

## キンドリング効果と精神免疫力

福島県立医科大学名誉教授

熊代 永

1961年4月、バンクーバーのブリチッシュ・コロンビア大学精神科、キンズメン研究所の、Juhn.A.Wada 教授の許で、清野昌一先生と、動物実験をしていた当時2人で、「てんかん脳からは毎日電気放電が出ている。ということは、逆に電気放電を外から内に繰り返して入れてやれば、てんかん病巣が出来る筈だ。」と話し合っていた。6年後の1967年 Goddard が電気通電によって病巣を作り、1969年にキンドリング法による実験てんかんモデルを確立した。佐藤光源教授と J.A.Wada 教授によると、更に33年も前に渡辺栄市氏は1936年に精神神経誌に反復刺戟による自発けいれんを発表していたとのことである。

さて、繰り返えし刺戟について、久留米大学免疫学教室の横山三男教授は、1990年、マウスにストレス刺戟を繰り返えし与えて免疫応答を調べ、胸腺が萎縮する強さの刺戟では免疫応答は抑制されるが、胸腺を萎縮しない程度の刺戟(閾値下)を繰り返えし与えた時は免疫反応は増強されることを認めている。すなわち、胸腺萎縮閾値下の刺戟(適量刺戟、eustress)の反復によって免疫能を上昇させ、維持させることを認めている。これはキンドリング効果の応用であると考えられる。そして動物の好む香料による嗅刺戟の反復で免疫能を高め、癌患者に対する嗅治療法(aroma therapy)を開発している。また適度な痺痛刺戟、バリ刺戟などでも抗体産生細胞数の増加を認めている。そして以上の反復刺戟の効果は視床下部をこわすと認められなくなることから、視床下部はこの精神免疫反応の中継核とも考えられている。また九州大学心療内科の久保千春教授らは「気功」訓練の前後で末梢血のヘルパーTリンパ球の増加を認め、伊丹仁朗らは「笑い」で免疫能の上昇をみている。ノーベル平和賞受賞者であるマザー・テレサの感動的な映画を見たあとでは免疫グロブリンの上昇がみられ、これは「マザー・テレサ効果」と称されている。ヨーガ体操、呼吸法、イメージ法、瞑想などからなる「ヨーガ」も上述「気功」と同様に、その反復刺戟で「免疫能」を高める方法の1つであり、キンドリング効果の応用と考えられる。「脳内革命」(春山茂雄著)によると、「ヨーガ」、「気功」、「陽性思考」などはA-10神経(快感神経)を刺戟して、快感ホルモン(脳内モルヒネ)、特に最強の「快感ホルモン物質」である「β-エンドルフィン」(癌の免疫療法薬)の分泌を促進し、「免疫能」や「自然治癒力」を高め、老化を予防する作用を示すとされている。すなわち、陽性思考、快感、イメージ、瞑想などの精神的な反復刺戟は、物質化されて、β-エンドルフィンという免疫ホルモンを体内で産生することになる。そこで昨年6月、このヨーガのルーツのインドを訪れた。聖者、スワミ・ヨーゲシヴァラナンダ大師の弟子の1人、木村慧心先生の御案内で、ヒマラヤ山中のヨーガ・ニ・ケタンの、リシケーシュと、マナーリーの2ヶ所のアシュラムに3日間つつ行き、朝、夕、5時から3時間づつヨーガの行を行じた。ビートルズも来た所とか、若い欧米人の行者が多い。「ヨー

ガ」とは「自己実現」すること。「ヨーガ」は宗教ではない、すべての宗教に共通する心理が「ヨーガ」であり、大宇宙の梵(天)(ブラーフマン)と真我(アートマン)の合一(梵我一如)を目指すのが「ヨーガ」である。とアルナ、ラリタ両姉妹師に教わる。例えば、「世のため人のために尽くせた」と、高いレベルの欲求を満たせたと満足することが「自己実現」であり、このときが、マズロー博士の「至高経験」であり、β-エンドルフィンがより多く湧き出る、「キンドリング効果」の完成される時であろう。

この「自己実現」の具体的な、陽性思考の方法は、「ヨーガ」の聖典、「バガヴァッド・ギータ」(神の歌)のに記されている。今 4 章までの講義を受けて、「ヨーガ」の奥の深さを感じているところ。

大宇宙の大慈悲のような「ブラーフマン」という絶対者に対する「マントラ」(真言)の反復斉唱は、キントリング刺戟のようで、低いレベルの自己実現を反復しながら、次第に「心身一如」の「悟の境地」、「完成」に近づくための 1 つの方法であるかのように感じている今日、この頃である。共に、ヨーガを行じているあるけいれん発作をもつ患者さんは、この「マントラ」や「イメージ」でけいれん発作を頓挫させることを自ら経験し、学習している。キンドリング効果的に、「ヨーガを行じること」により、「精神免疫力」、「自然治癒力」が増強され、さらに「反復イメージ」によって得られた、トランス状態的な発作抑制効果が増強され、「キンドリング効果」が治療的に応用されているようにも考えられる。