



男は 痛い !

國友万裕

第23回

『追憶』

1. ト라우マはなくなるものなのか。

「あれ、この人!？」

二条駅に置かれていたチラシで、岸見一郎さんの写真を偶然初めてみた俺は驚いた。岸見さんといえば、『嫌われる勇気』が大ベストセラーで、ドラマ化もされて、今やスター的な存在の人である。俺自身もこの本を2年前に読んだ。

岸見さんの専門であるアドラー心理学は、トラウマを否定するので、トラウマの真只中にいる人にはあまりお勧めできない。しかし、ある程度トラウマが癒えてきて、一歩前に踏み出そうと思っている人には啓発本になるだろう。普通の人にはアドラーの境地に達することはできないけれど、新しい視点を与えてくれる。俺は色々な本の読み過ぎで、よほどの本でもない限りは刺激を感じなくなってしまっているが、この本に関しては反発を感じながらも、ぐいぐい最後まで読まされたものだ。

アドラーは「トラウマにとらわれる人は、過去から抜け出したくないから、それをトラウマのせいにしてしているのだ」と主張する。確かにこの主張は部分的には当たっていて、俺なんかは耳が痛い。俺は女性と付き合わないことの原因を若い時代のトラウマのせいにしてしまっている。付き合う努力はしていない。ただ、俺がここまで来るのには、凄まじいばかりのトラウマとの葛藤があったことはわかって欲しい。俺は大学に入ってから34年間、トラウマを克服しようと日々頑張ってきた。しかし、トラウマを刺激するものは常に周りに山のようにあり、それが過去を忘れようとする俺の心を妨害するのだった。

『失われた時を求めて』の主人公は、マドレーヌを食べたことがきっかけで、過去を回想する。俺だって、一日に何度も、些細な刺激で過去が蘇ってきて、やるせない気持ちになる。その刺激にかき乱されないくらいの別の刺激がある場所に入るのが一番いいのかもしれない。例えば外国で暮らすとか……。でも、現実的にそれは不可能なのだ。

『嫌われる勇氣』の後も、『幸せになる勇氣』など、岸見さんの活躍は続いているが、まさかこの人と顔見知りだったなんて！！俺が岸見さんと会ったのは20年ほど前、ある心療内科の女の先生のところだった。そこで受付をなさっていたのが岸見さんだった。他人の空似かと思ひ、ネットで調べたのだが、やはり間違いない。あの時に白い開襟シャツで受付にいた、小柄で、おとなしい男性。当時、岸見さんは40くらいだったはずだが、俺は岸見さんを見ながら、こんなささやかな仕事で生活ができるのかと思っていたものだ。俺はあの当時、お金がなくて苦勞していたので、自分を岸見さんに投影させていた。岸見さんを見ながら、俺もこういう生き方がいいのかと思ったものだった。市井の片隅で生きる人にはそれなりの清々しさがある。岸見さんは、京大の大学院を出てはいるのだが、これまで大学の世界で出世したことはなかった、それは岸見さん自身も本の中で語っている。

とはいうものの、この『嫌われる勇氣』のブームが起きたことで、岸見さんは大金を手にしただろうし、大学からもいくらでも仕事の話が来ているだろう。岸見さんは60になって、大輪の花を咲かせたのだった。俺は53歳だ。岸見さんの年齢に近づいている。これから先にどういう人生が待っているのか。泡よ

くば、岸見さんのように大器晩成でこれまで勉強してきたものを花開かせたいという思いもある。その一方で、そうならなかった場合でも、後悔しない、人生の秋を終えたいのだ。

2. 強迫症との日々

50代になって、持病の強迫症は少しずつ治っている。それは一つには40代の頃ほど意欲的ではなくなってきたからだ。

子供の頃から劣等感の塊だった俺は、それを克服するために仕事や水泳や様々なことを頑張った。強迫症がこれまでの俺のエネルギー源になっていたのだった。これもしなきゃ、あれもしなきゃ、ガンバラなきゃ、まだまだ努力が足りない、そういう思いで生きてきたため、強迫はどんどんエスカレートしていき、とりわけ30代の頃は大変だった。一時期は幻聴が聞こえると感じることもあった。思えば、あれは岸見さんと会った頃、森田療法の病院にまで出かけたものだった。そのあと、強迫が原因で、メンズリブの人たちと喧嘩になり、仕事も減って極貧状態だった頃、関西カウンセリングセンターに通った。そして、そこで出会った先生が優秀な先生で、多少強迫との折り合いはついたものの苦しみは続いた。その先生からも、「酷な言い方だけど、強迫はそっとしておくしかないから」と言われたものだった。ここから俺の第2フェーズの始まりだった。唯識、認知療法、様々な本を読み、強迫の病と暗中模索の闘いの日々が続いた。幸い、40代になって、仕事も増え、収入も増えたので、心にゆとりができた。自分の本も出せて、友人も増え、自分に自信がついた。そして50代、第3のフェーズがやってきたの

だ。もう 53 だし、女と付き合えないこと以外はほとんどの悩みが解決した。もうそこまで頑張ることもないか。もう本も 2 冊出せたし、仕事もたくさんしてきた。俺がこの世に生を受けた証は十分残せた。これからは休むことも考えなくては！ と思うようになり、50 になると気力や体力がぐっと落ちた。そのことが強迫症の治癒にとってはプラスだったのだ。年をとるのは悪いことじゃない。

ゴールデンウィークのイブ。4 月 28 日（金）の夜。俺はまだ 30 代の若い男の先生たちと焼肉を食べに行った。研究者としてまだこれからの年齢の人たちである。こういう先生たちに誘ってもらえるのは嬉しいけれど、20 くらい年齢が違っている俺はなんとなく寂しくもなる。彼らには未来があるしなあ。その一方で、この人たちはまだまだ先が長いから、山あり谷あり、様々なドラマが待ち受けているだろう。それを乗り越えていくのは大変なことだろうと不憫になったりもする。俺の方はもう終活の時期に入ろうとしている。もう俺の役割は終わろうとしているのだという気持ちもあって、ホッとしたりもするのだった。

3. 閑々とした休日

翌日 4 月 29 日（土）は午前中から映画を見た。映画を見る直前に携帯にメッセージがきて、ある男性から屋外焼肉をするから来ないかというメール。しかし、映画は午後 2 時からいまで終わらない。それに、彼は俺がケーキを買ってきてくれることを期待しているはずだ。映画が終わった後ケーキ屋まで行って、それから行くというのはしんどい。昨日の夜

の疲れも残っていた。彼が住むところはインテリ貧乏みたいな人ばかりが住んでいる昭和レトロな小さな家が立ち並ぶ限界である。いくら家賃がかかっているのか。京都は昔から京大生だと安くしてくれる大家さんがあるとは聞いているが、そういうタイプのところみたいで、大家さんは家賃収入がなくてもやっていけそうなおばあさん。善意で気に入った人に貸しているみたいだった。だから、家賃はマンションよりも安いのだろうけど、贅沢できるような経済状態の人たちではない。その代わり生活能力はある人たちなので、自分で美味しいものを作って、それを持ち寄って屋外パーティーをたまに行うのだった。俺は自分では作れないからケーキを買っていく。何年前だったか、初めてケーキを持って行った日。大きな歓声が上がった。ケーキをプレゼントしたくらいで、あそこまで喜んでもらったのは初めてだった。自分でケーキを焼くことはあっても、店でケーキを買うような人たちじゃない。外食はしないし、コンビニにすら行かない人たちだ。店で売っているケーキなんて贅沢品なのである。貧乏だけれど、皆それぞれに個性的だし、世間にとらわれない人たちだから、現実から逃れられて、暇つぶしに行くには楽しい。40 代の頃だったら無理してでも行っていたかもしれない。でも 50 を過ぎた今では、体のことを考えなくては仕事に響いてしまう。前の週、金曜日の午前に休講している。その前の月曜日に仕事が終わった後、友達に会いに大阪に行ったのがまずかったのだろう。火曜日の朝から仕事なのに無理してしまった。そのため、体調が悪化してしまって、日ごとに悪くなっていき、金曜日の午前は発熱だった。

俺は年の割に仕事をし過ぎている。しかし、俺のような非常勤は能力給ではなく時間給なので、お金のためには仕事をたくさん入れるしかない。あと5年くらいは今のペースで頑張らなきゃいけないだろう。

その一方で、春休みや夏休み、週末などは時間を持て余してしまう。映画やスポーツクラブに行っても、まだ時間があって、寝るしかない状況に陥る。平日は仕事ばかりしていて気持ちを張り詰めているため、張り詰めているのが普通の状態になってしまっていて、休日だと時間の潰し方がわからない。起きているのもしんどい。俺の神経は常に緊張していて、何も考えていない時間がないし、いつも何かを心配しているのだ。屋外パーティーは断って、映画が終わった後、俺は家に帰って、大学の名簿にそれまで溜まっていた出席カードから学生の出席状況を転記した。しかし、それでも時間は過ぎない。俺はそういう時、レンドルミンに頼ってしまう。寝た方が心配の中にからまれることがなくなる。1錠飲むと後が足りなくなった時が困るので、真ん中で割って半錠だけのむのだが、眠れなくてももう半錠、結局は1錠になってしまう。

少し眠った後、近所のコンビニまで買い物に行こうと外へ出た。すると隣のマンションの前で運送屋のおじさんとばったり。今日の夜、荷物が届くことになっていた。

「あ、今日の夜、来ますよね？」

「はい、あります、あります。ちょっと待ってください」

おじさんは、ヴァンから荷物を出すとマンションの前で俺に渡してくれた。

「先生は何を教えていらっしゃるんですか」

「英語です」

「どちらの大学で？」

「まあ、あちこちなんですけど」

愛想のいいおじさんである。おじさんに俺が先生だということは話したことはないのだが、出版社から宛名に先生と書かれた荷物がしょっちゅう届くので、俺が先生だということは以前からご存知みたいだった。

まあラッキーだったなあと思った。午後7時以降に配達を頼んでいたのだから、夜は外出できないと思っていたのだが、これで外出できる。もう1本映画に行こうか。そう思いながらも、結局、俺は映画は思いとどまって、家で寝て過ごした。レンドルミンが入っているので、体はかったるい。特別見たい映画もないし、行っても集中できないだろう。

4月30日(日)は、マッサージに行った。そもそもレンドルミンを飲みすぎているのが、身体が痛くなる一つの原因なのだが、仕方がない。マッサージを受けても効果のない日もあるのだが、この日は当たった人がよくて、十分お金を払う価値はあった。

それにしても、せっかくの休日なのに何を悶々と暮らしているのか。

4. レンドルミンと生きる。

レンドルミンがなかったら、俺は1日も暮らせない。俺がレンドルミンを飲み始めて23年の月日が流れた。この23年間、レンドルミンなしで寝た日はない。

先日、調剤薬局で訊かれた。

「余った分の薬とかないですか」

「ええ、余った分は捨てていますから」と俺は小さな嘘をついた。

いつも俺は早めに心療内科の診察の予約を

取る。薬が少なくなると心配になるということもあるのだが、実は時々多めに飲んでいるのだ。多めに飲む日は大概は休みの日である。そして、仕事場やレジャーの場にも、ある程度は携帯している。家に泥棒が入ったらという万が一のことを心配しているからだ。泥棒が入ったにしても、レンドルミンを盗む泥棒なんて聞いたこともない。レンドルミンが何の薬かすら知らないだろう。だけど、レンドルミンなしで生きれない俺は、とりわけ土日は不安だ。近くに休日診療所があるのだが、前に他の病気でいった時に、休日診療所は普通のクリニックとは違うから最低限のことしかしてくれなかった。休みの日に盗まれたら、どうしよう。眠れないまま過ごして、月曜日の仕事で失敗して、仕事を雇い止めになるのではないか。どうしても眠れない時は、救急車を呼んで、何か理由をつけて、レンドルミンをもらうしかないか。くれるだろうか。行きすぎた心配が走馬灯のように俺の脳裏を走っていくのだ。

レンドルミンは内科の病院でも処方してくれる最もポピュラーな眠剤で、仮に大量に飲んだとしてもそうそういつまでもは残らないと聞いている。多めに飲んでいることは先生に話しておいた方がいいのかもしれない。先生の方ももう 20 年以上もかかっている先生なので、俺の状態は十分わかっているし、もう気づいていらっしゃるのかもしれないけれど。

5. 終活

5 月 3 日（水）は一番仲良しの友達と温泉に行った。

「俺は、後 10 年か、15 年だからね」温泉の中で友人に話した。彼はまだ 40 代だ。40 代の頃はまだ長く仕事をしていかななくてはならないというプレッシャーがあった。しかし、最近はもう逆算である。死ぬまでの年月を勘定しながら、後何ができるかということを考えながら生きている。もう思い残すことはない。自殺はしないけれど、いつ死んでも悔いは無しだ。後は残る人生を誰にも迷惑をかけずに生きていきたい。落ち着いた心で日々を味わって生きていきたい。

今、一番楽しいことは、かつての教え子と遊ぶことだ。と言っても、遊び相手になってくれるのは男の子たちである。女の子とは一対一では付き合わない。男の子だったら、仮に俺がゲイだったとしても、問題になることはまずない。しかし、女の子は難しい。俺は女性恐怖症なので、元々女の子と付き合いたいとは思わないので、その意味では女性恐怖症であることはいいことである。

しかし、ゲイでもないのに、女と付き合わない。そんな俺を世間は理解してくれない。カウンセラーについても、その部分はわからないのだ。先に書いた優秀な先生からは、俺が女嫌いになった経験は臨界期よりも後のことだから、時間が経てば治らなくはないのだということと言われたが、治る様子もない。でもアドラーが言うように俺は女性と付き合う勇気がないから、それをトラウマのせいに行っているのかもしれない。しかし、大学の頃の俺は女性恐怖でありながら、英文科を選んだ。あの頃は前向きだったから、女性が嫌いだからこそ、それを直さなくては思っていた。しかし、そんな単純なものではなかったのだ。またも浮いた存在だった俺は女性たち

の陰口の的となり、言い寄ってくる女もいたけど、彼女たちは男に頼ろうとする女ばかり。利用されているような気分だった。女性にありがちな他人の悪口と噂話、フェミニズムとレディファーストを混同するご都合主義、細かいことにうるさい瑣末主義。俺の女性恐怖はさらに深まっていったのだった。

ずっと長年俺にマッサージしてくれていた友人がこの秋に結婚する。相手の女性もマッサージ師なので、これを機に店を開くことも考えているようだ。男同士の友達の場合は相手も結婚しても付き合えるので、やはり男同士の方がいい。でも彼の幸せそうな様子を見ると結婚も悪くないのかとは思ふ。だけど、女性に対して理詰めになってしまっている俺には、女性は生身のものではなく、恐怖の象徴と化してしまっている。この思考回路から抜け出せる日が来るのだろうか。来ても、来なくても構わない。人間には自分では変えられない運命があるのだ。

俺は 75 歳で死ぬ予定だ (笑)。俺は京都にこだわって生きてきた。京都の市外局番は 075。75 くらいだったら、まだ身体も自由も効くだろうし、寝たきりやアルツハイマーということもないだろう。綺麗に死ぬには最高の年齢のような気がするのだった。

6. ネタバレ注意

『追憶』(降旗康男監督・2017)

5月6日(金)。連休もいよいよ終わりのこの日観た映画は『追憶』である。富山を舞台に、少年時代の忌まわしい記憶に悩まされる男たちを描いている。

とりわけ印象深いのは、3人とも妻がいる

ののだが、男たちの方が妻や子供にこだわっていることだ。これは彼らが家庭的に恵まれない環境で育っているからで、その代償行為ということなのだろう。

俺の人生もそうなのである。少年時代が孤独だったため、その代償を追いかけ続けている。岡田准一と小栗旬の共演でイケメンを主役にしてくれたことは嬉しいことだった。彼らでもトラウマを抱えているのだから、俺がトラウマを抱えているのもカッコ悪いことじゃない。

ネタバレになるのでこれ以上は書けないが、結局、3人のトラウマはある女性を覗いて、誰にも明かされることなく映画は終わる。俺もトラウマを明かした女性は母だけだ。しかし、母にわかってもらうにも 20 年くらいかかっている。他の女性たちに明かしても女性にわかるような問題ではないので、逆に俺のトラウマは深まる。理解してくれない女性への憎しみも深まる。これは前にも書いたことだけど、これからは女性にわかってもらえないでも構わないと割り切って女性と付き合いなくては！

夜、やよい軒で夕食を食べていたら、突然携帯に電話。誰かと思ったら、東京で就職している教え子だった。京都に来ているから会わないかというのだ。突然過ぎて会えなかったのだけど、俺には、こうやって京都に来た時に電話してくれる子がいる。彼は体育会のキャプテンだった子だ。やはり、男同士の方が楽しい。これって、ゲイ??? それはそれでいいか。人間全てを得られるものじゃないもの。女性は得られなかった代わりに、俺は本も出せたし、京都での生活もえた。理解ある母や弟もいる。そして、俺と遊んでくれる教

え子の男の子たち。十分幸せを味わってきたのだった。

後は神様にお任せ。これからどういう未来が待っていても、俺はもう不幸じゃないのだ！！ あわよくば、男であるがゆえに傷ついた痛みを折り合いをつけること。それが俺の終活である。