

作業療法と園芸—植物（いのち）とのかかわり

冷暖房完備完全看護

「サキさん、今日、何月何日ですか」

「……」（わからなくても生きていける病院にいる）

「もう夏ですよ、暑い夏ですよ」

「…あ…あ暑くないよ…」（冷房が効いている室内から出る機会がない）

……

「さあサキさん、お食事、ハンバーグよ」

「……」（副食をすべて細切れにしてご飯に混ぜたきざみ食）

全員同じ病衣を着せられ、一步廊下に出れば、どのドアが自分の寝場所の入り口かわからなくなる同じ構造の箱（部屋）に容れられ、天候や季節の移り変わりにも影響されない。現実感、見当識の回復をと、月日や季節を繰り返し口にする（ひとや時間や場所の見当識障害の改善のための療法のひとつでリアリティーオリエンテーションというわれる）職員の声がむなしく響く、冷暖房完備完全看護の病院生活。

暑い夏に（冷房が効きすぎて）寒いといってセーターを羽織り、ふる雨の一滴にもからだを濡らすことなく、マンションの玄関から会社まで、チューブのような歩道と地下鉄で通い、包丁も火も使うことなく二四時間いつでも飲み食いできる。聞き、伝える対象とのかかわりもなくメールが入りメールを送り、「おもしろくねえ」とリモコンで場面を切り替え、痛みも臭いも感じずカウチポテトでひとの死を見る。テレビ、パソコン、コンビニがあれば他人と話すこともなく、ときには何日も人間に会うこともなく棲息できる、ありあまる豊かな物に囲まれた都市生活。

少ない餌で短時間に効率よく肉を作り出すために、窓のない箱（ケージ）に容れられ、雑草をはみミミズを探し走り回る苦労も楽しみもなく餌が流れてくる。元、鶏という名だった生きた鶏肉生産工場と化したブロイラーの生活。

療法としての園芸

ひとは遊び、学び、働き、産み、作り（創り）、表し、休み、生きる。その日々の生活においてさまざまな営み（作業・作業活動）をおこなっている。その営みのなかで、「こころ」や「からだ」の病い、病いにとまなうさまざまな障害が原因となり、生きがいをあきらめたり、見失ったり、ときに奪われることがある。作業療法は、ひとの日々の生活を構成する営み（作業・作業活動）をもちいて、もう一度生きる力としてその人の「生きがい」を取り戻し、その人なりの生活を組み立てる手助けをする。

園芸はそうした作業療法でもちいる作業のひとつとして、作業療法の歴史と共にいにしえから利用されてきた。18 世紀後半～20 世紀にかけて道徳療法(moral treatment)華やかになりし頃、こころの病いや知的発達に障害がある人たちに対してもちいられたのが、治療的な視点による利用のはじまりである。

園芸には、種をまく、水をまく、など簡単ではあるが欠かすことのできない作業活動か

ら、間引き、芽かき、など少し判断が必要な巧緻な作業活動まで、いろいろなレベルの作業がある。生産から消費、遊びと、ひとの生活の基本的な活動をすべて含んでいる。しかも、一つ一つの作業活動は決まった繰り返しのように見えるが、植物の成長する過程により変化に富んでいる。

作業療法においては、園芸という作業活動を、耕作、播種、撒水、除草、収穫など園芸本来の活動と、収穫したものを食べる、育てた植物を利用して作品を作る、育てたものや作品を売る、鑑賞するという周辺活動を含めた、一連の「行為・動作」「環境・対象とのかかわり」「場・ひととのかかわり」としてとらえて利用する。

園芸にともなう行為・動作

土を掘り、砕き、均し、畝を作る、草をとる、種をまく、水をまく、などすべての行為・動作は、植物を育てるという一つの目的向かっている。その人為的で機械的なリズムや流れとは異なる自然なリズムと流れに合わせた行為・動作は、新陳代謝を促し、心身を賦活する。「もの」を産み出す土壌を作るために、土を掘り起こし砕く行為・動作は、やり場のないところの歪エネルギー（衝動的エネルギー）を身体エネルギーとして発散する。道具を操作し、自らの身体を使い、育て収穫する行為・動作は、ひとの基本的な作業欲求を満たし、私たちの内に深く内在する、慈しみ育てられることへの希求が、植物を育てることに投影、昇華され、自己尊重や自我の育成につながる。これから育つものを植え、その成長を見ながら世話をすることは、ひとに喜びと安らぎを、自己の有用感をもたらす。

実ったものを収穫するということは、自分の行為の実り（達成された結果）の証でもある。たとえ1輪の花であっても、自分が慈しみ育てたものを収穫するとき、ひとは何かを成し遂げたという喜びとところ豊かな気持ちに満たされる。花や実は、育てた命の結実であると同時に、私たち自身の命を養う生産物（収穫物）であり、収穫する者のところに満ち足りた安心感を生む。視点を変えてみれば、何かを産み出す行為はひとに自我の保持と拡大をもたらす。

植物（いのち）とのかかわり

草花や野菜を植え、育て、その実りを楽しむことに、特別深い意味をもたせようとは思わない。しかし、冬の林、葉の落ちた木の枝の堅い殻に覆われた芽の新しい命の兆しに思わず寒さを忘れたことがあるだろう。春を迎え芽吹いたばかりの小さないのちに、愛おしさとけなげさを感じ思わず「がんばれよ」とつぶやいたことはないだろうか。何百年という年月、風雪を耐え抜いた巨木に出会い、生きることの威厳、畏敬の念、大きな安心感を感じ、じっとその前にたたずんだことはないだろうか。晩秋の午後、庭の花壇に枯れて横たわる草花に、ときにひとは華やかな時代を過ぎ老いてゆく我が身を重ねてみる。

植物は生きている、変化する、面倒をみたらその分だけ応えがある、仮に世話の仕方が誤っていたとしても、不平不満は直接返ってこない。そこが同じいのちでも動物の飼育と異なるところである。また、植物は色や臭いだけでなく、ふれたときの感じ、その実りの味わい、風の仕事による音などが、ひとの五感を刺激し、感覚を呼び覚ます。そして、生長した作物はひとの命を支える食べ物となり、穏やかに豊かにひとを支えてくれる。ヒトがその永い進化の過程で、植物の恵みを受けて命を保ち、肉食動物や危険から身を隠し守

ってくれた植物とのかかわりは、今も私たちに安らぎと安心をもたらす。私たちのDNAの中に、こころに豊かさと安らぎを求めるとき緑にひかれ、緑を見るとほっとする習性がしっかりと刻みこまれている。そうした習性があるものが、種として存続し、今私たちとしてある。

時の流れと四季の変化に身をゆだねる

陽が昇り、朝露が光り大気が香る。一日がはじまり、太陽の力と共にすべての命が活動する。陽が沈み、茜さす日の昏れとともに一日の営みが静かに終わる。土のなかで固い殻のなかで芽吹きへの準備をしていた草木が、春の訪れと共にいっせいに芽吹き、風薫る初夏、さんさんと降り注ぐ光をあび小さな葉は広がり艶やかにひかり、茎や枝は伸び茂る。花が咲き香り立ち、実を結ぶ。木枯らしの冬、蓄えられた次の命への実りとともに、光り輝く春を待つ。

季節の変化と日々の天候に左右されながら、草花や野菜が生育する過程には、四季のリズムとともに、大きな時間の流れと生命のリズムがある。そのリズムは、季節感や時間の感覚、基本的な生活のリズムを取り戻す指標となる。

ひとは病気になると、身体のリズム、生活のリズムが崩れ、身を守るために五感を閉ざすようになる。その崩れたリズムや閉ざされた五感を、薬で元に戻そうとしても難しい。ある年齢に達した人や病いや障害とともに生活しなければいけない人たちにとって、長期にわたる治療は生活を奪い、濃厚な治療や働きかけは効果より負担のほうが大きくなることが多い。

そんなとき植物に助けられる。種をまき、水をやり、自分が植えた諸物を育てる。植物の生育に合わせる生活が始まる。それは時の流れと四季の変化（実存的自然環境）、そして植物といういのちに身をゆだねる生活のはじまりでもある。一日の、四季のリズムに身をゆだねることで、失っていた身体や生活の自然なリズムがゆっくりと回復する。そして、「あ、芽が出てる」「雨ばかり、でも緑は嬉しそう、水撒きしなくていいね」「暑いけど、風が気持ちいいね」、育つ植物と季節や天候の変化をとおして語りかけることばが、病いのなかに閉じこもるひとの閉ざされた五感を開く糸口になる。

かけられたことばが刺激になって、閉ざされていた感覚が意識されると、はじめて「ああそうか」と気づく。病気でいろいろな機能が失われるなかで、ひととしての身体感覚の共通性は比較的最後まで残り、コミュニケーションの基盤となる。また回復の程度を見る目安もなる。入院しているひとと話しているとき、食べ物の味、眠った感じ、季節感が自らの身体感覚をとおして感じられるようになると、それは回復の兆しである。作業療法を一緒にしていると「そろそろ退院もいいんじゃない？」とすすめたり、主治医の先生に「退院の話すすめられていいように思います」といえる時期がわかる。閉ざされていた身体性が取り戻され、現実の世界とのつながりが身体感覚をとおして感じられはじめるときがそのポイントである。本当に、「ああ大丈夫だなこのひと」という時がわかる。治療・援助をするされるという関係ではなく、共通の身体性をもつものとして体験を共有するから見える、言えることばである。共有体験による意味記号としてのことばを超えたコミュニケーションのはたらきである。

植物という「いのち」を対象とする作業療法においては、一日の四季の時の流れ変化と

共通の身体性（五感）をとおした共有体験とが、大切な療法の要素になる。植物という「いのち」とのかかわりは、植物が生きる時間や自然など環境とのかかわりでもある。

豊かで貧しい時代から脱出

あまりにも物が豊かになることで、病気ではなくても、さまざまな対象との、ときには自分自身とのかかわりすら忘れてしまった生活。自分ではどうしようもない現象に向き合い、対象とかわり、時期を待つことで達成される喜びや楽しみを失った（棄てた）生活。それは「豊かな時代の貧しい生活」とはいえないだろうか。

人類はこの 100 年、化石燃料という地球の遺産を食いつぶし、生き急ぎ息詰まってしまった。西暦 2000 年は、この息詰まった（行き詰まった）20 世紀という近代を抜け出し、新たな世紀に向けていかに命を引き継ぐか、100 年という単位の世紀と世紀の世代交代の年。人類が、植物という「いのち」、人類以外のさまざまな「いのち」と、大地や水や空気や陽の光のなかで、ふたたび共に生きる生活へと回帰する新たな旅立ちのはじまりである。

緑に包まれ

緑に育まれてきた

私たち人類が

緑や小さな命たちと

共に生きる新しい時代へ

あなたはこの「豊かで貧しい時代から脱出」できるだろうか。