

中村敬けい

「百年色褪せぬ普遍的英知」森田療法“を世界に広める精神療法の大家

文 高橋誠

Text by Mac Takahashi

学校法人慈恵大学広報推進室長
医療・健康コミュニケーター

日本森田療法学会 中村敬理事長（慈恵医大第三病院長、森田療法センター長）は、患者さんと向き合い、相手の顔を見て診察するよう努めています。パソコン画面に向かうときは、「入力するので、ごめんなさいね」と心配りをするほどの稀有な精神科医です。病院長として病棟



写真(上)ひろめ市場(高知)で森田療法学会関係者らとの団らん(前列右が中村医師)
写真(下)森田正馬生誕地(中央が中村医師)

リニューアルの推進など病院経営の傍ら、森田療法の普及活動に注力しています。

「悩みや不安、恐怖の裏にある、よりよく生きたいという人間本来の欲望。その両面を、あるがままに受け入れてこそ、とらわれなく生きることができるといふ森田療法は、欧米での主流である認知

行動療法やマインドフルネスの観点を遙か以前に先取りし、外来治療ガイドラインは様々な言語に翻訳され、いかに生きるべきか“を世界に提示しています。2018年夏、創始者・森田正馬博士（ままたけ）（慈恵医大精神医学講座初代教授）の生誕地高知で開催された没後80年記念行事で、「森田の教えはどんな時代にも生き続け、医療を超えた人類の普遍的な英知」と宣言した中村医師。続く秋の森田療法学会（東京）では、実用的な精神療法として神経症の治療のみならず、慢性の痛み、うつ病、認知症、寝たきり予防、被災者支援など幅広い医療、介護領域に、さらには働き方、人間関係の改善に応用されている事例が多数報告されました。

「モリタ・セラピー」として世界中に「生きる力」を涵養

中国や北米、オーストラリア、ロシアにも治療が広がる「モリタ・セラピー」が誕生し2019年で百年の節目。8月の国際森田療法学会（中国）は「人間哲学としての森田療法を世界中に広げよ

う」がテーマ。10月には浜松医科大学精神科が国内学会を主催。他に集大成の市民公開講座、寝たきり予防のための行動変容外来、ヨガへの森田療法の導入など、汎用性を活かした企画を展開中の中村医師。森田療法の多診療領域への広がり、青少年から高齢者まで人々の心の中へ「生きる力」を育むことを目指し、人生百年時代の万人のQOL向上に、真正面から向き合っています。



Profile

学校法人慈恵大学広報推進室長。医療・健康コミュニケーター。東京生まれ横浜育ち。慶應義塾大学経済学部卒。ミズノ広報宣伝部、リクルート宣伝企画部、米国印刷会社NewDesignConcepter（LA在住12年）、食品会社エグゼクティブ PR アドバイザー、ゴルフ場経営など日米複数企業における広報・マーケティング職を経て、2004年より現職。医療・健康情報の伝達スキル向上を目指し「病院広報研究会」を立ち上げる。ダイヤモンド・オンラインで連載コラム「森田療法式・心の健康法」を執筆中。趣味はゴルフ、ワイン（日本ソムリエ協会ワインエキスパート#58）。