

基調講演

「劇としての人生 ―精神分析の劇的観点から―」

北山 修

九州大学大学院人間環境学研究院教授

九州大学教育学部教授



■司会者

本日の基調講演の講師、北山修先生につきましては、あらためてご紹介するまでもないかもしれません。九州大学教授として、また、精神分析家として教育と研究、実践に長年携わってこられ、また、精神分析学を中心としまして数多くの著書をお持ちでいらっしゃいます。プログラムにも記載されておりますが、本日の演題とも関連いたします『劇的な精神分析入門』を昨年刊行されました。音楽活動につきましては、これは皆さまの方がよくご存じでいらっしゃるかもしれません。

本日は、北山修先生に「劇としての人生―精神分析の劇的観点から―」と題して、基調講演をしていただきます。では、北山先生どうぞよろしく願いいたします。

■北山氏

ご紹介たまわりました北山です。司会の先生、

ありがとうございます。

今回、お招きいただきましたが、私は担当の皆さんに色々な注文をつけました。「写真を出したくない」だの、いろんなことを注文つけてですね。でも今日は、「なぜそんなふうに私自身自分のありようにこだわっているのか」というのが分かっていたかのような話の内容だろうと思います。ですので、あんまり前置きをしないで、とにかく私をここに呼んでいただいた方々に深くお礼を申し上げた上で、早速中身に入らせていただきます。

それでは、今日のテーマである話に入る前に自己紹介を。今、私のことを「ミュージシャンとしての経歴は言うまでもないこととさせていただきます」などと紹介していただきましたが、若い方にはほとんど『ジュラシック・パーク』みたいな話で、ある特定の年代にはすごく通じる話であっても、それはもう30年も前の話なんですね。まあ、あんまり若い方はいらっしゃらないよう

ですけど。それともう一つは、こんなに男が多いグループに久しぶりに出会ったので、集団力学というのは男の会なのかなというふうに思いました。ちょっと、今日の仕事の中身と私の経歴をつないでおいた方が、「なぜおまえはここににいるのか」ということがお分かりいただけるかと思います。

私は、若い時にパーソナル・コミュニケーションに対しての「マスコミ」ですね。今日は、新聞社の方々がたくさんいらっしゃって、そういうのはマスコミと申すものですが、マスコミとは何か。それに対するパーソナル・コミュニケーションと対比的にそれを描くならば、「マスコミとは、同じ情報を不特定多数に同時に送り届けるコミュニケーション」であるところ。ところが、医療というのは、パーソナル・コミュニケーションの極致にあるだろうと思うんですよね。たった一度の情報を特定の他者に向けて送り届ける。

こういう場所がどういうところかという、マスコミに近いやり取りだろうと思うんですよね。この会場にいらっしゃるほとんどの方々に、もう二度とお目にかかることはありますみたいな話です。でも、その方々に向かって「やあ！ こんにちは」とかって言っているのがマスコミだと思うんですよ。

でも、パーソナル・コミュニケーションで出会う方々に対しては、医療事故を起こすと取り返しがつかない。まあ、どちらも取り返しのつかないことがあるにしても、一方でパーソナル・コミュニケーションやプライバシーがあり、他方ではマスコミやパブリシティーっていう公共性のあるやり取りがあると思うんですが、私達はプライバシーを取り扱う。この2つの両極にあるコミュニケーションのありよう、人間のあり方の間っていうのが葛藤と軋轢（あつれき）の場所だろうと、私は思うんです。誰にでも通じる、ある意味で葛藤だろうと思いますし、

私自身がこの葛藤を生きてまいりましたし、そのことをとても重要視して、仕事の中身にも反映させているような次第です。

それと、もう一つは、私が作詞家であったという。私は実は、人が歌った歌を350~360曲作っているんですね。これは、日本著作権協会というところに登録している曲の数なんですけど、相当な数を作りました。阿久悠さんは、5000曲作ったというんだから話になりませんが、まあ、350~360曲でも多い方だとは思いますが、それは、「人の気持ちを言葉にすることが少しは得意かな」と思いました。

いろんな医療のあり方がある中で、精神科医を選んだのはどうしてなのか。うちの家内は、「どうしてこんなに一番儲からない科を選んだんだ」と言いますが、でも、作詞家であったことは、非常に大きなきっかけになったのだろうと思うんです。目に見えない人の心というものを、言葉にするのが仕事であろうと精神科医は思っていますので、それが一つ大きなバックグラウンドになっています。

そして、もう一つはやっぱり、私は開業医から出発しました。で、請われて、その請われたことを粹に感じて九州大学に参りまして、17年になります。開業医であったこと、現場にいたっていいことですね。私は、非常に大事なことであったらと思うし、今でも現場にいて、この現場から離れたくないと思っていますし、あちこちで臨床実践をしております。

この会場の、この講演が終わりましたらすぐに面接が始まるので、大学に取って返します。そういう二重性ですね。その方々の、その一人の方に会うために、また次の1時間を割かねばならない。もう一つは、それが精神分析である。たった一人の人間に、一人の人間が会って耳を傾けると。これを開始したのが、いろいろ古くからあるんです。実は、ギリシャの神殿で心を取り扱ったのは神官、神に使える方々だ

ったんですが、その方々も一人の人間の悩みを聞くのに、一人の人間が1時間、あるいは2時間かけて話を聞いたと。それは、夢の話聞いたんですね。これは、無意識の心の仕事の歴史が書かれると、最初に必ずこれが出てくるんですが、そういった伝統の下に私もいます。人の気持ちを聞くのに個室を用意して、横になってもらって、リラックスしてもらって、思い浮かべるままに心のことを話してもらおう。これに時間をかける。これが精神分析の実践の毎日なんですね。これを毎日やっています。だから、北山は何をしているのかって、この精神分析の実践が基盤にあるので。このことって、マスコミはあまり紹介しにくいし、本人は一生懸命書いて説明はしているものの、なかなか中身を公開できない。というのは、人のプライベートな秘密が語られていますから。これから申し上げる人の心の裏をのぞいている、あるいは取り扱っているって言うてもよろしいかと思うんですね。そういう私の基盤、日常、あるいは過去というものがございまして、そして「劇としての人生—精神分析の劇的観点から—」。

この道化師の絵は、鴨居玲という方の絵で、「出を待つ（道化師）」（1984年制作 北山修著「劇としての人生」P223参照）というタイトルですね。長崎の美術館にも結構何点かあって、神戸で亡くなった方です。

さて、劇的観点の要請、ドラマチック・ポイント・オブ・ビューって言うんです。人生を劇に見立てて考えるっていう。小泉首相から、確か最近のアメリカの殺人犯だったと思うけど、出かける前に「それじゃ、一発やってやるぜ」みたいなふうにして出かけて、乱射したっていう。とにかくこういうのは劇場型社会とか、あるいは愉快犯だとか言われて、人の前でどのように振る舞うかが実人生であるがごとく、皆体験し始めている。

ちょっと前までは違ったんです。実人生って

どこにあったのかというと、裏長屋のステテコ1枚であぐらかいて日常生活を送っているっていう、それが実人生だったように思うんだけど、我々の人生って最近急激にどこにあるのかが変わってしまった。私もここで、皆の前でしゃべっていますが、こういうところ、皆の前でどう振舞うか。それがウケるか、ウケないか。これが非常に大きな関心事になってしまった。ご承知のように、ネット社会では皆自分のキャラを作って、キャラというのは若い人たちが別名で自分のことをある人格をつくって、演じて、書いて、そして傷付いたり、そこでウケる・ウケないが重大問題になっている。そういう社会であるという時代の精神衛生というのは、「どんな風であるべきか、どんな風にやるのか」というのが、今日の問題意識の出発点です。

それで、劇的観点というのが私の今日の提案ですけど、人生を劇として見立ててみたらどうかと。皆、結構人前で「チーズ！」と言ってニコッと笑う、その笑い方が大問題になっている。「皆でちょっとあいさつしろ」って言われて、ちょっと芸をやれみたいな、それが大変大きな課題になってしまっている。そして、その精神分析というのがどういう役割を果たせるか。まあ、精神分析じゃなくてもいいんですよ。多くのカウンセリングが、「こういう見方をしたらどうか」と思って提案する次第ですけど。だから、人生は劇である。そして、その人生の台本を読むことが大変大きな課題になっている。これからちょっと具体的に申し上げます。

まず、精神分析の特徴。他の心理学とどこが違うか。ここから、ちょっと解きほぐしていかなくちゃいけないので。

臨床心理学、あるいは精神医学と呼ばれているものの中で、精神分析学・サイコアナリシスと言われているものは、どこが他の心理学と違うかということ、「無意識の領域を認める。」というところなんですね。この無意識の領域を認める

ってというのは、皆さんこうやって私の話を聞いていただいているのが表、あるいは意識している部分。「北山、も老けたな」とか、ああだなこうだなみたいなことを、私の話を聞きながら聞いていただいているわけです、当たり前だけれど。

ところがですね、その背後には様々な雑念が、皆さんの心の奥には通り過ぎていくはずですよ。当たり前ですよ。私も、さっきもう少しゆっくりと昼食をいただきましたかったというのが残念で仕方がないみたいな思いが、あるいは今年のホークスはどうかとか、あるいは家の家計のこと、あるいは病人を抱えていらっしゃったら、その方々のことが本当はものすごく心配なはずですよ。ですから、全知全霊ここに向けて、ここに巻き込まれて皆さんここにいらっしゃるわけではない。まあ、当たり前ですよ。心の隅にそういった雑念や、今意識してしまうと都合が悪いようなことを追いやって、ここにいらっしゃるわけですよ。そればかり意識しても、ここには参加できないので。不登校の方々のことを説明するのにあえて引用しますが。単純化してしまうと、私達も「学校に行きたくなかった。」「会社に行きたくなかった。」「今朝起きた時に、ここに来るのかよ、また。」「また、あのつまらない話」みたいな、そういう風に思いながらも目を覚まして、でも「よっころしょっ」とここに出てきたときにね、「今日も会社に行きたくなかった」「今日もここに行きたくなかった」っていう思いを心の隅に追いやってここに来ているわけですよ。もう、表も裏もなく、ここに来たかったっていう人がここにいるとすれば、まあ、それは頑張っただけであればいいのであって。ほとんどの方々がここに来たくない気持ちは一応置いて、「一応義理だから来てる」、「面白いから来てる」みたいな、心の一部を先鋭化させて、それを意識して、そして裏にいろんな様々な思いを抑圧するんです

ね。そういうのを押し殺すとか、私どもは使いますよね。精神分析では、それを抑圧っていうんですが、それをうまく抑圧できない人たちが会社に行きたくない、あるいは一步外に出ようとすると学校に行きたくない、今日は来たくないという思いでいっぱいになってしまう。だから、精神分析の発想は、私達のように、「ここで意識すると都合が悪いような思いをうまく抑圧できない人たち、器用に無意識化できない人たち」が問題行動、あるいは発病なさるというモデルなんですよ。

19世紀の終わり頃、ヒステリーという女性の患者さんたちがヨーロッパでいっぱい出てきた。その人たちは、本当は他にやりたいことがいっぱいあるのに、嫁に行くしか道がなかった。そのとき、知的で優秀な女性が人の関心を得るためには発病するしかなかった。今はあんまりないですよ。

しかし、これは大変大きなモデルですよ。だって、「学校に行きたくない・問題行動を起こしてしまう」、それを我々はうまくたわめる、あるいは抑圧するということを学ぶわけですけど。その表と裏を作るっていうわけですよ。それをうまく処理することができない人たち、これを精神分析の大前提としているんですよ。そういう、心に二重構造を認める。これは、日本語にはとっても重要な言葉があって、表と裏とか、本音と建前とか、心に二重構造があるのは、日本人にとって当たり前なんですよ。これはなかなか面白い民族ですよ。精神分析を実践するにはとっても面白い民族で、「心に二重構造を認めることなんてのは当たり前」ということが一つあります。

それともう一つは、精神分析が提案しているのは、その無意識の問題をどう処理するか。ある意味で、心の便秘みたいなことを想定しているわけですよ。うまく出せない。それを表現することが精神衛生にとってとても大事であると。

それを言葉を使って表現することを、精神分析は非常に主張するんですけど、まあ、言葉だけでもないです。いろんな方法があって、そしてその表現して得られた結果をカタルシスというんですね。カタルシスっていうのは、浄化。抑圧されてる思いを表現する手段を得たら、人はすっきりする。これをカタルシスと言う。このカタルシスっていうのは、下痢っていう意味にも通じるぐらいで、すっきりするという意味ですね。アリストテレスが、劇とか芸術っていうものを表現するときに使った言葉で、カタルシス療法・カタルシス効果とか言います。人は、そのカタルシスを求めてレクリエーションに行ったり、あるいは温泉に行ったり。あるいは、僕は野球が好きですから、野球なんてのは1塁で殺され、2塁で刺され、3塁が盗まれるとか、世の中でやってはいけないことが全部できるようにできているとか、よくできていると思いませんか？ だって、「バッター死にましたね」とかって拍手するんですよ。「ああ、殺されましたね」とかって熱狂する。そういう効果をカタルシス効果と呼ぶ。ですから、それは言葉にするといっても、身も心も使って言葉にする。情緒がほとぼしるっていうような意味合いで、カタルシスですね。

私は、患者さんが抱え込んでいる様々な思いに、30年耳を傾けてまいりました、個室で。そしたら、人は何を抱えていて何をうまく言えないでいるかっていうと、それは大抵が小さい時から引きずっている様々な思い。それはもう、70になっても。あるおばあちゃんが言うには、6歳の時に弟に取られた饅頭についての恨みがまだ晴れてない。これは、皆さんも実感でしょうけれど、私達って一皮むけば、もう、すぐそこにあの6歳の時の自分がある。それはもう、あの時のまんま生きてる。あの悔しさのまんま。この心の中の子どもが、あの時言いたいけれど言えないまんま今日も生きています。そして、そ

の気持ちを汲んでもらいたいっていうのに、よく出会うわけです。ですから、過去を引きずる。あるいは、心の過去の傷跡がうずくとかってよく言ったものですよ。やっぱり、そういうものであると。それで、一皮むけば皆子どもであると。この思いを汲んでいくという、それが私達の仕事だと思っています。

それを言葉にすること、あるいは言葉だけではなくてダンスセラピーだとか、箱庭療法だとか、絵画療法だとか、そういう治療方法が必ず出てまいります。治療関係を分析する、これはちょっと後でまた付け足します。

ですから、言葉の役割ってすごく重要なんです。僕も九州大学へ来て、九州で「言葉」「言葉」って言うと、「北山先生、日本人は言葉じゃないよ」とかって言うんだけど。いや、そうではない。まだまだ、日本人は言いたいことを口にしていなと思うんですね。そして、その言葉の役割っていうのに、若干不信感を持っている。

「唇が寒くなる」とか、「どんなに、100万言費やしても通じない」とかですね。そういうふうには、割と言葉に対する不信感というのは、結構日本人には強くて、だからこそペラペラ、ペラペラとかって言って、言葉を多用する人たちのことを軽蔑するところがありますね。でも、やっぱり僕は、まだまだ言葉の役割って大きいと思う。「あなたのことが大好きだ」とか、「おまえのことをぶっ殺してやる」とかって、もうちょっと言えば、ずいぶん世の中楽になる。いいですか、「ぶっ殺してやる」なんて、非常に危険なことを僕は言いましたけど、本当に殺すのと「殺してやる」っていうのは、えらい違い。この中でも半数ぐらいのお父さんたちは、子どもに「死ね」とかって言われたことがありますか？ あるいは、奥さんに言われたことはありません？ OKですよ、それ。殺されてないんだから。いいですか。私達は、言葉でもって「殺してやる」と言えるんです。あるいは、殺して

やると言えなくたって、五寸釘でわら人形をガンガンガンたたいて、「死ね、死ね、死ね、死ね」って言って、本人死んでなくたって一応気が晴れるかもしれない。これが文化。何で我々は、あんなにも殺人犯が次々と登場する物語を好むんだろうか。なぜ、京都に行ったら必ず殺人事件が起きるのか。何でなんだ。私達は、要するにスカッとしたい。とにかくアクション映画でもって発散したい。でも、そういう交流、あるいは意味を汲んでもらえる、あるいは表出する機会を提供してくれる。どうしても物語化っていうんですが、このごろ治療ではこのことが重要視されるので。皆、言葉による機会を待っている。何か表現媒体をですね。そういうものが文化、マスコミの価値ですよ。ですから、ニュース報道番組でもとにかく暗いニュースとか、殺されたニュースだとかというのは、やっぱり人々が暗い気持ちを抑圧しているからですね。それを表出する機会を得ようとしている。だって日本人は、『おしん』だったかな、あんなにも暗い話を朝も早くから見て、1日を始める国民というのはすごいと思ったですね。不幸な不幸な人の話ですよ。

それと表現の機会を待っている。そして物語化。物語化っていうのは、老人の精神衛生のためによく言われていることですが、老人は自分の過去を聞いてもらいたがっている。今、この老人の精神衛生の研究が非常に盛んに行われていて、「老人の過去をどのように聞いてあげるか」が課題であると。皆さんも経験されているでしょう？老人の過去は聞き手によって、あるいは聞き手の表情によって、変わるんですよ。いい孫に出会うと過去がいい話になるんです。この孫が寝ると過去が暗くなっていく。これは面白いですよ。聞き手の聞き方一つによって、話し手の過去が変わっていくんですよ。ここがカウンセリングですね。ひょっとしたら、私達は人の話を変える能力があるかもしれない。

それは、僕の話の聞き方一つで変えることができる。

それ以前に、人っていうのは人生を物語として語りたがる動物であるという大前提があるんですけどね。どうして年を取ると、自分の人生を物語にして人に聞いてもらいたくなるか。それは精神衛生にすごくいいことだから。だから、そのときに言葉の役割ってすごく重要になる。最近強調されている言葉の持っている非常に大きな役割の一つに、自分の人生を言葉にして紡ぎ出すことができるという能力があります。言葉について言葉にするっていうのは、絵について語ることでできる絵ってのは少ないですね。言葉って、「私は、おしゃべりですね」とか、「私はちょっと今日はトーンが暗いですね」とかって言って、言葉について話すことができるんですね。言葉を客観視できるっていう、そういう能力を持っているので、言葉って大きな役割を果たします。

その中で、私もそう思いますし、精神分析がそう思うんですけども、人生の物語を聞いて得られた結論です。「人生とは、幼いころに重要な他者と形成した台本を、相手役を替えながら反復する」。これが、三つ子の魂百までとかっていう話だろうと僕は思うんですが、これはほとんど無意識になっています。でも、私達はお母さんとかって、母ちゃんを相手にしてつくった物語を、今日も「母さん」「何？父さん」とかって言って、私達は幼い頃形成した重要な他者と反復した濃厚なあの台本を、今日も濃厚な関係をもった相手に対して、相手を替えながら反復してしまう。これは、私達の発見です。これは、思い当たるところがあると思うんですけども、ご自分が情緒的に濃厚な関係を持つと、(今日すれ違った誰かと繰り返してしまうっていうのではなくて)「カッとなると」「恋に落ちると」とか、あるいは「好きになると」「嫌いになると」と無意識の台本の反復が出てくる。でも、本人

は気が付いてないので、無意識の台本と呼ぶ。こういう発想です。だから、私達は心の台本を読んだ方がいい。

ここにいらっしゃる方々は、その台本がハッピーエンドだから、まあいいですよ。今日、月曜日午後、ここにいらっしゃることがハッピーなエンディング、今日も一日よかったなということで終われば、まあいいです。九州大学でも話すので、九州大学に入学している人たちはいい。ハッピーエンドだろう。でも、今日ここに来れなかった、例えば、パッと入ったところ席がないとあって、不登校の子どもたちが感じることでですけど、席がいっぱい空いていても席がないと感じる。家に帰ったら、自分が座る席にいつも息子が座っている。他にイスがあっても、イスがない。居場所がない。こういう悲劇ですね。本当に、こういう人たちが反復しておられる。本当に、どこに行ってもそう感じられるらしいので、それが悲劇であれば読んだ方がいい。喜劇であれば、楽しいから繰り返してもらえばいい。だから、私どものところに来られる方々は、悲劇を反復しておられるんですね。何のために？それは書き直すために。語り直すために。いいですか。過去に起こったことは変えることはできない。でも、それをどう語るかは変えることができるかもしれない。ここが言葉の面白いところなんです。

私たちは、「過去にレイプされた」とか、あるいは「被災されて大変な思いをした」とか、あるいは「お母さんが病気で・お父さんがアル中で」とかっていう、そういう不幸な過去っていうのをお持ちになって、今日も出会うたびに、こんなことが繰り返されるっていう方々に出会って、その台本を読み取って、その台本を繰り返し繰り返し 30 回も 40 回も聞いていると、聞き方一つによって語っている内容が変わっていくことに会うんですね。つまり、本当にうなずいて、「それは大変だったですね」とかって共

感的な聞き方をしていくと、話がだんだん語り直されていく。あるいは、笑いが漏れてきたりもする。この中におられる聞き上手っていわれる人は、意外とやってるんだよね。あの人に話を聞いてもらおうと本当に心が晴れ晴れとするとかっていうのは。

歴史は変えることはできないけれども、歴史をどう語るかは変えることができるかもしれない。これを行うのがカウンセラーです。よろしいですか。これが以上です。心の台本を読む。

次に、治療関係を分析するということで申し上げたかったことは、セラピーもまた劇である。セラピーというのは精神科治療の話ですけど、これも劇であって、治療場面でも同じ劇が展開する。それで、治療場面こそ心の台本を読む現場であると。これまた優れた上司、優れた教師と言われる人たちは皆やっているんですけどね。

心の問題を抱えておられる方がいらっしゃって、例えば、権威のある人たちに出会うと必ず萎縮してしまうっていうようなタイプの人が出て、そうすると、私ども大学教授の前にそういう人がやってくると、私に対しても萎縮した態度を取ってしまうんですよ。つまり、さっきから申し上げている悲劇的な無意識の台本を、私の目の前でも反復されるわけだ。このことに気が付くと、心を取り扱っている当事者としては大変大きな仕事をしていることになる。ここで、もしあなたが大きな声を出して「バカヤロー」って言ったら、結局、彼はまた反復を繰り返してしまう。萎縮する機会を、また傷跡に改めて塩を塗って繰り返してしまう。萎縮から解放される機会だったかもしれないのっていうわけですね。今・こここそ、その台本が展開する場所である。治療的劇的観点は、私達が実践する際の心得ですね。

ここでも無意識の台本がある。言葉で人生物話をなぞり、紡ぎ出す。そういうことを課題にしている。そして、その問題の反復はここでも起

こっている。そうすると、医療者・カウンセラー・教師もそうかもしれないんだけど、その台本の相手役を演じながら、その人が反復している台本を観察し、読み取る仕事をするようになる。これが精神分析です。やろうとしていることです。非常に、ある意味で、優れた話の聞き手は皆やってるんですけどね、これ。精神分析家は、話の聞き方の教科書みたいなものを書かなくちゃいけないので、こういう説明をしています。

これは、何でその台本を読むのかって、一つの提案なんですけど。さっき書き換えると申しましたけども、台本を構成するってのは、彼らは過去を断片的にしか思い出さないの、その間を埋めて何があったのかっていうものの全体像を構成する。放送作家でドラマの台本を書いている人のことを構成作家と言ったり、構成誰々とかって出てきますけど、精神分析家って、その台本書きではないかって。そして、そのことが分かると、この方々の見立てが可能になるし、「あなたは権威のある人に会うと、結局萎縮してしまってものが言えない。ものが言えなくなると死にたくなってしまうんですね」という、その人についての理解が深まる。で、治療の計画が立てられる。「あなたが、もし権威のある者たちに対して何か胸を張ることができたら、あなたは変わるかもしれない」という計画を立てることができる。でも、それがあまりにも30年も続いていると変化は難しいという、この病の未来像として予後を予測することもできるという。そういう治療的な狙いがあります。よろしいですか？さて2番目、治療もまた劇であるという視点です。

さて、治療が劇であるということになると、この話が皆さんに通じているとすれば、人生もまた劇であるという観点が生まれる。これは、人生が劇であるということを出した村田英雄っていう人がいて『人生劇場』とい

う歌を歌った時に、私はそのことが明確になった。実は、村田英雄博物館というのが佐賀県にあるんですね。面白いね。あそこに行くと、村田英雄大会ですよ。まだ生きておられますね。

「人生もまた劇である」これは、実は、そんなに新しいものの考え方ではない。「神の前で演じられる喜劇である」と言ったのはダンテです。「男も女も世を挙げて芝居を演ず」っていうのはシェイクスピア。

もう一つ重要な感覚ですけど、私達の浮世っていう感覚ですけど、これもまた「この人生が非本質的なものでありながら丹念に生きねばならない、ある種の劇のようなものである」という感覚を伝えている」というふうに言ったのが、山崎正和さんっていう劇作家であり評論家ですね。これの文章は、山崎正和さんから学んで私が書いたんですけど。山崎さんには『劇的な日本人』っていう本があって、なるほどと思いましたね。

私は、確かに日本人で、劇・芝居だと思ってるんじゃないか。この世の中で起こっていることを、意外と演じてると思いませんか？作り笑いなんて言葉があるように、作ってませんか？誰が教えてくれるんだ、この芝居。人生って親の前で演じられる、子どもにとっての大いなる芝居である。誰が教えてくれるんだ。それは、吉兆の女将さんが教えてくれる。「頭の中が真っ白だって言いなさい」。親が教える大いなる演劇である、これは。吉兆の家だけじゃないですよ。もう、皆どここの家でも起こってる。「人前に出たら、『真っ白だ』って言いなさい」。どこのうちのお母さんも言っているよ、あれ。

もう一つ、このことを証言する歴史があるんです。それは私小説論というお話で、私小説っていうのは人生演劇説っていう言葉があります。実は、中村さんっていう評論家が昭和30年頃言い出したことらしいので、僕はその原点にあたれてないんですけども。日本人の私小説論は、

作家と私小説の主人公が重なるっていう伝統で、私小説の小説の中で自殺とか、貧乏とか、セックスが繰り返されると、作家も自殺とセックスと貧乏を繰り返すみたいなの。何かちょっと違ったかな。そういう伝統っていうのはあるでしょう、日本人には。作品の主人公が作家になるんですね。これは、フォークソングという僕がかかわった大きな音楽運動のときもそうだったんだけど、例えば、歌の中で「銭湯で風呂桶がカタカタ鳴った」とかっていうような歌を歌うと、「本人は本当に銭湯に行ってるのかな」みたいなね。行ってないですよ。あれ、歌の中だけです。日本人にはいまいちピンとこないでしょう、オペラの中で太ったおばさんがお姫さま役をやるのが。主人公と、要するに歌い手とか、作家ってのは同じでなくちゃいけないと思ってる。これは、だから小説即人生。人生を小説のごとく語るっていうのは、日本人には割りとは合ってるんですね。これを人生演劇説と呼ぶ。日本人は、自分の人生を小説のごとく語りたがっている。これが日記文学だとか、私小説の伝統を作った。ですから、主人公が自殺すると、本人太宰治も自殺しなきゃいけないみたいな。「『人間失格』の主人公、あれは太宰治である」みたいになっちゃう。そうすると、本人も死ななきゃみたいなことになって、これはかなり精神衛生的には大問題の話ですよ。ですから、これは作家の話ですけども結構皆そうなんじゃないか。自分の人生を小説のごとく書いておられる。それが悲劇的になるから、自分の人生が悲劇になっていく。これを書き換える、書き直すっていうことが精神衛生上の課題になっている。

もう一つ、日本人の二重構造ですね。日本文化は、人生を演劇として見る視点がもともとあったというのがまずあって、それが本音と建て前、裏と表、内と外という二重性を作り出している。そして、作り笑いという感覚は、皆何と

なく役を演じているんですね。何か、台本を演じている。その台本は誰が書いたかという、吉兆の女将さんだけじゃない。それぞれの家には演出家がいる、それを演じて今日まで生きておられる。ということは、人は他人の人生を生きていることになります。他者に与えられた役を演じていることになる。そして、私達の悩みは、その間の二重性のあつれきに悩むことです。摩擦、かつ藤に苦しむことになります。それを、私どもは聞いているわけですけど。

それで専門的になりますけど、じゃあ、どうやってその人生を紡いでいくお手伝いができるか。基本的なものとして治療構造論っていうのがあるんですね。皆さんがこの精神分析を実践したいと思われて、私達の授業を聞かれるんですけど、なかなか実行できないんですね。なぜできないのかというと、それは3時に毎回同じ場所で、何度も何度も繰り返し人の話を聞かなきゃならないっていう大問題があるんですよ。そうすると、人は自分の話を語り始めるんですけど、皆ね、同じ場所でその人を見ないんですよ。大抵、2時に会ったり、4時に会ったり、あるいは酒場で会ったり、職場で会ったり、あるいは病室で会ったりということで、見る場所が変わる。なので、その人がどういうことを反復しておられるのかが見えない。定点観測ができないんですね。

専門家が何ができるかという、カウンセラーとか、精神科医とか、精神分析医がどこが皆さんと違うかという、定点観測ができるんですね。同じ場所で、同じ人に、同じ時間に何度も何度も繰り返して会いますから、反復が見えてくる。そして、そこで中立性を保ってその方を観測させていただければ、その方の反復が見えてくる。これは、治療構造論といいます。ですから、私の話は分かるけれども家に帰って実践するとかしないでください。例えば、女房に向かってこれを実践して「おまえは、権威者に

出会うとすぐに卑屈になるな」てなことを言うとするでしょう。そうすると、カミさんは「あんたなんか言われたない」って言いますからね。それはそうですよね。精神科医の職業病でね、家の中が大混乱になるっていうのが結構あってですね。恋に落ちながら、これって恋なんだねとかって、サイコロジストである女性が、男に向かって「あなたって、結局お母さんを求めているんでしょ」とかって言ったって、恋は進展しないですよね。かえって恋が冷める。だから、家でやらないこと。

ただ、これだけはちょっと知恵で、さっきから申し上げていることですが、反復の三点観測。ある方の反復を読むときに、お母さんと繰り返して、そして最近奥さんと繰り返して、そして今私とも繰り返しておられたら、それはその方の反復だろう。そして、その発症の時もまた同じようなことがあったとすれば、これが四点観測。つまり、何点かで観測していくとその反復が見える。いいですか。雀百まで踊りを忘れずだったかな。三つ子の魂百まで。こういう類の発想です。

そして人格の三角形でなぞる、人を3つの部分に分けて考える。欲望・不安・防衛っていうんですけども。具体的には、「この人は本当は〇〇したいんだけど、それで〇〇するのが嫌で、私は〇〇するんですね」っていう。九州大学の医学部で話をするときには、「あなたは、本当は家で寝たいんだけど、それでは単位が落ちるので、出てきて眠るんですね」っていう。そうすると、意外と皆目が覚め始めるんですね。まあ、そういうもんです。だから、皆こうやって生きている。欲望・本音と、しかしそれを実践すると不安なので、建前をつくる。そうやって生きている。そしてこうやって人の反復をなぞっていくというわけです。

で、劇的観点のまとめ。心の医療のために。なので、治療室は楽屋である。僕の患者で、一

人暮らしのお嬢さんが、いらっしゃって、うつ病ですよ、その方は。家の中では抑うつ状態で泣いておらるんですけど。玄関を出るところに大きな鏡があって、表に出掛けるときにその鏡を見ながら、“Now it's show time!”と出していかれます。彼女にとって人生は舞台・ステージ。芸能人じゃないですよ。

あるいは、僕が最近聞いた患者さんの話は、「私は人の前で『チーズ!』って笑わなきゃいけないって言われると、ぶっ殺したくなるんです」って言うておられました。「どうして人って、『元気?』って聞いてくるの? どうして『元気です』って答えなくちゃいけないの? どうして人は演劇を、演じることを要求してくるの?」って、そういうふうにおっしゃってます。

人はメタフォリカルに自分の人生を語りますから、心っていうのはそのままでは目に見えない。ですから、名前を付けて表現せざるを得ない。そして、その方々が表現するときにふさわしいことを見つけてあげるのが精神科医の仕事であると思う。だから、「作詞家の仕事が役に立つ」って僕は言っているわけなんだけれども。そのときに、ある方がこうおっしゃいました。「人生は紙芝居だ。私は、その紙芝居から出られない」って。

いやあ、皆同じようなことで悩んでる。正直言っただけ、僕も芸能活動っていうのをちょっとやりましたからね。それで、今でも時々紅白歌合戦に出る夢を見るんですよ、正直言っただけ。それが、「紅白歌合戦に間に合わない」と言っただけ、電車に乗り遅れるみたいな。何回出かけても紅白歌合戦に出られない夢。僕でもそういうことですね。僕でもっていうか、やっぱり出たかったんだらうね。紅白歌合戦に出たかったんでしょね、やっぱり。出られなかったんですよ、実は。ザ・フォーク・クルセダーズは、NHKが、歌が下手だっというので撥ねたんですね。まあ、これが僕の本音だとすれ

ばですね。

覚えておられますか。僕は、歌の中でも自分の人生をなぞっているような気がするんですがね。

「帰ってきたヨッパライ」っていうのでデビューしたんですが、帰ってきた酔っ払いが天国に行くんですよね。酒は美味いわ、姉ちゃんは綺麗だなんて歌を歌うんですよ。そうすると、あれはたぶん、あの姉ちゃんと神さまはできてたんじゃないかと思うんだけど。それで、神さまの女に手を出して追放されるんですね。ああ、そんな話だったかと思われるかもしれませんが。書いた本人は、そう思って書いたんだから。そしたら、畑のど真ん中で目が覚める。これは『ジュラシック・パーク』みたいな話ですが、また。

私は芸能界に参加した時、同じような思いをしたと思うんですね。酒は美味いわ、姉ちゃんは綺麗。「そんなに甘いところではおまへんのだや」って声が聞こえてきてですね。結局、僕もそこから追放されてしまった。でも、相変わらず今日もまた天国に昇ろうとして、芸能活動に憧れているっていうのが本音ですよ。やっぱり、いつまでも九州大学を辞めて紅白歌合戦に出たい。でも、それではうちの家内が止めるので、仕方がないから九州大学に行っているっていう次第ですよ。本音を言うとね。こんな話、こういう大前提をいっぱい言ってからでないと行かないでしょう。やっぱり、それが心の本音というもんです。それは、分かりますよ。一度チャンピオンになった者は、いつまでもたってもノックアウトした瞬間が忘れられないので、リングに上がりたがるっていうのね。それでも我慢して生きなくちゃいけない。それが「作り笑い」であり、「武士は食わねど高楊枝」であったり、「自転車操業」とか。素晴らしい言葉だと思います？僕は、自転車操業ってのはすごいと思うんだけど、こぐのを止めるとこけるからなんです。自転車操業ってのは、いつまでもペダルを踏み続けないと真っすぐ走っていけない、

人生は、やめたら途端に転んでしまう。ああ、アヒルの水かきってのもそうですね。日本語はすごいですよ、これ。

だから、僕が申し上げていることは、そんなに一部の人間たちの問題ではない。皆さんもかわってくる話で、患者さんは自分がない。自分が出せない。自分を殺してしまう。ああ、死にたい。居場所がない。だから、私達はこの自転車操業をやめる場面。あるいは、アヒルの水かきをやめる場面。あるいは、「武士は食わねど」っていうけど、本当は食べたいっていう気持ちを汲む場面。あるいは、作り笑いは本当は泣きたいという気持ちを表現したい。その思いを汲む場面をつくっていくのが、私達は現代における精神分析の本当に大きな課題だと思う。治療室＝楽屋論です。これが、私の提案です。心の二重構造を支える。「治療室は、人々の楽屋である。だって人生は演劇である」と言ってるんですね。だから、こうやって申し上げてきたように、精神分析の劇的観点。精神分析っていうのは、人の心の台本を読むっていうことである。で、人生論的劇的観点、人生は劇であるっていう、まあ人生劇場っていう観点。「人生は回り舞台だ」っていう歌もありますし、歌謡曲を聴いているとほとんどこんな話ばかりですよ。

日本人の劇的観点、これを総合しますと、「人生は劇である」と多くの方が思っているっていうことです。こういうことを九州大学で言うとね、若い人にこういうことを言ってるわけで。そうすると、面白い反応が得られるんだけど、女の子がよく分かるんだよね、化粧してるから。化粧しない子も作らされるってのかな。女を演じさせられてるっていう苦勞を、本当に彼女たちは、この社会があるステレオタイプ的な女っていうものを押し付けてきてるっていうのを、彼女たちは本当によく知っている。だから、その間でもがいているし、そしてそれを時々演じ

ながら、適当に作り笑いしながら本音を言っているって自分をとてても自覚的に考えておられるので、私の話がよく通じるので「先生の話聞いて安心した。先生もそうなんですか」みたいな話になるんだけど、男の子はこの話を聞いて「先生、若い時からそんなふうにしてもられたんですか。寂しくないですか」とかって。

「おまえ若いなあ。まあね、こういうのは60にならないと分からないかなあ」って言うのはいるんだけど。男の子は何となくがっかりするみたい、これを言うと。「先生、人生って本物じゃないんですか」って。「いや、本物だけどね。ちょっとだけ」。近松門左衛門が「虚実皮膜」って言ったけども、人生って本当とウソが入り交じっているんだ。その虚実を見分けるのは大変なんだ。でも、丹念に生きなくちゃいけない。これがウソだからといって、失望するわけにはいかない。放り出すわけにもいかない。というふうに、男の子と女の子に差がありますね、確かに。

それで、僕はもう一つ、医療業務のための劇的観点というものは非常に大事なことだと思うんですけども。もう一つ、「私（わたし）」ってどこにいるのかっていう。これ、私の本のあとがきにも強調していることなんだけど、「わたし」ってワープロ打つと、最初に「渡し」っていうのが出てきますね。ワープロ触ったことがある人には、慣れた話ですけどね。私の仕事ってのは、渡す（ブリッジ）、間を取り持つことではないか。そして、それはこの二重性、つまり表と裏。そして本音と建前。あるいは書き言葉と話し言葉。要するに、この二重の人生を取り持つのが私の仕事である。

この私が「必死になって、歯を食いしばって、これを渡してるぞ」っていうのを主張しないのが日本人の美德である。それが粋であり、いなせであり、侘びであり寂びであり。「そこで汗かいてるぞ」とかって言わない、それが美しいの

ね、日本人には。分かるでしょう。僕は、これが日本人の弁証法的な美学だと思うんだけど。正と反正というか、Aと反Aというのがあると、それを統合する際に一生懸命渡してるんだけど「汗かいてる」とは言わない。「それを言ったら人生は負けでい」みたいな。おれは黒川温泉でしか出さないぞみたいな。ね？

それ、だから出待ちって言うんですけど。楽屋があって、舞台があって、その間を通り過ぎていくときに、役者さんは出待ちっていうところを通るんですね。出待ちっていうのは、さっきの患者さんのワンルームマンションの出口のところにある鏡のある玄関口なんですけども、あそこで人は自分に戻ったり隠したりする。そんなことないですか？僕も正直言って、さっき皆さんと食事をしていて、打ち合わせをしていた場所の方が本当だっというふうなことを言いましたけど。「だって、ここは役割ですから。ここは一応お仕事ですから」みたいなことを言って。でも、本音を結構言ってますけどね。でも、私ってどこにいるだろう。それは、家の中にもし皆さんに寝室があれば……寝室がない人もいるかもしれないのでね。ネコに占領されているっていうおうちもあったんです、最近患者さんの話を聞いていたら。僕はね、自分の出待ちってどこにあるかというのと、私ってどこにいるかっていうと、老人になってようやく気が付いた場所がある。それは、目が覚めているんだけど、まだ起きてない間っていうのがあるって分かって、この間で私はものすごいいろんなことを考えている。もう性的に興奮していることだってあったり、あるいは「畜生！」って騒いだり、あいつに会ったらこんなこと言ってやろうとか、ぶん殴ってやろうとか、あるいは今日は行きたくないとか、もう最悪だとか、きのうのことを引きずってたり、いろんなことでウワーッとなっている。あるいは、冷めてそこを通り過ぎる日は本当に落ち着いているし、あるいは悩ましい

日は本当にそこが嵐だし、何か本当に本来的な自分に戻っている私っていう場所があって、ああ、あれが私の出待ちだと思ったんですよね。そんなことないです？ ペルソナって言葉が、ギリシャの演劇の中で仮面という意味があって、そしてパーソナリティーっていうのはそこから出発したってご存じですね。ですから、人の性格を考えると、演劇的にももの考えるってことは昔から続いていたことなんですね。仮面をつけるんですよ、性格っていうのは。ペルソナっていうんです。ギリシャの演劇の仮面ですよ。要するに、つけるまでの間が私なのではないか。私がいるところ。で、その話を書いたんです。布団の中にいるって、私は。

あるいは、別の比喻ですけども。私は時々、今でも夜行寝台に乗って東京から福岡に来るんですね。今から20年ぐらい前は3本も4本も走ったのに、今はもう寝台車は1台しかないんですよ。この夜行寝台が、朝の6時ぐらいか6時半ぐらいに下関辺りを通り過ぎて小倉ぐらいに入り始めると、朝大阪を出た新幹線が私を追い抜いていくんですよ。それで、私の寝台車は10時半ぐらいだったかな、博多駅に着くんですよ。この間、要するに、一生懸命適応している連中がワーッと行くこの間に、私は自分に戻っているって感じがするんですよ。つまり、ものすごい強スピードで人々は適応している。私達に唯一許されている眠りっていう楽屋、あの楽屋と表側の間で私達は生きている。私は、「私はいる」って感じがする。

元京大の河合隼雄先生が「日本人の自我は中空だ」と言うので、私は反論してるんですけど。亡くなってしまったんで、ちょっと討論できないんだけど。でも、僕はここでね、日本人の自我は中空じゃないと思う。「中空のふり」をしているんだと思うんだよね。ちょっと難しい話ですけど、そこで汗を掻いてるっていうことを見せないのが日本人の美学で、ここで一生懸

命きゅうきゅうと生きてるっていうのが、実は日本人の自我・私ではないかと。ちょっと、力入っちゃったけど、今日の話。

それで、私が私に戻る時。それは、僕は最近、病院の待合室でそういうことを経験したんですけど。日本の医療って2時間待たされて3分間医療、3分もあればまだましな方みたいな。でも、あの2時間の間、悪い結果が出るんじゃないとか、いろんなことを心配しながら待っている。あのとき私は、外でも内でもない。自分に戻りますね。僕は、「病院というのは、あの待合室とか、検査を待っている間っていうのはすごく大事な時間なんだ」って、この前、臨床検査学会というところでこれを報告したら、皆が「そうだ、そうだ」って。だから、私達は、今やどこに楽屋を持っているのか。家に帰ったら自分のイスがない。会社に行っても自分のイスがない。まあ、あるかもしれないけど。でも、本当にイスがあるのは、病院の待合室ぐらいではないか。人はそのとき本来的な自分に戻って、人生・来し方を考える。黒澤明の「生きる」っていう映画で、主人公が夜中の公園で歌を歌って終わるわけだけれども、あのとき彼は自分に戻ってましたよね。やっぱり、そういうものなんだなって。日本人の自我って、そういうところにあるんだなって思うようになりました。

それで、「うら」を大事にしてください。広辞苑で「うら」って引くと、「心」って出ています。心恥ずかしい（うらはずかしい）、心寂しい（うらさびしい）の「うら」って心っていう意味なんですね。日本人って、心って「うら」って表現している。これは、古語辞典でも広辞苑でも何でもいいんですが引いてください。

ところが、我々は「うら」を失いつつあるんじゃないか。そう思いませんか？皆、裏で本当は「うら(心)」を出していた。本音を出していた。駅裏、裏口、裏通り、屋根裏。皆屋根裏で秘密の何かいろんなことをやったり、あるいは裏口

でこそそと帰ってきたり。今でも帰ってくる人がいるかもしれないけれど。裏口ではもう入学できないところです。駅の表と裏ってのは、はっきりと分かれていた。表はどっちかというところとオフィス街で、憂さ晴らしのできないストレスの場所。でも、裏に行くとそれを吐いてた。そんなに面白い場所ではなかったけれども、どぶ板の臭いがして、臭い所で「うら」が出てましたよ。裏だった。そこで皆吐いてた。場合によっては、本当に吐いている人もいた。

日本人は、割りと吐くことに寛容な国で、諸外国って「うら（心）」ってもっともって吐いてはいけない。特に、欧米ではですね。日本人では赤面恐怖ってというのが有名な症状ですけど、あるいは視線恐怖ってというのが。欧米のソーシャルフォビアってものの症状をちょっとこの前見ていたら、吐くことが怖いんですね。吐くことがすごい禁じられている。

でも、日本人もとうとう裏を失って、吐く場所がなくなってしまった。あのステテコとシミーズの場所。家でも何かかっつけなくちゃいけない。家でもオーデコロン振りまいて、「臭い」とかって言われなくちゃいけない。私達は、家でも演技しなくちゃいけなくなってしまった。この、裏の喪失。だから今、現代人は裏を失ってしまった。

それで、皆がとにかく事件が起きると、そこに「外灯をつけましょう」って言うんだよね。昔はね、ここに行ったらいけない場所と、ここに行ってもいい場所というのがあって、ここに行ったらやつらは危険覚悟で行かざるを得なかった。ここが、要するに表だったんですね。ところが、この裏をきれいにしましょうということで、照明を当てた。そうすると、どういことが起こったかということ、裏にいた連中が表に出てきてしまって、突然ワーンと出てきたでしょう、今。僕は、これは文化人類学的に見て、こういうことが起こっているんだと思う。裏に照

明を当ててしまったので、陰（かげ）がなくなった。陰にいた連中が表に出てきてしまった。もちろんいい面もありますよ、闇がなくなったことで。しかし、闇にあったものが居場所がなくなってしまった。心も同じじゃないかと思うんだよ。心の置き場がなくなってしまって、うら（心）の置き場所がなくなってしまった。皆、どこで泣きました？

屋根裏で泣いて、トイレで泣いて、裏で泣きましたよ。裏は、泣き笑いの場所だった。今は、屋根裏はもう全部テープで止められてしまって、縁の下もない。軒下も、ちょっと借りるって、なかなか入れないような状態になってしまふ。これは、本当に人間の進歩で、振り返るって後戻りできないっていう状態なんです、その一つに裏の喪失がある。そのために、私達の医療ってのは、メンタルヘルスってものを担う者にとっては、これからは大変な課題がある。それは、人のうら（心）を預かる、裏の仕事だっていうことですね。裏の稼業っていう、必殺仕掛人だみたいな。もう、出てくる比喻が古いからね。若い人には全然通じないみたいなことがあるけど。裏を取り扱っている覚悟が必要だと。

で、最初の絵に戻ります。これは、鴨居玲さんという人の絵で「出を待つ」っていう絵なんです。もしよかったら画集でも見てください。この前、長崎の美術館でもしばらく展覧会がありましたけれども、自画像の画家として有名です。自画像の画家なんだけど、この人「出を待つ」っていうところで既にもうしっかりと化粧をして、たぶん人生の「私（わたし）」の、さっきから申し上げていた「私（わたし）」っていうところでのありようを描いておられるんですが。私の経験では、この涼しい表情が、このかっこをつけた表情が、僕はこの人の病気だったんだと思う。私達は、この「出を待つ」、このところで大変な大騒ぎですよ。普通の人間は、この

出を待つところで、こんなに澄ましてなんか生きてない。実は、ここで大騒ぎ、ここでアヒルの水掻き、ここでもう泣き笑いですよ。越路吹雪さんという歌手がいらっしゃって、その方の出を待つところの表情というのは大騒ぎだったらしい。僕の仲間が言うには、僕も、この状態の時には非常に暗い顔になるそうです。僕が舞台の上に立つ時って、この出を待つ時に、「北山先生は非常に怖い顔になる」。そうなんだろうと思う、僕はほんとに。素に戻るんだと思うんですよね。演技しなくていいから、本当はここでは、鏡の間では。だから、この方、実は自殺未遂を繰り返して死んでしまったんですけど、最後は事故みたいなものなので分からないんですが、たぶん自殺だと思うんです。これでも、私見でいて本当に気の毒になるというか、これが日本人の悲劇っていうか、多くの現代人の悲劇。裏を失った、素顔に戻る場面のない人間の悲劇を描いているんだと思うんですね。

この方、自画像の画家と言われながら、自画像が「のっぺらぼう」であったり、口から蛾が出てみたいだね。ちょっと目を背けたくなるような自画像をお描きになるので。のぞいてみたら、傷ついていた、化粧せざるを得なかったというのが、彼の本音・素顔だったのでしょ。

最後に、ちょっとオチですけど。しかし、人生は劇ではない。今日、劇のように申し上げましたけど、私達の劇っていうのは、これが本当に終わるときっていうのは、きっと死ぬときであって、恐らく私達は死ぬまで劇から降りれないんだと思うんですよ。それで、火葬場で人々が苦しんで苦しんで亡くなった人たちに対して、「ご苦労さまでした。本当にこれでよかったね。これでようやく行けるね」みたいなことを言って送り出すけれども、実は、あのとき本人には聞こえない、降りたときにはもう劇は本人には見えないままで終わってしまうみたいだね。

でも、私が今日提案しているのは、「ひょっと

したら、死ぬ前に降りてみるができるかもしれない」っていう提案ですよ。死ぬまで演じ続けますか？

日本人の美しい言葉で「素」っていう言葉なんですけど、英語になかなか訳しにくい「素」。素に戻る・素顔の素・素直の素。で、女の方はスッピンと言うときの素ですね。あるいは、役者さんが素でどうか、「素」っていう言葉を使うんですけど。あの状態に戻るっていうのは大変楽になることなので、僕は何人かの方とそういうことを語り合ったことがあって、私はたぶん小倉で夜行列車、7時ごろに経験するあの素に戻った感じ。あの、朝の何かもうボーッとしたり、寝付けなかった、あの目が覚めたときの。でも、どこにも行かなくてもいい。まだ、博多まで2時間半もあるという。まあ、各停に乗り換えたら1時間30分でいけるし、新幹線で行くと18分で着いてしまう距離を2時間半かけて行くという。大いなる無駄をしてるんだけど。そのとき、どこにも適応しなくてもいいということで、僕は素に戻っている。あれが貴重。ひょっとしたら、僕はこれが老後ではないかなと、ちょっと自分の老後と重ね合わせるんですけど。こんなにも一生懸命走ってきたけども、ここからはゆっくり行っていいんだったら素に戻ることができる。過剰適応をやめてみる。だから、劇的観点は作るとともに降りるために。「死ぬ前に降りてみませんか」って、何かちょっとキャッチフレーズみたいで、売り込んでいるみたいだけ。「それを可能にするためには、この壺をお買いください」と言うと、皆壺を買うかもしれないけど、それはしない、精神科医は。

これは、本当にオチですけど。有名な演出家の蜷川さんも、黒澤明も皆、役者に向かって言うんだよ。「自然な演技だよ、おまえ。自然な演技」って。こんな矛盾している話はないよね。自然な演技。たぶん僕らにも求められているんだと思うんだけど。自然な演技、ものすごい不

条理ですよ。これを、子どもたちに求めている。子どもたちは、たぶん素から出発するんだと思うんだよね。生まれた時にかっこつけてる子どもって見たことがないから、たぶん赤ん坊は皆素っ裸で出発するんだと思うんだけど。あるとき親が「勉強するか、寝るかのどっちかにしなさい。遊んじゃ駄目です」と言われて、私達は表と裏に分裂し始めるんだと思うんですが。ちょっとこんなもんです。今日の話は。

ちょっと、僕は中途半端に終わりたいな、今日。あのね、結論はないんですよ、この話。いくらでも話はできるけれども、まあ、勝手にしてくださいというのがオチですよ。皆さんの健康を祈ってやみません。どうも失礼いたしました。

■ 司会者

ありがとうございました。では、残りの時間、できるだけ自由なかたちで皆さんと交流をされたいという北山先生のご意向でございますので、どのような感想をお持ちになった、あるいはまた、先生にこういうことをお尋ねしたい等々、ぜひ自由をお願いします。

■ 質問者 1

今日はありがとうございました。すいません、最後の方しか聞いてなくて申し訳ないですけど。

■ 北山氏

いいね、いいね。そういう人好きですよ。ようやく博多駅に着いたって感じですね。

■ 質問者 1

最後でいただきました、死ぬ前に降りてみるっていうことを、私も日ごろから半分ぐらい考えているんですけど、人生を半分降りるっていうんですかね。非常に大事な精神的な持ちようだと私も思っているんですけど、ただ、実際に

それを実現しようとするとなると、家族のこととか、周りの、まあ、これは過剰適応でしょうけど、私に対する期待とか、そういったのが非常に重みとしてあるので、なかなか難しいレベルの話かなと日常から感じております。簡単な降り方っていうコツがありましたら、教えていただきたいんですけど。

■ 北山氏

いや、それが安易だと思うんだね、それがね。あのね、僕はね、患者さんと「遊んだ方がいいですよ」という話をするじゃないですか。まあ、全然遊べない人がいて、温泉に行ってもお湯の温度が気になったり、幹事の役を引き受けて、翌日のバスの時間をチェックして、全然降りれないっていう人がいますよね。その方が、「マラソンを始めました」とか、「ジョギングを始めました」とかって言うじゃない。そうすると「1日 15km 走ってます」とかって言うわけね。それで、結局それって仕事と同じことですよ。ね。「遊園地行きました」と言っただって、結局、皆さん子どもの世話のために行くだけで遊んでないですよ。でも、その反復に気が付いて「いやあ、面白いね」と言っただ瞬間降りてるんですよ。「結局、あんたどこ行ったって、ここ行ったって、お仕事としてのお遊びなんですよね」と。「遊びが仕事になってますね」と。「結局は、あなたの人生ってずっとマラソンだったんですよ。あなた、要するに 100km のマラソンに出ているようなもので、いつまでたってもゴールにたどりつかない」。そういう話をするじゃない。するとね、タイミング次第で大笑いになるんだよね。「そうですね、先生」と。

だから、今日はずっとそういう話をしてたんですが、人生の反復に気が付いて、ひょっとしたら皆さん、自分の人生と重ね合わせて笑われた瞬間があったかもしれないけど、自分の人生を笑えたあの瞬間、私達っておかしいねって思え

た瞬間、あの瞬間が楽になっているんだよ。愁眉を開くっていうのかな。愁眉を開くっていう瞬間、なかなかいつもしかめっ面してるわけですからね。それで、どうやったら遊べるんでしょうって一生懸命考えて、愁眉を本当に寄せているわけですがけれども。愁眉を開くのは笑いですね。だから、やっぱり笑い、ユーモア、これは欠かせないなっていうふうに思います。特に、自分を笑うことができるというふうに思いますね。それで、また一生懸命、どうやって遊んだらいいのかってのたうち回ったら笑えないのね。と思いますが、はい。

ほかに何かありますか。どうぞ、どうぞ。どんなことでも聞いてくださって結構ですよ。

■ 質問者 2

今日は大変ありがとうございました。

お聞きしたいんですが、パーソナル・コミュニケーションと、それからマス・コミュニケーションの関係というのは、とても先生にとっては密接な関係をお持ちだと伺いますけれども。マス・コミュニケーション、特にテレビジョンなど、先生の心理療法、精神分析などに取り入れられている部分がございますでしょうか。あったら教えていただきたいと思います。

■ 北山氏

はい、ありがとうございます。非常に大きなテーマですね。でも、不特定多数を相手にした瞬間に、人が変わるっていうふうに思うんですよ。私も、自分でも自覚しているんですけども。割と比較的、人前にこうやって出てもそんなに緊張しなくなったし、興奮もしなくなったんですけど、やっぱり人前にこうやって出ますとね、分かりやすく話さなくちゃいけない。あるいは、この世代に合った話をしなくちゃいけない。やっぱり、どこで誰が聞いているか分からない。ね？ やっぱり、九大に不名誉なことがあって

はいけないとか、そこまで思っているんだけどね。まあ、そういうもんです。これが社会を生きるっていうことですよ。

だから、マス・コミュニケーションって、例えば、障害者のことや放送禁止用語なんてのは端的な例ですがけれども。しゃべっちゃいけないことがいっぱいあるわけです。ね？ そのことを口にしちゃいけない。言い方も考えなくちゃいけない。あるいは、分かりやすくしゃべらなくちゃいけない。そして、ここで話したことはテープレコーダーに録って、誰に聞かれても構わないようなことを話さなくちゃいけない。そうですね。だから、ここだけの話じゃないんです。これが開かれた、民主主義にとっても、とても大事なマス・コミュニケーションの役割なんですよ。よろしいですか。公共性、最大多数の平和、あるいは幸せを考えなくちゃいけないですから。でも、それを大事にすれば大事にするほど、私達はそこに乗っていかない。そこから落ちこぼれていく。心の中のマイノリティーと言ってもいいぐらいの取りこぼされているところが、どんどん残っていく。それを救うのがパーソナル・コミュニケーション。その極致にある、私どもの精神医学だと思う。これを両立させるっていうことは、僕は無理だと思います。両立しないんですよ。両立しないということ割り切って、この葛藤を生きる。今日申し上げたことですよ。この葛藤を生きるということと、スムーズにその両方を往復することを覚える。

僕は、こうやって教壇に立って、あるいは患者さんの話を聞いて、精神科診療ってものすごいストレスです。私達精神科っていうのは、人の大変なご苦労や狂った話を聞いて、私達自身も狂いかけますよね。それで、うちに持って帰ってネコにぶつかったり、カミさんにぶついたりしますよね。やっぱり、こことこの間、楽屋と表舞台の間には、大変大きな開きと違いが

ある。仕事っていうのはそういうもんだと思うんですよ。

有名な健康のモデルを申し上げますとね、こちらに楽屋があって、黒川温泉とか自分が比較的素に戻れる遊びの空間がある。で、こちらがそれを犠牲にする、表のマス・コミュニケーションなり、気を使わなくちゃいけない領域がある。これを役割演技の過剰適応の世界。こっちを要するに、本来的な自分に戻る世界っていうのに二つに分けるとすると、人の健康はどこで支えられるかという、ここのためにここで稼ぐんですよ。そうですね。たぶん先生もそうだろうと思うし、私もそうです。私は、ここのために今日稼いでいるんです。ここで一生懸命稼いで、日曜日になって休んでもいいっていうのに、日曜日にも仕事してるっていうことが始まって、このバランスが崩れると、何のために仕事をしているのかが分かんなくなるという「自分の喪失」が始まる。そう思います。ですから、これとこれのよい循環が、一番この両方を生きるコツだろうと思いますけれども。だから、人は皆、広い意味でのマス・コミュニケーションを握っている。多くのマスコミ人が抱えているこの葛藤は、現代的な悩み、あるいは役者の悩み、皆共通している問題ではないかなと思っています。

答えになりましたかね？いいですか。

■ 質問者 2

マスコミの媒体自体、例えばテレビジョンの映像が果たす役割の一つとして、カタルシスを引き起こす働きがあると思われるのですが。

■ 北山氏

はい、それはよく分かりますが、ちょっとこれも私的な見方としてお許し願いたいんですが、精神医学的に見て 100%に愛されるドラマはあり得ません。例えば、視聴率 40%取ったとかっ

ていったって 40%の幸せですから。どんな文化も、どんな単一のドラマも、どんな韓国ドラマも、どんな大ヒット曲でも、『帰ってきたヨッパライ』だって誰かを傷つけてた。誰かを排除していた。私は、この文化産業の中で一番多くの不特定多数の人間をつかまえた、ビートルズっていう私達の憧れのグループがあったんだけど。ビートルズだって、あるいはウォルト・ディズニーだって、誰かを不幸にしていた可能性がある。その大多数のマジョリティーの文化を楽しめないのが、精神科的な問題を抱えている人は何を見ても面白くないということなんですよ。

ですから、民主主義っていうのは大多数のための平和、あるいは幸せ。そして、なるべく少数の人も汲んでいくっていうのが大事なことなんでしょうけども、それから落ちこぼれていく人たちがいる。それが私達の対象であるという、まあ、当たり前の話ですけどね。ですから、そちら担当の方には頑張ってください、私は私達の仕事をします。現代という急行列車は、ものすごい勢いで走っていく。その走っていく、鐘・太鼓をたたくっていう文化。そして、そこから落ちこぼれていく人たちもどうしても出てくる。それが、私達ができることなら拾っていききたいような人たちですから。

よろしいですか。どうも。

質問出ないと思ったんですけど、意外と出ますよね。よかったですね。

■ 杉万氏

はい、私もほっとしていますけれども。私、ちょっと一つ先生に質問したいのは、先生は今ステージの上の役者と、それから楽屋ですね。もう一つ、やっぱり観客っていうのがあると思うんですね。その観客も、例えば、前に 1 人か、2、3 人しか客はいないと。しかし、非常に大事なお客さんだという前で演じる場合もあ

れば、私は分かりませんが、武道館みたいな巨大な部屋の中でのすごい数、何千人ですかね、何万人ですか、そういう観客もあると思うんですね。数もあるし、もう一つは観客の好みがある。私も『帰ってきたヨッパライ』をもう何十回、何百回聞いたか知りませんが、いつもながら族で勉強しながら聞いていましたけども。例えば、ライブであれば何回も見てると、いつもほとんど一緒なだけで「今日はあの辺のちょっとサビがよかったね」とか、こういうファンもいると思うんですね。一方では、そういうものを許容しない客もいるし、一方では、何と言うかな、ずればずれるほど喜ぶ客もいるんだそうです。ずればブーイングというか、帰ってしまう客もいると思うんです。

何か、私はそういう意味で、今日のメンタルヘルスというテーマに引き付けて考えると、今の観客というのは、少々ずれにあまりにも許容的というか、あまりにもずれてもずれても受けてくれるので、役者の方が「はて、おれの役は何だったんだろう」と、何かそうになってしまうような危険性を、今の社会というのははらんでいるような気がするんですよ。まあ、これも分かりませんが、先生の何かご感想を聞ければ。

■ 北山氏

今、確かにタレントの悩みはね、要するに深刻です。それは価値感の多様化のために、皆バラバラのものを求めてしまっている。

昔は、分かりやすい話をすれば、ビートルズ1個だったんですね。それが、あれも出てきて、これも出てきて、あれも出てくるっていうようなことで、価値観が多様化されたために、雑誌一つ作るのにも、要するにモーターバイクマガジン作り、こっちを作り、何とかで FM 用の娯楽雑誌を作り、中波の雑誌ができるという、とにかく別々になってしまって、皆一つのものを喜ばなくなってしまう。だから、マスメディ

アとしては、大変困ったことに、不特定多数がいなくなってしまうと、いくつもの中小グループがたくさんできてしまった。だから、それは難しいので、大変これはマスメディアとしては苦労なんですよ。それは、マスメディアとしてちょっと頑張ってくださいとして、ここには専門家の方がたくさんいらっしゃるから。

ただしね、私達の観察、私は乳幼児の観察をしているわけですよ。乳幼児の観察をしてる。それでね、人はいつこびるようになるかっていうのが非常に興味があるわけですよ。小さい子が、いくつぐらいで演じ始めるか。

それで、例えばスチールフェースっていう実験があって、お母さんが表情をスチールにします。スチールっていうのは止める。映画のスチール写真のスチールです。スチールっていうのは、お母さんが表情をなくしてしまう。お母さんが赤ちゃんの前で表情をなくすと、子どもは一生懸命、お母さんを笑わせようとするんですよ。うつ病のお母さんのことを考えるときのモデルなんですけどね。

これは、もし家の中が、例えば非常にうつ病っぽいうちで、笑いのないうちだったら、本人は道化になっていくっていうモデルなんですよ。相当早くから、人間は人前で演技し始める。人のために、一生懸命笑わせようとし始める。まあ、「僕はピエロだ」とかしておっしゃる人たちもたくさんいるわけですよ。自分本来の人を心配させる部分を出せないで、人を安心できる「ああ、あなた、お姉ちゃんだね」とか「風邪一つひかなかったね」なんて喜ばれると、ますますそれを演じてしまう。これはね、3歳、2歳ぐらいから始まるんですよ。これ、観察してますと、女の子の方が早かったりしますね。もう本当に媚びてる。「ああ、かわいいね」とか言われると、もうそれ。「あのかわいいお顔つけて、もう一回」とか、「あら、かわいい、かわいい。いいお顔ね」と言ったら、もうそればっ

かりやり始めるんですよ。家の中でやってるでしょう、皆も。だから僕は、人生ってのは親的なもの前で演じられる演劇であると、芝居であるというのが、私の提案というか、その発生源へ戻らなくちゃいけない。それが一つね。

二つ目ってのはね、力の無い子どもほど、家の中に起こってしまった不幸の責任を感じるんですよ。これは本当に、虐待された子どもたちの、あるいはとんでもない不幸に遭ってしまった人たちの本当に気の毒な出来事なんだけどね。力の無い者ほど、周辺で起こってしまった悲劇の責任を感じる。子どもたちほどなんですよ、意外とこれが。この中にも、そういうことを当然経験した人がいらっしゃるわけで、力の無い者ってのはね、例えば、たとえ虐待されても、この虐待の原因は私にあるんじゃないかと思っているんだよね。だから、虐待された子に会うと、ものすごくいい子だったりするの。責任を感じているから。親が一生懸命私を怒鳴ったりするのは、やっぱり私が悪いんだ。だからね、これはその話を聞くところまでお付き合いしないと、本当に物事はやり直せないなと思うんだけど。あなたの外傷体験・トラウマ、これはあなたの責任じゃない。あの親が大問題だったんだ。でも、それを語ることですら彼や彼女にとっては申し訳ない。だって、やっぱり両親のことを悪く言うことになるから。

だから、いま芸能人の問題っていうふうに、不特定多数のあまりにも多くのニードっていうふうに話題がいったけど、そのことに最初からワットと直面しているのが、この虐待された子どもたちとか、あるいは、家の中にとんでもないことが起こってしまった人たち、災害に見舞われた人たち、そういった人たちがなぜあんなにも一見いい子になってしまうのか。何で、反抗期を失った子の方が将来心配であるかということ、十分に反抗した子の方が普通の子になっていく。それは昔から言われることですよね。人

をしっかりと心配させた子どもほどいい子になる、というか健康になる。心配なく育った子の方が心配であるという逆説なので。今の問題は、役者から学ぶっていうテーマは、やっぱり「人間の医療に役に立たせたい」と思っている側なので、その演技がどこから始まるかということ、相当早くからであることを強調しておきたいと思うんですね。うん、よろしいですか。

はあー、力入ってるなあ、今日は。やっぱり、皆さん大人だからね、聞いておられる方々が。やっぱり、きちんと話さなくちゃいけないと思っていました。

ほかに何かありますか。もう一つぐらい、何か質問があればと思うんですが、よろしかったら。ないですか。はい、どうぞ。もう一つ出てきました。

■ 質問者 3

人の言葉を聞くカウンセラーのようなことを、うまい人がやると、人の人生がよく聞こえるということにひどい興味を持ったんですけども、逆に聞くにあたって、よく話に聞くのはウツの人に「うつですね」と言っただけでいいとか、タブーの面があると思うんですが、聞き役という相手役を演じるにあたって、これはNGですよという項目があればぜひ伺いたいんですが。よろしくお願いします。

■ 北山氏

そうですね、素人の方にお答えするのがなかなか、それも短時間でということになると難しいんですが、強調したいのは、いい聞き手はいい聞き手を持っていると思うんですよ。やっぱり、人に話を聞いてもらう。僕は、今日こうやって話を聞いてもらえてとても幸せだったのは、僕はこれから人の話を聞くのに役に立つだろうと思うんですよ。やっぱり人の話、自分の悩みでいっぱいいっぱいになっている器は人の

悩みも入れられないというか。

「包容力」っていい言葉だなと思う。日本語で素晴らしい言葉だと。包んで入れる力ですよ。この人は器が大きいとか懐が深いとかって言うのは、どうも人間は、人のいろんなものを入れる器みたいなのところがあって、この器の大きな人間がカウンセラーになれるんだと僕は思うんですよ。カウンセラーだけじゃないですよ。人の話を聞く人間になれるんだと思う。この器がいつもスペースがある、容量が大きい、キャパシティーがあるっていうのは何が決定するかというと、その人がやっぱりいい聞き手を持っている。あるいは、いい話し相手を持っている。あるいは、いい部下に囲まれているということが条件だと思うので。ですよ。僕は、仲間がいい精神科医がたくさんいますから、僕はそこで大変ないいい思いっていうか、まあ嫌なやつもいますけど、でもやっぱり僕はこの同業者のグループすごくいいなと思っているのは、やっぱり皆話の聞き上手なんですね。やっぱり、人を抱えることのできる人は、自分を抱えてくれるものをたくさん持っている。ここで、女房に感謝とかっていうと非常に美しい話なんだけど、僕はやっぱりいい家族に恵まれ、いい友人に恵まれ、家に帰ってもそんなに悩みが多くないことが、僕が人の悩みを聞いてられる基本条件だと思う。僕が家の中でひっくり返ってたら、僕は人の話も聞けないと思うんですね。これ基本だと思う。だから、いい精神科医は、いい精神科医を持っていると思うんです。分かりますよね。だから、いいカウンセラーは、いいカウンセラーを抱えている。僕たちは、この仕事のトレーニングのために、カウンセラーのためのカウンセリング、精神分析家のための精神分析ってのを用意するんですけど、やっぱりそれはそういう知恵です。そういうことのためです。よろしいですか。うん。

もうこんなもんでいいですかね。もうこれ以

上しゃべると疲れてくるので。いや、声も枯れてきたって感じがします。ええ、これで私も職場へ戻りますので、これ以上お付き合いできないのが残念ですけど、結構すっきりしました。どうもありがとうございました。お疲れさまです。

