

2021/12/ 5(日)

第31回人体科学会
シンポジウム

ミュージック・サナトロジー実践における 「生ける自然」と祈り

里村 生英

はじめに に代えて

はじめに

- 1 「ミュージック・サナトロジー」 について
- 2 実践の場で“起こっている”こと ー経験内容 at a glanceー
- 3 ケアする者の理念と、それを実践へと結び付けていく創意・修練

おわりに(まとめ):

ミュージック・サナトロジーに見る「生ける自然」と祈り
ースピリチュアルケアの立場からー

1 ミュージック・サナトロジー (music-thanatology) について



Photo: Lynn Johnson
Reprinted from <http://chaliceofrepose.org/first-vigil/>

“What is Music–Thanatology?”

Music–Thanatology is
a contemplative practice
with clinical application.
It is NOT a clinical activity
with contemplative residuals.

(Schroeder-Sheker, 1994, 84; 1997, 37’14’’; 2001, 15, 59; 2020a, 10’38’’)

“臨床実践・ケア的”説明

- 終末期および臨死期の患者
(とその家族)の、
- 身体的、感情的そしてスピリチュアル
なニーズに応じるために、



Photo: Lynn Johnson, Reprinted from <http://chaliceofrepose.org/first-vigil/>

- ベッドサイドでハープと声のひびき・音を使って、音楽(プリスク립ティヴ・ミュージック)を届ける臨床実践運動 movement 及び そのやり方

つづき

◆焦点(実践目標):

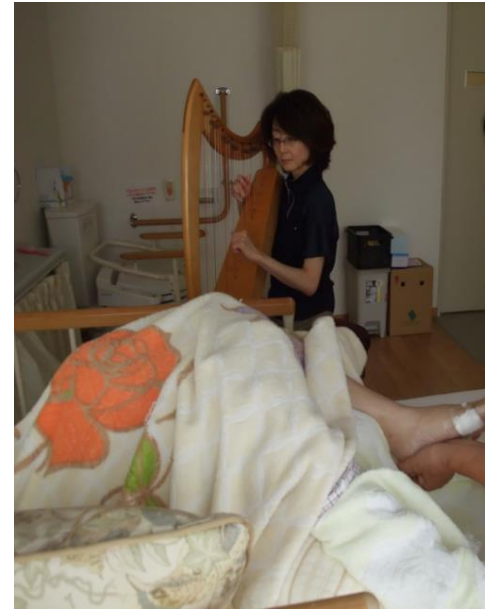
最期の時に一緒に居て、
死に逝く者が

人生の満了(=「死」)へと進むのを助ける

= この世界から 未知なる次の世界へと

スムーズに移行するのを損なわせる何ものからも

解き放たれるように助け、支える (Schroeder-Sheker, 1994, 94)



©Ikue Satomura

◆実践への反応・評価:

死に逝くあり方を変える:

スピリチュアルな局面(尊厳、恩寵、美の感覚)を添える

(Schroeder-Sheker, 2001; Cox & Roberts, 2007; Hollis, 2010)

・1974年～

現代のホスピス運動がアメリカ
合衆国でエンドオブライフ・ケア
に影響を与え始めた時期



Photo: Lynn Johnson、Reprinted from <http://chaliceofrepose.org/first-vigil/>



創設者&プロジェクト主導者
Therese Schroeder-Sheker

・現在 アメリカでは、
緩和ケア、
エンドオブライフ・ケア領域の
一つのモダリティ modality として
社会的認知を得ている。



<http://www.freewebs.com/harpsong/websiteHarpatHospBed.jpg>



<http://www.freewebs.com/harpsong/hermansen1.jpg>



<http://www.freewebs.com/harpsong/CraigHolye.jpg>

モダリティとしての独自の点(その1)

「死に逝く」と‘共にある’ことに主眼が置かれ、
quality of deathを支えるために
音(ひびき)、歌声、沈黙が “応答的” に
使われる。

モダリティとしての独自の点(その2)

開発に際して、
11世紀フランス、クリュニー修道院の看取り
の慣わし・儀式から精神性と方法論的基盤が
与えられている。

中世修道院 医務室の癒しの術への着目



肉体のケア・魂の癒し(キュア):

Care for the Body,
Cure for the Soul

モダリティとしての独自の点(その3)

「観想(メタノイア)修練」が根幹を為す。

↑

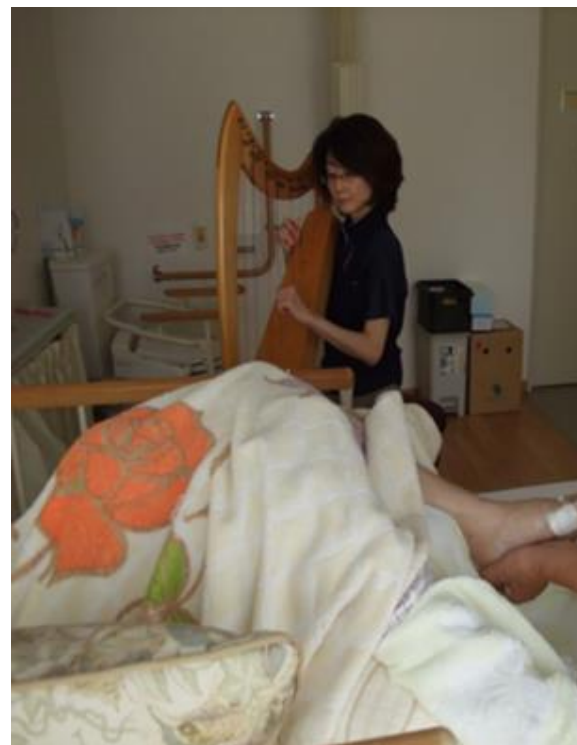
底流に 独自の思想的枠組み

- 人間観
- 死・いのち観
- ケア観
- 音楽(経験)観

2 実践の場で“起こっている”こと: 経験内容 at a glance (=「生かれた身体」の体験 内容)



©Ikue Satomura



©Ikue Satomura



<https://wesley.or.jp/en/staffreport/3877/>

日本での応用実践(「ハープ訪問」)より

❖対象者(‘研究’としての倫理的手続き施行済)の概要

- 20歳代～90歳代 10名
- 患者さん本人(卵巣がん・骨盤がん、胃がん、脳腫瘍)
 - 言語コミュニケーション可能8名、不可能2名
 - 危篤時 ～ 逝去前5か月
- 家族(主たる介護者)
 - 実施直後、逝去4か月後(初盆時)、1年後、1年半後
- 看護師(訪問看護師:がん専門看護師、施設看護師(主任))
 - 実施後および研究まとめ時

(つづき): 日本での応用実践(「ハープ訪問」)におけるナラティブ(一部抜粋)

- 「第三の眼がびんびんする感じです。」(逝去5か月前、40代女性)
- 「元気が出た(意欲・希望が湧いてきた)。」(逝去14日前、20代男性)
- 「魂に触れた感じだったのではないのでしょうか。あんなに輝くあの子を見たのは久しぶりです。」(家族:末期患者の母親)
- 「ええ、わかっとなります、母は天国へ行くと思います。」(家族:危篤患者のご子息)
- 「(患者さんが) 静かに聴くかなと思っていたのが、すごく感じ始めているというのが分かってそれに驚きました。ハープの音は何か患者さんの中を満たすものだったのだらうと思います。」(照会看護師:がん専門看護師)

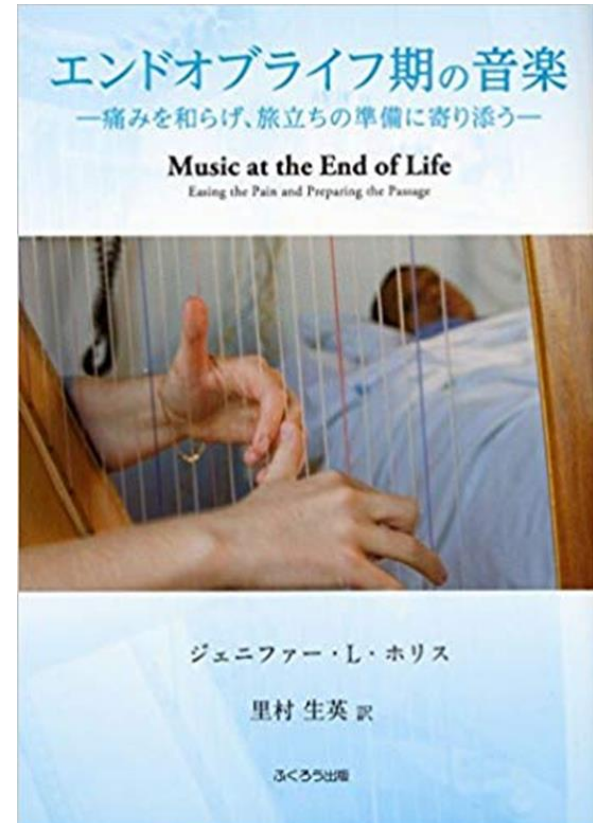
アメリカ臨床実践におけるナラティブ

ホリス (Hollis, J.L.) インタビューから

「薬物投与の代替・補完、及び
それとの連係」

「聖なるスペースをつくる」

「医療文化・環境、死の文化を
変える」



カテゴリー名：「聖なるスペースをつくる」

- 人々が何としても通り抜けようと取り組むその移行 transitionが、実際の働き（ミュージック・サナトロジー）によって容易になります。なぜなら、ミュージック・サナトロジーはどこか、私たちを元のまとまった状態に引き戻してくれるからです。

身体的側面、感情的側面、霊的な側面をつなげまとめるのです。

バランスを失っているとき、私たちはこれらの部分に本当にはつながっていないのですから。」（ホスピス運営幹部）

- 「それ（ミュージック・サナトロジー）は、神聖なスペースを提供します。それがどこであっても...神聖な空間を創り出すのです。

そこに居る人は誰でも、ここが**安全**だと感じ、何か神聖なもの、寛ぎ、静けさを経験しています...

その音楽は、自制できない思考や取りつかれた心配を別の方向に向かわせることができますし、本当に必要なことに焦点を合わせます...」（ソーシャル・ワーカー）

(つづき)

- 「死に逝くことは、人との関係性に関することです。つまり、死に逝かんとしている人と関係を築くことができるなら、私たちは本当にその人のケアをしているということです。ミュージック・サナトロジーは、言葉を使ったり、組織だった思考ができなくなったりしている人とつながる唯一の方法です。私たちは音楽を通してその人との関係を維持することができます。」(医師)
- 「[患者に反応がない、あるいは聴くのが困難であるからといって周りの人がミュージック・ヴィジルを断るとき、]このことは、ミュージック・サナトロジーの何か常識的な日常とは異なる、より深い次元に開かれている特質の全容と、起こるかもしれないヒーリングの可能性を逃すことになります...そこで起こっているのは何か他のことです。音楽ではありません。音楽は本当に起こっていることを届けるやり方ですから。[本当に起こっていること、それは]恩寵(grace)もしくは神聖なものの神秘です。」(チャプレン)

(つづき)

- 「... ミュージック・ヴィジルは 出席している人々に、私たちが 神聖なるものの内に生き、それが無限で永遠の存在であるという意識を高めさせます。

私たちの注意はより焦点が合い、波長が合ってきます...
そして神聖なるものと共鳴し合っていきます。

私はこれがミュージック・サナトロジーについてのことだと思っています。」(チャプレン)

2 でのまとめ(暫定)

❖「ハープ訪問」

- ・当事者の内面的ニーズを満たす
(その人ひとまとまり(個)が統合される側面)
- ・“共にある”スペースをつくる(個と個を結ばれる側面)
- ・内面性において外から働きかけられているエネルギーへ意識が向かうのを助ける(個と個を超えたものがつながれていく側面)

❖アメリカ臨床実践

- ・薬物投与の代替・補完及びそれと連携し合う(生物学的生体内のハーモナイズ)
- ・**神聖なスペースをつくる**(存在している空間ごとハーモナイズ)
- ・施設の文化(医療文化)が変わる

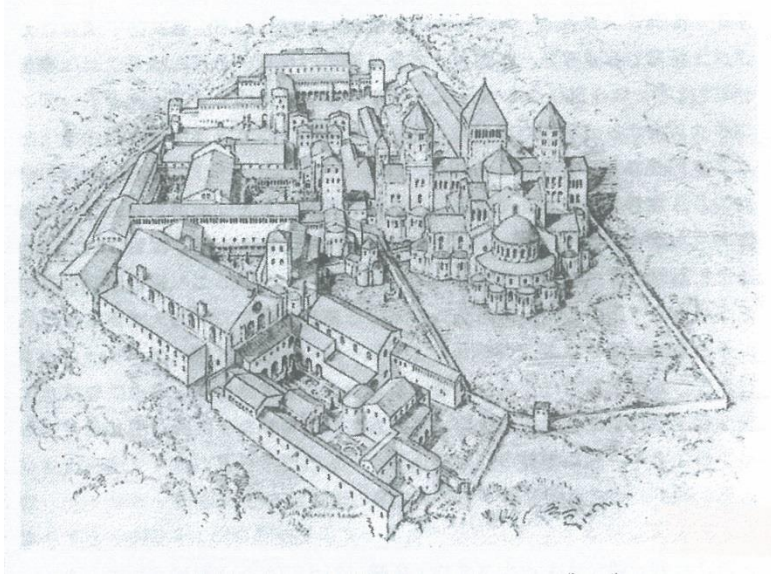
※“起きている”こと ...

つながれていく
関係性が再有機化されていく
神聖なるものの働きが立ち顕われる

3 ケアする者の理念と、 それを実践へと結び付けていくあり方

- 1) 歴史的基盤：11世紀クリュニー看取りの慣わし・儀式
- 2) 現代のミュージック・サナトロジー実践の場においてはたらくもの
 - ①「プリスクリプティヴ・ミュージック」というあり方
 - ②「観想的」なあり方ーメタノイア修練

3-1) 歴史的・精神的基盤： 11世紀クリュニー修道院の看取りの慣わし・儀式



218. ベネディクトゥスの修道制では死者への聖務は重要であった。1437年、
ディジョン、ルネ王の聖務日課書の写本挿絵（大英図書館、ロンドン、Ms.

看取りの慣わし・儀式 at a glance

* 一連の流れ

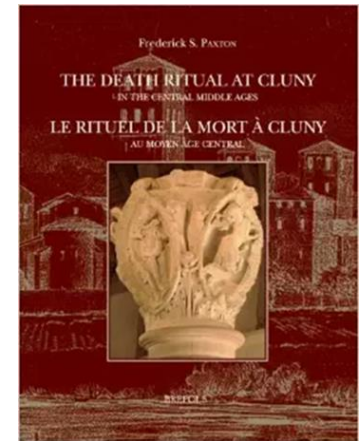
I. 罪の告解

II. 塗油の儀式

III. 聖体拝領と別れの挨拶

IV. ヴィジル(vigil: 注意深い看守り)

V. 逝去時および逝去直後



Paxton & Cochin.
*The Death Ritual at Cluny:
In the Central Middle Ages* (2013)

<大まかな流れ>

場面・状況	死に近く修道士をめぐる流儀・ふるまい・慣わし	儀式の中の行為	詠唱された祈り、アンティフォン、詩編[旋法]
i) 罪の告解	死期が迫っていることを感じた修道士(修友)は、修道院長に願い出で、罪を告解する。 修友が集会(chapter)に行くことを望むならば、副院長にそのように伝え、~~~~、神と共同体のメンバーに対する多くの罪の意識を告白し、許しを願う。 略 修友は医務室に戻される。 ~~以下略~~	副院長がゆるしの言葉を授け、共同体は「アーメン」と応える。 典礼責任者は塗油の儀式に必要なすべてを準備する。 ~~以下略~~	【詩編50(51)[I(ドリア)]] ~~以下略~~
ii) 塗油の儀式	医務室に着くと、司祭と共同体は修友を取り囲んで立つ。すぐに司祭によって祈りが捧げられる。 ~~以下略~~	司祭による祈り ~略~ 眼、耳、唇、足、大腿部など7か所への塗油詳細略 ~~以下略~~	「全能永遠の神よ、あなたが弟子に仰せになりました。『あなたがたの中で病気の人は、教会の長老を招いて、主の名によって油を塗り、祈ってもらいなさい。』 ~略~ 「この塗油と主のこの上ない慈しみによって、みることを通して犯した罪を、すべて主がゆるして下さいますように。」 【アンティフォン】主よ、癒してください。わたしの骨は恐れ、わたしの魂は痛ましく苦しんでいます:神よ、わたしを顧み、わたしの魂を救い出して下さい。 【詩編6(6)[I(ドリア)]] ~~以下略~~
iii) 聖体拝領と別れの挨拶	【修友が非常に脆弱で聖体拝領が受けられない場合】...略 【修友が聖体拝領を受ける場合】...司祭は典礼責任者の修道士と共に、聖体を取りにチャペルへ向かう。この間、修道士の一人が、詩編詩句による交誦を先導し、共同体は13の祈りを唱える。集祷文が唱えられている間に、修友は修道士の一人に介助してもらい、口をすすぐ。 最後の「別れの挨拶」:修友は司祭、すべての修道士と年少献身者一人ひとりに別れのキスをする。 共同体、医務室を退室。	司祭と共同体による交唱 13の祈り 修友の祈り~共同体の応誦~司祭の祈り略 聖体拝領(修友ができない場合は、修道士の一人が行う)。 共同体による詩編詠唱	「[先唱]あなたの僕をお救いください、[一同]あなたはわたしの神 わたしはあなたに依り頼む者。」 略 「神よ、あなたは15年をあなたの僕ヒゼキアの人生に加えました。それと同じように、あなたの力が、病床から救済へとあなたの僕を引き上げて下さいますように。私たちの主、イエス・キリストを通して。アーメン。」 ~~以下略~~ 略 【詩編50(51)[I(ドリア)あるいはII(ヒボドリア)]]

IV) ヴィジル (注意深い 看守り)	死期が近づいている修友が非常に脆弱になってくると、少なくとも一人の専門の奉仕者 (servant)がこの修友のケアのために任命される。 夜は、医務室担当のすべての修道士と奉仕者が修友を注意深く看守る。修友が気づかれずに亡くなるということが起こらないようにするためである。 略 専門奉仕者は、修友の死がもうまもなくであるとみてとると、床に毛織のシャツを掛け、その上に十字架状に灰を撒く。修友をベッドから起こし、そのシャツの上に寝かせる。 医務室担当の修道士は、修友の死がまもなくであることを副修道院長に知らせる。 副修道院長は、修友に意識がある場合は、修道士の一人に聖書のイエスの受難の物語の箇所を読んで聞かせるように指示する。もし意識がない場合は、二人あるいは四人の修道士に命じて、魂が肉体から旅立とうとしていることが確認されるまで、詩編を両サイドで繰り返し歌うようにさせる。 臨終期の兆候について熟知している専門奉仕者は最後のときがきたと判断すると、合図用の平板を手取る。そして修道院のなかと修道士の部屋の前で、また医務室へと続く回廊に沿って（夜の場合は、ランプを灯しながら）激しく叩いて、共同体に招集をかける。 合図が聞こえると、すべての修道士はどこに居ても直ちに医務室へ向かって走る。走りながら「クレド（信仰宣言）」を繰り返し歌う。 医務室に着くと、修道士たちは死に逝く修友を取り囲んで立ち、彼の魂が肉体から解放されるまで、繰り返しクレドを詠唱しながら逝去を見届ける。 【逝去が延びたとき】...修道院長（あるいは副修道院長）の先導で諸聖人の祈りと連祷を唱える 【さらに逝去が延びたとき】...数人の修道士が医務室に残り、共同体はその場を離れる。 残った修道士たちは修友の傍で任意の詩編を詠唱する。再び、死期が迫ったことを知らせる合図があれば、共同体はクレドを歌いながら医務室に駆けつけ、繰り返しクレドを歌って（修道院長が連祷を指示した場合は再度連祷を唱え、）傍で修友の逝去を看取る。	専門奉仕者の任命 共同体への招集の合図 共同体の駆けつけ 共同体によるクレド詠唱 諸聖人の祈りと連祷	【クレド（使徒信条）】 「天地の創造主、全能の父である神を信じます。 父のひとり子、わたしたちの主イエス・キリストを信じます。 主は聖霊によってやどり、おとめマリアから生まれ、ポンティオ・ピラトのもとで苦しみを受け、十字架につけられて死に、葬られ、陰府（よみ）に下り、三日目に死者のうちから復活し、天に昇って、全能の父である神の右の座に着き、生者と死者を裁くために来られます。 聖霊を信じ、聖なる普遍の教会、聖徒の交わり、罪のゆるし、からだの復活、永遠のいのちを信じます。アーメン。」 祈りと連祷のテキスト...略
--	---	--	--

Ⅴ) 逝去時、及び逝去直後	修友が息をひきとったことが確認されると、副院長(あるいは司祭)は交誦を先導し、続いて3つの祈祷から成る集祷文を唱える。 修道院長、副修道院長、遺体の清めを担当する修道士以外の共同体のメンバーは医務室を退室する。 そのとき、死者のための夕べの祈りの詩編を唱える。聖堂に面した辺りにさしかかった時に、夕べの祈りの詩編を唱え終わっていれば、死者のための朝の祈りの詩編を唱える。 その後、その週の主日ミサ担当の司祭によって一つの集祷文が唱えられる	司祭と共同体による交唱 3つの祈祷 【詩編141(142)ほか】 死者のための朝と夕べの祈りの詩編 司祭による祈祷	「[先唱]わたしたちを誘惑に陥らせず、[一同]悪からお救いください、アーメン。」 「[先唱]主よ、彼に永遠の安息をお与えください。[一同]そして永遠の光で彼を照らしてください。」 略 「親愛なる信者の仲間たち、どうか誘惑の多いこの世から、敬虔な主がお呼びになった私たちの修友を追悼致しましょう。神がもったいなくも静かなそして快適なすみかを、彼にお与えになるように、神の慈しみを請い求めます。そして、神が不注意の罪をすべて免除し、この世で犯したどんな犯罪に対しても、寛大な赦しという恵みを与えて下さいますように。神がその神聖な慈しみと善意において、彼を十分に補償して下さいますように。父と聖霊とともに世々に生き、統治しておられる主よ、この願いを聞き入れて下さい。アーメン」 以下略 「すべての力の源、永遠の神よ、あなたの慈しみ深さに希望を抱いて嘆願します。あなたの僕の魂を心に留めてください。あなたの名を告白しながらこの世を旅立ったこの僕が、あなたの聖人の列に加えられますように。」
----------------------	---	--	--

クリュニーのケアの精神



学ぶべき示唆点

- ①人間を「肉体と魂からなる統合的存在」と捉える。
- ②「死に逝く」から距離を置くのではなく、人生の重要な一部分として捉え、死に逝くその「ひと」、そして死に逝くに伴う「痛み」と「共にある」。
- ③傍に「居る」という存在の仕方を鍛錬し、ケアのやり方とする。
- ④死に逝く人と全人格的に関わり、また超越的存在とのつながりを取りなすために、「つなぐもの」として、声、音、沈黙を応答的に用いる。
- ⑤「死をどう捉え、受け止めていくか」についての信念・信条は「死は終わりではなく“はじまり”、永遠のいのちの世界に入ること」

・「**肉体と魂の二重のケア**」が死に逝く人へのケアには必須

・**死を新たないのちの局面への転換点**として捉える

・ケア本来の姿、すなわち**内面的にも世界全体的にも人間の調和状態**を目指すことへの立ち返り

- ・「**大いなるいのち**」観を育み支え、「**肉体と魂の二重のケア**」の空間をつくりだす
- ・「**今ここで**」の関係性と応答性を高める・「**写しだす**」努力

「今ここ」での関係性と応答性を高める・
写しだす努力



日常の観想修練の生活

： 聖務日課における

- ・彼らの存在のありよう（意識・態度・心構え）
- ・声、沈黙（静寂）、ひびきを介して“応答する”

ミュージック・サナトロジーの創意： 11世紀クリュニーから現代へ

【シュローダー＝シーカーによる言明】

その発端から私たちのヴィジョンは、

日常生活の中での観想的修練 (contemplative practice)
を臨床実践に適用するということにありました。

私たちの目標は、「プリスク립ティヴ・ミュージック
(prescriptive music)」を届けることを通して、

死に逝かんとしている人の身体的またスピリチュアルな
ニーズに、愛情をこめて応答すること (to lovingly serve the
physical and spiritual needs of the dying) です。

このようなはたらきに与えられた用語が

「ミュージック・サナトロジー」です。

その実践者は

このはたらきのための特有な技能を持った“音楽家－臨床家”で、
「ミュージック・サナトロジスト」と呼ばれます。

ミュージック・サナトロジストは、

声とハーブを活用して、

死に逝かんとしている人のベッドサイドで、

その人に合わせて音・音楽を詠え、

ライブで届けます。

いわば音のメディスン（medicine）とでも言うべきこのような

ひびき・音楽が提供される時間を、

「ヴィジル（vigil, “油断のない、注意を払っている”が原意）」と称しています。」（Schroeder-Sheker, 2001, 15）

要点：実践者のやっていること

①死に逝かんとしている人の傍らで、ハーブと歌声を用い、その人・状況に注意を払い、その人の状態に合わせて音・音楽を詠え、その場で提供する。

⇒「プリスクリプティヴ・ミュージックというあり方」

② ①のために、畏敬の念と自らのあり方・考え方に対する内省的態度を培い、自我意識を調律していく観想修練を普段の生活で心がけ、実践の土台とする。

⇒「観想的というあり方及びその修練」

3-2) 「プリスクリプティヴ・ミュージック」というあり方

「私たちが目標とするのは一つです。すなわち、
プリスクリプティヴ・ミュージックの提供を通して、
死に逝かんとしている人の肉体的そしてスピリチュアル
なニーズに愛情深く応答することです。

その音楽は、声とハーブで、ひとりの死に逝かんとし
ているひとのベッドサイドで、生（ライヴ）で届けら
れます。

それは個別的で、その人のために詠えられます。」

(Schroeder-Sheker, 2001, 15)

つづき

私たちは、死に逝かんとしている人のニーズを、
肉体、魂、スピリットという三つのレベルで、
識別します。

私たちは、身体的な痛みと内面的な苦悩に取り組むのを助けることができる可能性を持った音楽で働こうとしているのです。」 (Schroeder-Sheker, 2001, 15)

i) ミュージック・サナトロジスト特有の技能とは？

ミュージック・サナトロジストは、麻酔医が手術中に身体現象をモニターするのと類似したやり方で、

バイタルサインと他の観察できるもの（体温、脈拍、呼吸と呼吸パターン、皮膚の色、心拍、表情、身体の中心部と末梢肢の動き等）をモニターします。

生のプリスクリプティヴ・ミュージックは、バイタルサインや観察できるものを通して、患者の痛みや苦悩の、測定でき知覚できるニーズや症状を読み取り、それに対処するのです。

(Schroeder-Sheker, 2001, 15-16)

◆ミュージック・サナトリジスト(ケアする側)がしていること

- 常に患者に注意を向ける
- その時々 of 患者の反応に付き添う:
 - = (音・響きで)「呼応」、「一致」、「同伴」、「同調」
 - ⇔ 患者その人の全体的な様子や雰囲気、呼吸の様子、手足の動き等、知覚できる手がかり(徴候)のダイナミズム、リズム、トーンを観取
- 微細な兆候を観取する特殊な注意の働き、応答や同期等によって関係性を繋ぎ、維持する努力
- 穏やかさ、落ち着き、和らぎ、静かさといった調和・平安さの尊重

× 行動的あるいは積極的なはたらきかけ

(つづき)

ケア対象者そのひとを、

- ・生命に関する最も根源的な指標であるバイタルサイン（身体現象）を手がかりにして、
- ・音・ひびき・歌声・静寂を“調合して”用い、
- ・調和・平安、神聖さに、つなぐ・調律していこう、とする意識、実行、努力、鍛錬

ii)

音楽(息・スピリットを可聴化したもの)をどう捉えている？
どういう意図で使っている？

◆プリスク립ティヴ・ミュージックの“働き”

【シュローダー＝シーカーの言明】

「より堅実な言い方をするとすれば、プリスク립ティヴ・ミュージックは抗生物質や抗ウイルス剤のように、他者を襲ったり攻撃したりするようには働きません。

むしろそれは、

患者、

実践者（ミュージック・サナトリジスト）、

第三の未知なる神秘的存在: the mysterious presence of
the Third, the Unknown、

これら三者間の関係を、静かにつなぎ、

あるいはつながりを回復させ、

さらにはそのつながりを涵養し強めるように働きます。

(つづき)

私たちは常に第三の未知なる存在を心の中に思い描いています。

ヴィジルは沈黙の祈りと共に始めます。

神聖さは、人間であること、そして、人生において、極めて重大な要素だからです。」 (Schroder-Sheker, 2009b, 1-2)

(つづき)

「プリスク립ティヴ・ミュージックは、人の苦しみや痛みを取り去るものではありません。

しかしながらそれは、

その人が内奥（内面：ever greater depth, interiority）へと向かう動きに必要な、
親密で寛げる状態を創り、促進し、維持し、保護します。

内奥とは言葉によらない省察が始まる場所です。

言葉の操作を止めて静かに省察を始めると、外からの情報、社会の声や評価すべてが自分の中で静まっていきます。

すると、自分の内奥からの声、本当の自分の声が聞こえ始め、解放されていきます。

◆ 起こってくる変化

【シュローダー=シーカーの言明】

ベッドサイドで演奏されるライブ音楽（プリスク립ティヴ・ミュージック）の提供と共に、心拍数や呼吸のパターンが変化するにつれて、ゆっくりと、徐々に、すべてがシフトしていきます。

痛みや苦悩から来る緊張がほどけて、
深まりが起こってくるのです。

するとすぐに、多くのエネルギーが再び、死に逝かんと
している人に得られることになります。

(つづき)

このことは、あらゆる内面的なワーク：

— 死に逝くことそれ自体、
和解、ゆるし、受容すること、思いやり、
手放すこと、別れを告げること—

に、死に逝かんとしている人が取り掛かることを
可能にさせます。」

(Schroeder-Sheker, 2005, 57)

プリスク립ティヴ・ミュージックというあり方の ケア的様相

- ① 身体とところを調和的な方向・状態に整えていくことに
寄与する→**医学/療法的**
- ② 死に逝く人が内面的ワークに向かい、他者とつながり、
聖なるものとつながる機会を提供する→**つながり・関係性
を援助・サポート**
- ③ 意識が内奥へと向かい、そこでの省察と意味の発見を
助ける→**内面性沈潜のサポート/“ヒーリング”**
- ④ 上記①～③を総合して見ると→死に対する精神的準備
をし、人生全体をより実り豊かなものに再統合していくこと
を傍らで支える、**「全体的統合」**

3-3) 観想的なあり方ーメタノイア修練

i)「観想的(contemplative)」とは？

- ・辞書的意味

静かに時間をかけて真剣に考える状態・様子の形容

意識を高度に集中させて、ものごとをじっくり見つめ、それについてじっくりと考える様態

・ シュローダー＝シーカーの見解

古代ギリシアの哲学者たちの探究の仕方・態度に注目
＝出来事、状況、事物を調べる時、実際に起きていることの
特質に注目する

×測定、数値化、分析、要素還元(客観性を重視するものの見方・
対象と距離を置く在り方)

◎その事象がどのように生まれ、形を成し、動き、変化・展開
していくのかをじっくりと“見て”、その特質を観察し、その性質
について省察するさま



(つづき)

ここでは「考えること: thinking」と「ハート: 心・heart」が分離・分断することなく一体化されている。

「頭だけでとりとめのない思考をめぐらすでもなく、湧き上ってくる感情に翻弄され感情的になっているわけでもなく、

思考と感情、また、肉体と精神が統合された状態で、“今ここに十全と参加している状態”」(Schroeder-Sheker, 2005b, 2-3)

↑ **ここに、死に逝く人に(プリスク립ティヴ・ミュージックで)
仕える態度・あり方をみる。**

(つづき)

「メタノイア (metanoia)」修練

* キリスト教用語... 「回心」

* ギリシア語本来の意味 ... 「こころの変化」



「習慣的に、無自覚のまま身につけてしまっていた、
区別化されたあるいはパターン化された
心の働かせ方や物事を知っていくあり方を
徐々に剥ぎ取っていく」修練

(Schroeder-Sheker, 2001, 71; 2005b, 7)

ii) 観想修練(メタノイア)のための隠喩的指南

1) ファイン・チューニング(Fine Tuning: 微調整)

2) 小さな死の訓練(日々の生活の中で、例えば、苛立ち、不公平な行為、自分勝手な欲求、個人的な利益の追求、短気、先入観などを“意識的に手放す”訓練)

「ファイン・チューニング」ー 自我の調律

・ 声や音のピッチー意識の状態 との関係再調整

「...自分の声がうわずっているとき、それは自我意識が無意識のうちに前へ出すぎている状態です。つまり我を張っていて全体の調和を乱しているのです。

反対に、音に張りが無い、低めになる、そういう時は気持ちの後ずさりしている状態で、もっと勇気をもって前へ踏み出す気概が必要です。これはハープの弦をチューニングするときも同じことです。」 (Schroeder-Sheker, 2005a, 57)

・関係性の取り方、調和的な居方 を生み出していく隠喩的
指南として

「ファイン・チューニングは、全体の脈を採る一つの方法です。その脈の状態を通して、私たちはどれだけ世界や共同体に影響し、逆にどれだけ影響を受けているかを知ることができます。

完全に調子が合っているとき、つまり我を張ったり気後れしたりしていないときには、私はまるで見えていないかのようです。そこにあるのは、他者の幸福のために働くという徳性だけです。ミュージック・サナトロロジー実践においては患者が中心です。

ミュージック・サナトロジストは見えなくなることが必要なのです。」
(Schroder-Sheker, 2005a, 57)

「小さな死の訓練」 — 意識的に‘手放す’

私は「死」を、人生の最後に起こる一度だけの出来事とは捉えていません。

むしろ、死に逝くことと実りの豊かさとは結びついており、人生は多くの実り（死）から成り立っていることが観察されます。

私は「小さな死」の観想的修練に取り組んでいます。

この修練は、秋にライラックの茂みが刈り込まれ、その刈込によってより多くの生命力、ふくよかな香り、そしてよりたくさんのお花が春にもたらされるのと同じように、

私の中に再び成長する余地を創り出してくれます。

...略...

つづき

それはまた、不要なものを片づけ、それらから解放される方法です。

それは透明性をもたらしてくれます。

このような日常の生活における小さな死の練習は、大きな喪失や重篤な事態を経験するときのために、私を強めておいてくれます。

言葉を交わすことなしに、

そして仕事を単なる手順に変えることなく、

私たち（ミュージック・サナトロジスト）が、何年にもわたって死に逝かんとしている人の傍に黙って座ることができるのは、この精神性が根底にあるからです。」

（Schroeder-Sheker, 2005a, 57-58, 下線は講演者）

iii) 観想修練(メタノイア)を死の臨床に
持ち込むことの意味とは？

「死に逝く人へのケアの従事する臨床専門家は、死が聖なる旅路であるといった講義を受け、死に逝くプロセスについて医学的に教育されます。

しかし、腫瘍の痛み、手足の喪失、容貌の変化がどのようなものか、もし私たちがそれらを自分自身の生活、からだ、魂において経験していなければ、死を前にした人、危機状態にある人の心情や境地を依然として知ることはできません。

メタノイア（観想的修練）が重要なのはここにおいてです。メタノイアは、ミュージック・サナトロジストだけでなく、死の臨床で働く誰にとっても、内面的覚醒の面で効力があります。」（Schroeder-Sheker, 2005a, 58, 下線は引用者）

メタノイア修練を臨床に持ち込むということ ー「ケア」の原点？ー

- その場に／傍らに、「居る」(being)というケア形態を生み出す
- 死に逝かんとしている人と内面のレベルで
「つながる、共にある」という、
ケア本来の意味をもう一度発見し、ケアそれ自体を深める

- 傷や痛みを抱えた目の前の人の存在(いのち)に、心の沈黙のうちに聴き入る／尊厳・大切を認める

まとめ：

ミュージック・サナトロジーに見る
「生ける自然」と祈り
— スピリチュアル ケア の立場から —

ミュージック・サナトロジーにおいては

- ・死を「終わり」ではなく、いのちの新しい局面の「始まり」と見る。
- ・ケアをすることとは、ひとの“全体性(肉体と魂の両方)”に関わること、即ち、「肉体と魂の二重のケア」である。
- ・ひびき・音楽を、「再有機化する力(re-organizing force)・つなぐもの」と捉える。
- ・実践者は、“今—ここ”に十全と開かれ、存在し、意識を高度に集中させて物事の本質を見つめる態度(＝観想的なあり方)で、患者、事態、起こってくるであろうことを注意深く“みて”、それに応答して「ひびき(プリスクリプティヴ・ミュージック)」を創り出す。
- ・実践の場でひびきは、患者(とそこに居る人)、実践者、第三の未知なる神秘的存在、これらの間の関係を静かにつなぎ、あるいはつながりを回復させ、さらにそのつながりを涵養し強めるように“働く”。
- ・実践者は「観想的(メタノイア)修練」を習慣とし、日々の生活と音楽することにおいて常に、透明性・純粹性・謙遜を取戻し、自我意識を調律(チューニング)すること、即ち、意識(こころ)と知的な思考及び精神運動的技術を統合させていくことを心がけ、鍛錬している。

暫定的総括: ミュージック・サナトロジーに見る 「生ける自然」的側面

①実践の場で“起こっている”ことにおいて

→「神聖なスペースの顕れ」、「つながっていく・結ばれていく」

②ケアする者の理念と、それを実践に結び付けていくあり方・修練において

・歴史的基盤: 11世紀クリュニー

→「永遠のいのち」観に立った「肉体と魂の調和のケア」

・「プリスクリプティヴ・ミュージック」というあり方

→再有機化する力(re-organizing force)・つなぐものとして、
ひびき・沈黙を“応答的に使う”。

・「観想的」なあり方

→メタノイア修練＝自我の調律、透明性・共鳴性の涵養

暫定的総括：ミュージック・サナトロジーの地平から捉えた 「祈り」

- ・声、ひびき、静まりに、
- ・ひとの内面にある静寂interiorized stillnessと神聖さholinessに、
- ・その場に働く、大いなるもの・神聖なるものに、

“こころを合わせていく”

≡ 心の沈黙のうちに「内なる自然・生ける自然」に‘聴きいる’

文献

- Hollis, J. L. 2010. *Music at the End of Life: Easing the Pain and Preparing the Passage*. Santa Barbara, CA: Praeger. (ホリス『エンドオブライフ期の音楽ー痛みを和らげ、旅立ちの準備に寄り添う』里村生英訳, ふくろう出版, 2014)
- Paxton, F. and Cochelin, I. 2013. *The Death Ritual at Cluny in the Central Middle Ages*. Turnhout, Belgium: Brepols.
- Schroeder-Sheker, T. 1994. Music for the Dying: A Personal Account of the New Field of Music-Thanatology – History, Theories, and Clinical Narratives. *Journal of Holistic Nursing*, 12 (1): 83-99.

文献(つづき)

- Schroeder-Sheker, T. 2001. *Transitus: A Blessed Death in the Modern World*. Missoula, MT: St. Dunstan's Press.
- Schroeder-Sheker, T. 2005. Prescriptive Music: Sounding Our Transitions. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 1 (1): 57-58.
- 里村生英. 2021. 『ミュージック・サナトロジー: やわらかなスピリチュアルケア』 春秋社

