

なってみなけりゃ分らない

小 西 昭

Now I Understand!

Akira KONISHI

母が89歳で他界して6年になる。母は50歳を過ぎてから亡くなるまで、悪いのは自分ではなくすべて年齢のせいだ、と云い張るようになった。汚れた食器でいっぱいの流れ、足の踏み場もないほど散らかした居室などは若い頃の母には考えられないことだった。呆れ顔の私に、母は「年をとると体が弱る、腰は痛むし背中が曲がる、お前も私の年になってみなけりゃ分らない」と抗弁した。しかし、一足飛びに二十数年も年をとれるわけではない。不可能なことを言い訳にされてはどうにもならぬ。加齢に伴って気力と体力は落ちてゆくのだから仕方がないか、と昔は綺麗好きだった母の変わりように納得をしたつもりだった。だが、理解することと体験することとは根本的に違う。私も70歳を過ぎてから、母の口癖になっていた「私の年齢になってみなけりゃ分らない」が身に沁みて分かるようになった。

老いることは恐ろしいことなのだ。多少ともスマートな体型だった私も、この10年で身長が5.5 cm も縮み、体重は10 kg 増えた。年々、動作は鈍重になり、仰臥位から座位へ、座位から立位へと姿勢を変えるにも掴まるものが近くにないと不自由だ。数年前に高齢体験グッズを装着したときの感覚と、自然に老いた現在の、やり切れなく気が滅入る感覚とは全く質が違う。母の口癖通り、なってみなけりゃ分らないのだ。白髪と皺が増える、腰や背中が伸びな

い等の外見的な加齢現象は生物だから止むを得ないと受容するにしても、視力と聴力、記憶力(記銘、保持、想起)の減退は、QOLの低下に直結する深刻な問題である。メガネを換えても新聞の活字やテレビの字幕が見にくい。瞬間的な判断力が衰え、考えられないような読み違いや聞き違いをする。物忘れは日常茶飯事で、しばしば「あれなんだったかな」と夫婦で顔を見詰め合う。たまたま、どちらかが思い出せたときには「天才」と叫んで年甲斐も無く拍手や万歳をする。

数日前、ショウジョウバエも年をとれば物忘れが進むと云う研究を東京都神経科学研究所の研究者が発表した。老若のショウジョウバエの脳を比較することによって、脳の老化遺伝子あるいは老化物質が解明され、老化抑制に成功することも夢ではなくなった。夢の実現まで長生きしたいものだが、母と同じ年まで生きるにしてもあと16年もある。これは容易なことではない。

「ジージー、ジージー」と一歳児らしい可愛い男の子に指さされた。とっさに誰のことだか分からなかったが、もしかすると私のことなのかなと左右を見回しても、エレベーターの満員の客はそれぞれあらぬ方を向いて知らぬ顔。愛くるしい坊やを抱いた上品な感じの母親は、困ったように微笑んだ。私も仕方なく苦笑いしたとたん、又もや指さして懸命に「ジージー、ジージー」と云う。ジージーとは紛れも無く私のことだったのだ。今度はくすくすと忍び笑い

する客もいる。奇妙なショックを受けた。私は確かに白髪のじじいだが、なにも指をさされるほどのことではあるまい、失敬な、親は躰けをしていないのか、不快感が脳裏をよぎる間もなくドアが開き、品の良い母子と祖母の3人連れは満員のエレベーターを降りた。ドアが閉まる時、フロアーから軽く会釈をする母親の姿が目に入った。

未婚の女性が「奥さん」と呼ばれた、若い奥さんが「おばさん」と声をかけられたなどと冗談混じりに憤慨しているのを聞くことがある。ばかばかしい、どちらにしても大差ないじゃないか、と思っていたのは他人事だったからだ。自分が対象になってみると話は違って来る。男の子は無邪気に母や祖母に自分の発見を教えたかったに過ぎない、と分かっているのに釈然としない。孫の無い私は、「ジージー」と言う愛称に感作されていなかったのだ。

私は小学2年生頃から「吃音」が出始めた。吃音になったのは、吃音の子の真似をしたからで、因果応報とも云える。吃音は、私の人格形成に良かれ悪しかれさまざまな影響を与えた。良かった点は吃音を通して身障者の辛さの一端を味わったことであろう。吃音がほぼ治ったのは世間擦れしてきた40歳過ぎで、厚顔無恥になりかけた50代には完治した。長い間、吃音を知られると緊張が増して再発するかもしれないと云う恐怖心が抜けず、吃音だと悟られないように注意してきた。どもりそうな時は聞き役に徹し、首を縦や横に振るだけでも会話は成立する。露ほども疑われなかったことが幸いして、私の吃音秘匿作戦は成功し、勤務先の医療技術短期大学の教職員にも医学部解剖学教室の研究仲間にも隠しおせた。定年を過ぎ、吃音だったことを秘密にする根拠も薄れてきた。この数年は、私の辛かった経験が何処かで誰かの役に立つかもしれない、と考えるようになった。大鏡に「おぼしきこといはぬは、げにぞはらふくるる心ちしける」とある。云いたいことも云わないので、心に不快の思いがたまる、と云うよ

うな意味だ。「王様の耳はロバの耳」ではないが、掘った穴に向かって叫ぶつもりで、書いてみよう。

吃音は、①難発性、②連発性、③延引性に大別され、通常は併発する。①は最初の文字の発音が難しい状態で、無理に声を出そうとすると呼気が詰まって顔が真っ赤になり、いわゆる怒責状態を起こす。会話の相手はなぜ顔を真っ赤にして黙るのかと不思議そうにする。そのときの、自分自身に対するはけ口の無い憤懣と情けなさは筆舌に尽し難い。②は発声したとき、「こ」ならココココ、「た」ではタタタタと云うように、同じ音が自分の意志に反して機関銃のように連続して出るタイプで、吃音の典型である。止めようとしても止まらないのは、実に腹立たしいものだ。連発性吃音の真似はいたって簡単であるが、真似が過ぎると俗に「吃音がうつる」といわれる現象が起り、吃音者になってしまう。連発は、カ行、サ行、タ行、ナ行、ハ行の発音で頻発し、ア行は比較的起こりにくい。したがって「あー」「えー」で話し始めると気分が落ち着く。③は文字の間を伸ばして発音するもので、ワタクシと云うところをワータクシーと云うように発音する。歌っているように聞こえるから、聞き手に違和感が生じる。私の場合、③はあまり起こらなかった。①、②、③を合わせると、東京駅は、トトトーキョキョキョウエキのようになる。言葉を出す前に、いやだな、どもるかも知れない、どもるに違いない、どもると格好悪いなどと連鎖的に考えることでストレスがかかる。その結果、心悸亢進と赤面が激しくなり、それがさらにストレスを強める。この悪循環が始まると逃げ出すしかない。

私の吃音との戦いは、小学校低学年の夏休みに吃音矯正学校に入学して発声法(呼吸法)を練習したときに始まる。矯正学校では男子が圧倒的に多く女子は稀であった。教師は、「吃音になるのは賢くて内気な男の子が多い」と慰めだか励ましたか分からぬことを云ってくれた。一説によれば、脳の性差が関係していて、男

子は左脳（論理的、分析的）の発達が右脳（イメージ的、総合的）より早いと、アンバランスが起こって吃音になりやすく、女子は左右の脳が均等に発育するから吃音者が少ないと云う。女性は左右の大脳半球を連絡する交連繊維が男性より多いからだ、とする説もある。

矯正学校の教師は「発声法をマスターすればどもらない」と宣言し、授業の始めには小学唱歌を全員で歌った。不思議なことに、重度の吃音者でも歌うときには決してどもらない。これは素晴らしいことで、発声法が重視される理由でもあるのだが、節をつけて話すのは延引性吃音と類似していてなかなか馴染めなかった。とはいえ、奥の手をもつことは心の支えになっていた。

吃音で一番困ったのは、駅の切符売り場の窓口で行き先を駅員に告げるときだ。自動販売機のない時代だから、行き先を云わなければ切符は買えない。切符売り場の前を深呼吸しながらうろうろと歩き回り、窓口の係員のいぶかしげな視線と目が会うと、それ以上逡巡できなくなる。意を決して窓口に行くのだが、駅名は云えないか、云えたときでもどもらながらだ。恥ずかしさと口惜しさに努責が加わって顔面は真っ赤になる。この憎い吃音をどうにかしなければと真剣に考えた。不自由は日々の問題だった。

解決法を考えているうちに、ふと気付いた。現代風に云えば発想の転換だ。東京が発音し難いのなら、東京と云わなければいいじゃないか。東京圏であればいいのだ。上野、恵比寿、御徒町など、発音しやすい駅名を頭に浮かべておき、切符を買う際、「トウキョウ」の代わりに口をついて出た駅名を云う。田舎の駅で山手線の駅名が云えたとき、窓口の駅員は「あ、東京ですね」と言い換えて東京行きの切符を渡してくれた。やった！ 目から鱗が落ちた一瞬だった。京都駅の場合は上りと下りで違う。「キョウト」は必ずどもらる単語だから、少々無駄遣いにはなるが、大津、山科、大山崎などを使った。前もって言葉を決めておくから意識過

剰になり、緊張の頂点に達して難発性や連発性の吃音が起こる。別の駅名をいくつか用意しておくことで心にゆとりが生まれ、どもらる確率が小さくなる。

この方法を会話のときにも利用した。同義語を幾つか覚えておき、発音しやすい単語を口から出す。中学からは同義語の仲間に英語も加わり、大学からは時々ドイツ語も。頭の中で同義語を回転させていると気持ちに余裕を生じる。リラックスして話すと、どもらる回数が減った。人名と地名は同義語が無いようなものだから、難物だった。使わぬに越したことは無いのだが、必要であれば相手にヒントを与えてそれと気付いてもらえるようにした。人名の場合には名前を忘れた振りをして、「最近赤ちゃんができた人で、」、「岡山からきた、」、「病理で電頭をやっている、」などと枕詞を並べ、相手に名前を云ってもらって会話をした。

30歳を過ぎて、解剖学会で初めて研究発表をしたときにも、最初の言葉をいくつか用意した。二度目の学会発表からは、切り出し文句を「えースライドをお願いします」にした。私の研究手段は電子顕微鏡だったから、必ずスライドを使う。「えー」はどもらない発音で、「えーす」と連続的に発音することによってサ行の「ス」が滑らかに口に出る。スライドと云ってしまえば照明が落ちるまでは黙っていても誰も怪しまない。その数秒間で上がった気持ちが多少とも静まってくる。暗くなれば壇上からは聴衆が見えなくなり緊張は大いに緩和される。私にとって、一石二鳥どころか三鳥にも四鳥にもなるアイデアだった。発表している間は、スライドをレーザービームで指し示しながら、聴衆よりもスライドに向かって喋った。スライドは人間ではないから少々話が面倒でも、上がってどもらることはない。犬やネコ、鳥などに話しかけてもどもらないのと同じことだ。

吃音について書いてきたが、私の吃音はどちらかと云えば軽症で、重度の吃音者を代弁する資格は無い。一人の吃音者の個人的体験と考えていただきたい。吃音を克服するために、言い

回しを変え、同義語を増やした経験は決して無駄ではなかった、と思っている。会話と同様に、文章表現の場合にもなにかと役に立ったからである。幸いだったのは、吃音の辛酸を嘗め

て、人の辛苦を多少は察することができるようになったことだ。吃音も「なってみなけりゃ分からない」のかも知れない。