

book

最近, おもしろかった本

『禁煙セラピー』

アレン・カー 著 阪本章子 訳 KKロングセラーズ 945円(税込)

「この一本」で終わりにできるか？

喫煙者の過半数は今現在タバコをやめたいと思っているそうである。昨今は、健康増進法の影響もあり、公官庁や駅のホームではますます分煙・禁煙が徹底されている。しかし、喫煙者にとっていざやめようとなると、これが難しい。「禁煙なんて簡単だ。私は、禁煙に数百回も成功している」とある人は言ったという。

本書は、「メソッドが、他の禁煙の本と全く異なる」「禁煙率90%」という評価を得ており、近年の禁煙方法としては最も優れていると評判らしい。

宣伝のふれこみとしては、「強い精神力は必要ない」「禁断症状がない」「太らない」「ニコチン代用品がいらない」「ヘビースモーカーほど簡単にやめられる」といったキャッチコピーであるが、具体的内容については、ここで紹介すると効果が半減すると思われるので、禁煙に興味がある方や、周りに禁煙を勧めたい方はやはり本を直接手にしてほしい。

要するに特別なことはせずに、端的に「この一本」で終わりにすることである。そのために活字で「この一本で終わりにすること」をどれだけ説得することができるか、その一点

に尽きる。そして、本書はその説得に成功しているように思われる。

例えば、「反対に禁断症状を利用しましょう。毒を体から排出するのを、そして心からタバコという悪魔を吐き出すのを楽しみます」「脳が『一本吸え』と命令してきますが、禁煙は始まっていますので、その一本は吸えません。すると喪失感がでて、ストレスがますます増え、またトリガー機能が働き、ヒューズが素早く切れてタバコに火がつく。…このパニックは、心理的なものでタバコに依存していることに対する不安からくるのです。しかし、喜ばしいことにあなたは依存などしていません」等等、いかにもアメリカンテイストな暗示的催眠的文面。しかし、そこに思わず説得される。やめようと思わずに本書を手にした人も、少なくとも「やめてみようかな」と思わせる。

この原稿は、本書を読み終えて、タバコ一本を喫煙した後に書きあげた。この一本で、果たして私の喫煙は人生最後となることを祈ってやまない。

(会員 小坂 俊介)



開館10周年記念行事 合同図書館所蔵の 稀覯本(貴重図書)展示

- 期間：10月27日(木)～11月2日(水)
- 場所：合同図書館(7階フロア内)
- 展示図書(予定)
 - 「帝人事件」「出獄人保護」「明治文化史としての日本陪審史」
 - 「代言至要」「無冤録述」「役員名簿」

■問い合わせ先：合同図書館 TEL.03-3580-5064

『サウンド・オブ・ミュージック』

1964年／アメリカ／ロバート・ワイズ監督作品

ミュージカル映画に心動かされて

この原稿の依頼を受け、私はどの作品を挙げようかしばし迷った。見た映画は人並みにはあるが、心に残るものとなると実に難しい。悩んだあげく、最近意識の変化があった作品を挙げることにした。

「サウンド・オブ・ミュージック」である。

この映画は、1965年にアカデミー賞を5部門にわたって受賞している作品である。

映画好きの方なら言わずと知れた名作だが、私はここ最近になって初めて見た。いや、私が逆らうことのできないさるお方に半強制的に見せられたと言う方が正確だろう。

本作品はいわゆるミュージカル映画だが、私にはミュージカルというものの自体が、どうしても理解できなかった。なぜ台詞が歌になってしまうのか、歌うのが突然すぎやしないかと思ってしまうのだ。

今もそう思う気持ちは若干残っているが、この作品に心動かされたのも事実である。

ジュリー・アンドリュース演じる主人公「マリア」の歌う『ドレミの歌』を聴き、クリストファー・ブラマー演じる「トラップ大佐」の『エーデルワイス』を聴いた。

意外なことに結構音楽を知っていた。

子供の頃の音楽の授業で、一度は歌うか合奏などで出会っていた曲だった。私は、映画も音楽も興味が沸かないとあまり記憶に残らないというタイプだが、この映画に出てくる曲はあまりにも有名で、さすがの私でも鼻歌ぐらいなら一緒に歌えたのだ。

特にトラップ大佐の歌う『エーデルワイス』。

思わず涙腺が緩む自分に驚いた。

場面は大佐とその子供たち、そして家庭教師のマリア。

妻亡き後、心を閉ざしていた大佐が、この歌を通して残された子供たちとの関係を修復し、マリアとの新しい関係を築いていく。その場面には仕事や立場・厳しい現実さらされながらも生きていく男の姿があった。

そんなことをまさかミュージカル映画から感じるとは思わず、単なる自分の食わず嫌いだったことを知った。

私のようにミュージカル映画がどうも肌にあわないと感じている方にこそ、是非ご覧いただきたい珠玉の作品である。

(会員 森田 岳人)