
一部50円です

村の引っ越し

戸や障子も外され、がらんどろになった家の板間にタンスや餅つきの臼などが集められ、大人たちが周りを囲む。セリ人を任された組頭が「これからセリを始めます。出来るだけ高く買って頂き引っ越しの選別したいと思いますので、なにとぞよろしく願い申し上げます」と口上を述べる。

「まずは、小物からまいります。手洗い桶、さあ、いくら。百円、百円…」と掛け声が家中に響く。次から次へとセリ落とされ、あっという間に品物はなくなった。大黒さんの置物が最後に残った。セリ人が声を上げるやいなや「3千円…」と声が掛かった。一瞬、場がどよめいた。本家の主人が祝儀の想いで値を付けたのである。それを見ていた私は、少し救われた気がした。

半年まえの夏の日、この家の母親は亡くなった。わずか2年前に父親が亡くなったばかりだということに。残されたひとり娘は、まだ中学生になったばかりであった。暑い陽が残る家の軒先で彼女は、母親の棺桶にすがって泣いた。おばさん達も、もらい泣きして世話役の人が棺を閉じられず困っていた。ひとり取り残された身寄りのない娘の行く末を、みんなが案じていたのである。何とも言えない悲しいその場を線香の匂いがつつんでいたので。暫くして、彼女は、まわりの人になだめられるようにお棺から離れた。やるせない切なさが会葬者の心に打ち込まれるように、釘を打つ金槌の音が幾度も響いた。

それから半年が過ぎ、村の衆が住み込みの働き先を世話したと聞いた。街へ持っていけるものなど殆どなく、大方の物は近所のみんが始末し、その最後がセリとなったのである。

私は、彼女より年下だったので話をした記憶はあまりないのだが、あの時の情景は記憶から消えない。この世の無常観を子供心にも感じた最初だったからだ。(嘉)

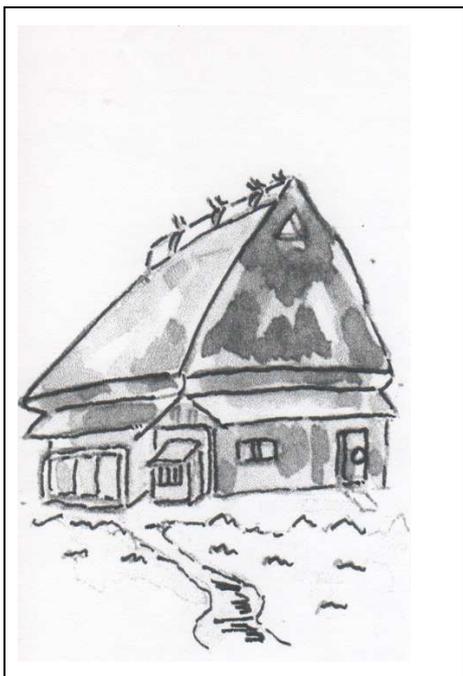
私は、彼女より年下だったので話をした記憶はあまりないのだが、あの時の情景は記憶から消えない。この世の無常観を子供心にも感じた最初だったからだ。(嘉)

死をめぐるあれやこれ(2)

「メメント・モリ」

石川 吾郎

「Memento mori」とは、ラテン語の警句で「死を想え」ないし「死を忘るな」という意味。ずいぶん前になるが藤原新也氏の「メメント・モリ」という本に衝撃を受けたことがある。◆インドなどの写真に文を合わせた内容だったが、ガンジス川とおぼしい大河の荒涼とした川原に一人の裸体の男がうつぶせに横たわり、その身体の上に二匹の野犬が足をのせ、一匹が男の足の先を銜えている。その周囲には幾羽ものカラス。「人は犬に喰われるほど自由だ」というキャプションも衝撃的だった。◆この写真集が出てからはもう二十年以上も経つだろう。この本の中のインドには、我々日本社会で暮らす者の日常の目には、ひた隠しにされる人の死の有様が、あからさまに放り出されていたといえるだろう。(現在のインドがそのままなのかはわからないが)◆そもそも我々の住む日本の日常生活の中では、人生の重要な側面、実相と呼べるもののいくつかは、タブーのように綿密に仕組まれて日常生活から隠蔽されているように私には思える。その最重要のものの一つが、人の「死」の現実ではないだろうか。我々はそれに目を背けることなく、注視することが必要ではないか。すくなくとも想像力を働かすことのできる程度には……。そのときに有効な言葉の一つが、これ「メメント・モリ」だろう。



セミとアリ

猛暑、台風、大雨と異常な天候が列島を襲った今年の夏。セミの鳴き声もひとときよりも小さくなった。木立に囲まれた墓地にゆくといっせいにセミの鳴き声に立ち往生し樹木をながめ「なんとうるさいなア」そのつぶやきが終らぬうちに、ミンミンと一匹のセミが足元へ転がってきた。「なに」思わず足元を止めて、セミを見る。

何だか「助けてくれー」と呼んでいるようにも「どうしたんや」と答えるもなく声もなく羽のひらひらも止み声もなくなった。死んじゃったの、まだ大勢の仲間がいないるじやないか、とセミに話かけて木の根っこにおき「元氣を出して、仲間のところへゆき」墓参りして、いやな場面に出くわしたなア。

次々とセミの亡がらに出会い、アリがよってくるのを見、イソツブ物語の「セミとアリ」の話を思い出す。冬、アリが穀物を乾かしているところに腹をすかしたセミがやってきて、食べ物に分けてもらえないかと頼む話。

アリ「なぜ、夏のうちに食べ物を集めておかなかったの？」

セミ「何もしなかったわけではない。

調子よく歌っていたのさ」

アリ「それでは冬になったのだから踊っていたら」

内容は少し変化をしたけれど、みじめな思いをしたくなかったら、どんな事でもおろそかにしてはいけない、という教訓。

最近では、楽をすればその報いがあるという倫理観はどこへやら。年寄りの虎の子を巻き上げる詐欺の横行、地道に働いて大事に抱いている人の気持ちが変わらぬのか。

記事を読むたびに私はその手にのらぬぞ。腹をすえて、フトコロに手を入れる。

カキ氷異変

ああ、暑う。

汗を拭き拭き飛び込んだ店。人、人で店内はむしむし冷房もきかないのかなア。思い思いに、ブツブツばやきながらの三人組「宇治金時たのんできたわ」こころへん高槻駅周辺が見えてるよい景色やア。ああ、暑う。

「そやけど、まだ氷きやへんの」「何してんのや」

これからぼつぼつばやき言葉が出てくるぞ。一人が立ってゆく。「まだですか」

大きな声でやってるのが聞こえてくる。

「忙しいのやから、もうちょっと待ってよな」「そゆなあ」汗がふき出てくる。待てども待てども、汗拭いて気をまぎらせておく。また一人立ってゆく。「出来ましたたら、運びますから」という。水も出てきやへんし、何ちゅう店や。ああ、暑う。

立ったり、坐ったり、大分いら立ってきたところへ「お待たせしました」蚊のなくような声で二人分運ばれてきたのを見て、「なんやコレ、宇治金時の泳いでのなんか食べられへん。取り替えてきて」アルバイトの兄ちゃんが又小さくなって「上から氷かけてきますわ」

「アホかいな、まともな宇治金時もってきて」。「責任者出て来い」といわんばかりの剣幕。

又10分ほど待たされた。やっと出してきた氷を見て二度びっくり、ほんまに泳いでいる金時に氷をかけただけ。「もうやめとこ、450円返金してもらおうか」「イヤ、待ったんだから食べようか」

店を出てあたりを見廻しても誰もいない。嫌味を言われると思って隠れたのかな。

三人とも意気揚々と出てゆく。振り返

ったら厨房から見てたような気がするけど。

それよりも「先ほどは失礼しました。これにこりないでどうかよろしく」と言えんのか。

カンカンに照りつける日射しがズシツと身体にこたえた。「そやけど、あんな宇治金時、生まれて初めて見たわ」と三人の感想である。

もう一言添えて、二度と来るか？



俳句

土田 裕

涼しさに覚めて夜明けの富士の見ゆ

鉢植えに水撒きせよと置手紙

こごとく中洲の失せて出水川

まつさきに被災地よりの秋刀魚買ふ

秋めくや空の青さも吹く風も

梵店主

現実の世界

入院してひと月ほどした時に、背の高い男の入院患者が目にとまった。よっちゃんは、歩き方を見ていて、ひよつとしたら自分と同じ病気ではないかと感じた。2メートル近い背丈でバスケット選手と思える彼は、五〇歳くらいと見えた。よっちゃんが「失礼ですが、あなたは筋炎で入院されています？」と聞くと「ええ、

大分よくなったんですが、二ヶ月目です」と彼が答えた。その瞬間、よっちゃんは、暗闇に灯る灯台を見つけたような気持ちになったのである。

一〇万人に一人といわれる病にかかったよっちゃんは、奈落の底に突き落とされたような孤独感にさいなまれていたからである。よっちゃんと同じ病気の男が身近にいて、気さくに話が出来た。苦しみを共有できる事の有難さは普段の生活からは想像できないものであった。思いがけない救いの友ができたのである。周りの人に、いくら説明しても理解してもらえないもどかしさが解消したのだ。

彼のことをナースたちは「ノッポさん」と呼んでいた。すらりとした背丈、部屋着もバスケット選手が着るユニホーム

姿。誰が見ても、どこかのバスケットボールの関係者だと思えた。ノッポさんと看護師が並んで立つと、まるで小人とガリバーみたいに見える。

ノッポさんに、よっちゃんは問いかける。「この病院に入院するきっかけは？」

彼は「最初は、いろいろな病院に行きましたが病名がわからず1年余りしてやっと筋炎だとわかり、この病院にきました」「やっぱり、めったにない病気だから」

「二〇万人に一人だとか、まあ、仕方がないですね。みつけてもらっただけでもありがたい、とおもわない」とよっちゃんがつづけて言った。彼が思わぬことを言う

「ところが、僕の知っている人で二人筋炎になった人がいます」

「えっ、ほんとですか」

「二人とも若いのですが、何年前にこの病気になったそうで、今は元気に働いています」

よっちゃんは、聞く「ねえ、退院後は酒、たばこはダメなんですか？」

彼は「別に、なんともないんじゃないで

すか。彼らも普通に暮らしてますよ」

よっちゃんは、ひと安心した。退院すれば、また普段通りの生活に戻るかもしれない。暗闇に包まれていたよっちゃんの心に光がさしこんできたのである。

ノッポさんは、中国で生産をしている大阪の小さな会社のサラリーマンである。

いつも休憩室で携帯電話を持ち出し、現地の下請けとのトラブルにいら立つ社長をなだめていた。「社長、もう少し待ってください。僕が退院したら上手く交渉しますから…、では、今度の週末に外泊許可をもらって会社に行きますから、それまで待ってください」こんなやり取りを幾度か聞いた。

「大変やね、入院なんかしとれんね」とよっちゃんがつぶやくと、彼も

「早く退院しないと首になるわ」と笑う。よっちゃんは、考える。もし、この病

気になるのがノッポさんのように50歳だったら、どうなっていたら。まじがもなく困り果てていたに違いない。金銭面でも仕事も何もかもが破たんしていたかもしれない。子供も大きくなって金もかからなくなったので、店も縮小し、少しは融通がきくようになった。余裕があるわけではないが、百貨店で商売していたようなキツさはない。いい時に病気が

になったものだ。病気になるとしたら今の時期しかない、と思えた。そうだ、本当にラッキーだったのだ。この先どうなるか分からないが、確かに自分は運が良いとよっちゃんは思った。

ノッポさんが意外な事を言った。「僕は、バスケットボール選手の息子を応援する為に無理をしてみました。その無理がたつて病気になったのだとおもいます」

よっちゃんは、お客から聞いたことを思い出す。彼女は、重症のがん患者であった。同じHJ大学病院に幾度も入院を繰り返していた。

その彼女が「私は、ガンになる1年半前、凄いストレスを受ける職場にひと月ほどいたのよ。その時、ガンが発病したと思うの」偶然にも、ふたりの言った事が、よっちゃんの胸を打った。



「おつちよこチヨイぼけ」(十八)

—昭和女、どっこい日記—

「私はコレで痩せました」…の巻

昔、ありましたよね、禁煙。パイポの宣伝。禁煙。パイポで「タバコ、やめました」というサラリーマン風の中年のなかに一人だけ、小指(女性の意)を立てて「私はコレで会社を辞めました」というおっさん。

大変、懐かしいですが、話は禁煙ではなく、ダイエット。生涯、一度も痩せていた時期がなかった中高年のこの私が十キログラムの減量に成功し、あるうことかりバウンドせずに夏を越したという事実。普通は、夏バテして痩せるというイメージがあるかもしれないが、私の場合、夏は太る時期。ビール、揚げ物、ポテトチップス、冷麺、アイスクリーム等々は夏にとりわけおいしい(正直、年中おいしいですけど)。しかも気持ちが開放的になっていて(ほぼ年中、開放的ですが)、ダイエットみたいな禁欲的なことは夏に似合わない。リバウンドするとしたら、この夏やな、と思っていたのだが、減りこそすれ太らなかつた。我ながら、「ありえへん！」事態。

そこで、私の減量の秘策を一挙公開することにした。いつ、リバウンドするかわからないので、えらそーには言えない

のだけど、まあ聞いて下さい。

私の「コレで痩せました」その一。「測る」。もちろん、体重。私が持っているのは二十年以上前に買ったタニタの古い型の体重計だが、一応、体脂肪率は測定できる。

昨今は、「体組成計」とかいっちゃって、体重、体脂肪率のほか筋肉量、基礎代謝量、内臓脂肪に体内年齢、推定骨量、体水分率なんでものまで計測できるみたいだが、毎日、測るのにそんなにたくさん項目があつたら面倒でやりきれない。続けるには、シンプルが一番!(負け惜しみに聞こえなくもないが)。とにかく、うちの体重計で測れる体重と体脂肪率をほぼ毎日、測定。朝と晩、なんて生易しい測り方ではない。家にいるときは一日に何度でも測る。起きがけ(一番、体重が少ない)、朝食後(少々増えている)、昼食前(少々減っている)、昼食後(増えている)、トイレの後…と体重計の前を通るたびに、といつてもいいぐらいの頻度で測る。体重計の側の棚に、小型のノートと鉛筆を置いておき、測るたびに時間と体重、体脂肪率をメモする。我ながら意味不明の行動ではある。それをグラフにしたりするわけでもないからである。

しかも…。ここからは二十五歳以下の方には読むのを遠慮いただきたい(あまりにもグロなので)のだが、デブ時代が長かった私は、体重計に載るとき、パンツ一枚の重さでもソッソクするような気が

して、スッポンポンで測りたい衝動にかられる。衝動にはほとんど従うタイプなので…。

冬場、どうするかという問題はあるが、付け始めたのは六月でこれまでの三カ月間は「家に居る時は、しょっちゅう測る」ことに徹した。結果、「家に居る時、しょっちゅう食べていた」行動に微妙にブレーキがかかるようになった(ような気がする)。

「コレ痩せ」その二。代替品を飲む、食べる。私の場合、問題はビールだった。飲むと、ころりと酔ってしまい、いとも簡単に脳のブレーキが外れる一応、天然の炭酸が謳い文句で、原産はドイツ。これが結構なシュワシュワ飲料水で、「ビ、ビールが飲みてい!」となつたときに、グイッと飲む(ような気がする)。食欲を抑制する部分が外れて、塩辛いもの、脂つけが多いものがいくらでも食べられて、いくらでもビールが飲める。そこで手を出したのが「覚せい剤」。

もちろん、冗談です(A S U K A 被告の裁判が報道されているので…、つい)。ビールの代替品、商品名でいうと、「ゲロールシユタイナー」。大そうな名前だが、要は炭酸水。と、アラ!不思議。ひとまず、気持ちと乾きがおさまって、「昼ビール」「高カロリーおやつ」挙句の果てが「昼寝」という悪の三兄弟から逃れられる(逃れられないときもあります)。「ゲロール」

は近所のスーパー、ライフで一本、一八円(税別・五〇〇ミリリットル)だが、必ず「一本に付き一〇円お得」なクーポンが付いてくるので実質一〇八円。ビールより安い。

柿のタネとかハッピーターンとか際限なく食べたくなるお菓子類の代替品はアーモンド。高カロリーだと思ふのだが、何故だか「糖質を含まない」らしい。それで、ポリポリ系が食べたくなつたら、アーモンドを食べる。完全に満たされはしないのだが、ゲロールと同じで「ひとまず、欲求がおさまる」。同様の理由で、スルメも買っておく。

私の場合、太る理由は「昼間から夜中まで無意識のうちに、炭水化物を食べ過ぎていた」ということであつたらしい。三度の食事とビール一本程度の晩酌はあまり減らさず、仕事の合間にやたらに口に入れていた「糖質類」を制限したら、五キロ減量でき、その奇跡を維持したい!と思つて、ご紹介した「コレ痩せ」を三カ月続けていたら、さらに五キロダウンして、計一〇キロ減つた、という次第。

この夏、私は人生で初めて食欲に打ち勝つたのだが、困ったことが起きた。仕事欲が枯渇してしまったのだ。炭水化物を減らしたせいか、バカみたいに体重ばかり測っているせいか。仕事がまるで、はかどらない。ああ!(A O)

「うつ」の経過と治療について

伊藤 明(精神科医)

今回は、「うつ」になったときの経過と治療についてお話しをしましょう。

前回お話ししたように、うつの症状を表すタイプによって、その様相にはちがいがありません。治療にも、その違いがあらわれることとなります。しかしいづれにしても、「からだ」と「こころ」と「社会」の各面に対応して、その対応の方法があります。また性別や年齢による特性を考慮する必要があります。

☆ ☆

「うつ」の状態が「からだ・こころ・社会」の要素に対して与える影響と、それに対する医療的対応を簡単に表してみます。(図表を参照)

「うつ」は、ここにもるように、症状の出方や、その程度は人によってさまざま個性があります。人の「からだ・こころ・社会」のすべてに影響を及ぼすものです。また、この表からわかるように、その治療法は、「からだ・こころ・社会」、各々の階層に対応して、さまざまなものが考えられます。実際の治療にあたっては、これらの方法をいくつか組み合わせ、治療をおこなうわけです。

「うつ」の治療の全容について、ここでははくわしくお話しすることはできません

が、その心構えについて、お話ししましょう。

治療の上で重要な点は、「うつ」状態となつたらまず神経科、精神科、心療内科などを受診したほうがよいということ。そんな場合、医者は薬を出してくれることが多いのですが、薬は適切に使えば、非常に効果のあるものです。時々必要以上に薬をきらう方がおられますが、最近の薬は副作用も少なくなっており、副作用を恐れて薬を使わないのは、いたずらに苦しみを延ばしているようなものだと言えます。

しかしたとえ薬を服用して、たとえあまり効果がみられない場合であっても「自分はもう治らない」と決めつけないことも重要です。薬は「うつ」の治療のうちで、非常に重要な位置を占めていることは確かですが、この表を見てもらえばわかるように、治療のすべてではなく、他に考えられるアプローチはたくさんあるのですから。「うつ」の患者さんは往々にして、このような思い込みから、薬が効かないからといって絶望してしまう、という場合がみられます。こういった悲観的な考え方自体、「うつ」の症状の一つともいえます。以前ここでお話しした「ストレスに弱いこころのくせ」の五項目の中の、「結論の飛躍」であり、根拠のない決めつけということになります。これは薬による治療も大事ですが、「認知療法」の治療の対象となる症状でもあり

ます。

「うつ」とうまく付き合っていく時のコツの一つとしては、調子の悪いときには、「あまり先のことを考えず、目の前のことだけにしておく」という原則が大切といえます。「状態の悪いときには、無理にやろうとあせらない」と、また「状態のいいときにやり過ぎない」ということが大切です。

「うつ」という病気の大きな特徴は、状態に波があるということです。これは程度の差はあるものの、ほとんど例外がありません。そこで問題になるのが、「うつ」との付き合いかたのこころがまえていうことです。文字どおり「うつ」の状態、無気力、無欲状態のひとにたいして、がんばれ、働けと、おしりをたたきようにしても、その人は思うように動くことはできません。これは「うつ」が病気であり、なまけた状態ではないわけですから当然のことです。治療については、上にのべたような方法を駆使して当たる必要があります。

しかし「うつ」には、わるい時ばかりではなく、「そう」とまでは言わなくても、活動的で気分がよく、気持ちが大きくなるような時がくるものです。そんなときに、「何(なに)にもやり過ぎない」ということが必要になるのです。このことは「うつ」の自己コントロールのための、金言になるでしょう。なぜなら自分の意志に

よって自分の行動がコントロールできるのは、「うつ」状態ではなく、ある程度活動性がたかまってきている時でなければならぬからです。

このようにして、やり過ぎにならないようにしていくと、その後あまり深い落ち込みもなくなり、調子の波の振幅は小さくなり、コントロールができやすくなるのです。

往々にして、状態が改善して、元気になつてしまうと、完全になおつたと解釈して安心してしまうのは、危険なことです。というのは、上にお話ししたように、これが単に、調子の波の、いい時なのかも知れません。はしやぎすぎる、という時には、そのような場合が多いものです。調子がよくても、「やり過ぎない」という、注意を守つていって、この波が少なくなり、強い落ち込みや、はしやぎすぎがなくなつてくると、「治つていく」ことになるのです。

次に、ご本人と家族に対して、「うつ」の場合の心得を載せておきます。この二つはそれぞれ対応をしています。

◆「うつ」になったときの心得

(一)必ずよくなるからあせらない

あせることによつて、「ぐるぐるまわりの思考回路」にはまつてしまい、エネ

	うつによる影響	医療的アプローチ
からだ	<ul style="list-style-type: none"> からだのだるい、しんどい 活動性の低下 運動不足 生活の乱れ(食事、睡眠が不規則) 成人病の発症・悪化(糖尿病・高脂血症・心臓病・脳血管障害など) 	<ul style="list-style-type: none"> 身体的諸検査 休息 投薬(抗うつ剤、安定剤など) 生活指導・生活療法 規則正しい生活(適度な運動・スポーツ) 運動療法(適度な運動・スポーツ) 作業療法・リクレーションなど
こころ	<ul style="list-style-type: none"> 不安・イライラ・うっとうしさ 絶望感(死にたい) ぐるぐるまわりの心理(出口なし) 自分を責める 他人に対する過敏さ(こころの先読み) 負担をかける事に対する遠慮など 	<ul style="list-style-type: none"> あたたかい信頼を抱かせる対応(hospitality)、話に耳を傾ける 各種心理検査(診断・評価) 各種精神療法 <ul style="list-style-type: none"> 認知療法(「こころのくせ」の認識と修正、抵抗力のある考え方) 行動療法、精神分析、森田療法など カウンセリング 各種の教育(学習、再学習、健康、生活、ライフサイクルなど) 気分転換(趣味、スポーツなど)
社会	<ul style="list-style-type: none"> 閉じこもり傾向 <ul style="list-style-type: none"> 対人関係がうっとうしい 交流ができない 役割がはたせないなど 	<ul style="list-style-type: none"> 環境の調節 <ul style="list-style-type: none"> 休息、任務の軽減など(診断書によって会社・学校を休む) 入院・転地など 問題の環境から離れる 社会技術の訓練 対人関係のもち方の修正、表現 家族療法、集団療法(デイケア等) 関係者の教育 <ul style="list-style-type: none"> 各種保健呼ぼう教育など

ルギーがよけいととられてしまうことになります。かならずよくなりますから、あせりは禁物です。

(2) 「うつ」は病気だ

「うつ」は病気なのです。自分で治そうとしてもできるものではありません。根性があれば克服できると考えがちになりますが、それは間違っています。適切な治療が必要なのです。

(3) 休息・睡眠を十分とる

「うつ」は体もこころも、エネルギーが枯渇して、疲れている状態と言えます。したがって、しっかり休んで、休息することが一番大切です。

(4) 仕事は最低限にとどめる

「うつ」になる人は、まじめな人が多く、「仕事をしなければ」という気持ちが強くなるものです。しかし今は、無理に仕事をするのはよくありません。治療すべきときなのです。できるだけ仕事からはなれ、どうしても必要なものだけにと

どめるようにしましょう。

(5) 重大な決定はしないで延期する

「うつ」になると、元気な時に比べて、判断ができにくくなるものです。こんな時に、何かを判断しなければならぬのは、非常につらいものです。のみならず、悪い方ばかりに考えてしまう傾向がありますので、正しい判断ができにくくなってしまいます。ですから、あせらないで、大事な事の決定は、できるだけ先に延期して、元気になった

時点でまた考えるという姿勢でいくのがよいのです。

(6) 安心して薬をのむ

決して、薬が治療のすべてではありませんが、たいへん重要な治療法のひとつです。医者から処方してもらった薬は、指示どおりに服用しましょう。それによって、症状が速やかに改善することが多いものです。副作用については、納得するように医者から説明を聞きましょう。現在、一般に使用されている薬は、適切に使えば、効果は大きく、副作用は少ないものです。薬を使わないで治療することは、全く不可能と言うわけではありませんが、苦しくつらい状態をいたずらに長続きさせることになってしまいます。

(7) 自殺は絶対にしない

「うつ」は必ずよくなり、いつまでも続くものではありませんから、自殺はけつしてしないことが大切です。また、自殺するということは、生きるか死ぬかという、人にとって一番重大なことを決めるわけですから、⑤の原則からいって、判断をしない、延期をしていくということが正しい道です。生きるべきか、死ぬべきかは、元気になってから、じっくり時間をかけて考えればよいのです。

次は家族の方にむけて。

◆「うつ」の患者の家族の心得

(1)必ずよくなるからあせらない
家族が、あせってしまうと、本人にそれが伝わってしまい、よけいつらい状態に追いやる事が多いものです。家族の方もあせらず、腰をおちつけて治療するつもりになりましょう。あせらせることで、状態を悪くすれば、それだけ治りを遅くする結果になるものです。

(2)怠け、わがままではなく、病氣と考える
本人が家でゴロゴロしている姿を見ると、家族はどうしても、病氣というより、怠けや、わがままと、みてしまいやすいのです。「うつ」の状態は、家においてゴロゴロしているのが、まだ比較的、安心していられるものです。家で安心していらなくなると、居心地のよいところがなくなってしまう、死にたい、という気持ちが強くなってしまいますので、注意が必要です。

(3)励ましたり、気晴らしに誘わない

「うつ」の時には、にぎやかな所へ外出すると、ふだんなら楽しめる所でも、苦痛にしか感じないものです。また、楽しんで、幸せそうな他人をみると、自分をいつそうみじめに感じてしまうことになり、気晴らしどころではなくなってしまうます。居心地のいい家で、ゆっくりしているのがいいと思います。

(4)訴えをよく聞いてあげて、苦しんでいることを認めてあげる

本人は話を聞いてもらっただけでも、少し安心することが多いものです。その内容が、たとえ、繰り返しが多くても、自分の理解を越えることであっても、本人が悩み、苦しんでいることは認めてあげて、それをことばで表現していくのがコツだとおもいます。

(5)精神的な負担をできるだけ少なくする

「うつ」の時には、元気なときに比べて、判断ができにくくなっているものです。何事も自信がもてず、決定するのが難しくなっていますので、できるだけ判断を迫るのはさけた方がよいのです。どうしても必要な時には、最低限にしておくのがポイントです。

(6)薬をのんだか確認する

薬を自分でしっかり管理できなくなることも、まれではありません。吞み忘れが多かったり、わざと吞まなかったり、また時には、たくさん吞みすぎてしまうことがあります、家族の方の注意が必要です。

(7)自殺しないように注意する

「うつ」の人は、こころのどこかに、「死にたい」という思いをもっていることが多いものです。それとなく、気をつけているのが大切です。特に、それを言葉に出して言う場合や、じつさいに行動化がみられる場合には要注意です。

B級サラリーマン渡世譚 16

挨拶回り

明石幸次郎

懐かしい部署を後にして、輸出部のフロアーに戻りかけたが、同じビルの一階にある総務部に、仲の良い同期のK君がいるので、序に顔を出した。K君は総務に配属された新入社員の当時から世慣れた態度で、仕事を上手こなして、上司、周りのベテラン社員からも重宝がられ、信頼されていた。その為か、通常、新入社員は5年で別の部署に異動させる人事規約があつたが、K君はずっと同じ部署のままであつた。

このK君の思い出は、明石がS工場に転勤になって暫く経つた時、ボールペンが使えなくなったので、女子社員のYちゃんにボールペンなどの事務用品は何処にあるのと尋ねたら、変な顔をして、「鉛筆、ノート、消しゴムなどの事務用品は、必要になった時に申請用紙に必要事項を記入して課長の印鑑を貰って、ウチが勤労課に取りに行つて貰ってくるの」と言われたので、「そんな悠長なことをしないとボールペンが手に入らへんのん?」「Yちゃんに質問したら、「こは、そうなんやねん。何でも紙に書いて申請、申請やねん。本社はそんな、ないのん?」

明石は「事務用品を常備している棚があつて、必要であれば勝手にそこから取つて使っていたわ。常備したものがなくなつて使つていたわ。常備したものがないようにすれば、女子社員が纏めて総務部に貰いに行く。その時は、何が幾ら必要かという簡単な用紙に記入して入手する仕組みになっている」と答えた。「明石さん、はい、これが申請用紙よ。ボールペンと書かんといてね。ボールペンの芯と書いてね。そやなかつたら、勤労課に貰いに行くとボールペンの本体はもう使えないの?と聞かれるの!駄目になつたら、そのボールペンの本体を持つて行つて交換となるんやけど。本社はお金持ちやね。同じ会社やのに、工場はケチケチやわー、こんな事をしないとボールペンで書類も書かれへんて、どこか変やね、工場はー」と申請書を渡された。明石はこの用紙を見ると、あほらしくなつて「Yちゃんこれいらんわ。俺、ボールペン、工場の売店で買ってくるわ。それと、今から本社に電話して事務用品送つて貰うわ。Yちゃんも一々申請書を書いてハンコを貰い取りに行くのは面倒やる」と申請書を返したら「明石さん、そんな事、出来るの?」「ああ、本社総務に同期の知り合いがいて、工場に行つて困つた事があれば、何でも金以外の事やつたら言つてこいよ、と言われてるんや」と、その場で、このK君に、電話して事情を伝え

大人の今昔物語 (3)

石川壽郎

今回は、平安時代の出産事情をめぐる話です。京都に住む者にとっては、なじみのある地名が出てきてごく身近かに感じます。「教科書に出ない度」は大人の事情なので 四／五です。

産女、山科に行き鬼に会って逃げる話

(巻二七ノ一五)

今は昔、ある所に宮仕えをしている若い女がいた。父母もこれといった親類もなく、親しくしている人もなかった。ほかに立ち寄る所もなく、ただ局(つぼね)にいただけで、「もし病気になったりしたらどうしたらよいのでしょうか」と心細く思っていたところ、これと定まった夫もないのに妊娠してしまった。

こうなると、いよいよ我が身の不運な宿命を思い知らされ、ただただ嘆いていたのだが、氣をとりなおし、何はともあれ出産できる所を物色したのだが、後ろだてのない悲しい身の上、引き受けてくれる人もなかった。仕える主人に打ち明けようかとも思ったのだが、恥ずかしさで話すことができなかつた。しかしこの女はけっこう賢かつたので、次のように決心した。出産の(徴きぎさし)が頭われたら、小間使いの童(わらわ)の少女だけを

社では、上に行けないと違う？ウチなんか、この工場しか知らないけど、工場でも上にどんどん上がって行く人は、上手いことやっているよ。明石さんは下手やわ。上にはハイハイと言っとけばそれで済むのに、何やかやと、課長に意見を言つたのは、明石さんだけで。まあ、そんな人の方が面白いからウチは好きやけど、寂しくなるわ」とぼそぼそと言つてくれたが、言う事は鋭かつた。

さて、K君は自席で悠々とタバコを吹かせて、お茶を飲んでみた。「おう、K、久し振りやなあ。今度、輸出部が変わつてきた。工場に転動なつた時、お前に送つて貰つた事務用品、あれは、ホンマに有難かつたわ」「そんな事、あつたかなあ。そう言えば医局で薬剤師のおねえちゃんに薬を分けて貰い、一緒に送つたなあ。思い出した。まあ、二年前やな。それなら、明石、お前、たつたの二年しかS工場にいなかったのか？何か、悪いことしたんか？」「アホか！お前と一緒にするな」「まあ、良かったなあ。お前があんな窮屈な所では、アカンやろと思つていた」「まあ、工場は工場で面白かつたが、二年は短すぎや、やつと慣れてきたところやつたのに、転勤やと上司に言われた時は、ホンマに腹が立つたので、散々文句を言つてやつたわ」「お前はエエなあ。俺なんか、この七年間ずーと同じ仕事や

たら「お前も大変やなあ」ボールペン一本で、苦勞してゐるなあ、オウ、分かつた直ぐに送るわ」と痛く同情されて、翌日の社内便で、ダンボール一杯にあらゆる事務用品が入つたものが送られてきた。何故かその中に、風邪薬、胃薬、目薬、下痢止めの薬、トローチなどの薬まで入つていた。兵隊が慰問袋を受け取つたような気持ちになり、持つべきものは友であると有難く、頂戴に及んだ。

この慰問ダンボールを早速Yちゃんに見せたら、目をパチクリさせながら、「へー、何これ。こんな沢山。ウチ、売店へ行つて売つてどうか？お薬まで入つてるやん」と感心された。明石はYちゃんに口止め料として、ダンボールから欲しいものを取らせ、この事を二人の秘密とした。Yちゃんも工場の誰にもバラさなかつた。この慰問袋を切つ掛けに、それまで、つつけんどんで、話しくかつたYちゃんと仲良くなり、慣れない事務処理業務もよく手伝つてくれた。又、工場のだれそれ、協力会社の人の人物評などを聞いて大いに参考にさせて貰つた。女子社員、恐るべし、良く周りの人を冷静に観察している。しかもその評価がよく當つていた。明石が転勤で本社に戻る時、このYちゃんが言つた明石の人物評は「もつと、ガツガツして、人を押しつけ、上には少しは愛想使ひしないと、この会

連れ一人で、どこぞの深い山の中に入つて、どんな木の下でも産んでしまおう。もし死ぬようなことがあるなら、そのま主人に知られずに済むだろう。もし生きることができるとしたら、(こどもは置いて)さりげない様子でまたお仕えに戻ることにしよう、と。

だんだん臨月が近づいてくると、苦しいことは譬えようもないほどだったが、せいぜい普段を装い、一方で密かに準備を整え、食べ物などを用意し、小間使いの童にこの計画を重々言い含めて過しているうちに、いよいよ月が満ちてきた。

そんなある日の未明に陣痛がやってきた。夜の明け切らぬ前に、と慌ただしく小間使いの童にかねがね準備したものを持たせ、急いで出発した。東の方角が山に近いと思いはかり、都を出て東の方角に向かうと、鴨の川原のあたりで夜が明けた。ああ、どちらに向かおうかと、細かいことはなはだしかったが、その気持ちと闘いながら休み休み栗田山の方向へ向かい、山深く入っていった。

出産できそうな場所を探しながら進んでいくと、北山科という所に行きついた。ふと見ると、山の斜面に山の別荘のような作りの家がある。古びて壊れかけた家だった。様子をうかがうと住む人もなさそうな家だ。女はここで出産をして、自分一人で都に帰ることにしようと思ひ、垣根を何とか越えてその家に入っていた。

開け放たれた部屋の板敷きが所々腐れ残っている所が上がって、しゃがんで休んでいると、奥の方から人がこちらにやってくる音がする。「ああ困った。人がいたんだ」と思っているうちに、引き戸が開けられ白髪のばあさんが出てきた。「きつと意地悪く追い出されるんだわ」という予想に反して、愛想よく笑顔で「どなたさまがこんなところにおいでになったのでしょうか」と云うので、女は泣く泣くありのままに事情を語ると、ばあさんは「何とお気の毒なことよ。ここで出産みなされ」と、内の方へと招き入れる。女は嬉しいこと限らない。み仏のお助けに相違ないと、後について入っていくと、粗末な敷物などを敷いてくれたりしたので、程なく無事に出産を果たした。

ばあさんが来て、「嬉しいこと。わしは年老いてこんな片田舎に住む身。物忌みする必要もありません。七日間のお産の物忌みの期間はゆっくりなされて、帰られませ」と親切に言つて、連れて来た小間使いの童に湯など沸かさせ、産湯を使わせたりしてくれるので、女は心嬉しく、捨てようと思つていた子供も、たいそうかわいらしい男の子だったので捨てることもようせず、母乳を吞ませて横になっていた。

こうして二三日が経過して、女が昼寝をしているときに、この赤ん坊が寝ているのをじっと見て、ばあさんが「ああうまそうだ。一口にいけそうだ」と言うの

を、かすかに聞いた。それからというものは、このばあさんを見るだけで、女は身の毛もよだつほどゾツとしたのだ。「このばあさん、鬼だったんだ。私はきつと食われてしまふにちがいない」と、密かに逃げ出す準備をした。

そのうち、ばあさんが長い昼寝をしているのを見計らつて、密かに赤ん坊を小間使いの童に背負わせ、自分は身軽になつて、「み仏さま、どうぞお助けを」と念じながら、女はその家を出た。来た道に走りながら、女は逃げると、間もなく粟田口に出る。そこから鴨の川原に出、小さな民家があつたのをたのみ、着物を整え、日の暮れになるころに主人のもとにもどつたのだ。

* *

賢い女ゆえにこのようもできたのだろう。赤ん坊は人にやり、育ててもらうことにしたのだ。その後、このばあさんのことは何もわかつていない。またこの女も、人に「こんなことがありました」などと言うことはなかった。ただこの女が年老いて後、ようやく人に語つたのだ。

これを思うに、こんな古びた所には必ず化け物が住んでいるものだ。だから例のばあさんが赤ん坊を「うまそうだ。一口にいけそうだ」と言つたのは、きつと鬼だったのだらう。そんなわけなので、こんな場所には一人では立ち入つてはいけないのだ、と語り伝えていることだ。

《終わり》

《コメント》

この話では、平安時代の出産事情をかいま見ることが出来ます。主人公は女の子の小間使いを伴つただけの一人で、出産をしようという命がけの決意をしています。これは文字通り命がけであり、死を覚悟しているのです。こうまでこの女を追いつめるのは何なのでしょう。本文には「恥ずかしさで主人にも相談できなかった」とあるので、子供の父親が主人でないということを表しているようです。宮仕えの身で父親の分からない子供を産むことは、当時とあつても問題が大きかったのでしょうか。またやはりこの女の社会的立場、世間体といったものもあるのでしょうか。身分の高い親などの後ろだてのない女の立場の不安定さを如実に表しているように思います。

この物語、よく考えると山の中のばあさんが果たして鬼なのかどうかは、はっきりしないことに気がきます。ばあさんを鬼とした根拠は「ああうまそうだ、一口にいけそうだ」と言っているのか、すかに聞いた、というだけなのです。しかしこの言葉が果たしてばあさんの現実の言葉なのか。単に何かの誤解であるのかも知れません。例えば落語の「半殺し」(宿でぼたもちを作っている会話を、自分が半殺しにされると誤解する笑い話)のように、別のことを言っているのかも知れません。そうするとこのばあさんは鬼どころか、善意に満ちた人ということ

組織者

この話しの他の部分は、あまりにもリアルに語られているので、私にはほとんど事実に基づいているのではないかと思えます。このリアルさの中には、鴨川の河原から栗田山へ、そして北山科へという地理的な正確さも含まれています。京都に住んでいると、こういった地名が身近かでよく実感できます。

いずれにせよこの話しからは、今日のような医療に守られていない平安の出産が、文字通りの命懸けの大事業であることがわかります。女もそれを覚悟しているようですが、生々しく伝わってきます。

しかし一方で、子供の命の軽さが私には気にかかることです。女は終始、出産を終えたなら子供は捨てて、自分だけが都に戻って何食わぬ顔で宮仕えにもどろうという意識しかもっていないことは注目に値するでしょう。いざ出産を果たし玉のような男の子を手にとさずがにその発想も変わるのですが、しかし捨て難く思ったのは玉のような男の子だからのようです。これが女の子であつたらどうしたのだろうか、気になるところなのです。

ともかくもこの物語には、平安末期の出産事情や、倫理観念など、多くの考えさせることが含まれているように思います。

宗教はなんのためにあるのか。宗教の役割は人間の知恵や力が及ばないものに対して、その原因の説明をし、納得させるものであると前回書きました。人間は何故そうなるかということがわからなければ不安になる動物だからです。哲学は同じようなことも扱いますが説得は重要な仕事ではありません。宗教ではそれを理屈なく信じることをすなわち信仰が重要な事柄となります。この信仰を得るために、キリスト教などでは神の奇蹟が語られ、仏教では禅や称名などで頭のトレーニングを行います。

さて人間の力が及ばないものの最大のものとは死です。いくら科学の力が進んだとしても死は避けられません。人間は自分が確実に死ぬということがわかっていても不安になります。病気になる死を意識し不安になります。歳をとり死が近づくことや不安になります。「死ぬのは不安、怖い」という感覚はだれもが持つものであり、人間の未知のものに対する知りたい願望と不安の最大のものでしょう。死ぬときは苦しむのか、死んだらどこへ行くのか、死後の世界はあるのか、死んだら今の世界はどうなるのだろうか、などなどの疑問に対して完全な答えや納得のいく説明はありません。だから宗教による理屈なき信仰が必要なのかもしれません。では何故人間は死に対してそれほど不安になるのでしょうか。

以上とは他人を含む社会や世界のことです。読者の中に多いのは残された家族がどうなるのかとか、知人や親戚はどう思うのかなどという不安でしょう。つまり自分以外の世界が自分がいなくなったらどうなるのかという不安です。なるほど例えば世帯主であれば残された家族への経済的、精神的な心配が不安としてあるでしょう。

ここで哲学的にこの問題を考えてみましょう。まず、自分以外の世界の存在です。少々難しくなりますが自分以外の世界は存在しないと考える立場があります。これを「独我論」といいます。皆さんはこんな体験はありませんか。目を閉じてみると世界が消える。つまり世界とは私が意識しているから存在していると考えるのです。つまり自分が死んだら世界はなくなるといえる人がこの前亡くなったけれど世界は無くなっていないよ。という人がいますが、それはあなたから考えてのことです。決して亡くなった人の体験ではありません。そもそも世界とは私の意識が構成しているものがありすべてが私の世界の中だけに存在するものであるというのが独我論なのです。違ふのじゃない、このコップは触れるし落とせば割れるよ。という人もいますがそれらも全て意識が構成されたものと考えます。じゃ他人の意識はどうなの。私が話せば反応があり笑い、怒るよ。といいますがそれすら

も実体ではなくプログラミングされたロボ
ットと話しをしている。つまり自分の意識
が作り出したものと話しをしていると考え
ます。それつて精神的な病気ではないのと
言う人もあるうかと思いますが、これはま
つどうな議論ですし、誰も論理的に否定は
できません。つまり独我論的な立場に立て
ば死は世界の終わりであり死後の世界も
残された世界もありません。無に帰るわ
けです。これは少し仏教思想に似ていま
すね。

一方、自己の側から思い巡らすと、死後
の世界があるかどうかも死の不安の要素
になります。これは神が存在するのかわ
かの考えと同じようです。自分は死んで天
国へ行って安心して暮らせるのか、地獄へ行
つて無限苦しむのか。つまり死後の世界を
支配する何者かの存在を信じるのかとい
うことです。神や仏といった超越者を信
じるものは全て死後の世界を想定してい
ます。しかし、このような神を信じない人々を無
神論者といいます。西欧では今でも無神論
者は異端で病人と同じように思われてい
るらしいのです。それはまだ霊といった精
神的なもの存在を認めない唯物論の方
がまだだと思われています。何故なら唯物
論は物以外の見えないものが物質世界に
介入するのを否定しているだけで神の存在
そのものを否定しません。この他に、この無
神論ほど極端に神を否定するのではなく、

そもそもこの世界を創造したのは神である
が、彼の仕事はそこまでで後は自由意思で
世界は動いていると考える理神論という立
場もあります。これは意外に自然科学者
に多いらしいのです。残りは不可知論と言
つて、積極的に神を否定する無神論でなく
神は存在するかもしれないとも言えないとい
う立場です。これはただ単に分らないと
いうのではなく存在自体の可能性は信じて
いるという現実主義です。読者の皆さんは
それぞれどのタイプに属するとお考えで
しょうか。

さて今回は宗教の最大の課題である
「死」からなぜ人間はそれを問題にするの
か、どのような考え方があるのかをみてき
ました。心臓が停止し脳の機能が不能にな
る物理的な死をそれが自分にもいつか来
ることだと予め知っているのはおそらく人
間だけでしょう。だから人間こそが死に対
して不安を巡らすのでしょう。
次回さらさらこのような死に対する人
間の認識が何故生まれたのかを考えま
しょう。



素老人☆よもだ帳 (6)

坂本一光

◆私たちはどれくらい深く自然とつながっ
ているか。地上に存在するものはすべて互
いが互いの一部であることについて

(素老人は、前回に続き、大真面目に、まだ
中学校長をしているつもりになっています。「よ
もだよのう」と言うしかありませんが、しばら
くその話に耳を傾けてください)

今日はそういう話をしようと思う。その
前に、こういう言葉があります。『一日の
中に永遠をみなければ、永遠はどこにもな
い』というのです。これは、永遠というも
のを一番わかりやすく説明した言葉かも
しれません。一九九八年のギリシヤ映画
『永遠と一日』(テオ・アングロプロス監
督)を観た加藤周一という評論家の感想で
す。こんな感想を聞くと、その映画を観て
みたくなるね。それはさて置いて、まだま
だ続く暑い一日一日を大事にして秋を待
ちたいと思います。

私はみなさんに、私たち人間は、誰もが
皆つながって生きている、そして、私たち
はそのつながりの結節点に、個人として、
つまり、オリジナリテイをもった、かけが
えのない(スペアというか、予備がない)
一人の人間として立っている、立っていた
いということを話してきました。話してき
たつもりです。そして、今から話すことは、

そのようにつながっているのは、実は、人
間だけではない、地球上では何もかもが皆
つながっているというその続きの話です。
まだ学習していない言葉も出てきますが、
想像力を働かせて聞いてください。

皆つながっているとは、どういうことか。
宇宙から見れば、地球は、基本的に閉じら
れ、孤立した物質の集合体です。流れ星が
流れ、ときには隕石が落ちてくるけれど、
宇宙から物質が補給されるということは
原則的にありません。したがって、命ある
すべての動物も植物も、命なきすべての物
質も、地球上に存在するすべての物質は、
地球の中で循環しています。循環しながら、
時に応じて、姿かたちを変えるしかない。
つながっているという秘密は、ここにあり
ます。

さて、すべての物質は、原子という非常
に小さい粒子、物質を構成するある基本的
な粒子からできています。どれくらい小さ
いかというと、一番小さい水素原子の直径
はおよそ一億分の一センチメートルです。
原子を英語で言うと、atom です。鉄腕ア
トムのアトム。もちろん、その原子だつて、
それを構成するさらに微小な別の基本粒
子からできていますが、今は立ち入りませ
ん。まず、すべての物質は小さな原子から
できているということを、頭に入れてくだ
さい。

次に、原子の種類(元素)は、およそ百

種類ほどが知られています。自然界に存在するのは、およそ九〇種類（正確に言うと一番目の元素である水素Hから九二番目の元素ウランUまでの九二種類）、残りは人間が人工的に作り出したもので、放射能をもった不安定な元素（放射性元素）です。この原子の種類は、元素とよばれている。物質を構成する基本的な要素という意味で、英語で言えば element です。

さて、およそ九〇種類くらいの元素の原子が集まって、私たちの命が生れているし、命なき物質も何百万、何千万種類と実に豊かに多様に存在している。ここで不思議なのは、生命体やその他あらゆる物質の多様な豊かさに比べて、原子が集まって物質をつくる方法は、たった三種類しかないという事です。

一つの方法は、無数の原子が直接に結合する仕方です。例えば、金属がそうです。鉄は、鉄原子が無数に結合している。金属以外では、無数の炭素原子が結合したダイヤモンドなどがある。

二つめの方法は、原子がプラスやマイナスの電気をもったイオンという粒子になって結合する方法。食塩（塩化ナトリウム）という物質などがその例です。

三つめは、一番多くの種類の物質を作る方法です。まず、複数の原子が結合して元の原子とは違う分子と呼ばれるまとまりをつくり、その分子が無数に集合して物質

になる方法です。例えば、水がそうです。H₂Oと書かれる水の分子は、水素原子2個と酸素原子一個が結合してできています。コップ一杯の水の中には、直径がおよそ一億分の三センチメートルのほぼ球形に近い水分子が、 6×10^{24} 個あります。六のあとにゼロが二四個並ぶ数、一兆の一兆倍の六倍というおびただしい数の水分子です。また、分子として集まる原子の種類や数が違えば、それは異なる分子であり、別の物質をつくることになります。

以上、原子は、こんな3つの単純な方法で集合し結合して、私たちが目にする物質になります。原子が集合する、イオンが集合する、分子も集合する、そして互いに結合する力の本質は、どれも簡単に言えば、電気的なものです。その結果は、この地球上における本当に豊かな、多様な物質世界の存在です。自然の豊かな多様性を、根源において自然の単純さが支えている。これを不思議といわなくて、何が世界の不思議か、とそんな風にも思います。

とくに、命ある物質の集合体として生命体が存在することには、物質の働きがもつどんな偶然と必然が隠されているか。私たちはまだ知らないでいますが、本当に不思議です。『生命とは、たんばく質の存在様式である』といった哲学者がいますが、命なきものから命あるものへの物質の存在様式の飛躍には、どんな謎が隠されている

のか。謎ではありますが、いま私たちが生きてここにいることは、四六億年という時間をかけて、地球という物質世界に起こった途方もない偶然と必然の結果です。人間は、決して、どこにでもいる、ありふれた存在などではありません。どんな手出しもできないほどに貴重な自然の産物であることに、思いを巡らせてください。

さて、いよいよ、どれくらい私たちが自然と深くつながっているかというたとえ話をします。人間の体の六割以上は、水です。『人間は、歩く水溜りだ』と言った人もいます。いま、私の脳の中に一キログラムの水があるとします。約一リットルの水です。いったとえでないけれど、私が死んで焼かれたら、この水は大気中に水蒸気になって放出されます。水は地球を循環するから、この水蒸気はやがては雲になり、雨となり、大地に戻り、終には海に行くでしょう。

海には、 1.4×10^{24} グラムの水、海水があります。これは、地球上の水の九七%以上を占めています。私の脳の中にあつた水も、これに混じる。ありえないけれど、脳中の水が、海水中に均質になるまで混じつたとします。この海の水はやがて蒸発し、雨となり、川となり、世界中の水道水にもなる。世界のどこでもいい、誰かがコップ一杯の水を飲むとき、その人は、私の脳を作っていた水分子を一体、何個飲んでいると思いますか。

もちろん、どこにあらうと水分子はまったく同じ性質をもった水分子であり、水分子同士を区別することに意味はありません。これは、小さな分子に例えられることもあるけれど、一人ひとり個性をもった人間との決定的な違いです。

さて、何個でしょう。コップ一杯の水の中には、 6×10^{24} 個の水分子があると、先ほど言いました。簡単な計算ですが、口で言ってもわかりにくいので、答えだけ言います。何と、四三〇〇個です。（計算式は以下ようになります。）

$$6 \times 10^{24} \times (1000 / (1.4 \times 10^{24})) \\ \approx 4300$$

脳中の水一キログラムと全海水重量との比は、両者中の水分子の数の比であり、その比はコップの中の水にも当てはまります。私の体全体を作っている水分子であれば、一五万個にもなる。私の体重を60キログラムとし、その六割が水であるとすれば、です。

そう考えると、たった一杯の水を飲むとき、私たちは、ソクラテスであろうとプラトンであろうと、ニュートンだって、アインシュタインだって、モーツアルトだって、ダビンチだって、どんな偉大な先人をも飲み干していることになりました。そして、野坂昭如でなくても歌いたくなる。「ソ、ソ、ソクラテスもプラトンも、ニ、ニ、ニーチエもサルトルも、みんな悩んで大きくなつた。俺もお前も大物だ！」俺もお前も発展途上人だ、そう考えると、私たちはまだまだもつとも賢くなれる。そう思いませ

んか。

この話は、もちろん、人間のことに限りません。地球上に生きたあらゆる生命が、たかがコップ一杯の水の中でさえ互いにつながっているのです。また、水に限りません。私たちの身体を作るあらゆる元素についても同じことが言えるでしょう。「死んだら土に還る」とは、命の始まりの物質に還ることです。命あるものも、命なきものも、地球の壮大な物質循環の中で時を共有している。それが、いまという時です。そこには、私たちの存在には、深い意味があるだろうと思います。そういうことも、ときには、考えてみてください。

長くなったついでに、もうひとつ短く。でも、これは面白く話。『Back to the future』という映画を観ましたか。タイムマシンに乗って、過去に行ったり、未来にも行く話。とりあえず、未来はいいんですが、過去は絶対に困るんです。

何がおかしいか。例えば、過去に行って、「この町で僕は生れたんだ」とか言う。でも、そのまえにちよっと待って！ と言いたい。もし、タイムマシンが金属でできていたら、過去のそのときにその金属はまだ精錬されておらず、鉱山の地中深くの石だったかもしれない。そうであれば、同じ金属原子が、同時に二箇所には存在できないのだから、タイムマシンは、過去に着いた瞬間、消えるしかない。さらに言えば、過去に着いたその人の体をつくっている水分子だって、過去のそのときには海の水

だったかもしれないし、タンパク質中の炭素原子だって、大気中の二酸化炭素の中にあつたかも知れないのです。これでは、過去に着いたその人も、跡形もなく消えるしかありません。そんなことを考えていたら、映画も面白くないんだけど、過去に行くタイムマシンが仮にできたと仮定しても、そこから先は、物質循環という法則と原子の存在のアリバイ証明という原則に反するという話でした。この話は、亡くなつた私の先輩の科学エッセイの中で見つけました。本当に長くなりました。今日の話は、これで終わります。

(なるほど、すべてはつながっていて、『人類みな兄弟』を超え、『万物みな兄弟』ということだね。それと、タイムマシンを考える着眼点面白い。時間をさかのぼれるかどうかを問題にする前に、物質循環及び物質の存在証明の観点から生じ得る矛盾を指摘している。当たり前すぎることは見逃しがちだが、科学的に考えるとこういうことをいうのかもしれない。よもだもんの素老人も、思わず首を引つ込め、真面目になつてしまった)

(かたちは心であり、心はかたちになる)

■大分の素老人



老人の戯言

駒田明晃

月一回の投稿、文才のない小生、毎回悩むところですが、趣味のこととなると、不思議と拙い文章でも綴れるものです。

これが、他の分野のこととなると、直ぐに感情が高ぶつてしまい、なかなか意図することが自由に表現できません。特に、最近の世相などに関しては全くいけません。いい年をしてこんなことに腹を立てなくても、自分でも思うこともありますが、いままらどうにもなりません。これも小生の若さを保つ方法の一つと前向きに考えております。

さて、以前から幾度か老人の戯言と称して、その時々々の社会への批判等を書いてきました。

今回も、また書きます。テーマにつきましては日頃テレビを観ていたり、新聞を読んでいるとき、これ何なの、こんなことありか、とかなんとバカなことと思うことを、普段からメモしてあります。

それらを、ひと様に出るだけ分かりやすく伝えたいと思つて居ります、また独りよがりにならぬように心がけていますつもりです。

「モンゴル勢にやられつ放しの大相撲」春場所での鶴竜の優勝と夏場所の横綱昇進が目出たし、目出たしと相撲関係者は言うが、なにが目出たしだと、憤懣ヤル

かたない小生。

それにつけても、日本力士達の情けなき。小生決して張り手は男らしい手とは思いませんが、何時も張られるのは日本人力士達、たまには横綱の顔を張り倒してみい、と言いたくなります。

今、幕内以上のモンゴル力士は九人、十両、幕下の顔ぶれを見ると近年幕内の五割がモンゴル勢ということも有り得る事態です。こうなれば小生にとっては大相撲に何の魅力も感じなくなるでしょう。相撲部屋は出羽の海、春日野、高砂など有名な部屋の他に、最近は多くの振興部屋がありますが、部屋の経営上有望なモンゴルの新人を入れて鍛えるのが一番つとりばやい方法と思われれます。こちらでメスを入れないと国技としての大相撲は廃れます。その内、相撲協会も柔道が辿つた道を歩む羽目になります。決してそうならないことを祈ります。

「NHKのテレビ放送で気になること」これは、今に始まったことではありませんが、度々見かけますので敢えて書いてみました。

小生の理解では、NHKの報道等は中立・公平性を保つとの姿勢が基本にあると思えます。このことは実際報道する現場の人間の立場からすると中々忠実に守るのは難しいことぐらゐ小生でも分かります。

しかし、小生が気になるのはもつと単純なことです。例えば普段見ている趣味

の園芸、この番組で使われる肥料等のラベルなどには紙が貼られ製品名が隠されています。ここらは如何にもNHKらしいところで、目線が常に視聴者の方に向いているのではなく、自分らの方にクレームがこないかにあります。

その一方、国内の景気動向などを報道する折等はまるでトヨタの宣伝をしているのと違うかと思われるぐらい堂々とトヨタ、トヨタの言葉が出てきます。

いったいどうなつとるんでしょね。視聴料払いたくないですね。

「国立大学法人化の愚」

国立大学が法人化されたのは二〇〇四年のことです。小泉内閣のもと遠山敦子文部科学大臣が、この法律で日本の拠点である国立大学の教育、研究は自滅していくとの幾千もの教授たちの批判を押し切つて、成立させたものです。

先日、中日新聞の、紙つづて欄に名古屋大学杉山直教授の「大学は今」の記述がありました。これをそのまま載せます。

大学は今 杉山 直

少子化と国の予算削減のダブルパンチで、大学は息も絶え絶えだ。旧帝大・名古屋大学も多分にもれない。十年ほど前の、国立大学法人化が拍車をかけている。予算の枠内で、各大学好きにやっつてよい、という一見大学に都合の良い改革。しかし、その実態は、

毎年人件費を含む総予算が1%ずつ削減されるといってもないしろものだ。

教職員を減らしていかないと勘定が合わない。教授から率先して給与削減がおこなわれ、退職金も突然削られる。毎月の給与明細を見るときの気がめいること。

それでも、トップ大学はました。競争的経費というさまざまなお金が入ってくるからだ。これまでに「法人化はすばらしい」と言つた知人は一人だけだが、某大学のお偉いさんというのはずなずける。名大も浜口道成総長の号令下、予算獲得に成功している例だ。ただ、獲得するとプログラム運用に多大な労力が必要だ。過去三年ほど、総長のそばでお手伝いをしている我々の疲労困憊ぶりを見てか、我が総長最近の口癖は「人間最後はストレス耐性」だ。総長の「愛」を感じる瞬間でもある。予算に占める人件費が8割を超え、身動きの取れない大学もあり将来は厳しい。一〇年前に定年した教授が、最終講義で「自分はセーフ」と言い放つたことが思い出される。

今、改めて国立大学法人化の功罪を問うてみたいですね。今回の小保方さんの件も、その延長上にあるように思えてきます。

世界一周旅行記(その5) 世界とは 人類とは何か

若山哲郎

シンガポールから

モルデイブ インド洋の旅

平成一三年はもう一二月。しかし、すでに退職している私にとつて毎日が日曜日でありずつとお正月、ましてや日本を離れて遙かベトナム沖、この暑さではとても今日から師走だとは思われません。中国を離れ中四日、例のごとく船は早朝シンガポールに入港しました。さすが国際交易都市、港の先まで高層ビルがそびえています。デッキでしばらく眺めているとビルのなかから何やらゴンドラが出てきました。よく見るとビルとビルを結びはるか遠くの山の麓までロープがはりめぐらされています。はじめてみました都会のロープウェイ。ありそうで見えたことなかったもの。普通の都市じゃ安全上許可されないもの、なんでもOKのシンガポールじゃ平気なのでしょう。聞けばこれはケーブルカーとよばれ(どう見てもロープウェイ)全長一・六キロ、隣のセントーサ島を結んでいる。案の定、一九八三年に事故がおきて7人も死んでいるとか。恐ろしい。シンガポールといえは有名なタックスヘイブン国。つまりどれだけ稼いでも税金が低く優遇される国。欧米、中東、中国、もちろん日本から税金のがれに移住する人が増加している。シンガポールはこの

人たちから税金とらなくても、これらの富裕層が消費するお金で充分潤うのだが、本来税収として計上されるべき国々はどうなんだろうね。なにかこの人たちは、自分たちの力だけで稼いでいると思つていいかな。その商品を買つてくれる人がいればこそ、またその国の生活基盤、つまりインフラがあればこそ商売が成り立つのだけれどね。世の中には自分さえよければいい、という人まだまだ多いね。でシンガポールでは、やはり貧富の差も大きい。国は金持ち層に必要なものしか作らない。高級ホテルとかゴルフ場、カジノなど。

さてシンガポール上陸開始。もう2回目の下船ですから慣れたもの。しかし今回は英会話教室でのグループ単位での行動です。これもしつかりオプショナルツアーになつてののですが。私のクラスは男二女一三名。それに先生がつきます。さて目的は英語を使って観光をすること。シングリッシュといつて独特の英語を話すシンガポール人にどれだけ私たちの拙い英語が通じるのか。

接岸した施設はすぐに地下鉄のハーバードフロント駅へ接続。まずどこへ行くかと相談しましたが、やはりシンガポールといえばマライオン。すぐに決まりました。早速お店の娘に聞きました。こちらの英語ももうひとつですがあちらも発音が独特。全然聞き取れない。なんとかポディランゲージの助けで地下鉄に乗れました。しかし駅で降りて場所を聞いてもまだ遠いという。

また乗らなければならぬはめに。こんなことでまた地下鉄に乗っていると別のグループに会いまして。マーライオンに行きたいのだけ何故か聞いてもわからないという。マーライオンはシンガポールでは5つもあつて地名をはっきり言わないと行けないと言われた。そうなのかどうかでウロウロするわけだ。結局二時間もかかつて辿り着いた一番有名なマーライオンは、これまた日本で有名になった二棟の建物の上に船が乗っかっている形のマリーナベイサンズホテルの近くにありました。なあんだ最初からこのホテルの名前を出せばよかったのに。私たちの英語力のせいか思わぬ時間がかかったので遅い昼食をイスラム街のアラブ料理店とることになり、また地下鉄に乗つてかけました。シンガポールはアジアで最も多様な人種国家、といつてもほとんどは華人。先週行つた中国の客家人も多くなります。

昼食はスパイシーな、と言えば美味しそうですね、実際はそうとう辛い料理でした。そうこうしてイスラム寺院などを観光しているうちに夕方になつたので引き返すことに。英語力が弱いせいかあまり行動はできませんでした。帰船リミットは7時なのでそうゆつくりはしてられません。夕食は船に帰つてから食べるのです。港のハーバーフロント駅にもどりグループはいったん解散し自由行動になりました。私はインターネットのブログを書いており船上で定期更新するのですが洋上ではネットが繋がりに

くく時間ばかり過ぎプリペイドカードがすぐになくなるので陸上のワイファイスポットを探しているのです。おなじみのマクドがありまして。すぐに繋がつたので今まで溜まつていた記事を夢中で書いてみると、気がつくところリミット一五分前です。まっ、同じ建物に乗船口があるので迷うことはないかと言ひ聞かせて店を出て、朝来たルートを探しました。しかしすぐにゲートが見たらないのでさすがに心配になつて通行人に聞きましました。英語力も心配でしたがなんとか通じて教えてもらつた方角へ行けども全然ありません。わーダメだ。迷子になつた。焦れば焦る程、同じルートをうろろするだけ。時間内に船に戻れなければどうなるか。次の寄港まで飛行機で追いかけるのみ。次はモルディブですよ、どうなるの。焦りの極限になり、ビルの外へ出てしましました。最悪、こんな場合はもとの場所に戻らなければ、必死になつてマクドへ戻りました。あと5分。もうダメか。と途方にくれていると船員服を着た人を発見。船の名前を言うるとすぐに乗り場ゲートを教えてくれましました。セーフでした。必死に走り、船に戻つて部屋に入り、冷や汗をシャワーで流しました。その夜はホツとして英語仲間と夕食をとり英語で体験談を喋りました。しかし疲れて早く部屋に戻つてベッドに横になつてみると一時間過ぎても船は動きません。どうなつてゐるか。けっきよ、動き出したのは深夜の零時ころ。次の日、スタッフに聞いたら帰つてこない人がいて待つてい

たとか。早く言つてよ、あんなに焦つたのに。スタッフ曰く、少しぐらい厳しく言つておかないと時間を守らない人がいるからなんです。もつともだ。

船はすでにインド洋に入りました。インド洋は貿易風が吹くので波は高い。船酔いはどうかと言つると三分の一人はかかつてゐる。この船は三万トン以上もあり大きいので国内のフリー船みたいな揺れ方はないがそれでもたまにテーブルのコップが滑り落ちるくらいの揺れが来る。とくにベッドで寝ているとググツと持ち上げられてパツと落とされた感じで無重力状態を味わえる。私はこんな風に楽しく書いているが船酔いにかかつた人は地獄であろう。私がお不思議にも船酔いにかからなつたのは2つの原因がある。一つは日々やることごとくさんあり、あまり揺れを気にする時間がなかつたこと。それともう一つは船医さんが教えてくれた秘訣のおかげです。船酔いは受け身になつてはダメ。自分が船を揺らしてぐらゐに意識を先にもつていくこと。これはかなり効果がありました。要は気分ですね。おかげですつと快適。本当は乗船前、船酔いが一番心配だったので、あつさりとかリアしました。

そしてまた荒海を航海することさらに五日間。一二月七日、船はインド洋の楽園、モルディブへ。この国はインド、スリランカの南西にあり、一九六四年にイギリスから独立した連邦加盟国。日本でも有名なリゾートアイランドで欧米からの観光客も多い。

首都はマレで一つの島。基本的にサンゴ礁の島が二〇〇くらいあり島民はそれぞれに生活している。

さて、七日の朝、船のデッキから近づいてくる島をみて驚いた。リゾート島というからつくり美しいサンゴ礁の海の青と椰子の緑の島だろうなと思つてた。全然違ふビル島。なんと表現すれば良いのか、軍艦島というか。なにせ狭い島にビルがぎつしり立っているのだ。島の海拔が低いので海上にビル群が浮かんでいるという感じですよ。びつくり仰天。えらいリゾート島やなどうなつてるの。こんなのに皆競つて観光に来るのかいな。不思議です。謎は後で解けるのですが。そんな島ですから上陸するのは大変。海拔0メートルですから港はありません。ですから小さなボートに分乗して上陸するのです。これが大変、大きく揺れる母船に小さなカッターボートが接近、それに飛び乗るのです。勿論、補助はありませんが、一歩、タイミングがずれれば海に落ちる。ボートはせいぜい乗つて二〇名程度、数隻でピストン往復するのですが、それでも千人近くが上陸となると時間がかかる。そんな島に必死になつて上陸しました。陸に上がるとまた驚き。この小さな島になぜか多くのミニバイクが走っている。おそらく歩いて島を横断するのに一時間はかからないと思われ、小さな島に何故バイクが必要なのか不思議です。そしてまた空き地はゴミの山。なんと汚い島なのでしようか。聞けば飛行場は別の島にあり、リゾ

人を呪わばアナ・コツポラ

大江雄鬼

ったのはいつ頃なのだろう。

何かと世知辛い世の中である。人間関係であれ、お金の問題であれ、右を見ても左を見ても面倒なことばかり続くのが人の世というものらしい。そんな時は他人に向けた恨み言の一つでもこぼしたくなるものだが、すかさず返ってくるのが「人を呪わば穴ふたつ」という言葉だろう。他人を恨めば報いはわが身にも及ぶという趣旨のことわざは海の向こうにもあるとのこと。ということは、呪いという行為が人類史的に共有されていただけでなく、その行為の危険性も普遍的に認知されていたということだろう。

さて文化人類学的な託は専門家にお任せしたいのだが、この「人を呪わば穴二つ」ということわざを巡って興味深い現象が目についたので、ちよつと書いてみたい。

ことわざの意味の確認からだが、これは最初に触れたように、他人への呪いはわが身にも返ってくるという読んだそのままの意味である。言うところの「穴」は墓穴のことであり、呪った相手を葬る穴に加えて、自分の墓穴も必要になるという形で説明される。ことわざの意味としては、これで問題はないと思うが、では、この言葉が人口に膾炙するようになる

ことわざになっている事象には人類史的な古さがあり、文献の上でも呪術行為を窺わせる記述や呪い返しに該当する事例はたくさん見いだせる。しかしそうした事実と「人を呪わば穴二つ」ということわざが使われていたということとは同列には扱えない。後者はあくまでもピンポイントでの用例が求められるからである。

国語辞典に掲載された用例を参考にすれば、一三冊を見た範囲では江戸時代より遠くへ遡ることは難しそうだ。もっとも片手間で調べたレベルなので、断定的に言うことはできない。それに日本語の変遷を念頭に置くと、江戸時代が一つの壁になるのはやむを得ない。ということでは、推測だけの物言いだ、人を呪わば穴二つ」ということわざに絡め取られる思考は古くからあったはずだが、まとまったフレーズとして体裁を整えるのは江戸時代になってからのことと言えるのではない。

ここで妖怪画を得意とした十八世紀の絵師・鳥山石燕が、その作品『今昔画図続百鬼』に記した文章を掲げておく。丑時参を描いた絵の傍らに添えられた一文である。

し頭に三つの燭を点じ丑三つの比神社にまうでて杉の梢に釘うつとかや。はかなき女の嫉妬より起りて人を失ひ身をうしなふ。人を呪詛ば穴二つほれとはよき近き譬ならん。

注目するのは、このことわざを取り上げて「近き譬ならん」と言っている点である。石燕はこのフレーズを『最近の世語だがうまい言い方だ』と誉めているようだ。ネットスラングのような、誰が言い出したかは判然としなが言い得て妙という評価に読める。

ところで、この「人を呪わば穴二つ」に対して興味深いといったのは、実はこのことではない。ネットスラングに触れたが、ネットでの書き込みをざっと流し見していると、この言葉に対する反応が心なしか多く感じられるのである。いろは歌留多に採用されていたとか、小学生の教科書には決まって載っていたとかの背景があるのなら、一般教養としても使われる。「犬も歩けば棒にあたる」や「情けは人のためならず」といったあたりのことわざがその類いである。だが、それらに比べると「人を呪えば穴二つ」は少しばかり異なる。現代のネット世代にも響く何かがあるように思われる。

十年ほど前に放映されたホラー系のテ

ート観光客はこの首都の島は素通りとか。お昼ご飯は軽いイスラム料理を食べる。午後からモルディブ副大統領主催の歓迎イベントがあるというので見に行きました。それはこの島が地球温暖化のために沈んでいくという環境アツピール。この国の大統領はみずから主演して「南の島の大統領」決して島を沈めない」という映画があるのは有名だし知ってはいましたが実体がこれだとは。世界にアツピールする前に自らやることがあるだろう。国際観光リゾート島と環境問題、お金が絡むとこうなるという否定的な面を知ることができた。モルディブには上陸するのに時間が相当かかったので二日間の滞在になった。次の日、歩いて島を巡り、小さな船で隣の島に渡った。そこは椰子の木々が心地よい木陰をつくり、海辺では子供たちが水浴びをしていてのんびりした時間が流れていた。この対照的な状況。リゾート観光客であれば決して体験できない世界の実態の一片に触れられた。帰りもまた首都の島マアレに戻りボートに乗り沖に停泊している母船、オーシャンドリーム号に戻った。船からみるモルディブ島は夕日に照らされ赤く輝いていた。なにかこのまま燃えて消えていくかに思われた。

欲望と文明の果てを見ているようであった。船はインド洋からアフリカ大陸を目指して舵を切った。まだまだ船の旅は続く。

丑時うしときまいりは胸に一つの鏡をか

レビアニメで決めゼリフになっていたのが直接の契機なのかも知れない。そのアニメは第三期まで製作され、後にはパチンコ台のモチーフにも使われた。すなわち、かなり好評を博した作品なのだが、その影響の下で「人を呪わば穴二つ」が使われていると考えてみるのも、あなたち間違いはあるまい。あるいは「穴二つ」という部分に妄想系の何かが反応しているのかも知れない。いずれにせよ、不思議な形で現代に呼び出されたことわざなのである。

ちなみに、標題に用いた「人を呪わばアナ・コッポラ」とは、「人を呪わば」をネット検索に掛けた時に連想候補で引っかかってくるフレーズである。ことわざにロリ系アニメの登場人物を掛けたネットスラングのようだ。こうした形での再生産が行われるのも、このことわざの持つ奇妙な生命力と言えそうだ。

日本語を消滅させない為に

梵店主

過去の歴史を見ても、多くの国が戦いの末に敗れ、勝った国の支配下になり、営々と創り上げてきたその国の文化を失った。その根幹をなすものは言語である。勝った国が負けた国を支配すると自分たちの言語を強制的に押し付けてくる。公用語を変えてしまうのである。

学校で勝利国の言語教育を受けた若い世代は、自分たちの先祖が残してきた文書が読めなくなると、文化の継承が出来なくなり消えていく。

もし、日本がどこかの国と戦争して負ければ、日本語も同じような運命をたどるにちがいない。一部の翻訳された文献は残るとしても大半は消えてゆく。言語を失い、文化をなくした日本人はやがて少数民族となり歴史の渦の中に埋もれてしまうことだろう。

日本の将来を考えれば、このような事態を出来るだけ先延ばしするのが政治であり外交だと思ふ。大企業は国境を簡単に越え国際的な会社として存続できるが、我々国民は出来ない。

現実的な世界状況を考えれば、強国アメリカ、隣国の中国、そのいずれかに日本は支配されるにちがいない。その時を可能な限り先送りにし、国際的な政治状

況が力の対決から多様な文化・民族の共生を容認する世界の流れがくるのを待つしかない。

今ほど、日本の外交手腕が重要な時はない。なんとか戦わずに生き延びる、あの手この手の権謀術策をやり続けなければ明日はない。老練なる外交である。戦争したら負けるのだから。

◆お詫び◆

九二号のWEB版は、諸般の事情によりまして、紙出力でお届けしているものとレイアウトが大きく変わってしまいました。毎回、ご講読いただいております読者の皆様をはじめ、ご投稿いただきました筆者の方々にもご心配、ご迷惑をおかけいたしました申し訳御座いませぬ。

MEMO欄

