

essais こころみ 2024年6月

－ 6月1日(音声)の『中井久夫集3』より －

一般に、予想外によくなった患者の担当医は、実は数年、十数年前の医師の蒔いたものを刈り取っているのかもしれない(よくなるのではなくて逆の場合もありうる)。いずれにせよ、直接の改善はなくてよいのだが、精神科医が往診を終えた跡がいつその混乱と混沌と相互の憎しみあいであってはなるまい。

精神科医は、家族の目からみれば長い歴史の中の幕間劇を演じているにすぎないのであるが、そうではあっても今はそれを演じきらなければならぬ。研修中の外科医と同じく「途中でメスを放り出して泣きだしたくなる」ことがあっても、いったん劇を開始したならば決して途中で投げるわけにはゆかない。

しかも、主演者としてでなく、一種のトリックスターとして、黒子として。

2024年6月3日(月) 薄曇→晴

今日は一日晴れの予報。日の出時間が早く、陽ざしが町を明るくし始めた時、緊急地震速報。しばらく心臓がばくばくして、気持ちが落ち着かなかった。輪島の朝市では復興の具体的な動き出てきたのに…。

－ 筆写 －

読書の時には、手元に付箋をおく。一番小さい、ヨコ7ミリタテ18ミリ程度のもので、読みながら気になったところの行の上の方に本から飛び出すようにして貼る。

読み終わった時にはかなりの数になっているが、それを繰り返しながら、この段階でも気になったことだけを所定のフォームに筆写する。この作業をしないと、自分の中では「読了」にならない。

「中井久夫集3」は2月半ばに読み終えていたが、続けて音声で読むことにしたので、筆写が完了していなかった。そのせいか、読了感というか、その一冊を自分の中に包み込んだ感覚をもてなかった。

ひとつ一つ記憶するわけではないけど、一冊のその本がもつ「宝庫」を、宝庫として頭のどこかに納まりがつかない。際限ない思考の原っぱに散らばっている、そんな感じだった。最初は図書館で借りて途中で返して、しばらく時間が経ってから買って読んだものだから、なおそらだった。

気持ちもおさまりきらないから、土曜日にこの作業をした。最初から見なおして、いま読んでいる最後のテーマの前までは筆写を終えた。ようやく、納まる所におさまった感。

中井先生が高校の時から気に入った文を筆写し朗読していたと知ったのは数年前。なにか通じるものがある。

－ 6月3日(音声)の『中井久夫集3』より －

往診を決意するには、その点についての成算があることが望ましい。そういっばう、時には「出たところ勝負」の即興劇を演じなければならないし、そうでなくとも、予見できなかったものに直面することは必ず起こるから、「即興能力」は、少なくとも外科医と同じ程度に、往診する精神科医にはぜひ必要な能力である。

この能力を生かして、局面を絶えず読みかえながら、現場をどういう形で立ち去るか、つまり、どのようにこの一幕の幕を引くかを考え続ける必要がある。考えつかなければ立ちさらないくらいの覚悟が必要である。

細部が重要なのは芸術に限らない。(略)

－ 6月4日(音声)の『中井久夫集3』より －

一人で往診にゆくよりも、研修医などを伴うほうがよいのは、家探して消耗しないためもあるが、それだけではない。独りでは、現場に臨んで、しばしば家の持つ雰囲気によって圧倒され、浸食され、のみこまれることがある。また、危機に対応できないこともある。・・・

2024年6月5日(水) 芒種 晴

朝からすっきりと晴れ、湿度も低めだから気温28℃まであがっても清々しく、5月の感じ。昨日だったか新聞に梅雨入りとそのピークが過去から徐々に遅くなっていると書いてあった。さて今年はいつになるのか。

－ 運動会 －

今朝電車で腕をL字に肩から包帯をしている男性をみた。今しがたお昼の買い物に北浜駅地下のスーパーへいったら、帰りに外から入ってきた女性がこれまた同じように腕を肩からつるしていた。骨折なのか、ヒビが入ったのか、なんなんだろう、今日は。

5月25日の土曜に学校で、地域で運動会という知人がいた。1日の土曜も、家にいると学校かどこか、運動会のような感じ。マイクが遠くまで響いてよく聞えた。どちらの日もよく晴れた。運動会以外にも行楽に出かけた人が多いはず。慣れない運動、遊びに興じて、骨折!ということかな?

小学校を卒業した時から、運動はほどほどにしかしていない。小6の秋に交通事故というか、エンストした車を運転していた人がハンドルを誤り、玄関先に立っていた私に車が向かってきて、押されて倒れ、骨折はしなかったけど、膝のつなぎ目の小さな骨にヒビが入り、3ヶ月入院した。

退院してからは、たぶん思いっきり走ったことがない。中学の運動会で走った時、真面目に走れと先生に怒鳴られたけど、一生懸命走って、それとにかかずとそんな調子だから、赤信号に変わる間に道路を渡ろうなんてことはしない。おかげでケガから遠ざかっているのかな?

－ 6月5日(音声)の『中井久夫集3』より －

精神科医の往診においては、局面はのっけから不如意なもの、自由裁量の利かないものに囲まれている。自由になるものは、おのれとその経験の記憶のみであり、あるいはデータ収集と状況判読との能力と一種の気力あるいは人間力としかいいようのないものである。

なお追加するとすればある制限付きの楽観主義、予想外に開かれ、予想外がもし起ったならばその有害性を減殺し有益な方向へと活用するべくその事件とそれによって変化した状況とを読みとり読みかえてゆく気構えであり、そして自分は現在起こっていることの一部であって決して万能の局面支配者ではないという自覚の維持である。

同僚いてくれれば、これらの事項の維持ははるかに容易となる。

－ 6月6日(音声)の『中井久夫集3』より －

治療というものは、多くの一見の無駄を必要とし、多くの隠し味に支えられて成り立つものである。良質の隠し味が多い治療、水面下の部分が多い治療ほど、奥行きのある治療、ゆるぎにくい治療であると私は思う。

刑事は百度現場を踏むという。神田橋條治は「相手の身になる技法」を洗練させた。

2024年6月7日(金) 晴

地下鉄北浜駅を地上におかうエスカレーターに乗りながら、徐々に見えてくる空に今朝はおもわず声にださず声をあげた。きれいに澄んだ青空がビルの谷間から見えた。これだけで十分意気があがる。

－ 水面下の部分 －

先日「筆写」のことを書いたけど、10年ほど前からは毛筆ペンを愛用して、気にいった文言を短冊にした半紙に書き写している。ちょっとかしまって書くのが、仕事の合間のよい一服にもなる。

さきほど一つ書いた。朝刊に載っていた講演会の案内広告に感心した。『蒐集(コレクション)という病 ”欲の塊” が人類の宝となる時』。誰が生み出したのか、なかなか渋い。

秀逸なコンセプトの例として、仕事でも時々紹介するのが、『火を通して新鮮 形を変えて自然』。伊勢志摩のレストランのもの。テレビの何の番組だったか、この一言が耳に入った時にすぐメモした。

駅ホームのポスターや車内の中張り広告の、特に美術館、博物館の特別展のものに目をひくものが多い。『たった一度の一生を 美にひれ伏す』、『能の雅=エレガンス 狂言の妙=エスプリ』。

さて、そんなことをする時間があれば、仕事にまわせばと感じる人もいるかもしれない。『中井久夫集3』の昨日読んだ部分の言葉を借りれば、こういうことが「水面下の部分が多い」仕事になっていると思う。もちろんこれに限るわけではないけれど。

－ 6月7日(音声)の『中井久夫集3』より －

私は、しばしばこう思うのである。精神の病というものは、あるいはほんとうはもっと治りやすいものであって、ただ治癒を妨げる要因がかずかずあるために治らないのではないかと。これが根拠なき楽観主義的仮定であることはわかっている。(略)

私は精神の病いが自然治癒力の---個人差はあるにしても---大きい病いであるという、これはいささか根拠のある楽観主義的仮定を置いているのであるが、自然治癒力が働いている限り、患者と家族の士気を維持することが、最初で、おそらく最大の前提となる努力であって、その次に現状維持の努力、すなわち少なくとも現状よりも事態を悪化あるいは紛糾させないという努力が重要であり、改善への直接的努力は第三であるとさえ思っている。

－ 6月10日(音声)の『中井久夫集3』より －

往診して初めて解けた初歩的な謎がいくつもあった。たとえば、ある少女が、十年来、まったく眠れないと訴えつづけていた。また、傍に魔女がいるとも。私は、外来でその謎が解けないまま、何年も診てから、友人に後を頼んで転勤した。

しかし、二度目の転勤先に頻繁にかかってきた電話は、現主治医とともに往診することを私に決心させた。それは患者の希望でもあったが、私の中に謎を解きたいという気持ちが動いてのことだったのも否めない。…

2024年6月10日 宝塚市の平林寺・宝壽院で『日月ギャラリー』

旧知の画家・アーティストの人が静かなお寺を二日間だけの展示





2024年6月11日(火) 晴

今日も昨日と同じようなお天気。気温は30℃まで上がるらしいが、まだカラッとしていて、すごしやすい。昨夜なども風がちょっとつめたかった。どうやら「エルニーニョ現象」は終息したらしい。ただ「ラニーニャ現象」の発生が予測されている。暑くて長い夏は今年もか。

— 午前と午後 —

5月下旬から事務所にいる間の「時間割」を少し変えた。一般的に創造的な仕事は午前中から午後一番ぐらまで適しているといい、経験的にも実感しているから、そうしてきて、その基本はかえず、ただ、この〈書く〉を午後に回した。

午後に回してみても、気づいたこと、それは、午前に書く時よりも、すぐに書ける。さて、これはどういうことか。

〈話す〉も〈書く〉もいつも即興でテーマを決めるが、まず書くことがすぐに決まる。決まっても、午前なら思考をめぐらすことが少なくない。でも、あまりそういうことがなかった、ひと月ほど経って気づいてみると。

おそらく頭がクリエイティブになっていないから、テーマがすぐ決まり、書けるのではないか。思考をめぐらすところまで、脳や身心がむかわず、ある程度のところで、妥協してしまうからではないか。

単純化できるのは一つの能力だけど、創造性には混沌が宿っているものだから、書くことの幅や広さ、あるいは深さなどが頭の中を漂っていて、だから迷うともいえる。

話す場合も、理路整然と話しているからといって、それがその人の創造性に端を発するかどうか別問題。たどたどしく話しているからといって、「底が浅い」わけではないということも多い。

ともあれ、「一見」に惑わされないようにしなければ、自他ともに。

— 6月11日(音声)の『中井久夫集3』より —

感覚の鋭敏さの中で、私はガシャガシャガシャという轟音を聞いた。その轟音の音源はすぐわかった。母親が食事を作っている音である。

この音のつらさは、静寂の中で突然起こり、ほとんど最大限に達して、突然消えることがあった。

その耐えがたさは、静かな瀬戸内の島に橋がかかり、特急列車が通過するときに島の人が耐えられないと感じる、その理由と同じものである。…

— 6月12日(音声)の『中井久夫集3』より —

私は、あらためて思った。ある種の患者は、そのまったき受動性において、あらゆる外界からの刺激を粘土が刻印を受け取るように受け取る——少なくともそういう時期があるということを私は指摘したことがある。

私は、少女が時計の音にも脈が同期してしまう、まったき受動性において日常外部あるいは内部に発生する入力进行处理している、いやむしろ一方的に受け入れているのではないかという仮説を立てた。…

— 6月13日(音声)の『中井久夫集3』より —

わたしの指圧は、この場合のとっさの行為である。このような未知数の多い状況においては、他の選択肢はすべて危険をはらんでいた。…

2024年6月14日(金) 晴

6月の中旬で33℃はキツイ。昨日の夕焼けはまるで8月上旬の夏のピークのオレンジかかった赤色だった。その色のみただけで、全身がだるい感じになった。今日も昨日と同じような天気、疲れにしっかり気づいて、体調管理を。

— まとめる —

読む、書く、算ずる、憶える、まとめる。この5つの知の活動は互いにより有機的につながっているが、「まとめる」によって、その相乗効果が高まると経験的に感じている。

『哲樂の中庭』、『自業のすすめ』のどちらも、まとめたい気持ちが先に立って、四苦八苦しなから、とりあえずは完成させたのだけど、まとめる過程で、過去をふり返り、現在をみつめ、未来に思いを馳せることになるから、ある意味、未来への新しい扉を開く作業にもなる。

「不思議なんだけど、このところ、新しい風がむこうからやってきているの」。ご本人にとっては負担は小さくないけど、自身の原点ともいえる過去のシゴトの究極のものを、思い切って製本したという自業家のお話。

それも普通の製本ではなく、旧知の独創的なアーティストの人に依頼。これが、凄い完成度で、中のコンテンツをさらに際立たせてくれていて、自分のイメージ以上のものに仕上がってきたそう。

たぶん製本化を思い立った時から、何かが自身の中で変っていた。それが目にみえる形で自分の手元におかれた。未熟ながらキラキラしていた過去が甦り、孤軍奮闘の時期が架け橋となり、未来につながる、つなげる。その気が、新しい風を呼んだのではないか。

「理解してくれて、ありがとう」。この応えに重みを感じた。知り得ない深い想いがあつたに違いない。

— 6月15日(音声)の『中井久夫集3』より —

この一幕を台無しにしたくなかった。思いついたのは、釈迦が自分の出身部族を攻撃に来る王の軍隊の踵を二度めぐらせた、その方法である。…

2024年6月17日(月) 曇り

九州南部、梅雨入り。近畿はこの週末ぐらいか。それにしても梅雨入りの前の連日の暑さは堪える。まっさきに弱いところにきて、顔や手がざらざら、日傘をしても、日光にやられる。気力も下がる。食べ物であげようと、お昼にレバー煮をたべた。

— 予感、いかせず? —

『中井久夫3』の音読もあと数日で終わる。最後の「家族の深淵 往診で垣間見たもの」もまた、いろいろと考えさせれる。掛け時計の秒針の音が影響してたとは…。

音については、個人的には少し気にとめていて、だから3月に仕事中の音楽を自然音に変えることもあった。

一つ今、なぜだったんだろうと思いかえしていることが直近であった。人を介して互いにだれかは知っているが、直接面とむかって話すのは初めてという人に、名刺を渡さなかった。

それも事務所を出る時、荷物を少なくしたいから最低限のものだけをいれようとして、名刺も一旦は机の引き出しに入れた。よく知っている先だから今さら名刺を渡すこともないので、たぶん持っていかなくてもよかったけど、いや、やはり仕事の場だからを、バックに戻したのだった。

この予感が当たるにはあたった。たまたま一緒に会話する場面を初めて持ち、あらためて紹介し合ったのだった。なのに名刺を出さなかった。一瞬、頭の隅で、あまりにビジネスライクになりすぎるか、名刺を出す…という感じがしたような気はする。

実際今後も仕事で直接やりとりすることはないのは関係性からも互いにわかっている。だから失礼になることはないにしろ、名刺を渡すことでこちらが何者かがはっきすることは間違いない。

なぜそうしなかったんだろう。ここ数日ずっと頭に残っているが、こうして書きながら、やはり、差し出がましくなる可能性を感じてことだったかもしれない。

なら、事前のあの名刺をバックに入れ直した、その〈予感〉は何だったのか、とまた考えてしまうけど。

— 6月17日(音声)の『中井久夫集3』より —

結局、私は、合掌して真ん中のごちそうに象徴的に箸をつけた。そうして合掌したまま、後ろずさり家に家を出た。…

— 6月18日(音声)の『中井久夫集3』より —

私はまだまだいろいろなことを語るができるだろう。しかし、もはや語るには、私の内心の抵抗が大きすぎる。…

2024年6月20日(木) 曇り

沖縄は梅雨明けしたらしい。近畿は今週末ぐらいか、予報では曇りや雨になっている。雨の程度はどうなるのか…。ちなみに明日は夏至。

— 教わってとりくむ —

昨日で『中井久夫集3』の音読を終えた。始まりが2月19日だったからちょうど4ヶ月。本当にいろいろと教わったが、最後の結びのところに書いてあった、治療の現場のことについては、もうこれ以上書けないという、その書けないことの中にどれほどの現実があり、人間や社会についての示唆があっただろう。本にできたのは、4,5%か？

それはさておき、教えられたことですぐに取りくめることは始めている。自分の感覚的なものを言葉にすることへの感度をたかめて、しっかり言葉を見つけ出すこと。これまでも常套的ないい回しに頼らないようにしてきたつもりだけど、その程度が甘かった。

だからといって、すぐに言語化能力が高まるものでもないので、今はまだ意識してそう努めている段階。でも、この意識するというのがいい、たぶん。自分の感覚を軽く素通りせず、少し念入りに吟味する。時間が経過していれば、その時点でそう感じたかと呼び起こす。

そのうちそれほど意識しなくても、感覚とそれに合った言葉がっらなってくるのではないかと期待する。そこまでくればもう一つ期待できるのではないか。自分以外の人や物事に対して、もっと微妙な変化が見えてきたり、気づいたり。そこで思いだす、『孫子』虚実篇その二の終わり部分。

微なるかな 微なるかな 無形に至る
神なるかな 神なるかな 無声に至る

2024年6月24日(月) 曇り

21日に近畿も梅雨入りし、土曜の夕方近くから雨になり、昨日はよく降った。今日の日中は曇りが続き、気温は高く28℃どまりだから、なんとかしのげる。

— 続ける —

先週金曜日は夏至、今年2回目のリーズレターをアップして旧知のみなさんへ案内した。仕事で知り合った方々やプライベートで長い付き合いの人たちへ。

リーズレターは事務所を開設した1995年から続けているから、今年で30年目。これは自分の「サガ」と気づいて久しいが、そう言い切っても、いや、誇っても許されると思うようになった、「中井久夫」のおかげで。

リーズレターだけでなく、ここにこうして書いていること、話していること、音読していること、すべてが、そうするようになっている、できている。できている、できなければ、たぶん心が不健康になる、自分の想う「パーソナル・アシスタント」は果たせない。

それはさておき、リーズレターに返信をくださる方も少なくない。中にはもう10年近く会っていない人もいたりする。書いた内容がたまたまその方の近況に何かフィットするものがあったりして。

そんな様子を書いて届いたメールを読みながら、『人間は超えることができる』という恩師の言葉を思い出し、リーズレターを続けている意味を実感したりする。

またある人は、自分と自分をとりまく状況を俯瞰しながら、自身の新しいアプローチを嬉々として語る。それがなんとも、好感でき、頼もしく、遅く、**“ああ、人生謳歌しているなあ”**。

わたしたちみんな、遅く、生きている。

2024年6月26日(水) 曇り

大阪市内は昨日からずっと曇り空、雨はほとんど降っていない。でも梅雨はこれからが本番。あまりひどい災害にならないことを願うばかり。

— 快適さと気分 —

月曜の朝、天井備え付けの大きなエアコンの真下が水浸しになっていた。機種が相当古くて、部品の調達ができるか否かとメンテナンスの人。それでも技術屋さんはエライ、当面使えるようにしてくれ、試運転もかねて今日この夏初めての冷房運転、快適。

世界の各地で高温・猛暑になっている。日本も、今年もまた暑くて長い夏になりそう。どう快適にすごすか、それは生活の質、仕事の能率の面からも、最重要課題となってきた。実際、生産性の低下が目立ってきたと昨年新聞の記事になっていた。

個人的には皮膚・肌の状態を気にかけている。もともと弱いということもあるし、腸が第二の脳なら、皮膚は第三の脳、触覚とも関係して、「気分」にけっこう影響していると思う。

汗をかいて吹いているばかりでは、皮脂がとられて皮膚は無防備になる。肌にピッタリくっつく衣類では、速乾性の生地でも、触覚的暑さを感じる、個人的に。

ちなみに触覚は、「振動、圧力、温度の3つの要素に分解可能をわかってきた」と8年前の新聞に最新研究成果として紹介されていた。肌着の「圧力」はけっこう気分を左右するはず。

ともあれ、個々人それぞれ工夫して、この夏を快適に。

2024年6月28日(金) 雨

昨夜から雨、まとまって降っている。明日は一時晴れそう。来週は7月に入る。気温は真夏日を超える予報。少し暑さに慣れてきた感じはするけど、梅雨真っ只中、とにかく睡眠を多くとるようにして乗りきろう。

— ピーク期 —

さきほど昼に今日の朝刊を読んでいたら、文化面に「藤井七冠」、「伊藤叡王」の話題が載っていた。「一般に、棋士は20代後半から30代にかけてが一番脂にのるといわれてきた」と記事。

時々紹介している『男と女の生産性』でも、男性の生産性は20代から急に上がって30代がピーク、40代に入ると急降下する」といわれる。それに対して女性は急に上がることがなくピークは45歳から65歳。この話をすると女性たちは皆、嬉々とする。

実際この説を地で行く女性が身近にけっこういる。個人的な付き合いではアートな活動をしている女性が多いが、先日電話をくれた人も、この秋、自治体のプログラムに参加して、ヨーロッパの展示会へいく話が持ち上がっているそう。

「今年のはんびりしようと思ったけど、そうならなくなって…。いやいや、確実に創作のステージが上昇してきているから、そうなるでしょう。孤軍奮闘を続けてきて、今もそうだろうけど、『究めればそこが天職』を絵にかいたような感じ。

ところで、藤井七冠は自身、「25歳までにピークを持っていきたい」らしい。一般説より約10年は早まるが、記事によれば、AIを自分のものにした下の世代がまたすごい。さて、ピークが早まるだけなのか、ピーク期間がのびるのか、未来のおたのしみ。