

## ある卒論

デカルトと向き合いながら  
「私はパニック障害を抱えていた」

「卒論としては異色だが、とても印象に残っている」と文学部哲学科の教授は言った。  
《デカルトについて——よく生きるための指針》と表題にある。

04年度女子卒業生の卒論である。

自身の精神的な問題を解決するために、という切実さが全ページを埋めている。

彼女から、「私でお役に立つなら、お話しします」というメールが返ってきた。

——静岡・伊豆半島の港町、下田市に向かった。

学生記者 山崎綾香(法学部1年)

## 素顔のなごみ

メールと電話のやりとりだった。  
顔を知らない者同士。JR特急「踊り子号」が伊豆急下田に近づくにつれ、胸がドキドキしてきた。いや、出迎えるほうこそそうだったかもしれない。

改札を出ると、こっちを向いてほほ笑んだ女性がいた。「こんにちは」。白くて長い手足、綺麗な長い髪。一瞬に緊張がとけて、空気がなごんだ。細井直子さん(22)だった。とても元気そうだった。あの「卒論」を書いた人だろうか。どこに悩みが、と思うほどに。

「大学生のころと今ではずいぶん違うと周りからは言われますね。ふつうの生活ができるようになったんです。学生のころは化粧もぼつちりして、人生をなめたような感じの子で……神経質そうとよく言われました」

喫茶店で、かぶっていた麦藁帽子

を脱いで細井さんは言った。「体調を崩してからは、外見を気にするよりも体が丈夫なことが大事だと思うようになりました」

ほとんど化粧なし、素顔の輝きがあった。じつははじめに、記事は仮名にしましょうか、ともちかけたのだ。「いえ、実名でいいですよ」というのが彼女の答えだった。そう言える「今」を生きている、その表れにちがいない。

彼女が案内してくれたのはアンティークな「邪宗門」という名の「ちよつと有名な喫茶店」だった。レシートの上には、「われは思ふ、末世の邪宗、切支丹でうすの魔法。黒船の加比丹を……」と北原白秋の詩。8月の初め、夏の日が照り返し、港町は白く揺らめいて見えた。

デカルトにならって——

私のすべては「虚構の存在証明」

△私は、自分の体調の変化が精神的なものからきているのがわかって



卒論「デカルトについて」。A4サイズ24ページの本文と23ページの「補遺」で構成されている。右下は論文の一部分

いるので、その解決方法を見つけた  
 と思うっている。……私の、精神が  
 原因である体調の変化、という身体  
 に直接関係しない原因からくるもの  
 を、デカルトにならつて疑い、すべ  
 てを見つけ出し、追及しようと思  
 う書き出ししている。

第二章 真理、「われ惟う、故にわれ在り」を語る辺に  
 自分自身で存在しなくてはならない、と思っていたから、も  
 在り」ということにとっても惹かれた。私も他人に依存しない存  
 が「われ惟う、故にわれ在り」に達した方法をたどりたと思  
 私は、すべてを偽としているのではない。しかし、私には虚構  
 そして、その虚構に頼っている私を捨ててしまいたいと願っ  
 明をすべて偽として疑い、何も無いところから出発したい  
 私の存在証明は虚構であったが、その虚構をすべて  
 見つけられていない虚構の存在証明がある  
 上げ、その証明も

たのち、疑い  
 得ぬ真理として  
 「考える自己」  
 に至る。有名な  
 「我<sup>わが</sup>惟<sup>おも</sup>う、ゆえ  
 に我あり」(コ  
 ゴト・エルゴ・  
 スム)の命題で  
 ある。「思惟す  
 る精神」と「延

問題に引きつけた、これはデカルト  
 との対話である。  
 たとえば、「ゆえに私は、私の見  
 るものはすべて偽りであると想定し  
 よう」(『省察』)に、<sup>△</sup>ゆえに私は、  
 私のこれまでの存在証明はすべて偽  
 りであると想定しよう<sup>▽</sup>と重ね、「偽  
 りの多い記憶の示すものは、何一つ  
 存在しなかったのだ、と信じよう」  
 (同)に、<sup>△</sup>偽りの多い過去や過去

長ある物体(肉体)を独立  
 のものとする心身二元論の哲  
 学体系と併せ、「近代哲学の  
 父」とされる。うち明けると、  
 大学に入ったばかりの記者は、  
 このあたりのこと参考書を借  
 りて書いているのですが。  
 デカルトの代表的な著書で  
 ある『方法序説』と『省察』  
 の章句を引用しながら、自身  
 の精神的問題を重ねて内省・  
 切開していく。卒論はそんな  
 構成になっている。単なるデ  
 カルト解釈ではない、自身の

の経験が確実だと示すものは、何一つ、  
 決して存在しなかったのだ、と信じ  
 よう<sup>▽</sup>と進むのだ。そして<sup>△</sup>私には  
 虚構の存在証明しかなかった<sup>▽</sup>とし、  
 「真の存在証明」を手に入れるために、  
 「方法的懐疑」による思考の独白を  
 展開している。

**大学3年の夏：**

では、自身の精神的な問題とは何  
 だったのだろうか。  
 「大学3年の夏でした」と、細井  
 さんは静かに語る。

「その夏、実家に帰ったときに、  
 全身にしびれを感じて身体が動か  
 なくなってしまうんです。このまま  
 死んでしまうかと思ったくらい」  
 不安と焦り。ノドに違和感を持つ  
 ようになり、食事も通らなくなつて  
 しまったという。

病院では、「パニック障害の一種  
 かもしれない」と診断されたそうだ。  
 中学、高校のころからプレッ  
 シャーやストレスから体調を崩すこ

とが時折あつたらしい。そんな症状から、大学では履修届けの際、「授業中に退席することがあるかもしれないが、許可してほしい」旨を担当教員に申し出ていたという。「年に2回ほどありましたかね。静かに退席するから、周りに迷惑をかけることはありませんでしたよ」と、ある教授に聞いた。

なんとか乗り越えてきたものが一気に吹き出るように、最大の危機が3年の夏だった、と振り返る。

卒論の「補遺」(準備ノート)に、こうある。△私は私の体が思い通りにいかないときに、時々あつて、行かなきゃいけないときも体調を崩して行けないときがある。この場になきゃいけないときも、いられないときがある。なにかをやらなきゃいけないときも、できないことがある。▽。不意の吐き気、発熱、手足の冷え、めまい、安定剤や睡眠薬を飲みたくなくても飲まざるを得なかった日々……。

## デカルトさんに叱られた

デカルトは『方法序説』のなかで、日常生活を生きるための「格率」(暫定的道徳)を挙げている。その「第3の格率」はこうだ。「運命よりもむしろ自分に打ち勝つように、世界の秩序よりも自分の欲望をかえるように、つねに努めること。……△必然を徳とする▽ことによつて、病気でいるのに健康でありたいとか、牢獄にいたるのに自由になりたいと望まなくなる」

△それ(＝私の症状)は、「はやく良くなるなければいけない」とか、「このままではだめだ」とかいう焦りが原因で、今の私を見ようとしなかったことにも原因がある。病気でいるのに健康でありたい、という言葉で(あつ)と思つた▽と彼女は添え書きしている。

「そうなんです。その症状が現れてから、毎日変わらない平和な暮らしを望むようになりました。朝は

気分が悪くなり夜は興奮して眠れない、そんな不安定な状態から、今では朝は日が昇ると同時に起きて夜は暗いから寝る。まさにデカルトがいう、必然を徳とする、そんな暮らし。若いののに、平凡がいいなんて、つて言われますけどね」

ふつうに昼寝ができるような、なんてことない日常が幸せ。ミルクティーをストローでかき混ぜながら、彼女は笑つて言つた。

「虚構の存在証明」の最大は「外見の美しさが存在証明と思つていい」こと。だから、今は素顔のままに。

卒論はこんな文章で結ばれている。

△……早く(よく)なるうという

よりは、除々によくなつていく段階を飛び越えて、一気によくなるうとしていたのだつた。……今は今として、変わらないこの私だ、というところが、よい未来に続いていく現在の第一歩である▽

卒論の準備に入つたのは大学3年の12月からだそう。「著書を読み

進むうちに、外見ばかりに頼つて自分がデカルトさんに叱られた気がしました」とおどけたように言つて、「卒論を書き上げ、卒業するころには周りから子供のように生き生きした表情になつたねと言われるようになって」と、また照れた。

デカルトとの対話は、否定感情をくぐり抜けて肯定感情へ、素顔の自分を発見する途だったようにも思える。

## 学生相談室の、ある「救い」

大学3年次の辛い時期、学生相談室のカウンセリングにも通つたそうである。

「大きな症状が現れてからは精神安定剤が必要になつて。相談室に行けばいただくことができましたので、もう薬欲しさで通つていましたね」

最初のころは、と続ける。「薬さえもらえれば、と正直そう思っていました。けれど私が通っていた精神科の先生は、毎回私の体を気遣つて

熱心に対応してくれましたし、それに毎週通ううちに、心の悩みを抱えているのは私だけじゃないことに気付くことができたんです」

彼女が通っていたころも相談室の利用者は多く、一日20人ほどいたそう。そんななかで彼女は、悩みを抱えているのは自分ばかりじゃない、体調が悪いのを責めたって、焦ったって仕方がない、と自分を徐々に受け入れられるようになったという。相談員だけでなく、周りの同じように悩みを抱えた学生たちが彼女を前向きにさせた……相談室の新しい力を知らされた。

そのころの不安定な彼女は友だちからも一目置かれていたようだ。そんなときにふつうに接してくれる相談課や保健センターの職員の存在は、彼女にとってとてもありがたい存在だった。

「そう、特にあの女性が私の中で大きいですね」と、パツと思い出したように言ったのは相談室の女性職

員のこと。「その方とは私が相談の順番を待っている間などに少し会話を交わしたりしただけなんですけどね。名前もよくは知らないままに」。

自然な、優しい表情と振る舞いが、なによりも細井さんを安心させたという。

室井有希子さんである。「大きな問題を抱えている人からすると、細井さんはごくふつうの学生さん、という印象でしたよ。

そんなふうには言っていたくなくて……」と恐縮するばかりだった。私の小さな相談も聞いてもらえるかな、なんて……学生相談室はそんな身近な場にも感じられてくる。

### 思考の暖炉から、外へ

思考一辺倒のようなデカルトは、



お寺の境内に場所を移して。細井さんの、涼しげな表情が印象的だった

こんな「人間味」のある言葉もしている。「いままでのことすべてを考えた炉部屋にそれ以上とどまるより、人びとと交わるほうが良いと

思ったので、冬が終わらぬうちに、私は再び旅に出た」

（『方法序説』）  
外へ。人の輪のなかへ。細井さんは、「ま

から、徐々に車内がゆったりしてきて終着駅・下田まで3時間の通しの客は4割ほどだったろうか。ペリーが再来航して下田条約（1854年）を締結した了仙寺、また明治半ばハリスの侍妾となって歴史に翻弄された「唐人お吉」の記念館がある宝福寺も、駅にほど近い。到着した観光客が三々五々、そぞろ歩きでお寺の方向へ流れていく。

夏場はにぎやかだが、それでも大通りから外れると、昼間でさえも車や人通りは少なかった。夜はさらに静かになり、海が近いので涼しい潮風が漂うという。落ち着いて静かな町の色合い。夏をすぎるとよけいにそうだろう。

——最近あった大きな事件といえ

ば？  
うーん、と考えて、「焼肉店の店長が盗撮で捕まった、ことくらいかしら」。

穏やかな風景に癒されるように、笑顔の彼女がいた。学生時代には飼

観光地・下田——。東京からの「踊り子号」はほぼ満席だった。途中、熱海や伊東で下車する客も多い

えなかつた3匹のネコたちも、彼女の支えのよう。「クリ子とソウタロウと……」。優しいまなざしで、「3匹とも野良猫なのよ」と言い添えた。

## 下田の自然、ネコ、そして彼

支えといえば、「彼」の存在もある。もの静かにうち明ける。やはり3年次の夏の出来事からかかりつくなつたマツサージ師だという。

たえず彼女の身体を気遣つてくれる彼は、でも決して彼女を甘やかすことはない、という。「いろいろな部分を指摘してくれますね。だけどその指摘のおかげで、最近わかつてしまったことがあって……」。細井さんは少し苦笑いして続けた。

「1度会社に行きたくなくて体調が悪くなつたときに、彼から心配してほしいと思つても無駄だと言われてしまったんです。そこで私は自分の症状が本当は軽度なのに、軽度でないように見せかけの努力をしていたことに気づいてしまいました。い

つも無理して過ごしているけれど本当は弱いことをわかつてほしい気持ちから、症状が『パニック障害』などの病名に合わせて固定化してしまつていたんです。結局はみんなに注目、心配されたかつたんですよ。そして全てを体調のせいにして、悪いのは自分じゃないと思ひこみ解決させようとしていた自分がいました。でも彼に指摘されて、自分の努力以外のものに頼つて自分を表すなんてそんなマイナスなことにエネルギーを使うよりも、努力していい意味で認めてもらうほうがずっと大切だつてことがわかりました」

大切な、重要なことを聞いた気がする。このころの病はとでもデリケートだ。誤解をおそれずに言えば、こころは「診断名」に合わせて、症状をかたちづくることもある。ときに「特権的な病」として、こころが自分の内側で肥大して振る舞うこともある。こころの「悩み」なのか、「病」なのか。その境界上の判断は専門家

でも難しいにちがいない。一般化は慎むべきだとしても、これは細井さんがたどりついた「自己分析」の確かな肉声である。

会社での評価も、彼女の自信にながっているだろう。しかし、同時に「今は学生のころよりずっと安定しているけれど、また大学3年の同じようなことが起きたら乗り越えられる自信はまだありません」とも話した。

「だから自信を持つためにも、自分の場所を作りあげたい。今の仕事を続けながら社会福祉士の資格を取りたいと思っています。働きたいのに働くことのできない人に、少しでも手助けができたなら、自分に自信が持てる気がするんです」

## 飛躍…焦らずに、前向きに

また一步、飛躍しようとする。自分の場所を求めて。細井さんはこう言った。

「私はまだまだ弱いけれど、これ

から焦ることなく、自信を形成していきたいですね。ここまで良くなつた、もつと良くなる……。今はとても前向きな自分があります」

学生時代にデカルトに出会い卒論を書き上げたこと、海に開かれた下田の風と光、そして彼の存在。これらが今の彼女をサラリと輝かせているのだろう。でもそれだけじゃない。細井さんは語らないが、揺るぎないその「向上心」にも記者は圧倒されていた。

悩みを抱える私たちは、息詰まつたときには細井さんに習つてみましょうか。

——デカルトを読んでみる？

——学生相談課のドアを叩いてみる？

——それとも自分の弱さも指摘してくれる恋人をつくつてみる？

胸のなかでポツとあかりが灯るような、温かいものをもらつて、東京に帰つた。