「坂口恭平日記」関連イベント

[レクチャー] 斎藤環「坂口恭平と健康生成」

日時 2023 年 3 月 11 日 (土) 15:00-16:30 場所 熊本市現代美術館 ホームギャラリー

講師 斎藤環(精神科医) ゲスト フー、坂口恭平



坂口恭平日記

会期 2023年2月11日(土・祝)-4月16日(日)

会場 熊本市現代美術館 ギャラリー I・II

▮はじめに

斎藤 筑波大学の斎藤環といいます。精神科医が本業です。坂口さんとは結構長い付き合いになりますね。彼の活動はデビュー当時から存じ上げているのですが、最初に接点をもったのは、2016年に筑波大学で私が大会長を務めた日本病跡学会にゲストとして来ていただいたときです。そのときはいろいろ協力していただきました。学会大会の冊子の表紙を描いていただいたり、トークに参加してもらって1曲披露してもらったり。学会で歌う人はなかなか珍しいのですが、トーキング・ヘッズの『サイコ・キラー』という私の好きな歌をギター弾き語りで演奏していただいて、非常に印象的でした。

その後、坂口さんの『自分の薬をつくる』という本の書評を書きました。この当時、坂口さんはパステルの活動が盛んになり、これが素晴らしかったので、いろいろうかがってみたいと思っていました。いのっちの電話と絵と、二つのことについて知りたいと思い、対談だけではもの足りなかったので、婦人公論での対談をきっかけに私から往復書簡を持ちかけてみたところ、ご快諾いただけました。

『いのっちの手紙』(斎藤環、坂口恭平共著)を読めばわかると思いますけれども、私が1カ月で書いた手紙に坂口さんは一晩で返事を、しかも私の書いた分量の2倍か3倍の手紙をくれるので、毎回驚かされていました。けれども、中身の濃い手紙をちゃんと毎回出していただけたので、ちょっと他に例がないような、面白い本になったと思います。

これからお話しする病跡学という学問は、天才とか傑出人のクリエーション、創造の秘密を精神医学の視点から解き明かす学問ですが、通常は故人が対象となります。亡くなった人の作品や日記、手紙、あるいは周りの人の証言を文献で調べて、「この人は、実は統合失調症だったかもしれない」とか、「うつ病だったかもしれない」という推測を試みる。一応の診断を下した上で、うつ病なり統合失調症なりが、その人の創造活動にどう影響していたか、ということをあれやこれやと推測するという学問です。反論できない相手に一方的な診断や解釈を下したりする手法なので、批判的に捉える人もいますが。

私は学会や往復書簡で坂口さんの病跡学を試みたわけですが、なにもかも破格です。何と言ってもご本人がバリバリ現役で活躍中で、ご本人にも詳しく話が聞ける。病跡学者としては本当に学者冥利に尽きる経験で、驚かされることばかりでした。この驚きを、今日はみなさんにも共有していただきたいと思います。

坂口さんのパステル画を見たとき、どうしてこういう創造が可能になったのか、はっきりいって衝撃でした。みなさんも展覧会でご覧になったと思いますが、すごく不思議な絵なんですよ。 私の印象を素直に申し上げますと、唯一無二といっていい魅力的な個性があるにもかかわらず、 作風がわからないのです。そういう意味での匿名性が高い。

喩えとして適当かどうかわからないけれども、私がすごく好きな作曲家の筒美京平はヒット曲を何百曲もつくった大変な才人ですが、作風といえるものがないのです。モータウンやバート・バカラックなどの影響を受けているのはわかるのですが、吉田拓郎なら吉田拓郎節とか、中

島みゆきなら中島みゆき節みたいな、その人ならではのフレーズや手癖みたいなものがほとんどない。絵だってそうですね。ピカソらしさ、マティスらしさみたいなものは何となくわかるし、私は漫画好きなので、有名な漫画家の絵柄は一瞬で判別できます。そういう意味での「坂口恭平らしさ」があるかと言えば、これが良くわからない。みなさんの感じ方はまた違うかもしれませんが、私にはそう見えてしまうのです。ものすごく個性的でありながら、作家性がどこにあるかよくわからない。そういう、脳がバグるような認知的不協和があって、それもまた魅力の一つになっていると思います。だからついついたくさん購入してしまって、さっきお話を聞いたら、私はおそらく日本で3番目ぐらいの坂口作品のコレクターになるらしいです。そんなふうに身銭を切ったうえで申し上げておりますので、私の印象にもそれなりの信憑性があると思っていただければ幸いです。

病をもった人の作品には病が反映されると考えるのが病跡学の考え方です。ゴッホとかムンクがよく知られていますが、例えばムンクは統合失調症といわれています。私は違うと思っていますが、公式には統合失調症の診断で、入院歴があるのも事実です。ただし、彼が多産的になるのは病の最中ではなく、発症の直前とか回復後です。ゴッホにしても、てんかんがあったとかいろいろいわれています。あの独特なタッチはそういう認知特性からきているという説もありますが、やはりあまりにも病んでしまうと作品創造ができないので、病の渦中よりはその間際のところで創造行為がなされるというのが一般的な理解です。

そういう病理が、どう作品に反映されるかということをひも解くのが病跡学というものですが、恭平さんの作品をみていると、当たり前ですがそういう印象は全くない。これは後で本とかを読んで知ったのですけれども、恭平さん自身が双極性障害ということを公開されていますが、自己治療として創作をやっているとはっきりと言い続けているのです。これがすごく珍しい。病跡学では創造行為というのは症状の等価物とみなされがちです。例えばジェイムズ・ジョイスという小説家がいますが、ジョイスは妄想型の統合失調症を発症しそうだったのだけれど、その代わりに『フィネガンズ・ウェイク』などの小説を書いて、新しい言語、精神医学的には「言論新作」を存分に展開することで発病を免れたという説が有力です。それが事実かは確かめようがありませんが、そういうことを言っている学者がたくさんいるということです。

このように、多くの創造行為は自己治療の営みであるということは昔から言われています。 ただ、それを意識的にやっている人をあまり私は見たことがないというか、文献的にはあまり 見当たらないのですけれども、恭平さんの場合はそれを意識的になさっているというのが、すごく特異な例といってもいいと思います。それが成果をあげている点もすごい。確かに代償行為ということはあり得るのですが、有効かどうかはまた別問題で、やはり有効ではなく失敗して発病してしまい、創造が止まってしまうほうが多いと思います。だから、なぜこの方法でうまくいくと思えたのか、経験も当然あるのでしょうが、経験から学んで備わったという部分よりも、もう直感的にどんどん進んでいったら成功してしまっているという感じもあって、このへんはまだよくわからないところではあります。

■サルトグラフィ(健跡学?)の可能性

私は病跡学の中で「サルトグラフィ」の概念を提唱しています。病跡学のことを「パトグラフィ」といいますが、サルトグラフィの「サルト」とは「健康」のことです。先ほど触れたように、人は創造行為で健康になることも結構あるかもしれない。ふつうは病んで終わってしまうところを、病のドライブを創造に変えることで、それを健康に活かしてしまっている人は結構いたのかもしれません。天才が病気だったかどうかを議論するよりも、天才がいかにして健康を維持していたかを研究する方が役に立つ学問になるのではないかと考えて、私が大会長をした病跡学会では「健康生成から見た病跡学」というテーマを掲げました。そのとき学会長の小林聡幸さんが、この概念を「サルトグラフィ」と命名したんですね。まだ新しい学問ですがけっこう人気があって、最近そういうジャンルの発表や論文が増えつつあります。個人的には、そういうアプローチの方が、創造行為については有意義な研究ができると考えています。

2022 年の暮れに私が NHK の『100 分 de 名著』という番組に出たときに、2022 年 8 月に 亡くなられた中井久夫さんという精神科医の本を紹介したのですけれども、中井さんは病跡学 者でもありました。初期のころ病跡学の論文や本を書いています。中井さんの考えの一つに、病跡学というのは不発病の理論を含んでいるので、発病しないために創るのだと。だから病跡 学の探求を推し進めれば、病を発症しなくて済む方法が見つかるかもしれないという。これも ちょっと、近い発想と言えるでしょう。

創造行為の治療への応用としては、絵画療法とか音楽療法などがあります。中井先生も風景構成法という半ば治療、半ば評価法でもあるような手法を開発しています。絵は間違いなくセラピー的な効果はありますし、音楽療法も、受動的に聴くタイプの方法と、能動的といって演奏したり、歌ったりするタイプのものがあり、どちらもそれなりに有効性があることは知られています。音楽療法士がいる病院もあります。

病の方向からのアプローチだけでは、創造の秘密にアプローチできないかもしれず、どのように創造が健康に寄与するかということを調べた方が意味があるかもしれません。それからもう一つ、ご夫妻の前で言うのは気が引ける面もあるのですが、やはりフーさん(坂口恭平のパートナー)との関係は無視できないと思います。宮本忠雄という精神病理学者は、高村光太郎と智恵子夫妻の例を出して「エピ・パトグラフィ」という学問をつくりました。智恵子さんが統合失調症を発症してしまい、それが光太郎の作風に大きく影響しました。そのような人間関係、とりわけパートナーシップを反映する創造性に関する学問をエピ・パトグラフィといったのですが、だったら「エピ・サルトグラフィ」もあっていいのではないかと。フーさんの存在のように、パートナーシップが健康を高める方向に作用して、それがさらに創造行為にも影響するというプロセスがあるはずだということも、考えてしまいたくなります。

■坂口恭平と双極性障害

坂口さんが双極性障害ということを公表されていることは先ほど言いましたが、本の記述から拾っていくと、躁状態だとアイディアがあふれ出してきてすごく生産性が上がると。アイディアがたくさん出てきて、どんどん行動して、語ったり、歌ったり、描いたりして、今も1日に数十枚書かれるそうですが、原稿をいっぱい書く。他にも、これはちょっと前ですが、「新政府内閣総理大臣」を名乗ったり、「いのっちの電話」をやったり、ふつうの精神科医がみたら、絶対にこれは軽躁状態で誇大な言動に走っていて、放っておいたら支離滅裂になってしまうから「早くリチウム飲みなさい」「なんなら入院しなさい」と言うパターンだと思います。私も恭平さんと知り合う前だったら、そう伝えていた可能性がゼロではない。

ただ、確かにそういうときは軽躁的かもしれないけれども、恭平さんは一方では慎重なところがあって、何かを実行するときに必ず関連する法律を調べたり、関係各所への根回しとかをしっかりされています。躁状態で「現実検討力」が失われると、そういう配慮はほとんどできなくなるんですが、すごくそのへんしっかりと対応されるので、これを果たして躁状態に起因する誇大な言動といっていいのかどうか。精神医療はそういう貧しい語彙しか使えないところに限界があるといわざるをえません。

例えば、ちょっと前に亡くなった北杜夫という私の好きな作家がいますが、この人は双極性 障害という言葉が出てくる前から本当の躁うつ病でした。株取引で破産したり、「マンボウマブ ゼ共和国」という国をつくって独立宣言してしまったりする。坂口さんが新政府を作った過程 と似て見えますが、北さんは現実に破産しており、その意味では現実検討力が乏しい時期が あった。そういう違いは無視できないと思います。もちろん、軽いか重いかの違いだというと それまでなのですが、果たしてそれだけなのか。

■『家族の哲学』『坂口恭平躁鬱日記』

そうはいっても、うつ状態になってしまうとすごく苦しむということは、今でもおっしゃっていると思います。

躁状態では横溢するアイディアと高い生産性を発揮するが、うつ期の絶望的な苦し みに陥り、希死念慮にさいなまれることになる

元気そうにしているときだって、じつは苦しいんだよ、隠せているだけ 本当は内心、両親に対して絶望を感じていて、それによってずっと苦しんでる。だけど、 調子がよいときはその苦しみを隠すことができるわけ。(中略)結局はずっとその問 題を抱えてるんだ。じつは終始絶望してる 壁に自分自身へ宛てたメッセージ(好調の時に記した言葉)を貼っている。「調子が悪いときは、ゆっくり寝ること」「かならず、仕事をやめたいと言い出すので、フーはしっかりと私の行動を止めること」等。うつ期にはこれらの言葉の意味がわからなくなる

――坂口恭平『家族の哲学』より

この「意味がわからなくなる」というくだりですが、これはわりとよくあることです。躁とうつを繰り返す人は、躁期の言動が自分の言動でも理解できなくなったりすることがありますし、うつ期の言動が逆に理解できないこともあるので、感情のフェーズごとに乖離があります。要するに、解離性健忘みたいな感じで自分の言ったことを忘れるというか、理解ができないような状況になることがままある。だからそのときのことを、例えば動画か何かで残してあっても、全然説得性をもたないということが起こるわけです。

これが恭平さんにも起こっていると聞くと、やはり確かに躁うつ(双極性障害)の状況にあるのだろうなと考えざるをえないのですが、すごいのは、うつ状態に対する対策を創造行為という方法で成功させていることなのです。

医学書院から出ている『坂口恭平躁鬱日記』という本からの抜粋も紹介します。

それでまた鬱が終わると直観が降りてきて、終わらせることができないと思っていた 新作の原稿を一気に書き終えました

主治医はえーっ!といつもの驚きの声を上げる。ほんと、あなたは面白い人だね、と。 躁鬱病の人もたくさん先生のところに来ているらしいが、「あなたに対して行っている ような処置はできない」と言っていた

だって、あなたの場合、躁鬱の波を利用して仕事をしてお金を稼いでいるからね

――坂口恭平『坂口恭平躁鬱日記』より

これ、かなりすごいドクターですよね。私は同じことが自分にできるかはちょっと自信がない。 確かに躁うつを利用して作品をつくっているかもしれないけど、それを放置したらどうなるかと いうことを考えると、やはりちょっと保険をかけたい気持ちに負けるかもしれない。驚きの気 持ちもありますが、こういう判断ができるのはなんというか、器の大きな方なのでしょう。

でも恭平さん自身は、波がつらいから真ん中へもっていってほしいと懇願しているのに、笑いながら否定されるというのはどうなのかという気もします。 じゃあ、 ちょっとバルプロ酸を増量するとか、何かやりようがありそうな気もするんですけど、主治医が「あなた、この躁うつでご飯を食べていってるんだからダメよ、真ん中にしちゃ」と言うんですよね。確かに、恭平さ

んが尊敬している神田橋條治さんという精神科医も、「真ん中に寄せるのではなくて、波のままに生きなさい」みたいなことを提案しているので、それに近い、その薫陶を受けた先生なのかなという気もしますけれども、かなり破格の人だという感じもあります。

もちろん、その病院には入院病棟もあったりするわけで、いざとなったら入院もできるから ということもあるかもしれませんが、ふつう、外来でこういうことはなかなか言えないと思いま す。でも長い目でみれば、恭平さんの創造性を大事にしている。この人は自分で工夫していく だろうということもわかるので、ある意味任せることができるのかもしれないなとは思います。

【エピ・サルトグラフィ

エピ・サルトグラフィの話として、フーさんの言葉をここにいくつか引いておきたいと思います。

死ななきゃ何でもいい

そのようなときもある。それは仕方がない。そんな体なんだから仕方がない。しかし、 忘れてはいけない。そうじゃないときもある。それを忘れてはいけない

あなたはなんだかんだ言ったって、やっぱり強いところもあるよ。弱さも全開だけど、 力強さも負けてないよ

一番よく引用される「死ななきゃ何でもいい」は非常にすばらしい発言だと思います。これらは結構、恭平さんをエンパワーする言葉になっていますよね。

フーさんの接し方の一つとして「聞き流す」という姿勢がある。といっても無視するわけではなく、言葉の意味ではなく音楽のように受け取るということです。判断せず、決断せず、ただ受け入れるということ。これは結構大事なポイントかなと思います。いわゆる対話ではない。聞くけど聞いていないみたいな感じ。意味として受け取らないというか。これは傾聴派の人からすると、とんでもないというかもしれませんが、こういう聞き方をされる方が楽という局面はきっとあるだろうなと私も思います。意味に寄っていったりとか、音声に寄っていったりとか、いろいろなモードを使い分けると精神療法として一皮むけるのかなという気がしますが、なかなかこれは至難の業ですね。

さらに感心したのは「妄想様観念」です。誇大妄想っぽい思いつきとか、希死念慮も含まれるかもしれません。

『妄想様観念』を、彼は台所で家事に勤しむ妻に伝える。妻は彼の荒唐無稽な話を、 けっして批判しない。ただし坂口のほうも、話したことを現実の中でけっして実践し ないという約束をフーと交わしている。 だから、批判しないで聞くけれども、そのかわり実践もしないという約束で契約ができている。 これはそういった気分に振り回される状況下では、非常に有用な方法なのではないかなと参考 になるところもあります。

▋『現実脱出論』

次に紹介したいのは『現実脱出論』という本です。私はとても好きな本で、この中に創造行為に関する大事なことがいろいる書かれていると考えています。その中でいわれていることですけれども、「この現実もまた一つの幻想空間に過ぎない」「現実を構成している時間も空間も、状況次第で勝手に伸びたり縮んだりする」と。だから、うつのときは「おんぼろトラック」で、躁のときは「F1 車」ぐらい違うと。「妄想も幻覚も、全て事実として受け入れ、しかし現実世界では実践しない」というスタンスがここでも出てきます。

「現実さん」という言葉はある種の外在化といってもいいと思いますが、「現実さん」という言葉を使って、「『現実さん』は他者だからだ。他者の耳元で、僕にとっての事実を一生懸命伝えても、妄想としか言われない。/『現実さん』にも通じる言葉で伝える必要がある」という言い方をされています。「もっと現実的になりなさい」という表現よりは、「現実さんに通じる言葉を使いましょう」という言い方の方が、おそらく妄想的な人は受け入れやすいだろうと思われます。私が実践に取り組んでいるオープンダイアログでもこういうスタイルで、こういう姿勢で傾聴することが勧められています。そこでは「主観と主観の交換」という表現を使います。全て主観なのです。「現実さん」という人がいて、その主観とこちらの主観があって、不一致があるときは相手の要望や言葉に合わせたりして、通じやすい回路をつくる必要がある。つまり、「客観的現実」という唯一絶対の物差しがあって、何が何でもそれに合わせましょうということではないのです。

「『現実さん』を歓待し、落ちついて他者として付き合ってみることで、自らの思考が、独自の知覚・認識によって形成された空間であると理解」できると。この「歓待」という言葉は寛容という言葉との違いで説明がよくされます。寛容というのは、相手が多少逸脱していても受け入れましょうという、ちょっと上から目線を感じさせる姿勢ですけれども、歓待というのは相手を受け入れながら自分も変容していくという双方向性がある。そういう形で現実を受け入れましょうという提案なのです。

「妄想を含む個人の思考は個人の固有の身体性に根ざしている」というのも大事なところです。エンボディメントといいますけれども、思考の基盤は身体にあるという発想です。対話というのは、身体を通じた相互交流という言い方が最近もされていますが、身体性の重視という点で、すごく大事な指摘ではないかと思っています。

「他者の思考は完全には認識できない。意思疎通は現実という場でのみ可能となる」というのは、創造行為に関わる大事な指摘だと思います。主観と主観の交換と簡単にいうけれども、他者の主観なんて 100%認識できるわけがないですよね。なぜなら他者というのは計り知れな

い存在であるからです。だから、その計り知れない存在とやり取りするときには、この現実という回路をうまく活用していく。そういう判断をすることで、「現実の空間では集団のためのルールや規則が優位になりがちで、個々の思考はすぐ窒息させられてしまう。だからこそ、個人同士の[思考の] 巣を安全に接続するための回路が必要」になると。この「他者の思考との邂逅、対話を直接的ではないにせよ、可能なかぎり滑らかに実現するための方法」を、坂口さんは「創造」と呼んでいます。

身体性を通じた「思考の巣」の交換を創造行為と呼んでいるわけで、これはある種のアートの存在意義として、非常に納得のいく説明ではないかと私は思っています。特にアウトサイダー・アートとか、エイブル・アートとか呼ばれる領域の表現の価値にも届くような説明になっていると私は思うのですが、いかがでしょうか。

【「身体」と「現実」のポリフォニー

「思考の巣」というのは、先ほどふれた主観的空間なのですが、これは対話実践の言葉で「垂直のポリフォニー」という言い方をする場合があります。ポリフォニーというのは、水平方向と垂直方向との二つがある。水平のポリフォニーというのは、複数の人がいて、その複数の人の間で取り交わされる声の複数性を示すことです。垂直のポリフォニーというのは、個の中にあるいろなペルソナ、それは私だったら教員だったり、医師だったり、父親だったり、息子だったり、夫だったりという、いろいろな役割とかペルソナがあるわけですが、その中で生じてくるポリフォニーがあるということを考えます。対話空間は、患者が自らの妄想へのモノロジカルな固執から解放されて、「現実さん」のポリフォニックな構造へと導かれていく場所になっていく。

考えてみると、坂口さんは『0 円ハウス』のときから一貫して現実の多重レイヤー性をずっと 指摘していたと思います。そこにいろいろな隙間があるので、そこを活用して「国家をつくりま しょう」とか、そういうおもしろい提案をされてきています。そういった隙間とか多重性を発見 して、そこに新しい現実空間を開いていこうという表現が最初のころから際立っていたように思 います。この発想と対話のポリフォニーというのは、すごく親和性が高いと私は考えています。

ですから、現実とは常にすでに、いくつものレイヤーが重なり合った重層的空間で、意味やナラティブ、あるいは「関係性」は、複数の身体性が同期することで生成する。他者性とは固有の身体性の謂であり、その限りにおいて同期は同一化(≒シンフォニー)ではなくポリフォニーである、とも考えられます。他者の身体性とシンクロするということは、ポリフォニーな空間に同一化するというふうに考えていいと思いますが、そう考えていくと恭平さんの創造行為とその対話実践の在り方というのは、かなり共鳴するところが大きいのではないかと考えたりしています。

■自分の薬をつくる

2020年に出版された『自分の薬をつくる』という本は、恭平さんの対応の手法がワークショップの過程とともに明示されていて、非常に興味深い本でした。手法を紹介するオリエンテーションと、恭平さん自身が「診察」と称するワークショップの記録からなっています。オリエンテーションは、当事者研究に近い形でなされた自己治療の試みとなります。

当事者研究というのは、患者さんとか病をもった人が、自分の病を自分自身で分析、研究してその特性を明らかにし、病との共存や回復につなげていこうという研究方法です。もともとは北海道浦河町の「浦河べてるの家」で、向谷地生良さんらが創始した方法ですが、今は東京大学の先端科学技術研究センターで当事者研究講座があるくらいですから、ある種のブームといってもいい状況でもあります。

これは先ほど言った中井さんの発想でいうと、例えば診断基準にあるようなうつ病とか、統合失調症とか、双極性障害といった分類に従わないタイプの疾患、たとえば個人症候群といった発想がベースにあって、人それぞれみんな違う個性的な病に悩んでいるので、自分自身についてはその人自身が一番の専門家であるという発想で研究を進めていく。だから、自分のことを自分で研究して、自分なりの治療法も考えていいのだと。もちろん、対話を通じて他の人からアイディアをもらってもいいわけですけれども、あくまでも主体は自分であるという発想です。これは、特に精神疾患については有意義な発想だと考えています。

ちょっと脱線しますが、精神医療というのはもともと、一方に普遍症候群があり、他方に個人症候群があり、基本的にはその間をいったりきたりして発展してきた学問です。だから、近代初期の精神障害者は魔女扱いで処刑されていたわけですが、ここには個人症候群的なニュアンスがありました。それが実は脳の病気だということになり分類法が盛んになって普遍症候群になります。そこに今度は精神分析が出てきました。精神分析は徹底して個の病の構造を追求する手法ですから、また今度は普遍から個にくるわけです。そして、だいぶ時代は下りますが、認知行動療法となってくると、また普遍に戻ってくるということが起こったりします。オープンダイアローグは治療としてはオーダーメイド的で、あきらかに個人症候群よりです。精神医学史は、こういう振り子運動を繰り返してきたのです。

治療者の側に立ってみると、精神科の医療というのは常に専門性と素人性の間を揺らいできた学問であるということも言われています。専門性というのは、DSM(精神障害の診断・統計マニュアル)に則ったようなスタンダードな治療法を極めることです。一方で、当事者研究的に徹底して個に寄り添い、オーダーメイドで治療を考えていくという発想は、どちらかというと素人性です。どちらがいいかというのは、なかなか難しい問題です。普遍症候群の発想が行き過ぎると、すごく殺伐とした、画一的な治療の押しつけみたいになってしまう危険が常にあります。一方で個人症候群にどんどん発展していくと、これはこれで問題をはらんでしまう。例えば、ちょっとカルトっぽくなってしまったり、疑似科学的なヤバい要素が出てくる可能性があったりするので、どちらも一長一短というところは確かにあるのです。

ただ、受ける側からすれば、どちらかといえば個人症候群的に、自分の固有の問題に寄り添っ

てほしいというニーズは常にあるわけですから、そういった発想でやっていくことを推奨するのが、当事者研究だと考えていただければいいと思います。

恭平さんの手法はもちろん当事者研究寄りで、工夫としては「自分の薬」、日課をつくるということ。恭平さんの本をたくさん読んだ方はわかっていらっしゃると思いますが、「しおり」と表現されていて、1日のスケジュールを紙に書き出してそれを実行していき、ベストな日課をつくっていくということです。

例えば、午前4時に起床して原稿を書く。午後はアトリエで絵を3時間描いて、午後9時に就寝する。すごく健康的な生活をされているわけですが、これが自己治療になっているということは非常にうなずけることです。特徴的なのはインプットとアウトプットという表現を使われているところ。これは精神医学には全然ない発想なので、ここで強調しておきたいのですが、インプットばかりやっていると病んでしまうので、もっとアウトプットしていきましょうということが書かれていて、これは本当になるほどと膝を打つ思いがしました。昔からうつ病というのは溜め込みの病といわれています。テレンバッハという人が「Typus Melancholicus」という概念を出して、どんどん負債を抱えこんでいって、その負債の重みにつぶされてしまうのがうつ病であるというようなことを書いています。これは言い換えるなら、インプットを過剰にやると病んでしまいますよという話ですね。

対策としてのアウトプットについては、テレンバッハも言及していません。「もう少し抱え込まない生き方をしましょう」ぐらいで、これは誰でも言えますよね。アウトプットが治療になるという発想は、従来なかなかなかったと思います。しかも、それを文章で書くとか、絵で表現するとか、絵画療法とかなら別ですが、医師達はそれをアウトプットとは考えていなかったわけです。絵とか文章というのは、やはりそれなりの才能があったり、それが好きだったりしないと無理だろうという思い込みがこちらにあるので、あまり勧めることは少ないのですが、どんな形にしても、アウトプットすることには、そういった意味ではセラピー的な効果があると言ってもいいのかもしれません。今だったら、それこそ動画をつくったりしてもいいのかもしれませんが。

そのほか感心したアイディアとして「企画書」というものがあります。企画書というのは、躁状態の人が会社とか宗教を起こすとかいろいろなプランを思いつくわけです。そのときに、その発想をどうやって実行するのか企画書を考えましょう、ワンクッション置きましょうという発想です。これは本当にすばらしい、現場でもいますぐ実践に利用できるアイディアだと思います。頭ごなしに止めるのではなくて、「とりあえず詳しい企画書をつくってきてよ」と。そちらにエネルギーを注いでもらうのです。それでだいぶ冷めるであろうと期待できますし、案外ものすごく緻密な企画書をつくってきて、実行できてしまったりするかもしれませんが、そういうことは稀ですから、基本的にはいい意味で歯止めになるという点でも、治療的な意味は大きいと思います。

それから、デイヴィッド・ホックニーという画家の、「自分に深刻になるな。 作品に真剣になれ」 という言葉を引用されていて、 とにかくアウトプットは雑でいいということを強調されています。 完璧主義になるとすごく作品の評価に厳しくなり過ぎてしまって、 作品の評価が自己評価に直 結してしまう人は多いのです。それで「自分はダメだからもう死んだ方がいい」となりやすいのですが、そうは考えずにどんどん雑につくっていきましょうという発想も、アウトプットを推奨するという意味ではすごく役に立つと思っています。

ただ、おそらく恭平さん自身の、いわゆる雑なアウトプットが今日のパステルの作品集と思うと、やっぱり自信をなくす人もいるかもしれないという気はしますけれども。 あれは恭平さん的には比較的雑な表現ということなのだろうと思いますが、そう見えないところがすごいですよね。

┃いのっちの手紙

ここからは『いのっちの手紙』の内容を紹介しようと思います。坂口さんの「いのっちの電話」は、方法論としてみなさんご存じだと思いますけれども、自分の電話番号を公開して、新聞の紹介記事では「傾聴」よりも「論破」とあってびっくりしました。まあ論破は比喩的表現ということでしたから、要は、単なる「傾聴」とは違うということが理解されればいいと思います。

「いのちの電話」の場合は、傾聴の訓練を2年間ぐらい、しっかりと受けることになります。とにかく訴えをしっかり聞く、それ自体のセラピー効果が重視されているわけで、もちろんそれはまちがいではない。ただ、傾聴一辺倒には実は弊害もあります。どういうことかというと、一つは傾聴に依存する人が出てくるということ。つまり、傾聴されることのプロみたいな人ができてしまうことがある。そういう人は非常に巧みに自分語りはするんですが、他者の話はあまり聞けない印象があります。なので、私は傾聴し過ぎは色々とまずいと考えています。もう一つ、電話相談では、傾聴に依存する人が回線をずっと独占してしまって、必要な人が話せないという問題、これは良く言われていますね。

「いのっちの電話」の方法論というのは、あまり傾聴はしない。さすがに論破ではないけれども、相手の話は遮るし、話の腰は折りまくる。これは本に書かれています。恭平さんが忙しいときは、電話に出ずに折り返すわけですが、家事や仕事や休養が優先であるということは明言されている。こういう活動は連続性が大事なのです。「そこにかければいつでも出てくれる」という連続性はある。ただし、電話はすぐに切られてしまうかもしれないので、そうしたら「またかければいい」ということになるわけです。これは本当に電話相談としては破格すぎて、そういうことを言った人は今まで一人もいなかった。なかなかすごい方法論だと思います。

おそらく自殺予防の電話の在り方としては、こちらの方が実用的かもしれないと私は思います。なぜかというと、先ほども言ったように、傾聴主義の電話相談はつながらないのです。今から死にたいと思っている人が、「かけたらつながらなかった」では話にならないわけで、回線を独占させない聞き方を工夫する必要があります。その意味では、マイルドに言えばあまり傾聴しすぎないこの方法論の方がニーズに応えられるでしょう。

ただ難しいのは、これを例えば公的な資金援助でやるとそこに責任が生じるので、ちゃんと 傾聴しないとお叱りを受けます。なので、恭平さんが手弁当で、自分のフィールドワークとして、 趣味としてやっていることだから成立することかもしれないということがあります。これをもっと職員を雇用して増やして、システマティックな展開とかを考え出すと、たぶんダメなんですよ。だから、なかなか追従する人がいないのは残念なことですが、方法論としては本当にすばらしいと感心しております。

個人として受けられる相談はいったんすべて受ける

自分の体調が悪くならない限りは相談を継続する

1回の相談には限りはあるが、相談の期間には制限を設けない

脆弱さというよりは柔らかさ

「柔らかさ」というのは、「いいかげんさ」といってもいいかもしれませんが、体調が悪いときは受けないとか、そういう流動性を指している言葉です。その活動をもう12年間やってこられているということで、精神科医として一番驚くのはそこなのです。それはふつうありえないことなので、なぜそれができているのか、いまだによくわからないとしかいえないです。

通常は悩み相談を受けすぎると、「共感疲労」といって、こちらもトラウマを受けてしまってもたないのです。二次的にトラウマを受けてしまって、「もういいです」と辞めたくなってしまうことが起こりやすいわけですが、どうしてかそれが起こっていない。これは本当にわかりません。虐待とか、いじめとか、ヘビーな相談を結構受けられていて、それが続いたら本当に参ってしまうのが普通です。それも1日に、ピーク時100件、今も20件、30件あるということですから、これは通常の外来診療並みの数です。それだけ相談を受けるとふつうは結構疲れそうなものですが、それが起こらないのは本当に不可解としかいいようがない現象です。なぜ疲れないかということは私に仮説があるので、後で聞いてみたいと思います。

一つ参考にしたいと思っているのは、恭平さんが電話相談のときに、相手の好きなもの、やりたいことを非常に上手に見つけられているということ。これは本当に感心します。私はひきこもりの専門医ですが、引きこもりの相談をするときに一番大事なテーマは、何か好きなことを見つけてもらうこと。楽しめることを一つでも見つけてもらうことなのですが、これが一番難関で、何を提案しても却下されてしまう。ゲームでも漫画でも映画でも、釣りでもスポーツでも、いろいろその都度勧めますが、「とにかく楽しくないからしない」とか「やる気がないからしません」とか言われてしまって、「何もしたくないです」と終わることが多いのです。しかし恭平さんは、かなり巧妙に見つけ出している。

本で紹介されている例だと、まずお菓子が好きだという話を聞く。ではどんなお菓子が好きかと聞いて、シフォンケーキだと。どんなシフォンケーキかと聞いて、ふつうのシフォンケーキだと。家族がいるかと聞いて、子どもがいると。じゃあ、彼らにケーキを作ってあげてみてはどうでしょうかと提案して、やってみますという流れに、いつの間にかなってしまっている。聞

くだけでなく、ちゃんと宿題を出すところ、宿題を出すタイミングがすばらしいなと思います。 傾聴は大事なのですが、聞かれる一方だと人は不安になったり、うんざりしてしまうこともあ るので、少し指示してほしいということも実はあったりします。これのさじ加減が絶妙なのだろ うと思います。これは真似したいけれど、私にはちょっと難しいですね。立場的にも、なかな か難しいかもしれませんけれども、どこかで応用できればいいなと思っています。

それからもう一つ、この本で教わったことは、うつ状態の比喩です。躁状態というのはエンジンが過剰に回っている状態といえると思います。うつ状態というのは国のガイドラインに書いてありますけれども、エネルギーが枯渇した状態だと言われます。これは精神科医の常識です。でも恭平さんは、うつのときはエンジンが逆に回っているというのです。ネガティブエンジンが回りまくっているという、そんな感じで捉えています。もちろんうつ病の人全てではありませんが、そういう人は確かにいるのです。うつなのだけど、エネルギーがないわけではないという状態があって、そういうネガティブなエネルギーの流れに翻弄されて困っているという人がいることは間違いない。ただそういう人に関しては、残念ながら今まで精神医学はあまり光を当てて来なかったという状況があって、これはある種の発見といえるかもしれないと思いました。

もっと驚いたのはうつのときもパステル画を描くという。これも精神医学の常識からは出てこない発想です。通常、うつはエネルギー枯渇ですから、何かしろと言っても「できるわけがない」と返されるのがふつうですが、そこで無理やり描いてしまう。描いているうちに改善というか、だんだんポジティブな方向に変わっていくということが、どうも起こっているらしい。これは非常に驚きました。

これも万人向けではないのかもしれませんが、先ほどのアウトプットの話と一緒に考えると、ある程度の幅で応用が利く発想かもしれません。病跡学的な常識から驚くのは、「うつのときの方がオリジナリティが高い作品を描ける」あるいは「うつのときの方が成長の機会をつかめる」といった発言です。これもふつうはちょっとありえない発想です。もちろん、躁状態のときの方が生産性は上がりますけれども、躁状態のときは創造性が低いと。新しいものをつくったり質が高いものをつくるという意味では、躁状態のときはあまりいいものがつくれないということは昔から知られています。ただ、うつのときにそういう大きな創造の核みたいなものがつかめるという発想は、ほぼなかったと思うので、こういった意味ではすごく大事な発見ではないかと思っています。

【坂口恭平の創作態度

恭平さんの創作態度に関して、先ほど述べた「唯一無二の個性がありながらも、作風が感じられない」ということに関連するかもしれない発言があります。それは「自分が表現したいもの、みたいな感覚はない」とおっしゃっていることです。これをぜひ表現したいという核はないといいますか、「僕が参考にする人の表現したいものって一体、どんな感じなのだろう、と考

え、自分でやってみている(中略) その人が表現したい世界観みたいなものを模倣している」と。 謙遜もあるのでしょうけれども、そうおっしゃっている。

もう一方では、活動療法としての創作。「内容はどうでも良くて、毎日、定量作り続ける」ことが大事だと。質よりも量ということもおっしゃっていましたが、そういう感じでつくられているところが反映されているせいもあるのかなとも思いますが、これでも全部わかった気には、なかなかならないです。

通常は、作品というのは自我の投影と考えるのです。だから病跡学が成立するわけですが、 私の見る限りでは、恭平さんの作品に対して濃厚な自我の投影はあまり感じられないところが あります。その理由についてはこれから追って詳しく見ていきたいと思いますが、不思議としか いいようがない。

精神科医である私が美術について論評することに違和感をもつ人がいるかもしれませんが、 私は 2000 年代の前半から 3 年間ぐらい『美術手帖』という雑誌に連載をもっていて(「アーティスト 境界線上の開拓者たち」)、毎月コンテンポラリーアートの作家に会って、インタビューして批評を書くという仕事を続けていました。なので、アートの状況についての認識はちょっと古いかもしれませんが、まったくの門外漢でもないというつもりです。

どれほどコンセプチュアルな表現者でも、そこに自我が投影されることは避けられないということがあって、どうすればこれが免れるのだろうなという不思議な感じもあります。昔からの知り合いに会田誠さんというアーティストがいるのですが、私が好きな作品に、新幹線の窓にカメラを設置して、ずっと沿線の動画を撮るというものがあります(《風景の工学的記録におけるイコン化の確率に関する研究》)。非常に匿名性が高い。作家の自我があまり投影されていなさそうな作品ですよね。だけど、その作品のコンセプト自体に会田さんの自我がはっきりと刻印されているので、いかにも会田さんらしい作品という印象をもてるわけです。

恭平さんの作品に、そういった部分がなぜ希薄なのかということは、いまだに不思議なところがあります。たとえば精神分析のラカニアン(ラカン派)はよく「症状」という言い方をします。この文脈では創造行為というのは自我からあふれだす症状みたいなものとみることもできます。そこを治療として意識してやると、症状化しにくいのかなと思ったり、まだまだこれは仮説段階ですが、そうとでも説明しないと理解できない現象が起きています。

「それなりにはできているが、やっぱり凡人の範疇は超えていないのではないか」というのが恭平さんの自己認識だそうですが、この場にはこれに同意する人は少なそうですね。そういう作品を見に来られる人が集まるとは思えません。やはり、多くの人を惹きつける魅力的な絵を描かれているからこそ、これだけの人が見に来るわけで、しかも売れまくっているわけですから。それを考えると、凡人の域はめちゃくちゃ超えているといわざるをえないと思います。

「〈自分の作品への執着〉はゼロと言っても間違いないと思います」というのも特異的です。「自分の作品は子どもみたいなもの」という人が結構いるわけですし、それをすごく大事に自分でもっていたがる人が多いと思いますけれども、恭平さんの場合はそういう執着はあまり見せないというか、あまり感じられない。自分の気に入った作品は手元に置いておきたい、みたいなことは、あまり言い出しそうにない。「どんなに作品が売れても評価されたとしても、僕は勘違

いしない自信があります(中略)これが僕の作風なんだ、なんてことは一生感じることができないんだと思います」。作風がないということを、ご自分で半ば認めていらっしゃる発言もあるわけです。

内的必然性から創作をしている、ということはない。目の前の誰かのためになされる活動

誰かに見せるために描いている、そういうキーパーソンが何人かいるということを書かれていました。もちろんフーさんに見せるということもあるでしょうし、他にも「文章ならこの人」と決めたりしているようですから、そういう人向けに書く手紙みたいな感じで描かれているのかもしれないと思います。

鬱状態の時に考えたことを、恐怖心ばかりで全て手を止めていたことを、躁状態で恐怖心ゼロにして素直に全てやってみている

創作に躁鬱のサイクルを活用しているということで、これはなるほどという感じです。うつの方が、本当はすごく創造的なのだけれども、手が止まってしまう。手が動き出したら、それは躁状態のエネルギーで実践していくというふうに考えると、わかりやすいのかなと思ったりもします。

対話もしない議論もしない反論もしない、創造はする

この「対話をしない」は結構大事なところです。先ほど不思議に思ったと言った、なぜ「いのっちの電話」のようなヘビーな活動をこんなに長期間やってきて、やめたくならないのか。あの夜回り先生ですら、もう疲れたから引退するとか言っているのに、なぜやめたいと感じないのか不思議なのですが、一つのヒントはここにあるかもしれない。

恭平さんは「いのっちの電話」では、実は対話していないのではないか、と考えています。相手の状況をしっかりと聞いた上で、アドバイスとか助言とか、そういうことはすごく的確になさるのだけども、向こうからの過度な影響をどこかで止めるような回路があって、だから双方向性ではあるのだけど、同時にプロテクトがかかっているような印象があるのです。対話というのは双方向性がポイントで、お互いに変化が起こるプロセスでもある。しかし恭平さんは、電話を通じた対話からほとんど影響を受けないし、自分自身も変化しません。もし影響を受けていたら、そのストレスと疲弊でとても12年も続けられなかったでしょう。ただ、通常ならそのプロテクションが勝ってしまうとその人の言葉が心に響かないはずなのですが、恭平さんの言葉は的確にツボを突くから相談者が増えるわけですよね。ここはやはりよくわからない。そのプロテクションとアウトプットのバランスをどうしているのかという、このへんがわかってくると、新しい精神療法的ヒントが見いだせるのかもしれないなと思ったりします。

洗練させていくことに興味がありません。その時空でやれることにしか関心がないんです。(中略)たまたま風景を見つけ出して、iPhoneで撮影して、それをアトリエで一瞬で絵にするっていうのが、僕の生活にとっては自然で、それが僕の外の風景と脳内の風景を同時に浮かび上がらせる、楽しい作業のようです

この、外界の刺激と脳内の刺激のシンクロというあたりも、創造性のヒントなのかもしれません。

まだうまく整理できていませんけれども、作曲のときなんかもこれに近いシンクロ状況でつくっているようですので、このへんは共通する部分なのかもしれないと思っていますし、場合によっては先ほどの「いのっちの電話」を聞くときのスタイルも、これに近いものが含まれているのかもしれないと思います。

恭平さんの本には、影響を受けた二人の名前が挙がっていました。山口にお住いの田上允克さんという画家。作風は全然違いますけれども、この方もたくさん作品をつくっている方ということで、そのスタイルに影響を受けたということです。角田純さんは、画家でもありデザイナーでもあるそうです。そのお二方の影響がすごく大きいそうです。

■まとめ――坂口恭平とは誰か

一応今日は「坂口恭平論」のつもりできましたので、そろそろまとめに入りたいと思っております。私が一番びっくりしたのは、恭平さんが通常の意味での自己愛というか我執に乏しいところです。特に修行とかもしていないでしょうし、宗教的バックグラウンドもないとおっしゃっているし、私はそういう発言は素直に信じる人なので多分事実だと思うのですが、なぜそれでこういうパーソナリティというか、こういう方が生まれたのかというのは、すごく謎めいています。我執や所有欲が乏しいということは、手紙にも書かれています。だから、作品も唯一無二の個性があるにもかかわらず、そんなに主張や作家性みたいなものを感じないという、認知的不協和に近いものを感じるくらいの乖離がある。

恭平さんのキャラクターについて分析してみたんですが、原始仏教の一つである上座仏教で言われる「無常を知る人」の特徴に一致します。アルボムッレ・スマナサーラさんという上座 仏教の僧侶がいますけれども、その方の本『無常の見方』に「性格が柔軟で賢い/注意深く、失敗しない。人間関係のメンテナンスを怠らない/落ちついていて、パニックにならない/過去を後悔せず、未来に期待せず、明るい/楽しく生き、心を育てる」ということが指摘されていて、これはどうですかと言うと「だいたい該当する」というご回答だったので、それもそのまま信じました。でも傍目からみた印象もそうなので、そういうことなのだろうと思いました。恭平さんの境地は、「全てが空である」ことを理解したうえで、生きる過程そのものを楽しむことができるという、いわゆる「悟り」に近いものであると思います。

他の記述を拾っていくと、「〈完全無所有の生活が送れる〉ことを楽しみにしている」/もし

家族を失ったらそれまで」とあります。たいがい自己愛がないと称する人でも家族だけは大事とかいう人は多いと思うのですが、そこも薄いというか、ある種の割り切りができている。「明日死ぬと言われても、本当に、何の後悔もない」と書いてあったり、「もっと柔らかく穏やかで、かといって籠らずに、みんなと仲良く触れて過ごしたい」「やりたいことをその瞬間にやる、という欲望」はある。「流れそのものになる」「あらゆる欲望を超える、それよりも至上の意欲」を目指したいというようなことが言われていて、このへんは本当に、先ほどから申し上げている、無常を知る人の特徴、つまり悟った人に近い特徴があるといっていいと思います。

もちろん、それが 100%実践できていればうつにならずに済むのかもしれないと思うと、こういったところの部分もあるのかもしれませんが、こういう状況がどういうふうに形成されていったかというのは本当に謎です。想像もつきません。私は精神科医なので、職業柄いろいろなクリエーターと会ったりする機会が多く、だいたい精神医学の視点から考えて、この人はこういう人かなということを漠然と考えることができるのですが、恭平さんに関してはバックボーンから何から全く想像がつかないという、すごく不可解な方なのです。その作品に関して認知的不協和音が生じるぐらい、不思議な作品なのです。

【斎藤環⇒フーと坂口恭平





斎藤 これから坂口さんご本人とフーさんに登壇していただいて、質問させていただこうと思っております。お二人どうぞ、ようこそ。

フー とうとうお会いできました。

斎藤 「はじめまして」ですね。全然そんな気がしませんけれども。では、差支えなければお 二人で私の与太話の感想を話し合っていただけるとうれしいです。

坂口 どうなんですか。何か死んだ人の話みたい。これ、俺らですよ。

フー 最後のスライド「坂口恭平とは誰か」をパッと見たときに「ちょっと危ないな」と思ったんです。ときどき恭平がすごく元気になったときに、「毘沙門天が俺の後ろにはいて」とか、神様とふーっとつながりそうになる感じはすごくあります。

坂口 環さんだからね、言ったの。俺じゃないんだから。

斎藤 私が言ったんですけど、一応、往復書簡だから「合っていますか」と聞いたら、「合っています」と恭平さんがおっしゃったわけですよ。

坂口 元気なときはこれで合っている。

フー そうそう。元気なときはすごく当てはまるのかなと思う。

坂口 でも元気なときの俺的にはおかしくないってことじゃん?

フー そうだね。元気なときはすごいんですよ。

坂口 俺は 1 カ月のうち 5 日間うつだから、つまり 25 日間はこの元気な状態だと思うと、すごいなと思う。

フー そうだね。すごい。

斎藤 かなり強引ですが、わかります。

坂口 5日間は真逆だからね。

フー そうそう。5日間は本当にすごいですよ。

斎藤 真逆とおっしゃるけれども、その5日間ですごく自己主張が激しいとか、そういうことではないですよね。我執が出てくるとか。「俺が、俺が」となるわけではないですよね。

フー でも環さんの『自傷的自己愛』を読んで、最初に「まさにこれ、恭平だ」みたいな見開き1ページがありました。それは、「自分は調子が悪くて、自分はどうしようもない人間なんだ」というのをとうとうと語るんです。「そんなことないよ」「全然そんなこと誰も思ってないよ」と言っても、「いや、そんなのみんながだまされてる」と言って、「俺が絶対正しい」と、絶対曲げない。5日間は本当にそれが強い。

坂口 5日間は俺、自己愛性人格障害だと思っているんです。

斎藤 その部分はそうだね。自分をディスるタイプの自己愛ですよね。

フー そう、すごくディスるよね。

坂口 だから『自傷的自己愛』は今回俺も読んじゃったの。何でかというと、この展覧会のオープン前日までうつだったんだ。1週間ぐらいあったかな、あの時間。

フー 2週間弱ぐらい。

坂口 今回、何かちょっと長かったんですよ。 そのときにずっと読んでいて、「これ俺だ」と思って。

斎藤 悪い影響はなかったですか?

坂口 いや。俺、『いのっちの手紙』では、悟った人になってたんだけどなと思って。『自傷的自己愛』は、読んでいたら「あ、これ俺にしか思えない」と思った。だから、そこはきっちり分断されている。今日の俺は落ち着いているバージョンだとは思うけど。

斎藤 心の悟った人に近い感じになっているわけですよね。

坂口 と、思います。でも、僕的にはあまり変な感じではないですよね。これは自分の中では ふつうで、さっき環さんが言った謙遜とかいう感じでもないですよ。本当に。

売れる絵が良いと全く思ってないんだよ、僕。売れているのはわかってるんですよ。何でかというと、売るためにやっているところもあるんです。だから、僕は自分の作品が良かろうが悪かろうが、商人として人に届きやすいツール、いわゆるオンラインサイトをつくってログインさせて買わせるという構造まで計算してやる。そうすると売れるんだけど、僕が好きな近代美術史をみる限り、何で今回、現代美術館で個展をやっているのかは、いまだに正直よくわかっていない。

斎藤 そうですか?

坂口 だけど今回、オープニングレセプションの前日に個展をみたとき、現代美術という枠じゃないところがはじまっているとしたら、おそらくそこには僕は位置すると思えたんです。 それで元気になれたんです。 これは結局、公共事業なんですよね。 そういうことをすごく気にするんです。 現代美術の歴史の中では、ふつうにみたら印象派よりも戻っているんです。 印象派でも、

もっと崩すんですよ。

斎藤 スタイル的にはね。

坂口 いわゆる絵画でいうと、印象派以前でやっている近代的な思考でしかやっていないはずなので、ダメだったんです。僕がうつの2週間は、こんな展覧会をやってはいけないという意味で、「もうやめる」ってなってたんです。

斎藤 そこまで否定的になってしまう。

坂口 そう。僕はそこまで行ってしまうんです。で、僕はここで断れるんです。「やめます」「本 当にやりません」と、書類を書いて提出するぐらいの勢いがあったんです。

斎藤 実行しなくてよかったですね。

坂口 だけど「一応見て」と言われて会場をみたら、現代美術じゃないとしたら何なのかはわからないけど……。「健康生成」とか言われたから、健康芸術的なもので考えるとおもしろい。

斎藤 そっちですか。

坂口 折坂悠太君という音楽家が今回来て、「恭平さん、心に一つも引っかかりませんでした」って言われたんです。700 枚見て心に一つも引っかからないというのは初めての経験で、ほとんど枝とか苔とかに近いと言われました。

斎藤 風景。

坂口 ふつうピカソの絵を 700 枚見たらみんなクタクタになって帰りますよ、たぶん。「やっぱりすごいよね、あの人」とか思う。

斎藤 そういう疲労感はないかもしれないですね。

坂口 そう。何かそういう意味でおもしろいかなとか。

斎藤 「引っかからない」という言い方はちょっとトゲがある気がしますけど。印象的な絵はたくさんあるんですよね。だから先ほども言った、作家性とか、そういった部分での刺激がほしい人は、「なかった」と言うかもしれませんけれども。なるほど。

坂口 そう。だけど、今はそういう意味ではちょっとうつが終わって、また違う段階に入っていると考えると、もう美術のフィールドにもいなくていいと思えている。そういう問題ではないし、僕がやろうとしていることが何なのかというのは、なぜか今回の個展は、僕の中ではかなり明確に言語化ができるようになってきている。

斎藤 現代美術としてどうかとか考えるんですか?

坂口 僕はむっちゃ考えます。だけど、やっていることに関しては考えないです。やったものに対して、僕はむちゃくちゃ議論しています。それこそ現代美術の歴史を研究している人たちと、「これは一体どういうことなんだろう」と言ってみんな首をかしげながら、「でも何かいいんだよ」「何かいいから恭くんやりなよ」と言われて、彼らが言うなら行けると思ってやったりしていますけど。

斎藤 それこそ現代美術でいえば、最初カナダで売れた、細密画の絵(「Dig-ital」シリーズ)とかがあるじゃないですか。あの路線でいけば、そのポジションではありえますよね。

坂口 みんなに「何でそれをやらないの?」と言われたんです。

斎藤 いや別にそれをやれというのではなくて、そっちもできるけど、あえてパステル画をやっているみたいな感じ?

坂口 いや、あれは本当にやりたくなくてやらなくなったので。

フー うん。「もういい、もういい」って。

坂口 あれは何となく、仕事辞める前ぐらいからはじまった作品だった。フーちゃんも仕事辞めて、俺も執筆に集中しようと思った日に妊娠発覚みたいな感じで、ヤバかったんですよ。本当に無職で金もないときに、あれを描けば 50 万円で買ってくれる、僕のことを「アルフレッド・ジャリが生きてる」と言ってくれていたカナダの人がいたんです。僕は 20 個ぐらいしかボキャブラリーがないのに、20 時間ぐらいずっとしゃべれるんですよ。英語だろうが、何だろうが。向こうからしたら、ただ詩を延々と読まれているみたいな感じだと思う。その人たちが定期的に、年間 6 枚ぐらい買ってくれていたよね?

フー そうね。そのときはそう。

坂口 だから常に 300 万。ベーシックインカムみたいなのがね。

フー 「もう(お金が) やばい、もうやばいな」っていうときに、また別のカナダの人が「ちょっと買おうかな」みたいなので買ってくれた。

坂口 しかも、僕はフーちゃんのために作品をつくっている感じではあまりないですね。

斎藤 あ、違うの?

坂口 多少最近は脚光浴びてきているけど、ぶっちゃけ、フーちゃんはあまり僕の作品に関心はないと思うんですよ。そこもおもしろい部分です。

斎藤 作品に興味がないわけ?

フー そうそう、あまり。あまりと言ったらダメなのか。

斎藤 そうなんですか。いい絵だと思わない?

フー いや、そうではないんですけど。今回、カメラマンの方から展覧会用のインタビュー動画のためにいろいろ聞かれて話していたときに、彼から「僕は作品が作品としていいと思うんですけど、そうは思わないんですか?」と言われて、「そうねえ……」と思って。恭平の作品は絵として見ているというよりも、「恭平が調子がよくて生み出せて出てきた絵だ」とか、全部の生活と結びついているんです。「これ、あのときだよね」とか、「ちょっと調子悪いときが、これだよね」みたいに、恭平の体調と全部くっついていて、まず恭平が出てきてその向こうに作品があるので、たぶん私は作品を作品として見ていないのかも。

斎藤 では絵をみて、「これはちょっとうつのときに描いた絵だ」とかいうのは何となくわかりますか。

フー わかります。わかりますし、描いてある場所に結構一緒に行っているときもあるので、「このときここに行ったな」とか、「ここに行って、あそこの店を見に行って、あの後ミカンを買ってここに行ったな」とか。

斎藤 それはすごい理解者じゃないですか。

坂口 理解してもらってないという感じではないんです。やっぱり絵画は絵画なので、絵画的なコミュニケーションをとっているかというと、驚くほど俺らはとっていないんです。

フー とってないですね。

斎藤 そういう意味でね。

坂口 そう。美術をやっていくとか、そういうことに関しては、会話はない。

フー 美術もそうね。本も、そういう分野としてはやってない感じ。

坂口 最近子どもたちもわかってきたけど、もともと僕たちの家族的な会話で、自分の創造行 為については、あまりコミュニケーションをとっていない感じがあっておもしろかった。

フー 私はそういうつもりは全然なかったですけど、調子が悪くなったりしたときにはよく言われています。「家族は何もわかってない」とか、「僕がやっていることは何もわかってくれていないし、フーがわかっていないから子どもたちにも伝わっていない」というのがあって、「ええ?!」となります。

坂口 でもそれはうつのときの話。うつのときは何でも寂しいから。

フー 「もっと理解してくれ」みたいなのがすごくあるんだけど、ちょっとどうしていいかわからない。

坂口 今は僕にとっては修行の時間なの。美術とか芸術とかをやろうとするときは、どこかしらすぐにエゴが出てきて、何か自分が考えていることが特別なんじゃないかと、ほとんどの芸術家は妄想してしまうんです。妄想しようとするとき、家族と対面したら絶対ズレが生じるんですよ。で、違う女のところに行きます。これは本当にしょうもない理由です。その人たちは理解してくれるからといって、ゴチャゴチャなっていくんですよ。そのときに、「ああ、奢り高ぶることなかれ」といつも思うんですよ。

斎藤 自制している。

坂口 「家族はなんて俺のことを理解しないんだ」って一瞬思う。元気なときですら思うんだけ ど、それは人としての何らかの修行なのかな?と思って。

斎藤 耐えている感じですか。

坂口 いや、耐えていると言うとちょっとおもしろくないので、おもしろがる。仏が気づいてくれていない展開なんじゃないかとか。

斎藤 なるほど。試されている。

坂口 そうそう。わざと子どもとかよくわからないもののフリをしているんじゃないかな。実際、アオちゃんがパステルを描いたらすごくうまいし、何か新しい芸術を見いだしている。

フー アオちゃんがね。

坂口 うん、娘ね。俺ら何も言ったりしていないですよ。みんな興味がないから。嫌じゃないですか、大人が芸術家の子どもたちで、何か芸術的に育てられるみたいな。ちょっとそういう空気とかもあって。

斎藤 でも、お父さんが描いているのを見て描きたくなったんでしょう?

坂口 わからない。

斎藤 違うの? わからない?

フー だいたいアオちゃんは、自分が描きたいっていうのはあまりなくて、恭平が「描いてみたら?」と言うときに、「ああ、そうね」と言って描くんですけど、やっぱり意外と早い時間でサッと描けていく。

斎藤 じゃあ、あまり影響はないという。

フー うん。

坂口 そういう創造行為全面で生きているように見えるんだけど、家庭の中では創造行為というのは、ほとんど話題にはあがらないぐらい。「この人は芸術家で苦しんでいるけど、描いているから家族で守っていこう」みたいなものは、僕にはない。

フー そうね。あまりそういうのはないね。

坂口 草間彌生さんみたいな感じとは全然違う。

斎藤 あれこそまさに症状の場合。

坂口 俺はふつうに、ご飯つくりますとか、お皿洗いますぐらいの勢いです。

斎藤 草間さんの自己愛はすごいです。「私、大好き」ですから、あの方は。それがあの旺盛で尽きることのない創造性の源泉にある。

坂口 ええ、そうでしょう。ああいうのはやっぱり僕からすると、すごく入っていけない世界だなと。芸術の世界とか、僕が引いていったんですよ。何かここは、全然違う世界だなと思って。

斎藤 昔、描いていた細密画をやめたのは飽きたからですか?

坂口 あれは本当に飽きたし、ただただ描き足していくだけじゃんと思ってしまって。だからパンパンと指で描ければいいなと思っていたら、パステルがあったというのもある。

斎藤 パステルも 1000 作近いと思うんですけど、飽きない?

坂口 パステルはまず、作品が小さくていいというのが楽。現代美術は高く売らなければいけないので大きくなっていくんです。そういうのは全くしなくていい。建築家もやっぱり、いつまでたっても安い住宅をつくるわけにいかないから、安藤忠雄とかも小さいけど大きくなるじゃないですか。ああいうふうにならないようにどうすればいいかというと、小さい絵をずっと描くのがいいかなと。パステルは気が合うんですかね。

斎藤 Twitter を拝見していると、節目、節目で決定的な作品があるじゃないですか。会場の最初に飾ってある大きめの曲がり角のパステル画(《三角郡浦の交差点》2020)。確かあれは何か開眼したんですよね? 違いましたっけ。

坂口 でも、そんなに俺は良い作品だと思っていないです。

斎藤 え、そうなんですか?

坂口 あれを描いたときは、「あ、大きく描けるんだ」というサイズからの飛び出し。

斎藤 サイズか。

坂口 そう。僕が好きなものは本当に何枚かぐらいですよ。

斎藤 そういうのに対しては、所有欲とかはないですか? 「これは俺のもの」とかならないですか。

坂口 全くないですけど、フーちゃんがほしいというのが何枚かある。フーちゃんがほしいのはとっておいて、あと友達に「これは売るな」と言われたのがあるので、それは売っていない。家に僕がもっているのも、もちろんいっぱいある。ただ、買っていただいた環さんには申し訳ないですけど、俺、ふつうに絵をあげますから。

斎藤 ええー? あげてるの?

坂口 俺「いのっちの電話」で死にそうなやつだったら、あげちゃうよ。

斎藤 それ言っちゃって大丈夫ですか? 別の意味で相談が増えそう。

坂口 そこらへんはそうかもしれないですね。だから「何で絵をあげるの?」って、みんなにすごく怒られるんですよ。でもフーちゃんは怒ることないね。

フー そうね、さんざん知っているから。絵の値段も変わるし。お金をもっていないなら「じゃあ、これ」みたいに。毎回その人に対応している。

坂口 「ほしいんでしょう?」って言って、ほしいんだったらもっていけばいいじゃんって思っちゃう。

斎藤 恭平さんは、人から影響を受けて作風が変わったことはありますか?

坂口 あるよね。フーちゃんどう思う?

フー 作風が変わったという感じはないかな。でも、そのときどきにすごく影響を受けている作家の人を完全にというか、すごく真似するのはよくあります。

斎藤 パステルはどうですか。

フー パステルは誰かの真似をしている感じは、私はしませんし、誰かの影響を受けている感じもしない。でもいろいろ模倣してきた過程があって、それをずっとやってきているので、もう全部がここにつながったのかなと思います。でも、どれかが決定的に影響しているみたいなことは感じないです。

斎藤 なるほど、ありがとうございます。

■坂口恭平⇒斎藤環

坂口 そういえば、僕が環さんの話を聞いていて書いていたメモ。

斎藤 ぜひ。

坂口 サルトグラフィの「サルト」という、これは健康という意味なんですか。

斎藤 はい。

坂口 僕の『建設現場』という小説も、主人公ははじめ「僕」といって、名前がわからないと いういつもの僕の小説のパターンなんですけど、最後に「サルト」という名前だったことに気づ くんです。サルトというのは、全く知らずに出てきた言葉なんですよ。後で考えたら、猿+人で、 猿人みたいなイメージなのかなと言っていたけど、時代は 2800 年ぐらいのイメージなんですよ。 だから何だろうと思ったら、サルトというのは健康という意味だったんだなと思いました。 僕は路上生活者のフィールドワークからはじめたんですけど、いわゆる今でいうところの路上 生活者としては一切調べていなかったんです。当時からいわゆる貧しい人としては調べていな くて、そうじゃないはずだと思って調べたら、本当にそうじゃなかった。何回言っても「おまえ は点しか見ていない」と言われたんだけど、幸せな人を1人見つけたら、それはとんでもない んじゃないかなと思っていて、まさにそのときから健康生成について研究していたんだなと。 「何がつらいですか」じゃなくて、「何がおもしろいんですか」と質問したら、「何も不安がない ことだよ」と。「その日に全部使って、次の日全部取りに行くんだよ。それで取れたものをそれ でまた食べるんだよ。その日に取れなかったら食べれないんだよ。でも、次の日また取れるん だよ。幸せだろ?」と言われた。そこに行きたいと思いました。自分の生きる生活がほぼそれ を目指していて、パステルを描いているのもほとんどそれに近いんです。アルミ缶を拾って「ど うですか?」と言っている感じです。

あと僕の著作は、よく考えたら全てプラトンの対話篇だなと思って。路上生活者と対話して、今は「いのっちの電話」でそれこそ毎日ずっと対話していて、さっきの「対話をしていないんじゃないか」という話をもっと言うと、それがそうかもしれない理由は、つまり僕は対話する前にストーリーが全部浮かんでいるんですよ。それは小説家として浮かんでいるのか、何かはわからないですけど、もう「こうなる」というのが浮かんでいる。つまり、事実をねじまげたらまずいので、自分の体を動かすことでその人の話を自分のストーリーの方に近づけたり、増幅させたり、場面を転換させたりしている。僕は1回も録音を録ったことがないです。対話全てを録音していなくて、全部なぐり書きでノートになっています。展覧会会場の最後に展示しているノートは、中になぐり書きしてあるんだけど、それは全部対話した記録です。対話しながら、どんどん章立てが生まれます。しかも、その前にも何か章立てがあるんですよ。自分の会話が対話で、ずっと続いています。オーダーメイドでやっていくしかない。さっきのいわゆる「普遍」と「個」でいくと、スーツをオーダーメイドするときに、「生地はどうされますか? どういうのが好きですか?」「リネンですか? ウールですか? シルクですか?」「イタリア系ですか? イギリスの感じですか?」というのは、さすがにみんな話すじゃないですか。

斎藤 あらかじめストーリーが浮かんでいて、それを相談の中で再構成してオーダーメイド的に展開するという感じでしょうか。

坂口 これが俺の中では普遍解なんですよ。だけど、やることはオーダーメイドでしょう?

斎藤 はい。

坂口 だから僕の場合、完全に個だとは全く思ってないですよ、常に。「あなた統合失調症って診断されているんですよね? 統合失調症なんかないんです」とは言わないですよ。統合失調症と言われているような人について説明しています。俺が「何が得意ですか?」と聞くと、「オセロが得意です」と言う。そこで俺は、「オセロの本を今すぐ私のために一人でこもって書きなさい」と言って、書いた人がいるんです。

斎藤 本を書かせたんですか。

坂口 テキストもおもしろ過ぎて、全部 Twitter にアップしているんですけど、今連載第3回まで来ている。たぶんアップしてることも、その人はおじさんなので知らないですけど。その人は僕のことを編集者だと思っていて、アップした後に、「どうでしたか? 原稿」と聞かれて、僕「今回も手に汗にぎるハラハラどきどきで、オセロがおもしろくてしょうがなくなってきちゃった」、その人「頑張って書いてます」、僕「また送ってくれるんですか。どうですか? 統合失調症的な症状は?」、その人「いや、それどころじゃありません」となる。だから目的さえピンと打ってしまえばいい。でも統合失調症という言葉は僕たちの中で残っているんです。

斎藤 うん。そこは大事ですね。

坂口 そう。常にオーダーメイドで、ゼロ。

斎藤 ゼロベースでないと。

坂口 ハンドメイドじゃなくて。千葉さんが言うところの「男の料理を坂口くんは作らない」という。つまり「ベーコンを燻製でいぶしてとか、全部ゼロからする」とか男の人が言うじゃないですか。ああいうのは絶対洗い物しない。普段のご飯とかは寝ていて、でもベーコンとなるとゼロから作るみたいな。そっちより、もうちょっと日常的な、全体的にやりたいみたいな。

斎藤 ありのままでやりたいと。

坂口 そんな感じですね。友達としゃべっているときに傾聴ってありえない。友達としゃべっているときに、しゃべりたいけどしゃべれないときいっぱいあるでしょう。僕の「いのっちの電話」でも。

斎藤 なるほど、わかる。あれに近い。

坂口 あれを思い出すと、もうスッと友達の輪の中に入れるので。そうしたら「うっ!」とか言い出すから、「いや、そこまで言ったらしゃべりたいんでしょう?」と。「しゃべりなよ、聞くから」と言って聞きますよ。

斎藤 通常のカウンセリング業務からしたらとんでもないですよね。

坂口 だけど、通常のうちらの仲間からしたら当然ですから。スピーカーにしてアオとゲンを入れて、3人で会話したりします。「もう死にたい」と言っているのをゲンと聞きながら、こっちはこっちで「死にたいんだって」と話す。

斎藤 ちょっと心配ですが、大丈夫ですか。

坂口 全然大丈夫。そうしたら「すみません」って言いますから。「ゲンちゃんに〈死にたい〉 なんて、そういうことは言えません」と。

斎藤 そこは気を使うんですね。

坂口 うちらは聞き慣れているから、わかっているけどね。

斎藤 聞き慣れている、そうですか。慣れるかな。

坂口 友達の感覚だったらありえる。だから、何でそういう問題はプライバシーをそんなに優先しないといけないのか。僕の中では微妙に不審がっているのはある。

あと、環さんは、僕を否定するところはないですか?

斎藤 否定?

坂口 つまり、僕に懐疑的なところを僕は知りたいんですよ。

斎藤 驚きがあまりにも多くて、否定する余裕がない。否定……私は割と斜に構えるたちなので、どこかそれを残す傾向があるんですけど、難しいですね。わざわざ否定することもないなという感じでもあります。でも、これからも我執がないままで行けるかどうかという心配はあります。我を出さない作品制作が続けられるものなのだろうかという、そういう懸念はちょっとあります。これだけ多くの人から注目され愛されるという事態が何をもたらすかという。

坂口 たぶん、テレビとかに出るようなやつにならなければ大丈夫ではないかなと思ってる。 そういう意味で全部断っていますから。そういうことに対しては、かなり僕は入念に、自分が 調子に乗らないようにするというのは意識している。

斎藤 なるほど。テレビがそうですか。

坂口 でも、それは僕が感じる前に、周りが絶対突っ込むんですよ。

斎藤 周りの友人、知人が。

坂口 そう。つまり、「こういうふうにすることにしたんだ」と周りに言ったときに、リアクションが「ふーん」ってなったらつらいじゃないですか。ちゃんと「ふーん」って言ってくれるんです。で、俺は「あ、やっぱりやめた方がいいかな」と言うと、「そう思うよ」と言われて、「じゃあ、やめます」と。

斎藤 「やめろ」ではなくて、「ふーん」と言ったらダメなんだね。

坂口 そう。僕にはそういう指摘は誰もしないです。

斎藤 「やめろ」と言わない。

坂口 そう。「やめろ」とかは言わなくて、ふつうに違和感だけを感じている。みんなも共通 認識で、「たぶんこいつは悪い意味で何かやろうとはしていない」と思ってくれているから、僕 も聞けるんです。違和感を感じ取れる。フーちゃん、何かありますか。「ふーん」の代表格がフー ちゃんなんだよ。

フー 「ふーん」の代表格?

坂口 「ふーん」って言う人。「ふーん」のボスだから。

斎藤 直接「やめときなよ」とか言わないんですか?

フー いや、すごく言いたくなるし、言うときもあるよね。

斎藤 あるんですよね。

坂口 Museum (坂口恭平美術館) をやりはじめるときもね。

フー 「それ、どうかなあ?」みたいな。でも「絶対やめた方がいい」とかは言わないです。

斎藤 それは言わない。雰囲気で。

フー 「どうかなあ……」となりますけど。言いはしないけど、そうですね。

斎藤 昔からそうですか? それで通じますか?

フー うん。昔から、私は「これは絶対やめた方がいいよ」みたいな、「絶対」とかは言わないです。

坂口 新政府とかできないでしょう。「新政府つくった」と言ったとき(2011年)は、子どものアオちゃんはまだ 2歳で、しかもゲンが生まれたのが 2013年。

フー うん。

坂口 政府をつくったその2年後にはゲンが生まれて、そういう状態。

フー 企画書の案が固まってきて、ちゃんと企画書を企画書として終わらせられるようになったのは 2010 年ぐらい。

斎藤 それまではおっしゃっていたんですね。

坂口 でも 12 年間「いのっちの電話」をしてきて、何を発見したかというと、さっき誇大妄想的なという言葉があったでしょう? 僕が 12 年間で 3 万人ぐらいの話を聞いていますが、誇大妄想を抱いている人は 1 人もいなかった。

「ティッシュの場所が動いているから、本当に集団ストーカーされている」と言う人がいる。その人にとってはかなり本気なんです。それを僕は誇大妄想ととらずに、「とにかく証拠を探して、一緒に警察に行こう」と言うことによって、その人ですら治っていくんです。

斎藤 それはふつう、ご法度中のご法度なんですよ。だけど、やる人によっては有効だということが知られているので、一般論としては絶対にやるなと言われていることなのだけれども、すばらしいですね。それは恭平さんでないと無理です。

坂口 本当に俺は NG 行為ばかりなんです。だって、聞くと本当にその人が考えているから。その人が企画書を書けなくても俺が書いたらある程度成立すると思っています。だからいろいろな妄想のときも、そんなにお店やりたいならと、俺、物件見つけてきてやっているんですよ。住まいと場所を聞いたら Yahoo 不動産で全部見つけられるので、そこの不動産屋に電話して「こういうことをやろうとしているんだけど、どれぐらいお金かかりますか?」と聞いて。

斎藤 妄想を訴える人って、実はあまり緻密に考えていないんですよ。だから、詰めはじめる と引いてしまうんですよね。だからそれは有効だと思います。

坂口 僕が異常にやるので、「もういいです」と言われる。

斎藤 それは精神分析で言う「直面化」に近い。

坂口 俺が逆切れですよ。「おまえの妄想はそこまでか」みたいな。俺は前に進もうとしているわけです。

フー 叱るもんね。

坂口 ぶっちゃけ、それをわざとやっているということです。 つまり「妄想ではない」とセッティングして乗っかっていくと、今までに対応されたことがないことを僕がしはじめるので、その人はいきなり素っ裸の状態で向き合うみたいなことになってしまう。 そうすると、この社会でたぶんある程度、管理とか家族とかにやられて、目がイカれてしまっていた人たちの瞳孔が突然合いはじめる。「ほらほら、目が覚めたろう?」と言ったら、「ハッ!」となる。

■参加者から⇒坂口恭平へ

参加者① 恭平君の絵を買った人は、もしお金に困ったらその金額で買い戻してくれるというのがありましたよね?

坂口 今月も振り込んだよ。

参加者① それはずっと続くわけですね。あのシステムはいいなと思って。すごいと思った。

坂口 パステル以前は金額が定まってなさすぎたんですが、パステルならそれでいいと思いました。買えなかったら戻せばいいだけの話なら誰でも買えるでしょう。このシステムは画家じゃないからできるんですよ。画家ならできません。だって画家という意識があまりないみたいで。

参加者① そのへんの匿名性も OK。なんちゃって画家、なんちゃって漁師。何でもやってくれるから、私は楽しくて仕方がない。

坂口 人々を喜ばせることだけが生きる目的なので。

参加者① コロナの時期は Twitter で楽しませてもらいました。

坂口 そういう社会が落ち込んでいるときも全く落ち込まないで、僕の場合、一人で勝手に落ち込むんですけどね。

フー ときどきね。

坂口 躁うつはマラリアでも高熱にならないらしいんですよ。平熱になるらしい。ある意味、僕はコロナにかかっているんですよ。かかっていないか調べてないから、わからないですよ。だけど、それによって平熱になったんです。だから一番初めにかかっている。無症状ということですよ。

参加者② 自分の作品の中で好きなのは数枚だけだとおっしゃっていました。僕も見ていて全部好きなわけではなかったのですが、好きなものが何枚かありました。自己分析して自分ではどういう絵を好きだと思いますか? 描かれている姿を見ていると、描くことが好きなのではないかなと思って。出てきたものの中で、やっぱり好きなものと好きじゃないものがあるというのは、どういうところなのでしょうか?

坂口 逆に言うと、僕が好きなものはどうだっていいんです。それよりも僕が興味があるのは、 僕がクソみたいな絵だと思っているのに、買う人がいるんですよ。ということは、その人はそれ を「良い」と思ったわけじゃないですか。そのことにしか興味がないです。僕は自分の絵が自 分で「描けた~!」と思うとかは、もうどうでもいいんです。

クソみたいな絵だと僕はいつも思っているんです。ただ僕の友達の(田尻)久子ちゃんが、「あなたは波が激しすぎるから、全部捨てちゃダメ」と言ったんです。だから今回こんなに展示しているんです。僕はパステル画は1枚も捨てていないので。今979枚描いているんですけど、本当に1枚も捨てていないです。ちょっと描いて途中でもう面倒くさくなって終わったのはあるんですけど、もう半分超えて背景まで塗った絵は1枚も捨てていない。だから一応、僕の3年間のやったことの全部なんです。

だけど「これが好きです」という人は、俺は正直言って「何が良いと思ってるの?」と思うんだけど、その人がそれを良いと言ったときに、不思議なのは僕のその絵を見る目が変わっていくんですよ。その絵を良いと思う感覚が自分の中にインストールされていくんです。それしか見ていないです。

たぶん僕は自分が成長することにしか興味がないんです。なぜなら、俺は美術館とかどこでも行っていて、本物の美術作品は見ていても、何が良い絵なのか本当にさっぱりわからない。カタログ・レゾネとかいろいろなものを全部見る理由は、何が良いか全然わからないからです。何枚かだけあってもわからないから全部見るんですけど、自分でどれが良いかとかは全然わからない。ただ人は「うわ、これ良い」って、うちでいっぱいあるカタログ・レゾネを見て言うん

ですよ。それを確認しはじめるんです。何でその人がその絵をいいと思うんだろうと。その感覚だけをまたインストールしていく。

僕の場合、相当直感あふれる少年のような人に見えるじゃないですか。逆なんです。何も感じない。だけど、どんな人の感じたこともすばらしいものとして全部受け入れる目と耳だけはもっている。だから人が「恭くん、こういうところが良いよね」と言ったことを、自分としては良いと思えないんだけど、全部「ああ」と。

だからフーちゃんが言ったちょっとした言葉とかも、たぶん忘れないんですよ。僕がうつ状態をよく見ることができるようになったというのは、ほとんどフーちゃんが言ったこと、あとは久子ちゃんが言ったこと。僕の友達が言ったことで、しかもそれはみんな僕をほめるように言ったことなんです。「あなたって何でうつのときに、こんなとんでもない原稿書くの」と。僕は誰にも見せられないひどい原稿だと思って書いていても、久子ちゃんが読んだリアクションがそれだと、その後「えっ? うそ」と、必死に戻って自分の書いた原稿を読む。けれど1行目から書いた記憶すらない。それぐらい僕の場合は1日、1日、自分と「はい、さよなら」とタッチしてやっていくので、自分の感覚というのはいつも信じられない。

「坂口恭平日記」の会場に入ってすぐの、ドンとぶつかる壁の一列は僕が並べているんですよ。そこだけ。だから僕が好きな絵なんだと思います。だけどそれもたぶん昔の好きな絵で、正直「まあ、みんなはこれがあったら喜ぶかな」という感じで並べているだけです。もうほとんどみんなに見せて、これはよかったですという確認だけ。Twitter にあげている理由は、みんなに確認してもらえるからです。「この画家を思い出しました」とか、そういうことを言われても何も傷つかないですよ。「その画家を知らないので、じゃあ調べさせていただきます」と言って調べる。

最近はボナール。何が良いかわからないですけど。でも、ボナールが来てるのだけはわかるんですよ。その直感は鋭いと思いますよ。何かが来てる。今、ボナールをどういうふうに見ればいいのかさっぱりわからない。だけど、ボナールを見続けることが何か大事なような気がする。それはたぶん中学3年生ぐらいのときに、ボブ・ディランを初めて聞いたときとか、ヴェルヴェット・アンダーグラウンドを初めて聞いたときとか、何が良いのかさっぱりわからないけど、何か来ているのだけはわかるんですよ。

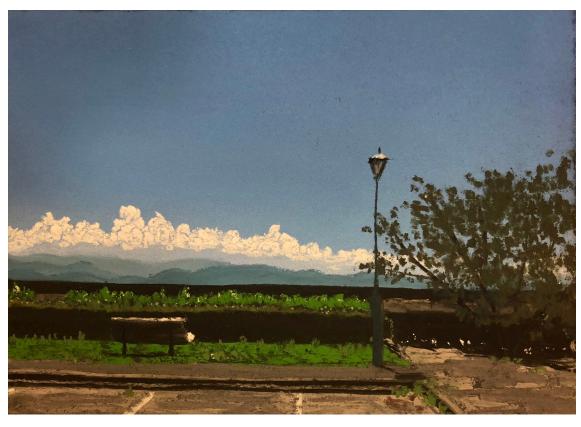
そう考えると、今回の個展は非常に来ているような気がしています。俺、結構展覧会見てるんですけど、こんな展覧会見たことないです。そして、これの何が特別なのかがわからないです。「意志が薄弱だな」と絵を見て思っているんです。ほとんど意志がないような絵が並んでいるような気はしている。ふつうの景色に意志があったらやばいから、景色にはかなり近似しているかもしれなくて、「風景画」じゃなくて、「風景だ」と言ったらおもしろいなとか、そんな感じですかね。

参加者② ありがとうございました。質問よりもすごく広い、深い答えを返してもらったみたいでとてもうれしいです。

編集:池澤茉莉

参考文献

- ・坂口恭平『家族の哲学』毎日新聞出版、2015
- ・坂口恭平『坂口恭平躁鬱日記』 医学書院、2013
- ・坂口恭平『現実脱出論』講談社現代新書、2014
- ・坂口恭平『0円ハウス』リトルモア、2004
- ・坂口恭平『自分の薬をつくる』晶文社、2020
- ・斎藤環、坂口恭平『いのっちの手紙』中央公論新社、2021
- ・斎藤環『100 分 de 名著 中井久夫スペシャル (NHK テキスト)』 NHK 出版、2022 年 12 月
- ・斎藤環『アーティストは境界線上で踊る』みすず書房、2008
- ・斎藤環『「自傷的自己愛」の精神分析』KADOKAWA (角川新書)、2022
- ・アルボムッレ・スマナサーラ『無常の見方「聖なる真理」と「私」の幸福』サンガ新社(サンガ新書)、2009
- ・坂口恭平『建設現場』みすず書房、2018
- ・斎藤環「<u>坂口恭平一健康生成としての創造一</u>」『精神神経学雑誌』日本精神神経学会、第 122 巻第1号(2020 年)、pp. 47-53



坂口恭平《道の駅不知火》2020年 パステル/紙 斎藤環蔵