

Que Será, Será

VOL.53
2008
SUMMER



石垣島 底地ビーチ



映画「最高の人生の見つけ方」

医療法人和楽会 理事長 貝谷久宣



この5月、筆者は第161回米
国精神医学会に参加した。ワ
シントンまでの直行便で往復
とも同じ映画を見てしまった。

非常に感動した。原題は「The
Bucket List―棺桶リスト」。末
期ガンの二人の男が棺桶に入る
前に「やっておくこと」をリス
トアップし、実行する物語だ。
自動車整備工カーターをモーガ
ン・フリーマン、入院先の病院
のオーナーでもある実業家エド
ワードをジャック・ニコルソン
といった二人のアカデミー賞に
輝くベテラン俳優が共演した豪
華キャストの映画であった。

カーターの若いころの夢は歴
史学の教授になることであつた
が、生活のため、家族を守るた
めただ実直に45年間働いてき
た。結婚に失敗したエドワード
がカーターに長続きの秘訣を聞
くと、「耐えるのみ」と答える場
面は長年連れ添った夫婦なら思

わず笑ってしまうであろう。ま
た、カーターはエドワードに妻と
の関係を決めるように告白した。

「娘が家を出たあとほっかりと
穴が開いた。私は実に40年ぶり
に妻と二人だけで向き合った。
何の騒音もない静けさの中。ど
うしても思い出せなかった。外
を歩くときバージニア(妻)の手
を握らずにおられなかった時の
あのときめきを。彼女は私が恋
に落ちた女だ。真正正銘の。だ
が、すべてが変わってしまった。
途中で何かを失ってしまったせ
いで。わかるか?」

これは世のオバタリアン族に対
する警句になるだろう。

一方、エドワードは、愛娘エ
ミリーに離婚した母親と共に去
られ、あれこれと娘のために尽
すが結婚式にも呼ばれず、DV
の婿に嫌がらせをして、結局離

映画「最高の人生の見つけ方」

婚に追いやってしまう。このため、エドワードは娘から絶交され家族の絆が全くない、金を稼ぐことだけが喜びとなった、物欲主義者の生活を送ってきた。このように全く正反対の人生を過ごしてきた二人の男が余命いくばくもない数ヶ月間をともに行動するのだ。カーターは若い頃、自分が死ぬまでに残された日数を知れば解放感を得られると思っただが、実際には違っていたと寂しさを表明する。大学の頃、哲学の教授に死ぬまでにやりたいことを全部書き出しておけといわれ、100万ドル稼ぐ、大統領になる、などと書いたが、死の病床で改めて書き直したものをエドワードに見つけられてしまった。そして二人で、棺桶リストを合作し、実行していくのだ。大金持ちであるエドワードが一緒ならば不可能なことはない。マスタングを乗り回す、スカイダイビングをする、刺青をする、自家用飛行機で北極、ピラミッド、カプリ島の旅、アフリカでのライオン狩り、など男にとってはワクワクするようなことを実行していった。

この旅の最中に取り交わされる篤実なカーターと現実主義者エドワードのやりとりがおもしろい。

ピラミッドの旅で、
C 古代エジプト人は死に対してこう信じていた。死んだ魂は天国の門で神に二つの質問をさせられ、その答えによって扉の中に入れるかきまる。自分の人生に喜びを見いだせたか？
E イエスだ
C 他者の人生に喜びをもたらしたか？
E さあどうかな
 ムガル帝国国への旅で、
 葬儀についてまだ迷っている。火葬がいい。冷凍保存は？ 遺灰はピーナッツの缶にいれて景色のよい場所に埋める
 ヒマラヤの旅では、
C 仏教の輪廻転生を信じている。現世の行いで来世は何に生まれるか決まる
E そこがわからない。カタツムリは何をすればもっといいものに生まれ変わるんだ？ まっすぐ這うのか！
 北極の旅で、
E 神が何もかも創ったと思っっているのか？ 俺がこうやって空を見上げてあれやこれや誓えば悩みが消える男だと信じているのか？
C 95%の人間はそう信じている
E あのな、95%の人間はいつも間違っている。信仰心の持てる人間がうらやましい

C 頭で考えすぎだ
E 神は存在するのかしないのか、誰一人疑問に答えられる奴はいない
C あなたは何を信じている？
E 何も無い。生きて死ぬだけだ。その間、車輪は回り続ける。間違っていたら、そうありたい
C だったら、神の加護が得られる。信仰心をもつただけだ

エドワードがカーターに素晴らしい世界旅行をプレゼンしている間、カーターはエドワードの人生の意味を少しづつ変えていった。
 家族の絆を緩める旅から帰ったカーターは久しぶりに家族の温かさを楽しんだが、間もなくガンの脳転移で逝ってしまう。その前に彼がエドワードに送った手紙の一部を紹介しよう。

「エドワード、あなたにこういった最後の手紙を書くべきかどうか迷っていた。その結果、書かなければ後悔することやっとなげつぎ、ここに書く次第だ：バージニアによれば私は夫に戻れたようだ。あなたのおかげだよ。今の私には恩を返すすべがない。だから無理をするよりあなたに別の頼みごとをしようと思う。人生に喜びを見出せ。そ

の他大勢と一緒にするなど以前そう言ったよな。確かにあなたはその他大勢とは違う。だが、その他大勢の中の一人でもあるんだ。牧師様はよくおっしゃる。我々の人生は同じ大河に向かって流れる小川のようなものだ。その大河の滝の先に広がるのが天国である。人生に喜びを見出してくれ！親愛なる友よ！目を閉じて流れに身を任せろ！」

この手紙をもらったエドワードは娘エミリーと和解し、孫に頼みずりをすることができた。そして、彼は、カーターの葬儀で次のような弔辞を述べた

「皆さんこんにちは。エドワード・コールと申します。こういう時にふさわしい言葉というものは正直言ってもわかりません。今までこういった場合は避けて通ってきたので。だがこれだけは確かです。故人を愛していたし、すごくさびしい。カーターとは世界を旅した仲です。信じられませんが、つい3ヶ月前までは見ず知らずの他人だったことは。もしも身勝手に聞こえてしまったり残念ですが、彼の人生の最後の数ヶ月は私にとって最高の日々でした。彼は人生の恩人です。真の幸せに気づかせてくれた。心から誇りに思います、故

人と最後の時間をともに過ごせたことを。我々は互いの人生に喜びをもたらしたといつもいつわりにはならないでしょう。だから、いつの日か、このわたしが最後の眠りについて天国の扉の前で目を醒ました時、その証人としてカーターにいて欲しい。そして天国に案内して欲しい」

この弔辞を述べるジャック・ニコルソンの演技は見ものであった。あの表情としぐさは最高の芸だ。

エドワード・コールは5月に死んだ。日曜日の午後、空には雲ひとつなかった。享年81。彼らはピーナッツの缶に入られ、ともにエベレストに埋葬された。いまだ人生の価値の図り方などわからない。だがこれだけはいえる。エドワードがその目を永遠に閉じたとき心は開かされていた。最後の安住の地にも満足していることだろう。

この映画は、ドイツでは「Zwei Manner – 二人の男」という題名で上映されている。「二人の女」ではこのような話話ではないであろう。私はこの題名の付け方がピッタリだと思っっている。

野

医療法人 和楽会
なごやメンタルクリニック院長
原井 宏明

前回は、やさしい精神医療の選び方 その1 相談掲示板、というタイトルで書かせていただきました。最後に、掲示板での相談に対する対応の仕方について次回以降のコラムで解説すると書いたところですが、しかし、貝谷久宣理事長から、専門的なことは避け、日々の生活や診察、ふれあい・出来事などを通じて発見したこと、感じたことを書くようにという指示がありました。「野に下ったのですから、当分は娑婆の勉強をしてください」というありがたい

言葉もいただきました。私は、前回の記事が難しすぎたことで理事長にまでご迷惑をおかけしてしまったようです。従って、前回の続きを書くことは慎みたいと思います。

「野に下る」という言葉はとても含蓄のある言葉です。ここから、いくつか感じたことを今回は書かせていただきます。おそらく理事長は、国立病院という「官」から、個人経営のクリニックという「民」に移ったことをおっしゃっているのでしょうか。私は21年間、牧場に囲まれた国立精神療養所におりました。地名も菊池郡合志町大字福原です。風景としては国立精神療養所の方が野原にあり、私個人は何もない野原から、大都会のビルに上った気分です。また、出身地がもともと京都ですから、九州に行くときには、「都落ち」という感覚もありました。場所という意味では、菊池郡合志町(平成の大合併で今は合志市)から名古屋までというのは、「野に下る」というよりも、野から里に下りてきたという感じです。「野に下る」は別の意味で考

えることもできません。菊池郡合志町は交通不便の極致のようなどころでした。周りは牧場と唐黍畑です。薬物依存の患者さんからは、「ここだったら、絶対ブツは手に入らない」、パニック障害の患者さんからは、「そこにいけるようになったら、もう治っている」、社会不安の患者さんからは、「誰にも顔を合わさない」。待合室も広く、社会不安の方にとっては視線を避けられる場所、不潔恐怖の患者さんにとってはすれ違う人を避けられる場所がいくらでもあったのです。使われなくなった部屋や場所、診察室がいくらでもありました。医者もあまりいません。広い研究室を一人占めすることもできました。空いている研究室でギターを奏でている先生や、愛犬を飼っている先生もいました。院長はいませんが、人事権はもっていません。医者はそれぞれ好き勝手しても良かったのでした。そんな場所でした。私は何ヶ月も前から予約を入れて飛行機で遠くから来られる患者さんを私のやり方で診

ていたのです。いかにも牧歌

的という感じでしょう(注)。

もうひとつ、私にとって「野」には意味があります。私は病院の官舎に9年間住んでいました。自分の住処の目の前が唐黍畑だったので。窓を開けると遙か遠くまで人影はなく、見える建物は病院の建物だけでした。朝に車の音はなく、鳥の声をきかしていました。名古屋ではビルの7階に住んでいます。窓を開けると前は別のマンション、朝は列車か車の音で目が覚めます。「野」に住んでいた野人が都会に迷い込んだ、という感じがします。

ときどき、たまに、高齢の患者さんが「えらくなるのが怖い」「名古屋まで遠いでー」とおっしゃいます。「野」の匂いにする方言がとても好きです。こういうとき、つい私は「野」モードに帰りたくありません。「そぎゃんあるとですか?まだ、発作が起きよつとです。前、葉ば変えたケンね。他に変えた方がヨカですか?」と答えてしまいます。患者さんも、「はい、そうです。」といふからずに答えてくれるので不思議です。

脚注1

こんな風によくと菊池病院は大赤字に見えるでしょうが、実は国立精神病院では唯一の黒字病院でした。老年期への特化と重心病棟、治療で持っていたのです。

前回の続きに興味がある方は、原井のブログをご覧ください。

<http://homepage1.nifty.com/harai/>



〈原井宏明略歴〉
一九五九年京都生まれ。一九八四年岐阜大学医学部卒業。神戸大学精神科、国立肥前療養所(現、肥前精神医療センター)、国立菊池病院臨床研究部長・診療部長を経て、二〇〇八年一月から、なごやメンタルクリニック院長。日本行動療法学会認定専門行動療法士、動機づけ面接トレーナー

病(やまい)と詩(うた)【7】

— 絡み合う糸 —

元国立環境研究所所長
大井 玄

老年期を歩むことは、臨床医として患者さんの訴えに耳を傾けるせいもあるが、生きる営み自体が次第に重く、しかも宙に浮いたように感じる過程であるようだ。腰や膝に重い感じがある。早く歩こうにも脚がいうことを聞かない。かつて楽に開けたビンのふたが開けない。靴を履こうとするとバランスが崩れる。夜、小用に立つ回数が増える。起床しても寝足りない感じが残る。便通の不順等々、それ一つでは些細な症状である。しかし、全体としては、歩く道の泥濘が次第に深くなるように、そのくせ生活感覚は薄らいでくる。親しい友の死は、世界とのつながりが絶たれる

ような感覚さえ起すのである。高校同期の友人にOがいた。色のあざ黒いジャガイモみたいな顔つきで、ずんぐりどがつしりの中間のような体型だった。サッカー部で一緒にボールを蹴ったのだが、運動神経の鈍い私にさらに輪をかけた不器用な男だった。鈍足、キック力のなさ、球捌きの鈍さ、反射行動の拙劣さでわれわれは双壁だった。二人は左右のハーフバックだったが、すこし上手い相手には手もなくひねられた。サッカー部の先輩コーチには、そういうわけで、とくに「可愛がって」もらった。グラウンドを何周かして頤を出しているわれわれは、ご褒美として、僚友より多くもう一周させられたのである。

ユニフォームを脱いだOは、大人びた苦勞人の雰囲気があり、揉め事のあるときなにかと仲裁役を買って出た。敗戦から十年も経たぬ貧しい時期であり、家庭もともに貧しかったから、ときどきそばやラーメンをおごりあうのが、いわば、われわれの連帯感の表明であったのだらうか。そう、食べるものはどんなものでも美味かった。われわれは大学も、卒後の進路も大きく違った。しかし

受験に何度も失敗し浪人生活を何年も繰り返す鈍重さは、サッカーをやった頤を再現している様子があつた。だがその後、彼は新聞社に入り、晩婚ではあつたが年のずっと若い賢く美しい人を貰い、最後は勞務担当の重役になった。重厚な風貌で領きながら、タバコの煙が濃い飲み屋で部下の話聞いてやる様子は、いわば伝統的の日本社会での人とのつながりの暖かさを伝えていた。

人は、どんな時、人生の答えを見つけたと感ずるのか。人生は、様々な色の糸が限りなく絡み合つてできているように見える。細部では模様があるようでも、全体としては漠とした霞のように広がる景観である。糸の色は、仕事、友人、仇、趣味、宗教、健康等々その人の関心の数だけ存在する。

高校二年夏、サッカーの合宿は、長野県のある中学校グラウンドを借りて行われた。そこは桜の並木に囲まれ、直ぐ横では千曲川の清流が涼しい音を立てていた。炎天下でいがくり頭でボールを追うだけでも、汗は目に入りのがどがど。しかし当時の奇妙な精神主義的鍛えは、できるだけ水を飲むなというものだった。飲むと反つて疲れが増すといういかにも非科学的説明が付いていた。

友人Oという糸を手繰るだけでなく、それは無数の様々な糸と絡み合い、またほどこ、また絡み合うのが見えてくる。私という糸ももう直ぐほどこけるのだらう。だが漠たる人生には、漠たる満足があるのも、確かである。



〈大井 玄略歴〉

一九三五年生まれ。
一九六三年東京大学医学部卒。
東京大学名誉教授。
元国立環境研究所所長。
臨床医の立場を維持しながら国際保健、地域医療、終末期医療にかかわってきた。

結局、闘病というほどの闘病もしないで、彼はあつけなくあの世に旅立つた。人生の守備もサッカーに似て下手だった。

高見順「死の淵より」

◆ ドクターヨシダの一口コラム (18) ◆

コーチングのすすめ
— その2 —

医療法人和楽会心療内科・神経科 赤坂クリニック院長

吉田 栄治

の意欲や可能性を引き出していくのがコーチングで、近年、職場において部下の育成を主眼としたビジネス・コーチングというものが注目されており、これは、上司―部下関係に限らず、親子関係、夫婦関係、その他の人間関係全般にも、とても役に立つのではないかとということで、記事に書きました。

今回は、本の紹介をしたいと思えます。

以前、ケセラセラVOL.41、2005年夏号に、「コーチングのすすめ〜コミュニケーションの改善のために〜」(http://www.fuancinic.com/dr_yo_h/dr_y_41.htm)というところで、一口コラムを書きました。相手を教え諭すティーチングに対して、相手

というわけです。

なかなかいいなと思ったのは、巻末に「こんな場合はこのスキルが使える」という付録がついていて、「部下がスランプで落ち込んでいる」「部下があまり話してくれない」「部下とうまく接点を持つことができない」「部下がいつも不平や不満ばかりいつてくる」「部下にいいたいことがあるがちょっといいにくい」「部下とのコミュニケーションがどうもしっくりいかない」など、それぞれのケースで、どのページを参考にすればいいのかが、簡単にまとまっていることです。この「部下が…」の部分、「夫が…」、「妻が…」、「子どもが…」、「親が…」、「家族が…」、「恋人が…」と読み替えることができます。

答えを引き出す」「パート2 安心感と自信を与える」「パート3 未来への夢を抱かせる」「パート4 新しい視点を与える」：など、カウンセリシヨンの改善のために」

内容について、いくつか、かいつまんで御紹介しましょう。何か問題が生じた時に「なぜ」と尋ねると、尋ねられたほうは責められることを想定して防衛態勢に入ってしまうから、「なにがいけなかったのか?」と「なに」を使うようにする。質問を投げか

けたあとは「ゆっくり考えていいよ」と沈黙の時間を大事にし、答えは必ず相手の中にあるという信頼を持つて待つ。相手の言葉をきいて感じたことを相手に伝えてみる、そして不安を感じたら、その気持ちを正直に伝える。自分のやり方を相手に強要せず、相手の強み、いいところを見つめる。どうしたらいいかわからないときは、相手が何を欲しているかをきいてみる。コミュニケーションがうまくいっていないときは、ちょっと心の目を空中に浮遊させて、上から距離をおいて観察してみても、感じたことを相手に伝えてみる。相手の立場に立って考えるには、相手に関する質問をひたすら自分自身に問いかけてみる、たとえば「彼/彼女はそのことについてどう思っているだろうか?」「彼/彼女は毎日どんなことを考えながら仕事をしているのだろうか?」「彼/彼女が子どものあるころの夢ってなにだったのだろうか?」「怒鳴られたあと彼/彼女はどんなことを思うのだろうか」という具合に。

この本に書かれていることは、私が日々の診療において心掛けていることと重なるところも多々あり、患者さん方から、なにやら自分の担当医は、ここに書かれていることをそのままやっているとか、あるいは逆にちゃんとやっていないぞとか思われると、ちょっと困る気もしましたが、大切な人との人間関係がこじれてしまっている場合など、きつと皆さんの参考になるところがあるのではないかと思います、御紹介いたしました。なかなか簡単には、いかないかもしれませんが、ちょっとやってみようかなというところがありませんか、是非、実践してみてください。

「なぜ」と尋ねると、尋ねられたほうは責められることを想定して防衛態勢に入ってしまうから、「なにがいけなかったのか?」と「なに」を使うようにする。質問を投げか



〈吉田栄治略歴〉

一九五九年生まれ。
一九八四年防衛医科大学校医学部
医学科卒業。自衛隊中央病院第一
精神科、自衛隊岐阜病院精神科、
自衛隊仙台病院初代精神科部長を
経て、二〇〇三年九月より心療内
科・神経科 赤坂クリニック院長。

不安・うつのか (XIII) — エイブラハム・リンカーンの場合 —

医療法人 和楽会 横浜クリニック院長
山田 和夫

I 歴史を動かす心の病

アメリカ合衆国第16代大統領エイブラハム・リンカーンは黒人奴隷解放などに力を尽くしたが、何度かうつ病を経験した。うつ病によってリンカーンは休息した。そして、その後の湧き上がるエネルギーで多くの歴史的活動を行なった(双極性障害)。双極性障害は歴史を動かした心の病であった。「心の病」は時にして歴史を動かす。平凡な力では歴史は動かさない。「心の病」は尋常でない力をその人物に与え、その結果歴史を動かす事がよくある。

II 戦争指導者の心の病

戦争によって歴史が進展する場合がよくある。関が原の戦い、南北戦争、第二次世界大戦などはその典型例である。戦争指導者には心の病がよくある。カリスマ性というのでもっとも危うい心の側面である。クレッチマーは「天才の心理学」の中で「精神病質者というのは常に存在する。ただ平和の時には、われわれ精神科医は彼らを鑑定し、疾風怒濤の時代には、彼らがわれわれを支配する。」と述べている。これは大変適確な指摘である。

第二次世界大戦がその通りである。戦争を引き起こしたのは日独伊の三国同盟である。同盟国は国際協調の中で歪んだ発展をしようとした全体主義・ファシズムの国々である。ドイツの戦争指導者はヒトラー、イタリアはムッソリーニ、日本は東条英機であった。ヒトラーは複合的人格障害、東条英機には強迫的神経質症があったという。とても

戦争に勝てる心の病ではない。日本は大東亜共栄圏の美名の下に、朝鮮、中国更にはアジアを支配しようとしていった。ドイツは、民族浄化の美名の下にユダヤ人や精神障害者を虐殺していった。そのような不正義は歴史的に結局滅びていった。しかし、一時そのような不正義がその国民にとっては、熱狂的な歓声を持って受け入れられていた。戦争指導者の個人的狂気と、それを受け入れる民衆の集団狂気である。人間とは、誰も危うい存在でもある。

それに対してイギリスの戦争指導者はチャーチル、アメリカはアイゼンハワー、フランスはドゴール、ソ連はスターリンであった。チャーチルは双極性障害があったことが知られ、アイゼンハワーは明るい循環気質であった。共に危機戦時下の緊張状態の中で軽躁状態を呈し、強い意志と勇氣と勝利への自信が連合軍全体を鼓舞し、強い戦闘力を発揮しノルマンジー上陸作戦を敢行し、勝利へと導いた。双極性障害の心性は、健全な自由社会を希求し、現実見当識が高く、正義、勇氣、自信を有し、勝利に導き易く、歴史を健全な方向へ進展し易い。双極性障害は正に一つの歴史を動かす心の病である。

III リンカーンの人生と双極性障害

エイブラハム・リンカーンはアメリカを代表する大統領であり、アメリカ合衆国をまとめ上げた大統領である。「人民の、人民による、人民のための政治」即ち民主主義を確立し、南北戦争に勝利する事で黒人奴隷

解放を実施し、アメリカ合衆国を統一していった。信仰心が厚く、人道主義者で、誠実で温か味があり、強い意志を持ち、大きな人望を有していた。性格的には大変良心的な執着気質者である。そのため双極性障害に近い反復性うつ病にもなった。そのために大統領になった。うつ病は時に彼に休息を与え、人間の苦悩を実感させ、人間性に深みを与えた。彼の写真は真摯さと同時に悲しみを湛えている。

リンカーンは1809年2月12日アメリカ合衆国ケンタッキー州の奥深い森の丸太小屋の中で生まれている。父親のトマス・リンカーンと母親のナンシー・ハンクスは二人とも下層の出身で、貧しい開拓民であった。開墾と狩猟で生計を立てていた。母親は彼が9歳の時にリンゴ病で亡くなっている。翌年にはサラ・ブッシュ・ジョンソンが継母として来る。教育はアンドリュー・クロフォードが教える学校に1年間のみ通っている。しかしその1年で基本的な読み書き計算とアメリカの「独立宣言」を習っている。また詩作や演説法を習っている。後は自学自習である。教育とは基本的に何を教えるべきか、ここに端的に明示されている。1831年(22歳)家族と別れ自立し、イリノイ州のニューセラムで働くようになる。1832年(23歳)友人等に推されてイリノイ州の議員選挙に立候補するも落選する。同年「黒たか戦争」に参戦する。1834年(25歳)ホイッグ党からイリノイ州議員に立候補し当選する。1836年

フクロウ博士のチョット一言

あなたは宮沢賢治を読んだことありますか？



雨ニモマケズ 風ニモマケズ
雪ニモ夏ノ暑サニモマケヌ
丈夫ナカラダヲモチ
慾ハナク 決シテ瞋ラズ
イツモシヅカニワラツテイル
一日ニ玄米四合ト
味噌ト少シノ野菜ヲタベ
アラユルコトヲ
ジブンヲカンジョウニ入レズニ
ヨクミキキシワカリ ソシテワスレズ
野原ノ松ノ林ノ蔭ノ 小サナ萱ブキ小屋ニイテ

東ニ病氣ノ子供アレバ 行ツテ看病シテヤリ
西ニ疲レタ母アレバ 行ツテソノ稲ノ束ヲ負ヒ
南ニ死ニソウナ人アレバ
行ツテコハガラナクテモイ、トイヒ
北ニケンクワヤソシヨウガアレバ
ツマラナイカラヤメロトイヒ
ヒデリノトキハナミダヲナガシ
サムサノナツハオロオロアルキ
ミンナニデクノボートヨバレ
ホメラレモセズ クニモサレズ
サウイウモノニ ワタシハナリタイ
すごいですね。こんな人になれたら！

(27歳)弁護士試験に合格する。1837年(28歳)スプリングフィールドに移り、友人スチュアートと法律事務所を開く。ここまでは社会的には艱難辛苦はあったものの、社会的成功者としての道を歩んできた。

彼が初めてのうつ状態を呈したのは、1841年(32歳)、名家の令嬢メアリー・トッドとの縁談話が持ち上がった時である。彼は弁護士としても政治家としても成功し、将に名士とならんとしてきた状況の中で、名家の令嬢を妻に迎える事は相応しい事のように見えた。しかし彼には名家の令嬢が重荷であった。メアリーは何不自由ない豊かな生活の中で育ち、教養も身につけ、社交的であった。リンカーンは貧困の中で育ち、弁護士になるまでは社会の底辺から苦勞と努力で自力で成功を収めて来た。実力はあったが、育ちの良さや教養は無かった。

そのため全く非社交的であった。しかしこの縁談を断る理由が無かった。徐々に深いうつ状態となり、衰弱し希死念慮も生じるようになった。生きる意味を感じなくなり、絶望の淵に追いやられたという。その病状を見て親友のスピードが大変驚き、心配して、彼を自分の故郷のケンタッキーに連れ戻し、十分に静養させた。徐々に健康を取り戻し、話もできるようになった。やっと回復した時スピードに向かつて次のような事を話した。「僕には、死んで行く事は少しも怖くない。いや、今自然に死んでゆけるのだらたら、どんなに嬉しいか、とまで思っている。だが、僕はこうして人間に生まれてきたんだから、やはり、何か生きがいを感じられるまで生きている義務はあると思う。」うつ病から回復していく過程で、死をも恐れぬ社会的使命感を感じていくようになる。そこには躁の心性も加わっているように見える。その後もうつ状態は再発し、苦しむもリンカーン自身が耐えて凌ぎ、静養するまでには至らなかった。彼の強い精神力によるものと思われる。

IV 大統領就任と奴隷解放と南北戦争
1842年(33歳)メアリー・トッドと結婚し、翌年には長男ロバート・トッドが生まれる。1846年(37歳)イリノイ州の下院議員に当選し、次男エドワード・ペーカーが生まれる。1847年(38歳)ワシントンに移る。上院議員に立候補するが落選する。この頃、アメリカ海軍がペリ

ー提督の下、浦賀に着き日本を威嚇して開国を迫った(1853年)。1854年アメリカ共和党が結成され、民主党と共和党の2大政党制になる。1860年(51歳)共和党の大統領候補となり当選する。1861年(52歳)3月4日アメリカ合衆国第16代大統領に就任する。しかしリンカーンが奴隷解放論者であったことを嫌い、南部諸州は合衆国から脱退し南部同盟を結成する。リンカーンはこれを認めなかったため南北戦争が勃発する。戦争の最中1862年(53歳)9月22日

東部諸州に奴隷解放令を出す。
1863年(54歳)11月19日ゲティスバーグの戦跡で、歴史的な

「人民の、人民による、人民のための政府」と演説する。

1864年(55歳)大統領に再選され、1865年(56歳)3月再び大統領に就任。4月9日に南北戦争が北部勝利の形で終結するも、4月14日、劇場で狂信的な俳優ジョン・ウィルクス・ブースによって狙撃され、4月15日死去する。大統領に再選された就任式の際次のような演説を行っている。

「この南北戦争は、誰もがしたくなかったのに起こりました。奴隷制度がその原因です。戦争が始まった時、南部も北部も戦争がこれほど長引き、これほど激しいものになるとは考えてもみませんでした。南部も北部も正しいのは自分達であって、神様も自分だけの味方であると思っていたのです。しかし今となってみると、神様は南部にも、また北部にも味方はしていなかったのです。この戦争は、奴隷制度を持っていたアメリカに対して、神様が与えた天罰であり、恐ろしい試練であります。私達にできる事は、この天罰が少しでも早く終わるように祈る事だけです。この戦争では、誰も悪い人ではありません。ですから、どんな人にも悪意を抱かず、どんな人にも慈愛の気持ちを持ち、神様が私達に教えている正義を固く守りましょう。この戦争で傷ついたすべての人を労わりましょう。全ての人の平和のために努力しましょう。」

V 歴史における双極性障害の意義
リンカーンは、再任された大統領就任演説にあるように、人物が大

きく、敵を憎まず寛大で人間愛に満ちていた。そのため敵からも信頼された面がある。また死を恐れず、正義のために戦う勇気を有していた。双極性障害の良し心性と言え

る。双極性障害によって南北戦争は勝利し、奴隷解放令が実施され、アメリカ合衆国が分裂せずに統合していった。そしてアメリカ合衆国はその後、民主主義の模範を歴史上に提示し、20世紀を牽引していく事になった。双極性障害によって歴史は正しい方向に大きく動いた。

文 献
1 E・クレッチマー(内村祐之訳)「天才の心理学」p37、岩波書店、1982
2 山田和夫「精神医学からみた戦争人類最大の狂気、戦争について」文化とこころ」p280、p284、1997

野鳥図鑑



【イソヒヨドリ】

磯の名前が示すとおり、主に海岸の岩場で見かけます。港付近の人家の屋根や電柱の上で「ヒーチー チョチヨ ピィピィ」と大きな声で一年中よく囀ります。昨年、小笠原諸島に野鳥を見に行きましたが、島のいたるところに生息していました。

撮影 (財)日本野鳥の会 岐阜県支部長 大塚之稔



(山田和夫略歴)

和栄会横浜クリニック院長、東洋英和女学院大学人間科学部教授一九五二年東京生まれ。一九七四年東京大学医学部保健学科中退。一九八〇年横浜市立大学医学部卒業。二〇〇〇年横浜市立大学医学部市民総合医療センター精神医療センター部長。二〇〇二年東洋英和女学院大学人間科学部教授。二〇〇三年和栄会横浜クリニック院長。日本うつ病学会監事、多文化間精神医学会理事・執行委員、日本病跡学会理事・編集委員長他。主要著書「うつ病は本当に完治するか」「抗うつ薬の選び方」と用い方」「新世紀の精神科治療2 気分障害の診療学」(今日の治療指針二〇〇四) 難治性うつ病」他

INFORMATIONS

● 「自立支援医療制度」の利用についてのお知らせ

○ 自己負担額は原則10%です

これまでの制度の自己負担額は5%でしたが、新しい制度は原則10%です。世帯の所得額や病名などによっては自己負担に上限があり、それ以上は支払わなくてよい場合があります。

← 一定所得以下 →			← 中間所得層 →		← 一定所得以上 →
生活保護	低所得1	低所得2	中間層1	中間層2	一定以上
← 生活保護世帯 →	区市町村民税 非課税本人収入 ≦80万	区市町村民税 非課税本人収入 >80万	区市町村民税 <2万(所得割)	2万≦ 区市町村民税 <20万(所得割)	20万≦ 区市町村民税 (所得割)
所得区分①	所得区分②	所得区分③	所得区分④		所得区分⑤
負担0円	負担上限額 2,500円	負担上限額 5,000円	負担上限額 医療保険の自己負担限度額		公費負担の対象外 (医療保険の負担割合・負担限度額)
			重 度	か つ	継 続
			負担上限額 5,000円	負担上限額 10,000円	負担上限額 20,000円

○ 必ず医療受給者証を提示して下さい

受診する時や薬局で薬をもらう時には、毎回必ず「医療受給者証」を提示して下さい。

○ 自己負担上限額がある場合は、必ず「月額負担上限額管理票」を提示して下さい

自己負担上限額がある人は、受診や薬局で薬をもらう時、必ず「月額負担上限額管理票」を提示して、自己負担した金額を記入してもらわなければなりません。

○ 新しい制度の有効期間は1年です

これまでの制度の有効期間は2年でしたが、新しい制度は1年です。毎年更新手続きが必要です。

○ 新しい制度を利用できない場合があります

所得が一定以上（区市町村民税額が20万円以上）の方で、「重度かつ継続」に該当しない場合には、新しい制度を利用できません。

● クリニック関係図書出版案内

● 「社会不安障害のすべてがわかる本」

著 者：貝谷久宣
発行日：2006年3月10日
出版社：講談社

● 「気まぐれ「うつ」病 — 誤解される非定型うつ病 —

著 者：貝谷久宣
発 行：2007年7月10日
出版社：筑摩書房



毎週木曜19:00~(1時間)

集団精神療法としてヨガを始めました。ご希望の方は主治医へご相談下さい。



発行日 平成20年7月1日

【医師の受付時間】

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
月		吉田						高橋	吉田			
火		武井						武井	坂本英			
水		吉田						吉田	坂本英			
木		熊野						大塚(第1・3)	吉田			
金		安田						山中	武井			
土		武井						貝谷(初診)	中村			
		貝谷(再診)						吉田	梅景			
		吉田						西川(第1・3)	吉田			
		梅景						佐々木	安田			
		吉田										
		高橋						網島(第1通)				
		網島(第2通) ※7月まで						網島(第3・5通)				
		山中(第3)						山中(第3以外)				
		佐々木						木納				
		竹内(隔週)										

※予約診療（日曜・祝日休診）

制作 医療法人 和楽会

発行所 医療法人 和楽会 心療内科・神経科 赤坂クリニック

〒107-0052 東京都港区赤坂3-9-18 BIC赤坂ビル6F

ホームページアドレス <http://www.fuanclinic.com>

協力 NPO法人 不安・抑うつ臨床研究会

印刷 ヨツハシ株式会社 〒501-1136 岐阜市黒野南1-90

定価 ￥500

【認知行動療法の受付時間】

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
月												
火												
水												
木												
金												
土												



心療内科・神経科

赤坂クリニック