に、より健康になることができるというだけのことです。

考えてみると、生を得た人は、死に向かって生きていると言えます。ですから、症状が出なくとも、死という爆弾を抱えて生きていると言えるわけです。いわば半病人であることが人の宿命であるとも言えます。

その中で揺らぐ生命の器に乗りながら私たちは何をしようとしているのでしょうか。生きる今を磨くということが養生―よりよい生の基本であり、日々活力を持って生きるということが今の生の目的です。

病気治療というものは、全身の生命力のバランスを調え、生命力の質を向上させ、養生を推進していく果てに起こるものです。一次的な症状とりができたとしても、ほんとうの鍼灸師はそれを治療とは呼びません。

生命があるから症状があるのであって、その症状をも含めて揺らぐ生命がここにあるだけだからです。

■４、揺らぎ続ける生命のあいだ

患者さんが生きていることと同じように治療者も生きています。

生きるということは揺らいでいるということです。ここで言う揺らぎには、生理的な範囲だけでなく病理的な範囲も含まれています。患者さんが訴える症状も切診で得られる情報も、同じように生命の揺らぎが表れているものであると考えるわけです。

そして大切なことは、揺らぐ生命をもつ治療家が、揺らぐ生命である患者さんを把えようとしているということです。

よりリアリティーのあるエビデンスを得るためには、揺らぎを押さえる工夫が、治療家側には求められます。これは、よりよく見ることによって、自らの治療のエビデンスを正確にしていくための工夫であるということとなります。

その方法には、勉強と修練と現在の心身の健康を磨き続けることがあります。自らの中心を定めるために、臍下丹田に意識を集中させる瞑想を行ったりもします。そのようにして、無理のない範囲で行う、卑屈や傲慢という「偽りの入る余地のないレベルでの感覚」を、安定して保ち続けようろするわけです。

臍下丹田を意識する瞑想を行う理由は、二つあります。身心を安定させる位置を確認するという目的と、見るという行為を邪魔する自分自身の概念や先入観を排除するという目的です。

ありのままに診るということはたいへん難しいことです。

脈診を例にしてみましょう。人は自分が診たいものを選択してみています。自分が診たいものしか診ないといってもいいほどです。

六部定位脈診をしている人が六部定位脈診しかできず、渋脈や緩脈やといった脈状をかみ分けることができなくなったりするのはその例です。また、そのような詳細なかみ分けをすることができるようになっても、胃の気を診るという、脈診をする上でもっとも大切なことがまったく理解できてい人もいます。

そのような、診る上での決めつけ、狭い見方をを手放さなければ、そこにあるありのままの脈状など診ることができません。

ありのままの生命をありのままに診る。そのために、自分自身の拘りや勉強して得た狭い診方への執着を手放さなければならないわけです。そのために臍下丹田を意識し、頭を離れて自身の中心を定めるよう努力しているわけです。このような切診の姿勢はまるで動く禅のようなものになります。

■５、生の目的は長寿や健康ではない

精神病理学者である木村敏は、生と死の問題を除外した医学などというのは根本的な形容矛盾であると述べています。

「医学は、それが医療の学であろうとするかぎり、不可避的に人間の生命、あるいは生に関わらざるをえません。生きようとする意志、よりよい人生を生きたいという欲望、そして少なくとも当面、できることなら永遠に死を回避したいという願望、こういった目的意識と価値意識が、医療という行為を―おそらく人類発生のごく初期から―生み出し、やがてそれを医学という学問として発展させてきました。

・・・(中略)・・・

しかし、現代の自然科学的な医学ははたしてほんとうの意味で生にかかわっているのでしょうか。現代の医学は、個々の器官、個々の細胞、個々の分子レベルでの生命活動に対して、この上なく精密な研究を行っています。しかしそれが明らかにしようとしているのは、生命物質の物質的な生命機構にすぎないのです。ですから必然的に、病気はすべてこの生命機構の異常あるいは障害に還元され、この障害を取り除くことが医学の使命として要請されることになります。わたしたちが「生きている」という事態は、はたしてこのような自然科学的な手法で物質的生命機構に還元されうるものなのでしょうか。

わたしはいま、目的意識と価値意識が医療と医学を成立させたと言いました。目的論と価値観、この二つは客観的であることを至上命題とする自然科学が一貫して拒否してきたものです。ということは、医療と医学はその誕生のはじめから、いわばその「母斑(あざ)」として、自然科学との不協和音の刻印を帯びていたということではないのでしょうか。生と死の問題を除外した医学などというのは根本的な形容矛盾でしょうし、生と死の問題を汎目的論的・没価値的な自然科学の枠内で論ずるのは、場違い以外のなにものでもないでしょう。生と死の問題に触れるとき、医学をその生誕以来ひそかに養い続けてきた隠れた哲学、つまり生の目的と価値を循る思索が、始めてその姿を明るみにだすのです。
」(「からだ・こころ・生命」木村敏著　講談社学術文庫 54p ～ 56p)

そう、生の目的は長寿や健康ではありません。生の価値は長寿や健康にあるわけでは「ない」のです。

このことを前提にするならば、鍼灸医学はどこに目標を設定すればいいのでしょうか。それは、今の生を磨くということです。明日は少しでもよりよい生を送ることができるよう、

身心面から励ましを送ることです。今、できるかぎりの生を送る患者さんを、応援するのです。

それは全身の生命力のバランスを取ることで行います。一気に完全なバランスを取ることができるわけではありません。また、生活状況が同じであれば、帰宅すれば身心の歪みを再度装着することになります。そのため、生活提言を行い、養生法を提案するわけです。

いわば、生の目的や価値をご自身で探究できるよう、側面から応援することが鍼灸医学の目的であり価値であるということになります。症状とりはそのごく小さな一つなのですね。

■６、今、以外に生はない

「病は気から」という言葉が古来あります。その意味は、病に振り回されず、自分の生を磨くことを中心とするということです。今を磨く以外に生はなく、死ぬまで生きるしかない我々にとって、病を理由に生の質を変容させてはいけないということです。

これは別の言葉で言えば、今いかに活力を持って生きるかということは、健康状態に左右されることではないということになります。

これは、健康なフリをして生きなければならないとか、若者のように日々生活すべきであるということを言っているわけではありません。そうではなく、今の生以外に生はなく、今の身心状況を生きる以外に身心状況はない、ということを言っているのです。

今がベスト、どのような状態であれ、今が最高の状態です。

鍼灸師はそのような生を応援しています。最高の今の状態を磨き上げていく応援をしているわけです。そのために鍼灸師は、今の生命状況をより明確に見ることができるように努力しています。その方法が四診を研ぎ澄まし、弁証論治を日々おこなうということです。

変化する生命を捉えるわけですから、大きく柔らかく、確かそうなものを中心として捉えていくことになります。エビデンス―根拠とするものは、エビデンスがあるかないかということではありません。よりリアルにみていけるよう、日々努力するということに置かれます。

鍼灸医学のエビデンスは、日々磨かれていく技術とそれを探究していく真摯さに担保されているわけです。

どこまでリアルにありのままに患者さんの生命力の状態を捉えられるか。ここが勝負所です。それによって、患者さんの最高の今をさらに磨き上げていくことに寄り添おうとしているわけです。このために、鍼灸師はその治療技術を磨き上げていくわけです。この一歩一歩の歩みを積み重ねているわけです。