

じやおくらぶ

創立二十周年記念講演録

日時：二〇一一年十月二日（日） 十四時～十六時

会場：かながわ労働プラザ

講演者：なだ いなだ 先生

精神科医、作家

演題：カルペ デイエム（今日を生きる）

じやおクラブ 創立二十周年記念講演録



皆様、今日は！「なだ いなだ」です。変な名前を作ってしまったものですから、挨拶をする時に舌を噛みそうになって困ります。(笑)

特に、歳を取ってきてからは、口が動かなくなってきた。「なだ いなだ」と、とても言い難いんです。これも親が付けた名前なら親を恨みますが、自分で付けた名前ですから、恨みようが無い。

只今紹介があったように、現在八十二歳です。更にホームページにも書いていますが、今年の四月に前立腺ガンだと言われて治療中なんですネ！

今日は、皆さんに元気が出るような話をして欲しいと、頼まれているんです。八十二歳のガン患者に、元気が出るような話をするのも難しいんじゃないかと思うかも知れませんが、そんなことは無いんですよ！私が出て来て、「八十二歳でガンだけと見たところ元気でヤツトルじゃないか。我々も負けていられないよ」と考えて頂けるだけでも、元気が出てくると思いますが！

難しく考える必要は無いんです。

私は年金を貰っていないんです。年金未納者の仲間です。ずうっとアチコチの病院を渡り歩いていたものですから、二年分とか三年分とかを滞納してしまいました。会社一筋みたいな人は、医者には少ないですね。親から病院を

継いで病院を持っている人は、一筋で行く人がいますが、大体はアチコチと廻る人が多いですね！

私は、特に平（ヒラ）の医者が好きだったんです。そもそも「長」の付く医者なんて意味が無いと思っていましたから。

「長」の付くのは、初めは医長で、医長の上はと言うと、大病院には居ます。外科なら外科部長、それで無ければ副院長と院長くらいしか無いんです。階段は四つしか無く、直ぐに上ってしまいますよね！そんな階段なんて恰好を付けるだけで意味が無いですよ！でも世の中は、「院長先生に診て貰った」なんて喜ぶ人がいるんです。

私が仕事をしている時は、院長の尻拭いの為に如何に苦しんだか。(笑)

院長と言っても、私が最初に勤めた病院の院長は精神科医では無かったので。長年、病理をやっている人でした。病理と言うのは、いわゆる地味な研究でノーベル賞なんかが出てくる場所です。日本でも利根川さんなんかノーベル賞を貰っています。皆な基礎の学科なんです。臨床と言うのはノーベル賞とは全然関係がない場所です。この院長は、ノーベル賞を貰いたかったのですよ。分裂病患者のオシッコを私たちに集めさせるんです。集めたオシッコの化学分析をさせるんです。ミロン反応と言うのですが、その反応が出た人間を分裂病と言う診断に役立てようと思って。

「院長、馬鹿なことを言って！オシッコは蟬だっつてするんですよ！蟬にミロン反応が出たからと言って、蟬の分裂病なんて言えますか？」と言ってカラカッタのが、いけなかったんですね。首になって久里浜に送られて、そこでアルコール依存の患者と対面したんです。(笑)

アルコール依存の人なんて、言ってみれば性質の悪い酔っ払いの様な人達ばかりだと思っていました。その人達と一生付き合いをすることになった訳ですから、「我が人生は不毛だなあ！」と最初の内は思っていました。ところが、それが結構不毛でなかったのですね！

今でもアルコール依存の話で、この様な会に出て行って、それを種にして皆

さんを笑わせたりしています。種を沢山拾わせてくれたのがアルコール依存の患者さんです。(笑)

なにしろ年金を貰っていませんので、原稿を書かなければ医療費も出せませんよね！ガンになって、「ガンになった」と書いて、話も面白おかしく書いて原稿料の種にしなければいけないですから。元気にしなければ仕様がなない！ただ「ガンだ！ガンだ！」と言っているも仕様が無いですから。ガンに成った途端に躁(ソウ)に成りました。「そろそろ人生の終楽章が始まったか」と思うと、「今の内にやれるものはやっておこう！読みたい物は読んでおこう！」と、この様に思うと何でもやれちゃうんですね。

この間から読んでいる本は、約千ページのフランス語の本です。英語では無いんです。私は英語よりもフランス語の方が得意なんです。約千ページのフランス語のウイinston・チャーチルと言う本で、古い方は覚えているかも知れませんが、戦争当時の日本の東条英機と渡り合った人です。この人は躁病(ソウビョウ)だったんです。躁鬱病(ソウウツビョウ)で鬱(ウツ)にもなるんです。鬱に成った時は、彼は特別な呼び方をしていたんです。「マイ ブラック ドッグ がヤツテ来た」、「私の黒い犬がヤツテ来た」と言った。黒い犬がヤツテ来た時は、鬱病で元気が無くなってしまうんです。でもそう言う風になるのは、人生の中でも少なかったようです。この人の伝記を読んで、「ああ！われらが敵はこんな男だったのか！」と、考え込んでいますね！

彼の父親は、ランドルフ・チャーチルと言って、保守党の政治家として財務大臣も務めた有名な政治家だったんです。その息子でしよ。彼は、その息子に、かなり暴力的なオヤジだったらしく、「駄目な奴」とブツ叩いて気合を入れようと思っていたらしいんです。けれども全然効果が無く、自信を持ってなく成って、成績もビリから呼ばれる方が早く、高校を卒業する時は真正銘のビリです。結構有名な私立高校ですけど、彼の後ろに呼ばれる人は一人も居なかったと書いてあります。それで、普通ならオックスフォードとかケンブリッジとかに行くのが優等生のコースですが、「お前は士官学校に行け」と言われた。

実は、私も軍隊の幼年学校に行つて、戦争中はそこに居ました。彼は、軍隊の士官学校に行つて将校に成るんです。

将校に成ったあと、彼は戦争をやってみたくてたまらない、どこかに戦争があれば戦争に行きたいと言って志願するんです。しかし、中々受け入れられなくて、それでも戦争に行きたいと思って特派員に成るんです。士官学校を出て戦争のことを勉強して新聞記者に成るんですね。

新聞記者になって、有る事・無い事ではなく、大体が有る事で將軍達が隠したいことを皆書いてしまうんですね。躁(ソウ)ですから高揚して抑えられなくなるんです。何でも彼でも書いてしまうものですから、最後はチャーチル一人(ヒトリ)の為に、「軍人の肩書きを持って特派員・新聞記者に成ることを禁ずる」なんて言う条令が出されてしまいます。



チャーチルは、南ア戦争・ボーア戦争でも特派員で出掛けて行きます。今のパキスタンにも行ってアフガンとの国境地帯で反乱軍と称する軍隊とイギリスの派遣軍が、ものすごい戦いをやって、イギリス軍がメチャクチャにやられてしまいます。彼は出掛けて行って、その時の事を書いていくんです。それからスーダン、今問題になっている所ですね。そこでもイギリスは戦争をしているんです。

それを読むと面白いですよ。スーダンの戦争なんて、今ならイギリスは戦争犯罪人と言われるくらい、ものすごい虐殺をするんです。宗教セクト・新興宗教みたいな集団を潰す。新興宗教の集団は、「教祖様の為に！」と無防備で向かって来る。その連中を出来たばかりの機関銃でバタバタと殺すんです。全員殺したと思ってスーダンの城の中に入ったら、未だ生き残りが居て、それに集中砲火を浴びて、イギリス軍が壊滅的な打撃を受けます。チャーチルは、ほんの一瞬で死を免れる。自分も本当は死んだと思うような経験します。南ア戦争の時には、捕虜に成って、たった一人で便所の窓から逃げて、歩いて歩いて歩き通して助かるんです。

そう言う戦歴を持った人で、その後は特派員が出来なくなっちゃいます。それを皆、本に出してしまいます。この本は大変なベストセラーに成りますが、「もう軍人としての未来は無い」と、転向して政治家に成ります。

政治家と成って三十七歳で海軍大臣に成っちゃうんです。海軍大臣に成って最初にやり始めたことは何かと言うと、「この次は航空母艦の時代だ」と言っただけで航空母艦をドンドン作らせます。

彼自身は、自分で飛行機を操縦して、本当に躁病じゃないとやれ無いようなことを次々とやって行くんです。この人は、鬱になる時は少なく、躁・躁・躁・鬱・鬱・鬱の感じで上がった下がったりするんです。

こう言う本を読むと試されている感じですね。

外国語で千ページも有って、「ガンで八十二歳だ」なんて思うと読めないか

も知れないが、高揚しちゃって、「もしかしてこれ読めないかも知れない」と思うと、「じゃあ今日から読んじゃおう」と思って読んでしまうんですね！ところが読み始めると止められない、面白くて。だから、今日話を聞いていると読みたくなるでしょう。でも未だ日本では翻訳されていませんから、残念です。

こんな本を翻訳したい人は、そんなに大勢居ないかも知れませんが、今日この中に「俺は英語が得意で、これから何かを残してやろう」と思う人が居れば結構なことですよ。

何しろチャーチルと言う人は、第一次世界大戦の時には、兵器の担当の大臣をやっていた人です。タンク・戦車を第一次世界大戦に導入したのがチャーチルです。チャーチルが、「戦争に必要なだから大量生産しろ！何を置いても資源をそれに当てて大量生産しろ！」と言って、戦車を戦場に持って行かせたのです。

とまかく読んでみると、「これもそうか、あれもそうか」と思います。だけど、チョツと暴走もして、毒ガスが出来た時には、「これでドイツ人を皆殺しにしてしまえ」なんて暴言も吐くわけですね。今から見ると、「躁病で相当暴言も吐くような突っ走り方もしたのだなあ」と思いますね。

こう言う訳で、私はガンですが、今時のガンの診断なんて、かなり早く見つけるものなんです。

私は元気なままの時に「検査の値が高いよ！」と言われた。

「症状は何もないし、血尿も出ないし、小便が止まることもないし、何もないよ！」と言うのだが、検査の数値は高い。「これは怪しい。間違いじゃないか？」と言って二回やってみたら、二回目の方がもっと高い。「これは矢張りヤバイかなあ」と思った。

私も医者ですから分かる。二回目やって高いのは矢張りヤバイ。そこで、精密検査をやった。生まれてから入院とか手術なんかしたことが無いのに、入

院して麻酔を掛けて精検をするんですね。

十二カ所、前立腺に針を刺して中から細胞を取って来る訳です。

グリソン・ナンバーと言つて人相の悪いのと、それ程人相の悪くないのと五段階に分けるんです。そうすると、人相細胞の悪いのばかりが出て来る。そういうわけでも困つてしまう。苦痛がないのです。

骨にも一ミリとか小さいですが転移があると云われた。

CTスキャンは、そう言うものも見つけるんですね！だから自分では何も無くても数値上の病気ですね。爆弾をどこかに仕掛けられて「ウツ！」と言う感じですね。

しかし、皆さんも六十歳を過ぎると、どこかに爆弾を抱えているんです。

私なんかも、ガンの検査をやっている内に、ガンよりもっとヤヤコシイものが出て来た。腹部大動脈の硬化です。これは石原裕次郎が成ったヤツです。

腹部大動脈瘤と言つて、膨れ上がつて来るんです。そこまでは無いんですが、注意した方が良くと言われた。CTスキャンでは、何でも出て来るんですね。

CTは、何でもかんでも見えちゃうから困る。

精密検査を受けて下さい。

CTスキャンですつかり調べて貰つて御覧下さい。翌日から、「あそこに病気が有ります、ここに病気が有ります、あそこがイケナイ、ここがイケナイ」と言う報告書を見ると青くなつてしまいますよ。青く成らないのは僕みたいなへそまがりな人間だけです。でも検査はやつてみて下さい。

私は、「じゃおクラブ」から頼まれた時に、「じゃお」って何かなあと思つたのです。

「じゃお」ってローマ字で「GEO」或いは「GAYO」と書いて「ギヤオ」と読ませるのかなあ？間違えて「ギヤオ」が「じゃお」に成つたのかなあ？と思つたんです。威勢の良い掛け声で「ギヤオ」と言うのかなあと思つたのです。(笑)

分らないので、しばらく考えてコッソリと今村さんに聞いたら、「おやじ」を逆にしたのだと言われて成る程と思つたのですが、同時に「おやじクラブ」は時代にそぐわないと思ひました。「おやじ」だけでは現代では何もやれないんですよ。やっぱり女性が加わらないと元気が出て来ない。「おやじクラブ」では無く、「おやじ」の逆さまは何かと言えば、「奥様」だと言ひ換えて、奥様も参加して「オヤジ」が今まで威張つていた時代を逆さまにする会だ」と言えば、女性も参加し易くなりますよね。今からその様にして、女性も入り易くした方がいい。六十歳以上の人口は女性の方が多いんですよ。その人を仲間はずれにしていたら会は育ちません。(笑)

だから会員を増やそうと思つたら、女性と一緒にやらなければ駄目です。「男だけで何とか」なんて言つていたら駄目です。

「男だけで」なんて考えていた人が、私の患者に成つてしまつたんですよ。鬱病に成つたり、アルコール依存に成つたりした。そうですね。だって、オヤジだけで、愚痴を言う為に酒場なんか集まつて飲んでれば、どうしたつてアルコール依存の道をまっしぐらに駆けてしまふじゃないですか。(笑)愚痴をこぼして「内はカミサンがうるさくて、小遣いも貰えなくて」なんて愚痴を言つてたら、アルコール依存の道をまっしぐらですよ。私は、そう言う人達を診てきたんです。

今日は、アチコチと話が飛びますが、今日は言ひたいことを喋る為に出て来たんです。

講演なんか頼まれても、私の言ひたいことを言わせて貰おうと。

そうして講演料なんか貰うと得ですよ。(笑)

言ひたい事を言つて、言う場を与えられて、講演料を貰うと申し訳ないですよ。返りかなあ？でも年金が無いんですから、返しませんよ！(笑)

でも、八十歳まで生きてると言ひたいことは沢山有るんです。当たり前前のことを言つているだけだけれどもまだまだ通らない。



「九条の会」をやって、「戦争はやらない、戦争は止めよう」と言ってるんですが、皆、分かっているんですが、戦争は止まない。あちこちで、ドンドン・バチバチとやっていますよね。

沖縄の基地にしても無くならない。「貴方、沖縄に出掛けて言って二カ月位バカンスを取ってみたら」と大統領にでも副大統領にでも国務長官にでも言っでごらんさい。「海は綺麗ですよ、しかし、爆音はヒドイですよ。そこで沖縄の人達がどんな生活をしているか一応体験して御覧なさい」と。

私がトヤカク言うとなアメリカ嫌いでその様に言わせているのではないかと
思われるかも知れませんが、実はそうなんですが「頭の中で考えるんじや無く現場に行っ、ここが人間が暮らして行ける場所なのか。飛行機が毎日、毎日、頭の上を飛んでいる状況の中で、人間が暮らして行けるのか。神経が参らないか。体験して御覧なさい」と言いたくなる。言っちゃって良いではないですか。日本の政治家は言えないですよ。アメリカの政治家の前に立つと、言えないんですよ。

私は、そう言う当たり前

の事を言いたいし、言わなくてはいけないと思っっています。道理は全部伝えなくてはいけない。伝わる様に言わなければいけないと思っっているんです。

そうだ。今日は、「カルペ デイエム」と言う話をするのでした。わざわざ難しい字を書いて、コンガラカセようと思っただ訳ですが。これはラテン語です。「カルペ」は「掴め」、「デイエム」は英語の「DAY」に当たります。ラテン語の「DIE(ディエ)」も英語の「DAY」も同じ語源から出ているんですね。難しい事を言うのと有り難がる人もいますが、私はもっと分かり易い言葉で言っただ方が良いと思っっています。昔から、なるべく易しい言葉で語ろうと考えて来ましたが、患者さんと同じ言葉で語ろうと。

医者言葉は少し難し過ぎますよね。「ウツビョウ」なんて、あんな難しい字は書けないですよ。躁鬱病の「ウツ」の字なんて書けない。俺は書けると自信の有る人が居ますか？(笑)ほらいない。

ゴチャゴチャして。私は老眼になって、あの「鬱」は真っ黒に見えるんですよ。中の筋が見えないんですよ。

鬱病なんて診断をわざわざ付けなくても良いと言ってるんです。

来月末に薬屋の会で精神科医の会が有ります。精神科医の教授達も集まると言うんで教授達に言おうと思っっているんです。「躁鬱病なんて診断しても意味が無い。躁鬱病と言われて何が分かるのか」と。躁鬱病の人は、百万人或いは二百万人居るかも知れない。もっと多く数えている人もいます。その中の一人と言うことですね。躁鬱病って、どんなものかイメージが湧かないじゃないですか。それで私は躁鬱病だなんて診断しない。

どう診断するかと言えば、私の友人の「北杜夫」が躁鬱病で、自分で「躁鬱病だ、躁鬱病だ」と書いてるんですから、プライバシーの侵害にはならないです。彼が躁鬱病と書いてくるるので、臨床がやり易くなりました。

どう言う訳か、彼は女性に持ってるんですね。(笑)

女性が元気が無くなった人が私の所へ来て、「アツ、北杜夫さんと同じ病気

ですよ！」と言うと、「エッ！」と、たちまち元気が出て来るんです。(笑)

「北杜夫さんと同じですか！」なんて、目が輝いて来るんです。「それで北杜夫さんと同じで、北杜夫さんもこの薬を飲んでるんですか?」、「イヤ、初めの頃は、この薬は出てなかったけど、その次の鬱の時にもう出た。今はこの薬を飲んでるよ!」と言うと、大体が薬を飲みたがらない人が多いですけど、「アッ、それなら飲みましょう!」と言って喜んで飲んでくれるんですね。(笑)

そう言うことを考えると「北杜夫さんと同じ病気」と言った方が良いでしょう!臨床は、そう言う風にやるべきだと思います。

分裂病と躁鬱病との境目みたいな症状が混じり合う様な病気があるんです。そう言う患者が出て来たら、「アッ!夏目漱石と同じだ」と言えば良い訳です。(笑)

夏目漱石先生と同じ病気だと言われると、「本当ですか?」、「本当だよ」と嘘を言う必要は有りませんから。「夏目先生もこの薬を?」、「あの頃は薬は無かったんだ。何も治療法が無かったんだ。だから夏目先生は苦勞をして小説を書いたんだ」。

彼は、小説を書くことで、何とかこの病気から抜け出そうと考えていたらいいんです。同じテーマを何度も何度も繰り返し繰り返し小説に書くんです。初めの頃の小説のテーマは、皆同じテーマですよ。「肉親は裏切る」、兄に裏切られた、伯父に裏切られた。「心」だっけそうですよ。皆、肉親に裏切られる話です。「肉親に裏切られたら、私は何を中心に生きて行けば良いのか?」、「愛だ!」と言う訳ですよ。しかし、愛によって生きようとする、友人を裏切ってしまうことがある。肉親を裏切ってしまうこともある。これが彼の悩みだった。彼は、お兄さんのお嫁さんに恋をしてしまって、悩んで逃げて行く訳です。そう言うところが有ったんですね。だけど、逃げて行くってもお姉さんの面影は中々消えてくれない。それで悩んで悩んで、何時の間

にか閉じ籠りになって妄想を抱き出すなんてことになって行く。その事をずうっと同じテーマで書いてるんです。「それから」、「心」、ずうっと書き続けて行って、最後の最後に「明暗」と言う未完の小説で、「暗」の部分だけで無く、「明」も書きチョッピリと光が射して来る様な所が見えて来るんですね。しかも、最初の頃の小説よりも、文章も格段の進歩ですよ。「彼は苦勞をして治療をしていたんだけど、今は楽になって薬で良くなるんだ」と言う話をするのが有ります。その方が医者として良いでしょう。

コンピューターを見て、「こう言う症状」、「こう言う症状」なんて入れて「ホラ、ポン」、「鬱病が出てきた」。そんなものを見せてもらったって元気が出るはずが無いじゃないですか。

それよりも臨床と言うのは、人間を見てやらねばならない。勿論、何時も北杜夫で済むわけではないんですが。

躁(ソウ)の患者さんが来て、躁病で元気が出ている時に、「北杜夫さんと同じ病気だ」なんて言うてはいけません。もつと元気に成っちゃって、躁が抑えきれなくなつて踊り出して、大変なことになってしまいます。(笑)

言いたくても抑えて言わないでいて、必ず元気が無くなる時がありますから、元気が無くなり始めた時に、「貴方とそっくりの病気の人は誰だ?北杜夫だ。北杜夫と同じだ」と言う、元気が出て立ち直つて最後まで落ち込まないでいてくれるんですね。

「そう言う風にやるのが医者の仕事だ、臨床の技術だ」と私は思っているんです。こう言うのは、忘れ去られてしまつて、今は皆、コンピューター用の診断。アメリカが流行らしたんですね。コンピューターで色々な数値を打ち込んで診断すると言うやつですね。「もう少し人間味を取り戻せ!」と言って抵抗して居るんです。

話しは、どこまで行つたのか分からなくなつちやっただけ。(笑)

カルペ・デイエムを言い出したのは、ずうっと昔なんです。今、急に考え付

いたことでは無いんです。私は、病気に成つても元気で居られるのは何故なのかと言うと、歳を取る前に老年になる前に、「患者さんに、どのようなすれば元気を出させることが出来るか」と言うことを苦勞して考え考え抜いて来たからです。それが今になると役に立っているんです。

「今日一日を生きる」と言うことで、ガンと言うのも、その様に考えることで乗り越えて行くのが一番良い。

「今日は生きる」、取りあえず今日は生きていますから。明日死ぬかもと思えば、楽しんで生きなければ意味が無いでしょう。

明日、鰻が食べたかったのに、爆弾が破裂して鰻を食べることが出来なくなつた。「今日食べに行つておけば良かった」と言つて後悔しても仕方が無いでしょう。明日鰻を食べる予定だったら、直ぐに食べに行きなさい。(笑)

おいしい鰻が食べたかったら、横浜に野田岩が有りますよね。あそこの鰻は美味しいんだ。宣伝すると皆があそこに行つて値段が上がつて食べられなくなる困るので、何処に有るかと言わないけど、他の店よりあそこの鰻は美味しいよね。あれを知らないで死ぬのは残念だよね、と言うと行きたくなくなるでしょう。(笑)

そう言う風に「今日を生きる」、と言うことが私の生き方として励みになっているんです。苦勞して苦勞してこの考えに辿り着いたのは、アルコール依存を治療している時です。その頃、アルコール依存の人達に、止められないから成っている人達に、医者は「アルコールを止めなさい」と言うだけだつた。言つたつて意味が無いでしょう。(笑)

逆に「飲みなさい」と言つた方が良い時も有るんです。私の所に或る人が来ました。会つた時は嫌味な人でした。前に座つて「先生は若いですね」と言うから、「若いよ！三十三歳だよ！」「エッ！三十三歳、この前に掛かつたのは誰だと思いませんか？」「誰だか知らないよ！」「東大教授！」。

内村鑑三の息子で精神科医の内村祐之教授です。偉い先生で、自分でも偉い

と思ひ過ぎて、日本一と主張していたんです。ヌケヌケと言えるんですから偉い人ですよ。(笑)

北海道大学での学会で会つた時には、彼は以前北大の教授だったんです。東大を卒業したら北大の教授を命じられて、その前にドイツに留学して留学から帰つてきたら直ぐに北大の教授です。北大の教授に成つたのは二十七歳から二十八歳です。ずうつと北大に居てから東大に戻つて来て、東大の教授です。教授しかたことが無いんです。北大で彼の後を継いだ人が、諏訪望(ノゾム)先生と言つて、この先生は結構良い先生でした。穏やかな人でした。

彼の肩に手を置いて内村教授は「諏訪先生は北海道の精神医学の明治天皇」と言われた。

「彼が明治天皇で、この私は神武天皇だ」と言つたと言う逸話があります。ヌケヌケとそれを言えることを尊敬しますね。(笑)

中々私には言えません。いつも「俺は駄目男だ、藪医者だ」と言つてます。彼のような人も居るけど、「俺は藪医者だ」と言つて威張っている人が居ても良いのではと思つています。対抗意識も有りますけど。(笑)

その内村先生に診てもらつたと言うんです。「それで治つた？」「イヤ！治らなかつた、それがお前に治せるのか？」と言うんです。(笑)

だから啖呵を切りたくなりますよ。「俺に治せるハズが無いじゃないか！日本一と言つてる先生に治せないものが、三十三歳に成つたばかりの若造で何の肩書きも持つて無い。ついこの間、アルコール依存専門に成つたばかりの俺に、お前さんを治せると思うか？」と言うと、「思わない」。(笑)

「思わないなら諦める！俺はお前に酒を止めるなんて言わない。日本一の医者に診てもらつても治らなかつたんだから、酒を好きだけ喰らつて早く死ぬ。飲んでたら早く死ぬんだから、沢山飲んで早く死ぬ！その方が家族の為になるよ。しかし家では飲むな。無人島に行け。そうでなければ家族が迷惑をするからね。無人島には好きなだけ酒を持って行け」。(笑)

無責任かも知れないが、僕のお金で飲む訳では無いし、それは構いませんよ。そしたら急にシヨボンとして「先生、ここに残して欲しいんです」と言うん

ですね。「良いよ、構わないよ。好きなようにして。だけど治らないよ」と言った。治そうと思っていないんだから。(笑)

私は、始めから、アルコール依存の患者を三ヶ月で治そうなんて思っていないなかつたんです。だって、何年も何年も、十年も二十年も飲んで来ている人が、病気に成つたと言つて来て、それを私が三カ月の間、病院にぶち込んで、それでなにかゴチョコゴチョコとやつて、それで治つて一生酒を飲まないような人間に出来ると思いますか。そんな手品が私に出来るはずが無いですよ。(笑) 当たり前のことでしよう？ 当たり前のことが通らないんですよ。だから「私はそんな事は出来ない。治つたと思つて退院なんかするな」、「何をするんですか？」と言うから、「ずっと通え」といった。「酒を止めると言うことは大変難しいことなんだ」。難しいから出来ないだけなんだ。何回も何回も挑戦して酒を止めれない人は大勢居ます。それくらい難しいんです。難しいから出来なくても当たり前なんです。それを私達は何と言つて来たか。「酒を止める」と言つて、何ヶ月か入院させて、家に戻つたら又お酒を飲んで、「先生、又酒を飲んじゃつた」と言つて来る人間を掴まえて、「お前は何とダラシの無い人間だ」と言つたんです。「お前は意志と言うものを持っていないのか。意志の弱い人間だな」と責めたんですよ。それが当たり前でしょう？ 私は、そうは思わなかつたんです。意志が弱いから酒を飲んで、それを四十年も五十年も意志の弱いままで続けて来た人間が三カ月で意志が強くなるなんて、有り得るはずが無いじゃないですか。(笑)

そうでしょう？ 分かるでしょう。意志なんてそんなに簡単に強く成るものですか。お説教をしたからと言つて、強くなるもんじゃやない。これを今までの精神医学は知らなかつたのですね。見なかつた、見えなかつた、だから入院させて退院させる。又飲む。ヤツパリ治らない、これの繰り返しを何度もやって来て、「アルコール依存は治らない悪い病気だ」と言つたんです。病気で飲んでいるんじゃない。習慣で飲んでるんです。だけど習慣と言うのは止めるのは難しいんです。

私自身がそうだったんです。久里浜に居た時に、患者さんが私に挑戦して「先

生！タバコをよく吸つてますね」と言うんです。よく吸つてましたね。私が吸殻を吸殻入れに山盛りになっているものですか。それが落ちて汚れるものですか。タバコの染みは中々取れないものです。だから、看護婦さんが「もう先生は駄目！ 灰皿なんて先生には駄目！」と言つてバケツを持って来たんですね。(笑)

足元にバケツに水を入れて置いてくれたんです。あれは余り良い匂いはしないですね。濁つたバケツのニコチンの匂いつて。それでも仕方がないと。

「先生がタバコを止めるんだつたら、私も酒を止めてみるよ」と言うから、「じゃあ受けて立とう」と言つてやつたんですよ。辛かつたですね。(笑)

負けたら困る。負けたら相手に恰好の口実を与える。だから一日でも長く彼よりも止めて行かなければならない。必死で頑張つて、彼がとうとう酒を飲んだ時にはホツとしましたね。(笑)

しかし、医者としては、患者さんが酒を飲んだのでホツとしたなんて言つたら、家族から叱られますよ。それは言わない。プロですから。その時にホツとして翌日にタバコをのんだ。(笑)

チョツとした心の隙ですね。一本位は良いだろうと思つて一本のんだらガラガラと止まらなくなつて、それから五回やつて、五回目に止まつて。それからもう三十年位止まっています。五十歳になつてからです。

習慣から始めた事ですが、この習慣から抜け出すと言うことは、とても難しいことです。

それから、「難しさ」とはどう言う「難しさ」か、「難しさ」とはどの様に例えたら良いのか。考えて考えて考え抜いて見つけ出した。それは何か？ 「難しさ」には、二種類有る。

この話を聞いたことが有る、或いは読んだことが有りますか？ 読んだことが有る人は手を上げて下さい。一人も居ないの？ 残念だね。でも一人も居ないから講演やる価値が有るんだよね。(笑)

これは良い話ですぞ。「難しさ」には二種類有る。

一つは、人間なら出来るかも知れないが、ともかく難しい。それはオリンピックで金メダルを取るような種類の難しさだ。それは、その時に世界で一人しかできない。その時に一チームしかできない。

その人が出来たら、後は二番目に成るか、三番目に成るか、或いは等外になるかと言うことだ。中々難しい事で、同じ人間なら練習次第で出来るかも、やってごらん。止めておいた方がいいです。やってみたら体を壊すかも知れないから。

只の人がオリンピックに出て優勝なんて思わない方がいいですよ。これは止めた方がいい。

もう一つの難しさとは何か。

簡単な様でできない難しさ。それは、十円玉をビンの中に毎日毎日貯金するようなことです。一日も休まないですよ。三百六十五日やれば三千六百五十円溜まることになる。これが出来るか？

イヤ、意外と出来ないんですよ。「ああ忘れていた」と言う日が一日ある。そうすると、一回忘れていたからモウ駄目かと思ひ、やり直す気持ちが無くなって来る。大体がやり直さないうですよ。二百日位で一日忘れて、もう一度三百六十五日に挑戦してみようと言う人は殆どいない。それと同じ様な難しさ、これがアルコール依存のお酒を止めると言う難しさです。その人たちに今日が終らなければ明日は来ない。だから「ともかく今日一日を止めている」というのです。

患者さんに、「今まで最大何日止めておられた」と聞くと、「三日」、「三日なら大丈夫だ。一ヶ月、二ヶ月と言う人も居るけど同じこと、三日止められたなら、今日一日だけは止められる能力は有るんだ。だから、今日一日何とかして切り抜けなさい。何とかして切り抜けて、明日になれば又今日一日、人間には今日一日しか無いんです」。言葉には、今日、明日、明後日と有りませんが、明後日生きようと思つたって生きられない。生きてるのは何時も今日、生きてるのは何時も今、この瞬間しか無い。

これは極簡単な事なのに、意外とそうは思わない。自分の前には一年有るか、死ぬまでには二年は生きているだろうとか、三年は生きているだろう、或いは三十年は生きているだろう、と思つてしまう。人間なんて何時死ぬか分からない。

今日帰りに電車が衝突して事故に巻き込まれることも有るし、暴走して来た車に巻き込まれることだって無い訳じゃないです。ですから、本当は分からない。「だから今日を生き抜こう」というわけです。取り敢えず今日を生きようで、「取り敢えず主義」と呼んでもよい。私が「取り敢えず主義」だなんて呼ぶと、皆軽く受け取るんですよ。

イエスが聖書の中で、「明日のことを思い煩うな。今日の煩いは今日で充分だ」と言うのと、皆有り難がるんです。

(笑)

私と同じことを「取り敢えず今日」と言うのと、チツトも喜ばない。アイツ又下らんことを言つてると言うことに成つちやうんです。「取り敢えず主義」と言うのは、「取り敢えず今日を生きよう」と言うことです。

私達は、良いか悪いかなんて、今日判断しよ



うと思ってもできない事は幾らでも有りますよね。例えば、結婚すると言う時に、相手が良い人か悪い人かを判断しろ、今判断しろだなんて言われても、判断出来ないですよ。

どうやったら出来るか。本当は、長年暮らしてみ始めて分かることだから。だから気が付いた時には、皆手遅れになっているわけですよ。(笑)

この人は、もしかしたら悪い人も知れないと思っても、でも本音は違うかも知れないなんて思っている内に何十年も経って、ヤツパリ駄目だったと言うことになったりするんです。(笑)

それが人生と言うものですよ。それで私は、「今日判断出来ないものは今日判断するな。今日一日生きてみて、出来るだけのことをすれば良い」訳です。今日すると言う事をすれば良い訳で、そう言う風に全て「取り敢えず今日」と考えれば良いんです。

マルチン・ルッター、英語ではマーチン・ルーサー。新教の創始者のルーサー神父も「取り敢えず主義」なんです。

明日世界が終るとしたら何をしますかと問われ、「今リンゴの苗を植えているけれど、取り敢えず今日はリンゴの苗を植えましょう」と答えるんですね。同じ事を言ってるじゃないですか。「今日一日を生きろ」と言うことは、自分で探したつもりでいて、後で聖書を読むと聖書の中にも出て来る。ルッターの伝記を読むとリンゴの苗の話が出て来る。「俺のオリジナリティーでは無かったのか」と思うと、チョツと残念です。(笑)

しかも昔の人だから喧嘩も出来ないし、チョツと残念です。今生きている人間の中で、そう言える人はそんなに居ないぞと思いつながら、一生懸命に生きているんですけど。「取り敢えず主義」、俺もそうだと欲ってくれる人は余り居ない。

「取り敢えず主義」を聞いたことのある人は、手を上げて下さい。

これも、筑摩書房にもう十年位連載しているんで、「取り敢えず主義」の名前から知っている人が居ても良いんですけど！駄目なんですよね。(笑)だから、こう言う所で話をしなければいけないんです。聞いて下さい。聞いて

てそれを「面白い話よ」と他の所で宣伝して下さい。

話がどこへ行ったのか、途中で分からなくなるんですよ。(笑)

アルコール依存の時に考え付いたんですね。「常識」と言うものも、段々と私の心の中で育った哲学なんです。「常識哲学」と言う。「常識哲学」も聞いたことが無いでしょう。大体がアッチに行ってもコツチに行っても、「常識哲学」の名前を聞いたことが有りますかと聞いても、聞いたことは無いという。

「カント」を聞いたことが有りますか。「カント」の名前を知らない人は手を上げて下さい。一人も居ない。恥ずかしいから手を上げないんですか。(笑)カントは皆知っていると言うことですよ。「理性」と言う言葉も皆知っているでしょう。「理性を失うな」、「感情で行動をしてはいけない、理性を保て」なんて言います。「理性」って何ですか。「理性」と言われて答えられる人は居ない。

「神様が呉れた善悪の判断力」だなんて簡単に言ってしまう人が多いです。神様が出て来るんです。私は無神論ですから、なるべく「理性」なんて使わないようにするように考えて来たんです。それで常識と言う言葉にこだわるように成って来たんです。何故かと言うと、アルコール依存の治療をやり始めて、私が今まで持っていた常識の間違いに気付いたから。

「おかしいなあ、これが常識だったの？」と言う風に常識の間違いに気付く。その内に「常識って何だろう」と考え込むようになる。「常識」と言う言葉は、外国語からの訳です。名訳です。なぜ「名訳」かと言うと、こんなに広く早くひろがってしまったからです。元々は日本語では無いんです。これは、英語の「コモンセンス」(余り発音は良く無いですが)、の訳です。

「コモン」皆共通の、「センス」判断力「コモンセンス」これを常識と訳してしまつた。「常識」と言うから、「知識」と言う感じが入って、「それも知らないの」、「これも知らないの」と、知っている事と言う印象が強いでしょう。しかし、「コモンセンス」と言う「センス」ですから、知っているこ

とでは無く、「判断力」と言うことに重点が有るんです。「コモンセンス」の判断力の基になるのが「常識的な知識」、自分達が人生の間で皆と共通に生きて来て、「これは皆と共通だな」、「皆と共通的な考え方だな」、「これは皆が共通に考えていることだな」と言う風に、自分の中に溜め込んで来た知識ですね。だから、共通な偏見が含まれていることが有る訳です。

アルコールの患者さんは、意志が弱いと言う。皆さんの中で、「アルコールの患者さんは、意志が弱いなんて思ってた」と思う人は手を上げて下さい。少しは手が上がりましたね。そうでない人たちは、何と思っていたんですかね。

意志が弱いからお説教をする人が多かったことは確かです。しかし意志の問題だったら、意志が弱くて生きて来た人に、「意志を強くして」とお説教をすることは馬鹿げていますよね。

では、どの様にするかと言うと、意志が弱い人でも止めて行ける方法を考えなければならぬ。その様に考えれば、「誰だつて一日は止められよう。だ

意志の弱い人でも、タッタ一日は止められるだろう」ということになる。だから「一日、一日」と言う考えが出てくる訳です。意志の弱い・強いと言う言葉を使っているけど、「あの人は意志が強い」と言うことをどの様にしたら分かりますか。

精神解析をして、患者さんを呼んで診察をして、「この人は意志が強い」、「この人は、あの人の半分しか意志が無い」なんて、どうやって判断しますか。(笑)

そんな事が分かるはずが無いじゃないですか。結果で物を言ってるだけなんです。例えば、一年間酒を止めている人を見て、それに比べて三ヶ月しか止めていない人を見ると、「お前は四分の一の意志しか無い」と言うふうに言ってるだけです。目の前の人が意志が弱いか強いかをどうやって判断するんですか。過去の履歴を見て、過去にこの様な履歴があったら駄目な人だなあと思うだけでしょ。過去の経歴を見て偏見を抱くだけでしょ。違いま

すか。違うと思つたら直ぐに手を上げて下さい。(笑)
あの常識と思つていた意志なんて、古い哲学の残りカスと思つているんです。「意志を持って」なんて言うんじゃないかと、患者さんが「意地でも止めてみせる」と言つた時に、私はその意地を信用するんです。

或る横浜の患者さんですが、この患者さんは沖仲士です。沖仲士は飲んで仕事をしているたんですね。ここに来ている人達は、沖仲士の仕事なんか余り知らないでしょうが。

今は機械化されていますが、肉体労働で重い荷物を船から倉庫へ運び込んで積んで行くんですね。今ならフォークリフトなんか有りますが、肉体労働の時代ですから。

その人はハンディキャップを背負っているんですね。手に火傷をして動かない。でも働いていた。倉庫に行つて見ると、皆、酒を飲んでる。倉庫は酒の匂いで一杯です。「まあ、消毒には成つているんだな」と冗談を言う人も居ますが。(笑)

この人は入院していた時に、整形外科に通わせて少しは手が動くように成つたのですが。「お前さんは、ここで働き続けるのか？チョツと力仕事は無理だから、別の仕事を探したらどうだ。あの職場に行つたら、直ぐに戻つてくることになるぞ」と言うと、「俺には力仕事のこれしか出来ないよ」と。その頃は、洗面具も布団も持つて入院していません。そこで、「どうせ直ぐにまた酒飲んで戻つて来るから、洗面具も布団も皆置いて帰れ。持つて行かなくて良い。どうせ直ぐに戻つて来るから」と言っちゃったんですね。まずい事を言つてしまったかなあと思つたのですが。そしたら「意地でも飲むものか」と言つて。一ヶ月経つたら、「先生、一ヶ月飲んでないぞ」と私の顔を見に来るんですね。「一ヶ月飲んでないぞ」と。

私も作家で少し有名になって、朝日新聞か何かの対談で、「アラスカ」と言

うシクなレストランで対話をしている時に、ゴム草履のバタバタと音がして、何かと思っていたら、彼がやって来たんですね。当時は、人相・風体の悪い人は追い出される時代でした。私もパレスホテルで一度、ネクタイをしていないからと言って追い出されたことが有りました。

そう言う時代に、バタバタバタとやって来たんですね。「先生、入れて良いですか」と言うから、「知っている人だから入れて呉れ」と言う。そうすると「先生、一年経ったが未だ飲んでない」と、「負けた。あんたには負けたよ」と言つて兜を脱ぎました。

この人とはずうつと長く親しく成らざるを得ないですよ。こう言う人間関係は、そうザラに有るものでは有りませんからね。

彼の人生で、私は有る意味では間違つた医者であつたかも知れないが、出会つた重要な人物に成ります。「俺、意地で一年止めた」と彼自身は自信を持つた訳ですね。私が与えたんじゃないんです。彼の意地が頑張らせて自信を持たせた訳です。

私があげた物なら直ぐに無くなってしまふけれど、自分でその様にして持つた自信は、すごく強いんですね。

これで、彼は横浜に断酒会を立ち上げて、その責任者をずうつと長い間やるわけです。彼は、話をする時は、何時も「意地だ」と言うんですね。「俺は、意地で止めた。意志では無い。少し濁つた意地で止めた」と言っているけど、私はその話が出る度に「本当にその通りだ」と肯いた。

「意地」と言うのは、私達も実感出来るでしょう。「アイツは意地っ張りだ」なんて実感出来ますよね。でも、「意志」なんて手応えも実感も無いじゃないですか。「私は意志が強いのだよ」なんて言つてるけど、女性なんか皆、意志が弱いと思われているのですよね。意志なんて目に見えないから。

「実は意地ならあるんです、女の意地」、これを馬鹿にしたら罰が当たりま

すよ。絶対に意地には抵抗しない方が良いですね。

「意地」は臨床に役立つ言葉、「意志」は臨床に全然役立たない言葉、私はその様に考えるように成つて来ました。

私みたいに、この様に言っている人が世の中に居ない訳では無い。ジェリネックと言う私達の大先輩に当たるアルコール依存方面の学者ですけど、この人は、「病気の定義は、正しいか正しくないで議論するのは不毛のことだ。だから、そんな不毛な議論はやらない様にしなさい。定義なんて医者の教程有つても良い」と。更に、「定義とは何か。有用性で判断しろ。役に立つか、自分の臨床に役に立つ定義であるかどうかで判断しろ」と言ってるんです。

そう言う訳で、私なんかも先に言つた様に「今日を生きる」を考えて来た。意志なんかも間違いだ。そして常識に辿りついたのです。常識とは絶対的なものでは無い。赤ん坊に常識が有るかと言えば、赤ん坊に常識なんかは無い。赤ん坊に理性は有るか。神様が与えたと言うなら、赤ん坊にだって、何処かに理性が入っているはずだ。種の様に出芽が出て、それがドンドン伸びて行って、大人に成つた時に理性になると言う考え方がカントの考え方としたら、カントの考え方が間違つていると言うことに成りますね。

それよりも、「経験しか無い。頭の中は白紙であつて、人間は経験したこと全て頭の中に蓄えるんだ。そして判断力を持つようになるのだ」と言つたのは、ジョン・ロックと言うイギリスの経験主義者です。全て経験によると。だがそれは理性だとして常識という言葉は使わない。私も全て経験だと思ひます。そして十八歳位までに築き上げるのです。偏見が分からない集まり、これを常識と呼んでいる。

常識とは何か。常識とは、良識とは違います。「良い」のでは無く、「皆と共通している」と言うだけのことです。

若者なら若者の共通している考え方や、或いは昭和の人間なら昭和の人間に共通した考え方と言う風に、「共通している判断」と言うことですね。ここが大切なところですよ。

共通だから、共通して間違っていると言うことも有る訳です。

一番良い例が、戦争の時ですね。私達は共通して間違った考え方をしてしまった訳ですね。「日本は絶対に負けない」と、皆思い込んでしまった訳ですね。或いは、戦争に行つて死ぬと、「靖国神社に戻る」なんて信じちゃつて。

これは、皆共通だったんですね。だから、「靖国で会おう」なんてキザですよ。私なんか、「靖国で会おうなんて、キザで言えないよ」と言った。死んだらそれでおしまいだよ。死んだら、もうどこにも行かないよ。天国にも行かないよ。靖国にも行かないよ。それでおしまいだよ。それで、「海行かば、水漬く屍（ウミユカバ ミヅク カバネ）」なんて歌っていたんですね。それを、骨まで拾いに行こうなんて馬鹿なことを言う、そんな手間を掛けないで良い。「水漬く屍」で良いではないかと言うことで、「水漬く屍」と言う歌が有る。

何か変な方へ行きましたね。

常識と言うことは共通でも、共通に間違っていると言うことが有る。アルコールでも、そうだった。皆、共通に間違っていたから、「じゃあ！新しい常識を作ろう」と言うことに成った。新しい常識と言うものを色々と作つて行った訳です。その中で、色々の間違いも有りました。

でも、新しい常識の中で大切なことは何かと言うと、先にも話した様に、人間には奇跡を起こす事は出来ないと言うことです。

例えば、私が四十人の患者を診て、当たり前のことですが、四十人の患者を三カ月の治療で治癒させることなんか出来やしません。

出来やしないのに、「治癒率」なんて考える必要は無い。「全員治るはずが無い」と思った方が良い訳です。ところが、全員治っているはずが無いなんて言いたく無いんですね。

そうすると、「それは常識では無い。先生、そんな事を言つて良いんですか」と言うんですね。「でも、もう少し、その後を聞け」と言うんですね。

「イエスなら奇跡を起こさせたかも知れないが、私には奇跡は起こせない。成績の良い人は長く続くだろう、長く止めていられるだろう。成績の悪い人間は、出たら直ぐに飲んでしまう。その間に何人かの中間派みたいのが居る。私の仕事は何か。成績の良い人を助けるのではなく、その中間派を目標にする。何故か。一カ月しか止めることが出来なかった人を二カ月止めさせる。三カ月しか我慢が出来なかった人を一年持たせるようにする。その様にするには、どの様にすれば良いか」これが仕事です。元気をさせなければいけない。

「お前は駄目な奴だなあ、意志の弱い奴だなあ」と言つて、元気が出ますか。「そうですね！私は駄目ですね」と思つて、元気が出るはずが無いでしょう。そんな事を医者と言つて、意味が有る訳は無いでしょう。

じゃあ、どう言つたら良いか。それは、どこから来るか。私達の心の底には、何でも比較したい気持ちがある。そこから来る。

一年の人は立派で、三カ月の人は駄目と言うような物差を持っている。しかし、その物差で測ったら、「たったの三カ月」と言うことになります。ところが、「たったの三カ月」と言わない為には、何を物差ししたら良いか。人間は何を物差しで測れば良いか。考えます。そうすると、「本人を物差しにする。他人を物差しにしてはいけない」になる。

「で、アンタは今までに最高で何日止められた？」と言つと、「三日だ」と言う。「三日しか止められなかった人間が、今回は三カ月出来た。素晴らしい！」と言つて、嘘では無いですよ。少し芝居がかつてはいますが。「三日しか止められなかった人間が、三カ月止められた。素晴らしい！」と言つと、患者さんの方で修正してくれるんですね。私が少し芝居がかつても良いんです。

そうすると、「先生、そんなにオダテナイで下さい。アッチにも六カ月頑張つている人も居るし、一年止めている先輩もいますから。だから、この次はもうチョット頑張りますから、見て下さい」と言われれば、「そうだなあ！」と答えていれば良い訳です。

何人も人をけなす必要は無い。

これは何かと言えば、学校の先生に話しても通じることなんです。同じ常識なんです。人を計ることの意味に於いては、アルコール依存と学校の先生とは共通の判断力を持っているのですよね。だから、「学校の先生にアルコール依存の臨床医と言う小さい狭い範囲の常識だ」と話しに行くと、「成る程、それは私達の常識でもある」と言う風に思ってくれます。そうすると、常識が広まって行く訳です。輪が広がって、医者と教育者と共通の常識が生まれて来る。それは、他の所でも同じ様に考えても良いはずですよ。

組織もそうなんですよね。

会社で、「お前は駄目だなあ」なんて言っていて、自分の下の人を動かすことが出来ませんか。出来ないでしょう。人使いの上手い人は、大体が煽てるのが上手い人ですよ。

「オー、良くやった！」と褒めてくれると、何かやる気が出て来るんですよ。グチャグチャと小言が止まらなくて、「もう勘弁してくれ！」と思っても、未だグチャグチャと小言を言う上役が居るんですよ。これは、皆さんも経験が有るでしょう。

そう言う人の所では、元気が出ない。鬱病になるよ。分かるじゃないですか。分かれば新しい「共通判断」、「コモンセンス」が広がって行く。今まで間違っていたコモンセンス、ローカルなコモンセンスを持って居た人達が、もうチョツと精神科医の話の聞こうと思ってくれます。

でも、私の言うことは、余り信用されていなくて、聞けば良いと分かるんですが、聞きに来ない。精神科の親玉が、私の話を聞きに来てくれると良いんですが。

今度、親玉の集まる所で話しをしますけど。二年位前から、学会で話をしろと言われるようになって来たので、少しは私の意見が通り易くなって来たのかと思っています。

予定をしていた時間が来ましたので、そろそろ終わりますけど、私は話を纏めようとは思っていません。八十二歳で忘れっぽく成って来た人間に、話をキレイに纏めるなんて要求をしないで下さい。(笑)

昔、広沢虎造と言う浪曲家が居て、何時も「丁度時間となりました」なんて言って引つ込んで行ったものです。「良い引つ込み方だなあ」と思いましたよ。(笑)

大体時間が来ましたので引つ込みますが、まだまだ言いたい事、言い残した事が有るんですね。でも全部言えと言われても無理です。皆さんのキャパシティも有ると思うんですよ。

これ以上、入れると右から左へと、一番大切だと思っていた事が押し出されるかも知れません。(笑)

この辺で、時間が来ましたので言ってお下がることにします。

本当は、アルコール依存の事なんかで、じかに役立つ様な事、鬱の話とかをしても良かったのですが、脱線ばかりしているものですから、時間が来てしまいました。

この辺で話を終わります。(拍手)

Q & A

〈質問〉

酒の強い人とお酒飲んで顔が赤くなったり、悪酔いするような人と、どちらの方が依存症になりやすいのか。

〈回答〉

依存症はだれでもなる可能性がありますよ。酒の飲めない人はなりません。(笑) 私がそうです。日本人の割ぐらいにアルコールの分解酵素が足りない人がいて、この人はアルコール依存にはならないんです。



しかし世の中は付き合いが悪いなんていうものだから、こういう人たちも一生懸命無理してお酒を飲みます。無理して飲んでみると、その人はお酒を飲めないですぐに顔が赤くなって血圧が下がるような体質の人、日本人の中で一割くらいいますけど。その人はむりやり付き合っていると食道がんになる率が十倍くらい、お酒を素直に飲める人よりも多いです。食道がんだけは九十

何%飲酒者以外にはならないといわれているんです。

だから食道がんになった人は皆お酒を飲んでいるのだから、酒税から治療費を出せ、(笑) そう言ったんです。そのかわり健康保険からは出すなど言っているんです。

健康保険というのは、みんなが助け合いで、病気になる人は病気の人を助けよう。重病になった人は自分一人だけで医療費を支払って生き続けることは難しいから、元気のいい人たちがみんなを助けるということにあります。元気であることはそれだけでもうれしいことだし、幸せなことなんだから、その人が別の病気の人のにやっついていいじゃないか。

酒税を健康保険の代わりに補填しようって、言っているわけです。筋が通っているでしょ。(笑) アルコール依存の病院に入院した人の入院費も、健康保険で払うな、酒税から払え、って。

筋が通るから小泉(元首相)にも言ったんですよ。慶応の後輩で、先輩・先輩なんて言って、久里浜にいたとき、あそこが選挙区なんだから、やってきたんですよ。話をして、「酒税から出しなさい、健康保険から出すべきじゃないですよ」って、言ったんですね。

健康保険が赤字・赤字だからといっていつまでも負担金を増やしていったらきりが無い。だから病気によっては、そういうふうにして酒税から出しなさい。

たばこ税は肺がんのために使いなさい。肺がんの分だけでいいですよ。しかも肺がんの半分ぐらい。あとは他の要素がありますからね。たばこばかりじゃありませんから。排気ガスやディーゼルなど、そういうものの税金から半分は出させなさい。そう言っているんです。

アルコール依存っていうものは、ある特定の人だけなるということだったら増えるはずがないんです。それがどんどんふえていく。アルコールの消費がふえれば増えるほど、ある一定のところまで、完全に比例して増えていく。

消費といっしょに患者数が同じように増えていくんですね。ですから、誰でもなるというふうに思った方がいい。

だから意思が弱かるうが、強かるうが、酒はすきだろうが、すきでないだろうが、「ともかくお酒の飲める人は自分についた習慣から離れる努力を尽してごらんなさい」そうすると、自分が依存していたということがわかります。毎日毎日続けてお酒を飲んでいて、「おれは依存してない」と言っても、わからないです。「晩酌を一週間とめてごらんなさい。」一週間とめて眠りが浅くなったりしないかどうか、寝汗をかくようにならないか、調べてごらんなさい。

大体眠れないっていう人が多いですよ。睡眠剤をくれ、などと言い出す人がかなり出てきます。そうしたら自分は酒なしでは生きていられなくなつたということ、自覚したらいいですね。そういうふうにしてやってごらんない。

お酒の話をしていたら、きりがなくなりますけれども。昔アルコール依存つていうのは差別の対象になつていた。意思が弱い人だけになるといふふうにさつき言ったように、意思が強い弱いも関係ない。逆にその人が酒をきちんとやめて二年も三年にもなると、意志の強い人だね、とほめるんですね。一貫してないだろう。意思が強い弱いなんていうのは、関係ない。

それから親とか家庭的なことも関係しますが、それを文化に含めます。お酒の文化。文化というのは集団のくせみたいなものですね。そういう文化があるところでは、文化に従っていると、いつの間にか依存になつてしまう。

一番いい例がフランスです。赤ぶどう酒がカトリックの儀式の中で使われるから、神父さんのなかにアルコール依存でだめになつて、神父さんをやめざるをえなくなる人も出てきます。私たちは、文化という集団のコモンセンス・常識でブレイキをかけられたりしていることもあるわけです。

フランスは、赤ぶどう酒を飲んでいる限り、アルコール依存にはならない、そういうふうな思っている人たちがいるんですね。

「アルコールは何を飲んでいいのかね？」アルコールリックの皆さんに聞くと、私はアルコールリックではありません、アルコール依存ではありません。どうしてかつて質問すると、「なぜなら、私は赤ぶどう酒しか飲んでいません！」(笑)

それで赤ぶどう酒をやめると幻覚が出てきて、暴れちゃつたりするわけですね。でも、これは同じように偏見というものがあつたわけですね。確かに赤ぶどう酒では足りなくなつて、カルバドスとかウオッカやウイスキーだとか強いお酒にかわつていく人たちが結構多いから。醸造したぶどう酒だけを飲んでいたら大丈夫というのも全く根拠のないことではない。

私たちが勉強した当時の有名なエワルドの教科書の中に、アルコール依存のところになんと書いてあるか。「ビールを飲んでいる限り、アルコール依存にはならない！」つて書いてあるんですね。(笑)なんであるかというところ、「ベルモットのようなイタリヤからきたアペリティフを飲んでいるとなる」(笑)つて教科書に書いてあるんですよ。

もう今は訂正してあるでしょうけどもね。昔の1920何年版、30年版のエワルドをみてごらんなさい。ちゃんと書いてあるから。

だから、なるんじゃないかと、結果としてなつちやつたということに気がつくんですね。その人たちに私はよくいうんだけど、人間たちはアルコールに対して自由じゃなくなつちやつた人なんだけれど、自由がなくなつたという現実を知るとはとっても難しい。「おれは自由意思で飲んでるんだ。おれは自由だ！」とみんな思っているんですよ。

新幹線の切符を買つて自分で乗り込んだなんて思っているけれど、しかし電車が走り始めた途途中で降りることができない。

昔ひかり号は東京から名古屋までノンストップだった。最近のぞみが横浜に

止まるようになって、この例え話もむずかしくなってきました。ひかり号に乗って、「あつ、忘れ物をした」と思ったって降りられない。その時初めて「自分は新幹線に乗って自由が奪われているんだ、とりこになっている」ことに気づく。降りようと思ったときに初めてそれに気がつくんですね。わかりますね。

だから自分は大丈夫だと言っている人たちに、わたしが顔を見て「あなたちよつとあぶないね」なんていうと物議をかますんですね。

石原裕次郎に会った時に「おまえは飲みすぎだ。アルコール依存だ」っていったんですよ。アルコール依存の医者の特権家になったばかりで、専門家づらしたかったからね。「どうですか」っていうから、「お前さん、止めた方がいいよ」と。そしたら奥さんにどなりつけられました。こんなにちゃんと稼いで来ている人が、アルコール中毒なんてウソー！病気のはずがありませんって言われた。

そのうちに大動脈瘤で入院したわけで、あの若さであの病気になるのは、アルコールのせいです。

そういうふうには、人をみて言うことは言えますが、自分で気づいてもらえないんですね。

その時に大切なのは、「一週間奥さんと一緒に旅に出なさい。その旅ではお酒のない生活を一週間やってごらんなさい」どうも日本の旅行ってというのは、飲んで食ってというのが多いです。

そうじゃなくて山へ行って、ウォーキングをやったり、散歩をしたり一週間やってみて、その時夜眠れなくなったり、寝汗をかいたりする。どうしてもビールが欲しくなっちゃうかどうか、それを調べてごらんください。

やってみてだめだったら、少し気をつけようっていうふうに考えた方がいいですね。自由を失うことに気がつくことですね。

〔質問〕先生から以前お聞きしたお話の中で、久里浜に着任して、先生が病室のカギを開けるって、開けさせた。その時の話をしていただけますでしょうか。

〔回答〕

あのう、アルコール依存の患者だけを入れるアルコール病棟が作られる前は、精神科の病院っていうのは大体カギを掛けて患者さんを閉じ込めていたんですね。

私たちのその頃の常識というのは、患者さんは、アルコール依存の人たちだけを集める病棟がないから、普通の病棟に入れていたんですけど、「三人以上アルコール依存の人をまとめるな」って言われていたんです。

先輩の人にどうしてですかと聞いたら、「三人寄れば文殊の知恵っていうじやないか」(笑) 一人の知恵では対抗できない。三人でまとまって考えて、いろんな知恵を出して逃走する。実際によく逃げたもんですね。他の患者さんを巻き込んで逃げるんですね。医療のスタッフみんなからいやがられたんですね。

それで三人以上は入れるなっていうふうには、申し次で私たちは先輩から言われてきたんですけど。それをアルコール中毒の分散収容なんて言ってますね。そう言われると学問風な感じがしますけど。とんでもない、偏見の賜物でしかなかった。

で、アルコール依存の病棟は四十人ベッドなんですけども、これは議員立法で建てたんですね。医者が作ったんじゃないですよ。医者がこういう病棟を作りたいというわけで作ったんじゃない。医者は、アルコール依存は治らないうちで思っていたから、やってもムダだっていうふうに考えていた方が多かった。

久里浜病院というのは、精神病棟というのがあったけれど、結核病院の中にあつた付け足しだった。結核と精神病は併発することが多い。だから併発し

た人たちを収容していた病棟があったわけですね。そこは医者がいなかった。医者は昭和医大と慶応から交互にやってきたんだけど、この病棟に医者がいなくなっちゃってたんですね。医者がいないところに、議員立法で建てたアルコール依存の病棟を、だれが治療するつたつて、誰も治療する人がいない。そこで、私が別の病院をくびになって、働き口がないものだから、お前行けということになったわけですね。

私は、アルコール依存なんてものは勉強してなかったし、常識くらいしかない、専門知識もぜんぜんない。それでもいいかって教授に聞いたら、「大丈夫だ、あの病気は治らないから、誰が行こうが同じだ」と言われたんです。

それで行って、一番最初、三人しか入れないというのを四十人まとめて入れてカギをかける。「できるか。できそうもない！」つていうふうに判断したのです。

私の常識で。三人で逃げ出すなら、四十人まとめて入れたら暴動が起こっちゃう。看護婦さん一人で四十ベッドなのに当直一人なんです。襲われてカギを奪われて、皆逃げ出されるから、その前に逃げたい人には逃げてもらう、つてわけで解放したんです。カギを開ければ圧力が高まらないからねえ。だから逃げてもらおう。逃げさせるつもりで開けたんです。逃げなかったですね。(笑)

なぜ逃げないのか。考えたけれど、常識で考えますね。看護婦さんの常識の方が思いつきが良くて、「先生、それは電車賃がないからじゃないですか。」(笑)

久里浜病院は全国で一つしかない病院ですからね。専門病院という名前ですから、大阪からも青森からも全国から来てるんで、電車賃がなかったら家まで帰れないですよ。逃げたつて久里浜のまわりをうろうろして飢え死にするばかりじゃないですか。(笑)

それよりは、お金をやったら逃げるかもしれない、と思つてお金をやっただけですね。それでも逃げなかった。

どうして逃げないんだつて、ある患者に質問した。

「おれは、よその病院は五回入院したけど、全部窓から退院した」(笑)とつて座談会で威張つた人がいたんです。その人が逃げなかった、「なぜ逃げなかったのか？」と聞いたら、「こんないい病院は日本に二つとないからだ」。こっちはそんないい病院を作つたつもりじゃないですよ。「どうして」と更に質問すると「扉を開けて自由にしてくれて、好きな時に散歩に出かけられる。カネまで持たせてくれる。こんな病院ほかにあるか」

他になかった。なくて当たり前ですね。こちらはむちゃくちゃにやつたんですからね。何とか逃がしたいと思つて。(笑) そしたらこんな病院、他にはないと言われて、なるほどと思つた。

「この病院は一つしかない。ただし私自身もアルコール依存は治らないと思つている、一生の病気だと思つて、どうしてもまた入院するようになるかもしれない。その時には他の病院はいや、この病院に戻してくれ。というためには先生少しは頑張らなければいかんでしょう。先生たちの印象を良くしておかなければ。」(笑) 逃げるわけにはいかんでしょう」

「ああそうか！」あとになってよく考えてみると分かることです。カギを掛けて患者を閉じ込めて、お酒を飲ませないで三カ月で出してやると、どういう状態で帰るか。

こんなところにぶちこまれ、逃げようと思つても逃げられなかった。出たらいっぱい飲んでやろうという気持ち一杯にかかえて出かけていく。すぐにお酒を飲んで当たり前。

ところが自由に出ることができる、前に赤ちようちんなどもある、酒屋もある。しかし毎日そこを散歩して通りながら、ともかく先生には悪いわ、看護

婦さんにちよつと何か疑われるのもいやだ。帰つてくると、嗅ぐ人もいましたから。嗅がれちゃ気持ちもよくないから、我慢していた。そうすると家に帰った人たちは、出たらいっぱい飲んでやるうという気持ちはない。

ですから家に帰ると、すぐに飲むうなんていう気持ちじゃなくて、病院で飲まなかつたんだからと思つて、酒を持つてこいなんて言わない。そうすると、

「前の入院の時とは少し違つたねえ」家族がヒソヒソ話をする。このひそひそ話が効くんですね。(笑) 陰で「お父さん、もしかしたら良いかもしれないね。今回の入院はもしかしたら良い結果かもしれない」。こそこそ隅っこの方で話しているのが聞こえてくると、じゃあ飲むうつては思わないですね。「少しは、家族を喜ばせてあげなきゃ悪いのかなあ。ちよつと我慢してやらなければ。そんなにおれは困らせたのか、悲しませていたのかなあ」つて考える。そうすると、その人たちは少しずつお酒を止めていくけれど、それでも二カ月から三カ月でつぶれるということはよくあることだ。

それを伸ばしてやるというのは、方針として、逃げるようにしたお蔭で立てられるようになった。だから人間というのは、自由にして初めて自分でお酒を止める。

自分で我慢をして、ちよつと私たちの考えるぐらいなことがブレーキになり、意地を張るといふことがブレーキになる。自分の力でお酒を止めていく。

それを私はキザな言葉で言つたみたいですね。自分ではすっかり忘れちゃつたけれど。

「この病院にはカギは掛けない」そう言つてたそうですよ。

「しかし、それぞれが自分の心にカギを掛けてくれ。病院のカギは家まで持つて帰れないけれど、自分の心に掛けたカギは家に持つて帰れる」なんて言つたらしいですなあ。言つた本人はすっかり忘れちゃつて。この間会つた昔の患者に言われた。「キザだなあ！」(笑)

「誰がそんなことを言つたんだ？」と言つたら。それが自分だった。「おれがそんなこと言つたの？」言つてたらしいですね。もう四十何年も前の昔のことですけれど。まあ、少しキザな言葉だけれど、内容としてそういうことだつたかなと、後で考えるんですね。

初めは、私は逃げてもらうためにカギを掛けたんですね。

初めはそうだけれど、違つた結果があることがあつたんですよ。それと同じですね。

正直さに拍手してもらいたい。(笑)

どうもありがとうございます。(拍手)

Jao

じゃおクラブ二〇周年「記念講演会」企画委員会

(委員)

今村紀芳 (田園)

郡司和昭 (ベイサイド)

新藤正則 (湘南)

村尾篤彦 (ベイサイド)

土屋桂一 (県央)

土肥和夫 (田園)

じゃおクラブ