

心の病に侵されて

渡邊法月

鬱なんて考えても見なかった

私自身、鬱病とは程遠い人間だと思っていた。自分が好きな職業に携わることができ、日々楽しく心から、腹の底から笑える毎日を送っていた。しかし、29歳のあるとき……。身体に変調が現れ始めた。それが、この病との馴れ初めになろうとは思ってもよらなかった。

簡単に、私という人間がどのようなものか説明をしておこう。

私は、何不自由なく小学校、中学校、高校、専門学校での生活を過ごし、当時から夢であった“ゲームに携わる仕事”に就くことができ、とある雑誌の編集部で働いていた。国語なんて大嫌いだったけれども、自分の能力で仕事をするのができ毎日楽しかった。

23歳の時に結婚し、その後何度も転職を繰り返した。だが、幸いなことに役職やサラリーは増えていき、一時期は国産のスポーツカーを購入するなど羽振りも良かった。

しかし、今考えてみればそれはすべて虚像でしかなく、転職を繰り返すことになったのも、私自身に鬱病の種が存在し、それを育てていたからなのかもしれない。

鬱病なんて心の弱い人間が陥るもの。鬱病で自殺するなんて自分が弱いだけのこと。

20代の頃はそう考えていた。私には無縁の、癌よりも希少な病気だと思っていた。

他人から見れば他愛のないこと

私が何社か目に勤務していた企業は、俗に言うベンチャー企業だった。少数精鋭で、社員各々がプロデューサーという立場でビジネスを動かしていた。給料も良く、仕事にもやり甲斐を見出し充実した毎日を送っていた。まあ、当然のように愚痴などをこぼす機会はあったが。

ある日のこと。

社内で怒号が響き渡った。ハッとしてその方向を見ると、先輩社員が電話口で怒鳴っていた。そして電話を叩き切り「死ね！」と吐き捨てた。私は、「ああ、またヒステリックになっているな」と思いつつ、心に違和感を感じながらもいつものこととして見て見ぬふりを決め込んだ。

それから数日が経ち、私は先輩社員が誰に向かって暴言を吐いていたのかを知った。なんと、クライアントだったのだ。私が勤務していた会社では、クライアントからの委託業務がその大半を占める。先輩社員はそのクライアントのなかでも大口の企業を担当していた。クライアントに対して媚び諂う必要は無い。その意味においては私も同感だ。しかし、暴言を吐く前に採るべき行動はいくらでもあるだろう。単に罵詈雑言を浴びせて仕事が円滑に進むわけではない。ひょっとしたらこちらにも何らかの非があるかもしれない。それらを顧みて話し合うのが筋なのでは？ そういった思いが私の心を占めていった。

そういった思いが私の心を支配してからは、先輩社員の暴言が聴くに堪えなかった。「馬鹿野郎」「死ね」「クソが！」……そんな言葉が耳に入るたび、胃がキリキリと痛みを覚えるようになった。

極めつけは、泊まりの出張に先輩社員と出かけた夏の日だ。宿の手配、レンタカーの手配、仕事の段取り、関係各所との調整。先輩社員は何の指示も出すことはなく、すべて試行錯誤、暗中模索のなかで行った。何故か。それは、先輩社員に指示を請うても何も得られなかったからだ。これじゃ、仕事も一波乱、覚悟せにゃならんな。その予想は悲しいけど的中してしまった。

仕事当日。彼はすべて私に指示をだしたつもりでいたのだろう。しかし、私が先輩社員から聞いた言葉は「適当にやっておいて」だ。何度も先輩社員と仕事をしていたのであればそれでもいい。いや、良くはないか。しかし、はじめてタッグを組んで仕事に当たるといのに何の指示もなく適当に、と言われても何をすべきか全く判らない。しかし、過去の経験で対クライアント、対カメラマンへの指示だしをし、どうにかこうにか作業を進めた。その間、先輩社員はクライアントと無駄話に興じており何のためにそこに存在しているのか理解に苦しんだ。

そうこうするなか、事件が起きた。

撮影を行わねばならないのに、撮影する対象物がない。カメラマンさんはとうとうぶち切れ「段取りはいったいどうなっているんだ！」と激高。すかさず謝りに駆けつけると「あれはアナタに対しての言葉じゃないよ。キミの先輩社員に対して」と。「でも、彼意に介していないね」。その言葉で救われたが、根はもっと深かった。先輩社員とカメラマンさんは、何度も同じ現場に出ていたのだが、毎回こうなのだ、と。それでいて、現場に何かトラブルがあるとカメラマンスタッフやその他のスタッフの責任とし、さんざんな言われ方をしてきたのだ、と。とはいえ大人だからね、仕事は断れないさ。そう仰っていた。

そんな話を聞いてしまい、私は怒りに駆られた。我々の仕事は決してひとりで完遂できるものの類ではない。カメラマン、デザイナー、ライター……。そういった協力してくれる方々があってはじめて成り立つ仕事なのだ。私自身もそれは心得ており、協力者が「またアナタと仕事をしたい」「今回は大変だったけど楽しい現場だったね」と言ってただけよう黒子に徹してきた。ギアの動きを円滑にする潤滑油のような存在でありたい。そんな信念があった。その会社の代表も私と同意見であったが、先輩社員との付き合いが長いため、代表も目を瞑ってきていた。問題だらけな出張仕事が終わったある日、私は代表に呼び出された。

「先輩社員の仕事、俺とは全然違うだろ。どうだった？」

最初、その問いの意味が理解できなかった。が、先ほどまで代表と先輩社員が話し合っているのを見ていた。正直膝が震えた。先輩社員は私の仕事ぶりに対して文句を言っていたそう。それは代表が教えてくれた。私は堰を切ったように現場での出来事を詳細に伝えた。そして、先輩社員のように協力者をけなし、なじるような方とは仕事をしたくありません、と。代表は俯いたままタバコを燻らせ「そうか」とひと言だけつぶやいた。

エレベーターでふたりきり。そして吐き気が

それ以降、私と先輩社員の関係は言うまでもなくぎくしゃくした。しかし、代表の配慮もあって同じプロジェクトで動くことはなかった。だが、私は別なものに悩まされ始めた。先輩社員の暴言だ。

「あんたさあ、馬鹿じゃないの？ こっちは金払ってんだからもっとマシなもの作れよ」

「こっちが指示したもの作れないんだったら、もういないから」

「馬鹿」

「死ね」

こういった言葉は心に突き刺さる。否応なしに聞こえてくる。耳を塞いでもその姿が目に入る。気にしすぎだ、というのも理解していた。でも、日増しに先輩社員の行動、言動に得も言われぬ感情を抱き始めた。そこからは急転直下だった。会社へ向かう道中、吐き気と頭痛に苛まれる。会社にいっても心ここにあらずで仕事も手に付かない。極めつけは、運悪くその先輩社員とふたりきりでエレベーターに乗ったとき。強烈な吐き気に襲われ、フロアに着くなりトイレに駆け込んで吐いた。

これは、もう自分はおかしいのではないか？ これは鬱病というものなのでは？

そう思い、泣きながら精神科の電話番号をプッシュして現状を説明した。「早く来院して下さい」その言葉で救われた気持ちになったが、結果としては完全には救われることはなかった。

私をはじめに通った病院は、職場復帰プログラムに定評のあるクリニックだった。そこで下された診断は「社会不安障害」というもの。高速道路のパーキングエリアといった大きなトイレで混み合ったとき、周囲の人が気になっておしっこが出ないことがある、そんなエピソードや心理テストの結果社会不安障害だとのことだった。そして、ドグマチール、ガスモチン、ワイパックスが処方され数ヶ月通り続けた。が、私の精神状態はいっこうに快方には向かうことはなかった。

会社から泣きながら自宅まで数時間掛けて歩く。歩いていたときの記憶はまばらで、とある橋の上に差し掛かった時、このまま飛び込んだら死ねるだろうか？ そう思いながら、また涙を流す。次第に電車に乗ることが苦痛になり、人の目が怖くなった。

丁度妻が身重だったこともあり、余計な心配は掛けたくない。そう思った私は、そういった感情を抱いていること、死にたいという精神状態にあることを私の胸にしまい込んだ。今思えば、もっと早くに相談していれば、とも思うのだが、当時の私の精神状態ではそれは叶わなかった。

そして、病院を転院することにした。

次に通うことにしたのは閑静な住宅地にあるひっそりとした病院だった。その病院のドクターは、忌まわしい「地下鉄サリン事件」被害者のメンタルケアを行ったという高名な方。経験も実績も申し分なし、と早々に予約を取り転院したのだが、一番最初の診察で思いもよらない言葉が返ってきた。

「あなたは社会不安症候群ではありません。これは鬱病です」

私は複雑な気持ちになったのを今でも覚えている。鬱病だ、と診断され克服すべき相手がはっきりしたこと。今まで社会不安症候群として治療してきた時間は何だったのか？ という想い。だが、何はともあれ希望を胸に抱いたのは確かだった。

そして、クスリの処方も大幅に見直さることになった。以前通っていたクリニックで出された処方箋を差し出し、ドグマチール、ガスモチン、ワイパックスの処方量を見るなり、「これでは中途半端で意味がない」と、SSRIやSNRI、三環系の抗鬱薬を試すことになった。パキシル、トリプタノール、トレドミン、デプロメール、トフラニール、アナフラニール、セパゾン、レキソタン、ワイパックス……。本当にいろんなクスリを試した。だけれども、私は少しでも状況が回復するのなら、と、喜んで新たなクスリを試していった。だが、ここで悩まされたのは副作用だった。

抗鬱薬の類には様々な副作用が存在するのはインターネットで調べてある程度は知っていた。しかし、そんなに生やさしいものではないと身を以て知った。

SNRIの代表格トレドミンには驚かされた。勝手に精液が出るのだ。垂れ流し、とでも言うべきか。小便を足しに行くとパンツが濡れている。「まさか漏らしたか！」と思いつつも尿意をもよおしたのは直前で「出ちゃった！」という感覚はなかった。急いで個室へ移動し濡れたパンツを拭くと匂いがおかしいことに気が付いた。頻繁に意図せず射精していたことに恐怖を覚え、投薬を中止してもらうことにしたが、「まあそういったこともあるんですよ」とさして問題視していないことに腹を立てたこともあった。

様々な抗鬱薬を試した結果、ドグマチール、パキシル、トリプタノール、デプロメールに加え、レキソタンとエバミールという睡眠薬の処方でも落ち着くことになった。

それからどれだけの時間が経過したのだろうか。精神的には落ち着きを見せたものの、診察を繰り返してもクスリの量は減らず快方に向かっているのかどうか、全く判断ができずやきもきした気持ちが次第に広がっていった。するとどうだろう。調子の良い日はすこぶる快調なのだが、得も

言われぬ不安感や焦燥感に駆られまさに鬱状態に陥るといった好不調の波が現れ始めた。また、喜怒哀楽が顕著に、大げさに現れるようにもなった。馬鹿みたいに笑い、涙腺は弛み涙もろくなり、他人の怒りを我が事のように怒り、悲しむ。次第にその感情の波に呑み込まれていった。これって、単純な鬱病ではないのでは？　と思い始めたのもこの頃だ。

私は不安をストレートにドクターに相談した。すると、逡巡した結果出された答えはまた私を混乱させた。

「おそらく躁鬱病ですね」

え!? 躁鬱病? 鬱病じゃなかったの? そう思ったのは言うまでもない。今になって思えば、精神科医とはいえ患者のメンタルを診断するのは難しい。外科や内科のようにレントゲンや目視によって原因を確かめることはできないのだから。患者の自己申告、言動、様子を観察して推察していく以外に方法がないのだから病名が変わることは致し方ないこと。だけれども、当時の私にはそんな余裕はなく、病名ひとつで踊らされていたのだった。

予想以上の副作用。ますます、精神状態は不安定に。

躁鬱病と診断されてから、そこに新たにクスリが追加された。メジャーなリーマスに加え、テグレトールというクスリだ。このテグレトールというクスリが非常にくせ者で、奇想天外な副作用に悩まされた。

処方が変わってから数日が経過した頃だろうか。いつものように会社へ出勤する道中、iPodで当時お気に入りだったSimplePlanの楽曲を聴いていたのだが、すぐに違和感に襲われた。再生されてくる音楽がおかしいのだ。リズムが妙に間が抜けて聞こえる。「使い古したiPodだから、とうとう壊れたのかな？」と音楽を聴くのは諦めたのだが、どこか心には引っかかるものがあった。「引っかかり」というよりは、自分自身を信じ切れなくなってきたのかもしれない。

そこで、「ちょっとこの音楽、聴いてみてくれないかな？」と、困惑の表情を浮かべどうしてよいか判らない会社の同僚に半ば強引に聴いてもらった。

「……」表情は曇ったまま。恐らく、私が何をしようとしているのか理解に苦しんでいたに違いない。

そして「うーん、普通ですよ。ちゃんと聞こえますよ」と。やっぱり、私の聴覚がおかしくなっているようだ。どうやら、特定の音域の周波数が認識できていないようだった。リズムの要であるドラム、ベースの一部の音域と高音の一部が聞こえていない。だから妙に間の抜けた音楽に聞こえたのだろう。

いろんな副作用に悩まされてきたが、自分の感覚器官の一部にこうもハッキリと異常が発生するとは思ってもみなかった。脳内の物質に作用する薬品を服用しているのだから、こういった事も可能性として起こりうるのは理解していた。トレドミンの例もあったし。でも、積み重なった予想を超える副作用を体験して必要以上に恐怖を覚え、時間外であることを承知で病院へ電話した。が、そこで返ってきた返事は素っ気ないものだった。

「じゃ、テグレトールの服用は止めてください」

精神状態が普通じゃなかったため、その言葉で片付けられることに苛立ちを覚えた。「音が、聞こえる音がおかしくなるなんて事、あるんですか？」。私は食い下がるように、半ば喧嘩腰に問うた。「滅多にそういった症例は報告がないけど、あるにはあるようです」と、落ち着き払ったその言葉がさらに私を苛立たせた。そして、「本当にこのドクターを信じて治療を続けて、病気が治るのだろうか？」と不信感が募っていった。

今思えば、ドクターの立場としてはそう言わざるを得ないし、ドクターにしても想定の範囲内だったのだろう。でも、私はそこで優しい言葉をかけてもらいたかったのだろう。

もう、誰も信じることができない。他人はおろか、自分自身さえも。自分の感覚までおかしくなってしまった事実、ただただ自暴自棄になった。

気分を新たにするために、思い切って転院したが

結局、様々な要因が重なって、私は転院することにした。もちろん、妻にも相談したのは言うまでもない。私は自分自身が正常なのかどうかも判断できないほど、鬱の深淵に落ち込んでいた。もう、正常な判断はできない、と妻にこぼしたのを覚えている。

妻は妻で、老齢のドクターの言葉に何か引っかかりがあったようだ。「仕事が原因で鬱なのならば、仕事を辞めるしかありませんね」とさらりと言いのけたのが切っ掛けのようだ。だが、私はその言葉を聴いて胸を撫で下ろしたのを覚えている。今になって思えば、働かない、なんていう選択肢はあり得ないことだし、私が働かねば家族の生活がままならないというのに、私は「辞めなさい」と言う言葉に背中を押された気がした。

服用するクスリが増えたからだろうか。その頃より私の就寝中のいびきが家族には耐え難いものになっていたようだ。パキシルを服用し始めてからいびきの大きさが高まり、とてもではないが一緒には眠れない、とのことだった。

「アナタは布団を持ってリビングで寝て」

そう妻から切り出されたときのショックは今でも覚えている。そして、刺々しく反抗したことも。さらに、「アナタ、寝ている間呼吸が止まってる！」とまで言われる始末。いよいよ私の身体はガラガラと音を立てて崩れていったのだな、そう思った。

そこで、某大学病院の睡眠外来へ通っていたことが切っ掛けとなり、そこの精神科にお世話になることにしたのだが、それが後に大きな、本当に大きな傷跡を残すだなんてこのときは予想だにしていなかった。

未だかつて見たこともない粒！

某大学病院では、いわゆる「多剤多用」と言う方針を採っていた。私は今までの経過を説明するため、今まで服用したことのあるクスリ、そしてその量を経過を追って説明した。

「とりあえず、投薬する量を増やしましょう」

私は何の疑いもなく、与えられただけのクスリを服用した。最初は以前の病院と同等の量だったが、私が状況が好転しない旨を伝えるたびにあれよあれよという間に増えていった。

パキシルは成人の限界量、トリプタノールに至っては未だかつて見たことのない75mgという巨大な錠剤へとバージョンアップ。デプロメールも同様に限界量と“てんこ盛り”状態だった。それ以外にも、レキソタンや睡眠薬、リーマス、ドグマチールなど抗鬱剤のオンパレードだった。限界量だった、と気が付いたのは、後日書店で薬学系の書籍を調べて判明した。「俺、クスリで生かされているのか、クスリに支配されているのか、もうわからないな」と力ない笑いがこみ上げてきたのを良く覚えている。

この頃から、私の精神、というか記憶に異変が生じ始めた。物忘れが激しくなり、ナルコレプシーのように突如抗いがたい眠気に襲われるという新たな問題に襲われた。また、悲しいことに私にはこの頃の記憶がほとんど残っていない。いや、むしろ思い出せないと言うべきか。どのように過ごしていたのか、数年間の記憶がスッポリと欠如しているのだ。ただ、部分部分では覚えていることもある。まあ、すべて良くない出来事なのが玉に瑕、なのだが。

でも、当時の私にはドクターの指示に従って処方されたクスリを服用さえしていれば、いつかは事態が好転すると信じていた。妄信的と表現しても差し支えないと思う。藁にも縋る想い、というのはああいう状況をいうのだろうか、などと思いながら過ごした記憶……らしきものが残っている。

今だから振り替えられるが、あの当時の私は生ける屍同然だった。

着実に蝕む薬害

コップに水をいっぱい注ぎ、表面張力を利用したコイン落としゲーム。水面を波立てることなく、ゆっくりと落としていく。最終的に溢れ出たら負け。私は、ひとりでそのゲームを延々と続けていたのだ。

薬漬けの毎日は、精神的にはフラットだった。感情の起伏もなく、落ち込むこともない。ただ、時間だけが過ぎ去っていくだけ。活動はしていても、肉体反射的に文字通り“動いている”だけであって、そこに私の意志は介在していない。いや、意思はあったのだろうが、極めて薄いのだ。それはもちろん、大量の薬物によって引き起こされたわけだが。

ある日、家族で散歩に出掛けた。近所の公園で娘の自転車の練習をするために。そこで、ちょっとした事件が。

自転車の練習に飽きた娘は、公園の遊戯施設で遊び始め、私も一緒になって遊んでいた。そして、ちょっとした櫓のような場所から娘が降り、別の遊具へ走っていくのを追いかけるため、私は櫓から飛び降りた。飛び降りた、といっても、たかだが1 mほどの高さからなのだが、結果、私は思い切りすっ転んだ。転んだ事実以上に、私は意のままに動かない自分の身体に恐怖した。

櫓からジャンプする。落下を感じながら膝で衝撃を吸収して着地。そうイメージして飛んだにもかかわらず、膝を緩めバネにすることができていない。棒のような足は衝撃をダイレクトに身体へ伝えバランスを失ってしまったのだ。

思考と身体がちぐはぐになっている。そう実感させられた瞬間で、転んだ痛み以上にそのことの方が痛かった。

以前から歩いている最中にちょっとした段差に躓く、すぐにバランスを崩すといった兆候はあった。このとき、私の体重はベスト体重から20kg以上増加してしまっており、増加した体重に足腰がついていかなかったのだろう。そう思っていたのだが、この一件で「意のままに身体が動かない」という現実を突きつけられた。

だが、そんな現実も、まだまだほんの序章に過ぎなかった。

大丈夫なのか？ 俺は.....。

多剤多用の治療方針に疑念を持ち始めたのは、精神と身体のバランスが壊れてきた頃からだった。

メンタル的には、一見安定しているように見えたが、周囲から見れば私は異常そのものだっただろう。妻も当時を振り返り「あの頃は話がまともに通じなかった。まるで宇宙人と会話しているみたい。未知との遭遇、ってやつ？」と、今だからその胸の内を明かしてくれた。

もちろん、家族から見てもそのような状況だったわけだ。当然会社でも同じように見られていたのは言うまでもない。だが、私は周囲に恵まれていた。だから、今の私があるといっても過言ではない。

ある日、会社に向かう電車のなか。比較的通勤の便がよく、毎日座って会社まで行ける私は、その日もいつもどおり座席に腰掛けた。その頃、様々なビジネス書籍を読み漁っていた私は、鞆から取り出し“ながら勉強”を開始。しかし、一駅も絶たない間に睡魔に襲われ仮眠をとった。

はっ！ と気が付くと、そこは緑豊かな田園風景。乗車していたのは地下鉄だったというのに、窓の外の景色がまぶしいのだ。寝過ごした。しかも、思い切り寝過ごしたようだ。降車した駅は、連絡している路線の終点ひとつ手前の駅だった。時間にして約1時間、私はぐっすりと熟睡してしまっていたようだった。昔、週刊誌の編集者だった頃、徹夜明けで帰宅する際に埼京線を利用して自宅へと帰ったことがあった。が、一睡もしていなかったため、同様に眠りに落ちてしまい、当時の始発駅新宿と終着駅川越を2往復していたことがあった。

だが今回は異なる。ちゃんと睡眠をとっているのだ。なのに、だ。

まだある。会社で業務に当たっている際にも、抗いようのない睡魔に襲われることが多くなった。いつの間にか落ちてしまうのだ。しかも、自分自身にはその自覚がない。「ナルコレプシーってこういう感じなんだろうなあ」などと余裕を見せてみても、内心は自分が崩壊していくのが怖かった。

そして、このままでは迷惑を掛けると思い、自宅で作業をさせてもらうよう上司に嘆願。無事聞き入れてくれた。今でもその上司には頭が上がらない。だって、半ば崩壊している人間にも見捨てることなく、救いの手を差し伸べてくれたのだから。

しかし、この異常なまでの睡魔は何なのだろう？ ベタナミンという覚醒作用のある薬物でも抗

えないのだから。

本当に、私は大丈夫なのだろうか？ いや、まったくもって駄目なんだが。手をこまねいていても仕方がないので、病院で相談することにした。すると、思いもよらない新たな病が浮上してきた。

睡眠時無呼吸症候群。SASと呼ばれるものだった。

新たな病気、発病

某大学病院で相談したところ、耳鼻咽喉科へ回され診察を受けた。その結果、私はさらに詳しい検査が必要だと判断され、入院検査を迫られた。入院検査は非常に高価だ。この某大学病院でその検査を行うと5万円。立地は都心のだ真ん中だが、その金額を出すのであればリッツ・カールトンに宿泊したい。と、冗談はさておき、そこまでの費用を捻出できないため、私は川崎にある施設を選択して入院検査を受けた。

頭に無数の電極を付け、ヘルレイザーのような頭だなあ、とぼんやり思ったのを覚えている。

検査といっても、ヘルレイザー風の頭になるだけであって、あとはそこで眠るのみ。就寝中は24時間体制で監視……ではなく観察され、いびきの様子や就寝中呼吸が停止していないか、脳波は正常か、脈拍は……といったものが調べられる。こんな機器を装着したまま眠れるか？ と思っていたが、あっさり眠れ翌朝6時には終了した。

肝心の結果はというと、最上級クラスの睡眠時無呼吸症候群であることが判明した。細かな数値は失念したが、1分間のうちのほとんどが無呼吸だったケースはもちろん、呼吸が停止している回数が桁違いだったことだけは良く覚えている。何せ、ほとんど呼吸していないのだから。

そして私は、鬱病に加え、重度の睡眠時無呼吸症候群まで患ってしまったわけだ。

精神科に加え、睡眠外来の治療を続ける。精神科では相変わらず薬が増える。しかも、「調子はどう？」と尋ねられ私がありのままを伝え、診察を重ねるたびにぞんざいな対応に変化していった。もちろん、鬱病であったので私の被害妄想だったのかもしれない。だが、信頼関係が崩れてしまっただけは歯車も狂いだす。

そして、睡眠外来。ドクターに精神科のドクターとのこと、処方されている薬で困っていることを相談してみた。相談、というよりも愚痴に近い。すると、ドクターは神妙な面持ちでこういった。

「僕の仲間が睡眠のスペシャリストで精神科もフォローできる。そこを受信してみてはどうだろう？」

最初は、厄介払いなのかな？ と自暴自棄に考えもした。だが、最終的にそのドクターは、私のことを案じてそういつてくれていたのだと。そして、その言葉に従うことになった。

死ぬかと思った！

大量の抗鬱剤、安定剤、睡眠薬その他もろもろの薬によって、私の身体は限界まで蝕まれてきた。

まっすぐ歩けなくなったのだ。それこそ、酔っ払いか夢遊病者のように。しかも、自分自身でそれを自覚できる。無自覚ならばどれだけ楽なことか。下手に自覚があったものだから、言い知れぬ恐怖に襲われるようになった。

「とうとう俺は、歩くこともできなくなったのか!？」

この頃から自暴自棄は再加速していく。そして、悲観することが多くなった。笑えない。楽しめない。存在そのものを消してしまいたい。自分のせいで周囲に迷惑を掛けてしまっただけ泣きたくなる。……実際泣いていたが。

月に一度の診察の日。歩くこともままならない私は、無理を言って家族に付き添いを頼んだ。ひとりでは怖かったのだ。いつものように診察を終え、某大学病院からの道すがら、公園で娘とシーソーに乗った。何度かアップダウンを繰り返した後、娘はシーソーから降りた。私もそれを認識した。が、私の身体は何の反応もせず、シーソーが下降した拍子にステンとひっくり返った。ありえない。しかも、ひっくり返ったことを認識するまでに私はすぐさま反応したつもりだったが、妻曰く暫く亀をひっくり返した状態で固まっていたというのだ。周囲から「いったいどうしたんだ？」という視線を浴びながら、その場をそそくさと逃げ出したのは言うまでもない。だが、当の本人、私はそんなことには気が回らなかった。夢うつつ。そんな表現がしっくりくる、といえればいいだろうか。

そんな死んだように生きていたある日、事件は深夜に起きた。

私は仕事のため、深夜遅くまで原稿を執筆していた。時間は午前3時過ぎ頃だっただろうか。ヘビースモーカーな私は原稿の筆に詰まるとタバコを吸って気分転換する。いつものように庭へ出てタバコをくゆらせる。ふう、と一息ついた拍子に足がもつれ、物干し台に寄りかかる。あぶないあぶない、と胸を撫で下ろしたのも束の間、吸い終えたタバコを屈んで灰皿へ捨て立ち上がったときに倒れた。感覚的には立ちくらみに近い。フッと力が抜け、仰向けに地面に吸い寄せられる。そして、受身も取らぬまま後頭部に激しい衝撃。庭のコンクリートブロックにしたたか打ち付けていたのだ。

今まで経験したことのない痛みと衝撃に面食らいながらも、怪我していないかチェックする。が、あの衝撃だ。当然のごとく、後頭部からは流血していた。ああ、これはまずい。そう思いな

がら、ここで何故だか倒した物干し台を直したり妙な几帳面さを発揮していた。自分でも笑えてくる。

さらに、「このまま家に上がったら床が泥だらけになっちゃう」と思い、衣服を脱いだ。そして、それから家に上がった。気が回るんだか回ってないんだか、である。そして、寝ている妻を起こした。

「転んで頭を打った。血が出てるから切れているんだと思う」

先ほどからの異音に目を覚ましていた妻は、冷静に「#7119」へ電話。症状と様子を伝え、救急で処置してもらえる病院を聞いてくれた。これは今でも笑い話だが、もう数センチずれていたらコンクリートブロックの角に後頭部を打ち付けていた。ただではすまなかったかもしれない。そして、妻は「何で素っ裸なのか驚いたわよ。しかも、『転んで汚れたから服は脱いだね』って、気にするところはそこじゃないだろ！ って突っ込みたかった」のだそうだ。

夜明け前、私は一駅隣にある救急指定病院へと向かった。さすがに歩いてはいけないので、大通りにまで出てタクシーを捕まえる。そして、診察を受けたのだが、記憶がない。傷を縫合してもらった、何かの結果（おそらくCTかレントゲンだろうが）を待つ間待合所で待っていたのだが、いつの間にか眠っていたらしい。特に骨には異常がないとのことで、マスクメロンのような網を頭にかぶって家路に着くことになったのだが、時間はいつの間にか正午だった。いったい何時間寝ていたんだらう？ しかも、まったく記憶にないのだから恐ろしい。

そして帰り道でも事件は起こった。その病院が最寄り駅から中途半端な距離に位置しており、かつ自宅まで歩いて買える距離だったため、私は歩いて帰ることにした。大通りへ出てまっすぐ道なりに歩いていけば家。なのに、帰宅まで2時間近く時間を要した。

というのも、街路樹を守るように据え付けられた鉄パイプに脚を引っ掛けて転ぶ。前を向いて歩いていれば躓きようもないものに脚を引っ掛けて倒れ、なかなか起き上がれない。通りすぎたサラリーマンの男性に「大丈夫ですか？」と真剣な眼差しで心配された顔は、今も焼きついている。そりゃそうだよ。いかにも「頭を怪我しました」という出で立ちなんだから。

さらに、何を思ったのか本屋へ立ち寄りたくなかった私は、エスカレーターでやらかした。

昔の西部劇で投げロープで捉えた人間を引きずるシーンを想像してもらいたい。私は、そのシーンをエスカレーターで再現してしまったのだ。まず、エスカレーターの手すり部分を掴み、脚をステップに乗せる。普通、こんな作業は意識せずともできるもの。しかし、脚が出なかったのだが、手すりはがっちりと掴んだまま。引きずられギザギザしたステップでしたたか擦り剥きながらも、余裕面で本屋を物色するなんて、どうかしてるよね。

そして、すぐに某大学病院へ向かった。多剤多用以外に手はないのか、生命の危機に瀕したのだ、と訴えるために。だが、そこで待っていた言葉はとてもショックでならなかった。

「じゃあ、あなたは薬を減らして生活できるの？ できないから増えたんでしょう」
「もう、うちではやれる限界なんだよ。これ以上は入院してもらわないね」

正直、あれはショックだったなあ。と同時に、このままでは殺されるとも思ったものだ。

そんな事件もあり、もう某大学病院では命に関わる。そう思い、睡眠外来のドクターの提案に乗ったのだ。

え!? それって犯罪でも使われるやつじゃ.....

病院を変え、いまでこそベストセラー作家センセイでもあられる方に診てもらおうようになった。

「んじゃ、まずはそのたっぷりのクスリ、全部止めちゃいましょう！」

おいおいおい！ 某大学病院じゃ「この量がないと生きていけないんでしょ」とまで言われ飲んでいたものを一気に止める、ですって？ うは一、思い切りの良いセンセイだこと。

でも、いきなり止めることには抵抗があった。妙な禁断症状や離脱症状に襲われていやーな感じが襲ってくるのが明白だったから。そんなこちらの気持ちを察してか、

「とりあえず、パキシル10mgだけ、飲み続けましょう。それ以外はカット。で、それを補佐するために、リタリンを使います」

.....きた。コレきた！ 廃人まっしぐら予備役がよく乱用して問題になっている薬物でないの！

このクスリを飲むようになったら、俺、人生終わったわとまで思っていたものが、まさかこのタイミングで出てくるとは。

正直、僕にはそこまでの勇気もなく、初回の診療での提案は断った。リスクも大きいし、よりによってリタリン登場だし。調べれば調べるほど、ヒロポンクラスの薬剤だし、俺はまだ、そこまで堕ちたくない。というのが、断らせた理由だ。が、翌週はその提案を受けることになった。

クスリ断ち。

そこに掛けてみたいと、思わせてくれたんだ。センセイが。

今までのあのクスリは何だったの!?

多剤多用の治療方針によって、前後不覚にまで陥った私。そんな私に「クスリを絶とう」と、まったく今までは逆のアプローチをしてきたセンセイ。正直、その引き替えに提案されたリタリンというクスリが、どのようなものかをなまじ知っていただけに、恐怖もあった。

家族に「こんな説明があり、こう治療していかないか？」と打診があった旨を伝えるも、何言ってるの、馬鹿じゃないの！ と話し合いにすらならないレベル。そりゃあ悪名高い薬剤に加え、今まで必要だからと処方されていた薬剤をカットするなどというのは、余計に病状を悪化させる。そう思っていたようだ。

だが、私はただただクスリが増え続ける治療法、そして状況が一向に改善しないどころか身体的にまで影響が出始めたことを考え、どうしてもこのセンセイの方法で試したい、そう説得した。家族は、正直渋々だったことだろう。

さあ、ここからが大変だった。

今までのクスリの総量を一気に絶つのが、離脱症状が酷かった。加えて、リタリンを飲んだことにより「眠たいのに眠れない」状況が2日間も続き、殺すなら殺してくれ！ と思うまでに酷い副作用が続いた。眠れない＝リタリンの影響であろうと思い至ったため、センセイに飲むのを止める許可をもらい、その後は単純な離脱症状との戦いとなった。きつかったけど、眠れないよりはましだった。

次の診察の際に血液検査の結果を見せられ、「コルチゾール」なるストレスの総量を計る値に注目するよう言われた。

「コルチゾール 0.5 ↓」

「この値、低すぎるんだよね。成人でおおむね6～14。僕は11くらいが丁度良いと思っているんだけど、キミは極端に低すぎるんだ。きっと、大量の薬剤で封印されていたんだろうね」

確かに、ストレスを感じるようなことは皆無だった。むしろ、毎日が夢のなかのようで、どこか現実味のない世界を漂っていた、そんな感じだったのは、やっぱりクスリの影響の大きさだったのだろう。

「これからパキシル10mgで治療するけど、必ず治るよ。ただし、アナタにとって辛いだろうけど……」

「アナタにとって辛いだろうけど」……その言葉よりも、「必ず治るよ」の言葉が大きく私には映り、治療に邁進しよう、治るなら、この薬漬けな毎日から抜け出せるなら頑張ろう、そう思った。