

訓練しだいで「どもり」は克服できる!

民間療法<10>ドモリ



先天的ドモリ さえ根気があれば、3~4日で治る

こので詰まって、どうしても先に進めない中阻性のドモリがある。立派に水で堂々とまくし立てていたのが、ふいに黙りこんでしまい、周囲を心配させる。一度詰まってしまうと、不安、恐怖におそれ、どうにもならない。

「成人に達しても、ドモリ人は油汗を流し、地獄の苦しみをなめているのが「ドモリ」だ。しかし、万事発達した現代社会でも、なぜかドモリについての研究や治療は、立ち遅れている。悩みやコンプレックスを持つたまま放置されている人のために、今回は「ドモリ克服法」を集めてみた。

独特な治療法を編み出し、多くの治療例を持つ梅田医博(東京・正生学院長)はいう。「ドモリは病気ではありませんが、言語神経の機能障害です。つまり、などにかものをいおうとするとき、唇、軽口茎、声帯、咽頭、横隔膜などが異常に緊張してしまい、正常な発音を妨げるのであるわけです。ただし、器官に故障があるわけではないから、神経の興奮さえ抑えれば全治するはずです」(梅田氏の話)

残念なことに、ドモリの研究は医学的にはあまりなされていない。ドモリの治療に大病院はない。ドモリを研究し、五十年間、ドモリを研究し、

他人からも感染する例が多い

人からの「感染」。家族のうちにドモリがいたり、友人にドモリがいるなど、いつの間にか、自分もドモリになってしまいやすい。最近では、早口ことばのタレントの真似をしたり、早口CMを覚えようとしているうち、ドモリになつた子が目立つそうだ。

「父親がドモると、子どもも間違ひなくドモりますね。だから、ドモリは遺伝する」とさえいわれた。また、早口で、せっかちな母親に育てられると、ドモリになりやすい。こういう子が成人して母親に似たせつかちな嫁さんをもらつたら、なかなかドモリから抜け切れないでしまう」(梅田氏の話)

では、ドモリはどうして起こるのだろうか。吃音の研究家によると、ほとんどが幼児期に形成され、成人してもその影響から抜けないといわれる。

「小児マヒの後遺症、ヒステリを行った人が、精神科、耳鼻咽喉科、口腔外科などをタライ回しにされて、結局、これといった治療法が見つからなかつた例はよく聞く。

田氏の話)

周囲にはユーモラスな感じを与えるが、本人は油汗を流し、地獄の苦しみをなめているのが「ドモリ」だ。しかし、万事発達した現代社会でも、なぜかドモリについての研究や治療は、立ち遅れている。悩みやコンプレックスを持つたまま放置されている人のために、今回は「ドモリ克服法」を集めてみた。

さて、ドモリといえば「トトト...」というように、同じ音を連発するようなタイプばかりだと思っている人も多いようだが、大きく分けると、つきの種類がある。

まず、発音しようと思うとき、声が詰まつて、ことばが出てこない難発性ドモリ。店で買物をしようとするとき、品物の名前がどうしても出でこない。

電話をかけても用件がいえない

自分のこのタイプのドモリに連発するドモリ方。他人からみると、オーバーだが、これはドモリのうちでも軽症で、治りやすいそうだ。

第三に、話をしている途中で、いいにくい音があると、そ

などの悩みがある。胸隔膜は吊り上がり、胸廓は圧迫されて、心臓はドキドキと波打ち、のどはしまつけられたような状態になつてくる。

第二のタイプが、一つの音を連発するドモリ方。他人からみると、オーバーだが、これはドモリのうちでも軽症で、治りやすいそうだ。

第三に、話をしている途中で、いいにくい音があると、そ



診断者・梅田医博

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

出世のチャンスを逃がした例

すべてが近代化した世の中でも、ドモリの悩みはつきない。

最近、こんな話があった。

ある薬品会社で、経理マンとして優秀な腕をふるつていたK氏は、働きぶりが認められて、

新設された課の課長に抜てきされた。ところが、この課は九割までがO.S.。おまけに毎朝、朝礼を開いて、チーフのK氏が五分間ぐらゐのスピーチを試みた。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

「べんが鳴るので、とっさに受話器をつかむと、もういけない。ドモつてしまつて、自分の名前さえ満足にいえなくなる。

受話器を持つ手に油汗がにじんでくるのがわかるが、気が落ち音まではどうにもならない」と、あるドモリのビジネスマンは、苦しい胸の内を打ち明ける。

「話はじめると、すぐにドモリとなる。そうなると、居並ぶOさんがニヤニヤとおもしろがって申し出ようかと思つたぐらいで彼は自信喪失してしまつた。

成人してからのドモリになる原因は少ないが、異常な環境に置かれて、恐怖や緊張を強いられたり、事故に会ったりして、激しいショックを受けた場合、とせん、ドモリになった例も見られる。前線でグリラに包囲され、奇跡的に生還してきたベトナムのアメリカ兵にドモリが発生する。会社が倒産して、連日、債権者と対戦していた中小企業経営者が、ドモリのようにつたなど、異常ショックの例だろう。

「人間には、いい出しにくいことばを口にするときには、ドモリがちになる性質があるようですね。借金のいいわけ、面倒な依頼の断わりなどになると、だれでもちょっととはドモるものです」(梅田氏の話)

「ドモリの人にとっては、発音していくく、引っかかりやすい音がある。五十音のうちでは、タ行の音とカ行の音である。タ行の音は、舌頭音といつて舌の先が歯茎の中央の部分から離れるときに発する音だから、呼吸が正しい状態でおこなわれていなかつたり、発音にためらいがあると「タフ、タフ」といった発音になってしまいます。同じようにカ行は、舌裂音になってしまい舌のつけ根が軟口蓋から離は、舌のつけ根が軟口蓋から離

れるときに出る音だから、声帯がケイレンしたり、息を止めていたりすると、なかなか出でこない。ドモリを治す練習では、とにかくこのタ行とカ行の単語を繰り返して発音させ、自信をつけている。多少ドモる癖のある人は練習してみてはどうだろうか。

自分に暗示をかければ有効

むかしからドモリに悩む人は多かつたとみえて、ドモリを根治する民間療法も伝わっています。本稿に寄せられた投書から、二、三例紹介してみよう。

「ドモリにはモズの焼いたのを食べる」とよいとのいい伝えがあります。また、カエルの黒焼きを食べるのがよいという話を聞きました」(増田潤一さん・静岡県方彦)

「ドモリにはモズの焼いたのを食べる」とよいとのいい伝えがあります。また、カエルの黒焼きを食べるのがよいという話を聞きました」(増田潤一さん・静岡県方彦)

「精神統一でドモリを克服するため、毎週二回ずつ、半年間つづけて坐禅を組みました。まずは、人と話すときは、相手のペースに巻き込まれないように心がけて、自分のペースを守りました」とえぼ「こんにちは」というところが、歌だけは、ドモらないことに気がついたので、まず、ことばを口に出す前に節をつけてしまう練習をしました。

「ドモリの人ほど、他人よりはよく話すとして失敗しています。これは運転技術の未熟な人がスピードを出し過ぎて事故を起こすようなもの。周囲を見ながらゆっくりとギアを入れるべきです」(梅田氏の話)

「話し方に一定のトーン自分で設ける

「ドモリの人ほど、他人よりはよく話すとして失敗しています。これは運転技術の未熟な人がスピードを出し過ぎて事故を起こすようなもの。周囲を見ながらゆっくりとギアを入れるべきです」(梅田氏の話)

男と比較して、女性のドモリは少ないといわれる。女性でもいないわけではないが、十対一ぐらいの比率で、断然、男のほうにドモリが多い。「まだ医学的には解明されていませんが、女性のほうが理性的で、多元的な言語能力が発達しているのでしょうかね」(梅田氏の話)

鹿市白子町)

「モズやカエルのようによく声を出す動物を食べる。口の済りがよくなるよう天ぷらや油揚げを吃るのは、むかしから伝えてきたとじつけの療法ですが、意味がないとはいません。どんな方法でも、自分に暗示をかけ、ドモらないぞと心に誓うのは、ドモリの人の場合は有効だからです。坐禅、気分転換、信仰などで、対人恐怖をなくす方法も必要です」(梅田氏の話)

重症のドモリ人は、あまり神経質になりすぎて、失敗や周囲からの嘲笑をおそれている。

「こうした錯覚や空想を取り除き、少々のドモリに動じないぐらいいの精神力を鍛えるほうが先に自信を持つようになったので、決かもしない。

なくふうも心がけました」(沢谷正さん・東京都世田谷区)

「ドモリのために、わたしは学校時代、ずいぶんソソンをしました。知っている科目でも、手が挙げられない、指名されても答えられない、緊張すると口ばかりモグモグして、一言もいえないなど、ドモリの特徴がぜんぶ備わっていました。

ところが、歌だけは、ドモらないことに気がついたので、まず、ことばを口に出す前に節をつけてしまう練習をしました。

たとえば「こんにちは」というときは「コーン」を小さくして、節をつけるのです。この程度では、ドモリは根治しませんが、十七、八歳のころは、歌に自信を持つようになつたので、

これまでドモリだというレーベルを貼られていないから、気ままでふるまえ、興が乗って、すっかり自信回復する可能性もある。

このほか、健康状態を一定にしておく、どんな分野でもよいから自分で自信のつく一芸を求めるなど、別な面からのドモリに勝つ方法だろう。

「田中首相が少年時代、ひどいドモリだったのを、浪曲や朗説で克服した例は、最近、あまりにも有名になりましたが、政治家や財界人などには、ドモリだった人が意外に多いのです。一度、ドモリを自分で治した人には、口調や話し方のスタイルに重味がついて、逆に説得力がある。××節といわれる結果になります」(梅田氏の話)

しかし、ドモリだといって

この調子とバランスを日常の会話にも取り入れれば、ドモらなくなる。メトロノームを使って、会話のタイミングを教える吃音研究者もあるようだ。

④ 急ない出しは避ける

ドモリの人は、最初の音でつまずいて、ベースが乱れてしまふ。そこで、なにかを発言しようとすると、まずは心を落ち込めて吐き出すようにする。

これでつづきのことがスムーズに行く。

⑤ まず緊張関係を取り除く

ドモリある事実を知つていてみるとよい。ドモつたとしても笑われないから、それほど緊張関係はない。逆に見知らぬ土地に行って、買物をする、バーの女性と話し込んでみるなどの手もある。

あちこちの、のど自慢大会に出場し、舞台荒らしをしながら度胸をつけました。この積み重ねたりすると、なかなか出でこない。

ドモリを治す練習では、とくに、このタ行とカ行の単語を繰り返して発音させ、自信をつけている。

多少ドモる癖のある人は練習してみてはどうだろうか。

「まだ医學的には解明されていませんが、女性のほうが理性的で、多元的な言語能力が発達しているのでしょうかね」(梅田氏の話)

鹿市白子町)

「次回は「高低血圧」とついて