

精神科クリエイター 生の記録

# 月刊バンド道場 Vol.7

現実逃避の3つのステップ

「人が怖い」その時どうする!?

巻頭 知脳検査してきた

## バンド道場って何?

躁うつ病と解離性障害をHAVEした  
illustratorが、精神科通院歴  
10年を記念して、昨年発刊しました。

病気と制作とときどき希田の中から  
書いています。なやみ続けて  
ましたが治らな  
くて雨を道、て  
きました...。o...  
na ka yo si

### 生活感 Tokin (トキン)

絵を描く病人。  
ライティングで絵を  
描いたりしていること多めの  
キティとアロマを愛する。  
今年で20代終わる。  
だから焦っていますとて。

### 今日の病状 余裕成

まぬまぬおちついて来た  
ような感じはあります。  
躁うつが極端でなく  
なったことこの安全感  
すいである。人生が...  
360度変わりますわ。

## LIVE PAINT

今後の活動予定

2月8日(金)  
高円寺 Club Mission's  
「人間愛茶羅最前線」  
出演: BoadSole, StunSmith, 路地裏午前2時  
ASARI (ライティング・Tokin)  
前売 ¥1,500, 当日 ¥2,000

★吉祥寺 Cafe Gallery terrace  
→ポストカードなど販売して  
頂いてまいります。

★ OnlyFreePaperさんのブログで  
精神病つれづれを書いています  
→ onlyfreepaper.com

★ バックナンバー & 郵送承ります  
お気軽にご連絡下さいませ

発行所  
**Tokin**  
http://tokin.info  
mail@tokin.info  
発行日: 2013年2月7日  
twitter: @Tokin0528

発行は大体  
月末でーす。

## 結果発表!! 「先天的な...!!」

知脳テストの結果を  
受けてきた

去る2012年某日、いよいよ  
知脳テストの結果が明らか  
になった。私は長年「この  
頭ってバカなの? 変なの?」と  
悩んだけど カチてした。

先生  
先天的に脳の  
機能が偏ってるんだ  
よね。コ  
でも悪いことじゃ  
ないですよ。  
個性のうち  
なりのうち  
家族一同

生きている  
なぞがとけて  
おっとした  
のでした。

ホラーリ  
ホラーリ  
ホラーリ

自カオスもまあめる  
のはやめよう!!

↑↑↑↑↑  
↑↑↑↑↑

なんで出来ないの? あんたの  
いかに!!

すみません

私が悪い

みんなのこと

私が悪い

あんた? あんた?

思い出される  
あの遠い日々

マジムカうってきたわ

うらみ  
ノート

先天的な内容? らうて苦しんで  
なにに私、て怒らうて散々  
悩んでたわけ? らうて散々  
のののらうた!!

私の努力  
言わせた  
私、て  
私、て

私も悪い

どういふことならんか、ての苦しみは何ぞ?  
私(おれ)は、私以外の私が悪い!!

い...って  
ぬえわけ  
ゆえに

ホラー  
ホラー  
ホラー

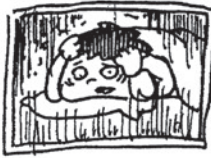
というわけでいゆる発達障害みたいなの  
ことだというのは解、たのたけど、急に  
色々なことが解決するわけじゃないので  
ホッ... 一何事も進むのは  
一歩ずつなのよ  
ホッ... たり付合  
たり

# 徹底特集

続くイベントごとなどで、疲れたりしてすっかり人を恐れるようになったトキン。その対人怖いやいんまどうが、生きてきたか...本誌がその実態に迫った!!

やさしい精神劇場 その2  
ここがあの二次元

# 現実から逃げるには?!



始まりはiPhoneをさくらなくなつてから、なんとなく人が苦手。話すのが苦手になり、まず各種SNSが怖くて見られない。という所から始まった。当時のトキンが良く親しい友人などに「ツイッターが!人の怨念の集積地に見える、などと話していたという

## 心は人由以外へ...

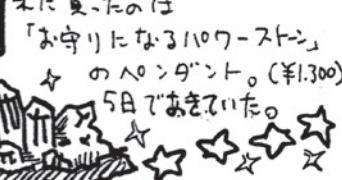
12月に参加した、横浜での「11-70展」の観覧後、中華街へ走る。目当ては「パンダグッズ」だ。彼女は安らぎを探した結論として「パンダに逃げる」という選択をした。YouTubeで「パンダコロコロ」と検索する他、パンダの

## アチSNS

また、SNSに恐れを成したことから、ゲームアプリに凝りだす様子も。徹底して、コミュニケーションを避け、現実から逃げるべく、ゆとりを積み上げるゲーム、ぬこをなでるアプリをよく利用していた。

## ファンタジーの世界へ?!

そんな中、たどりついた答えは「スピリチュアル」。唐突に占いや「107-ストーン」にハマり始め、新年の初売りで、悩んだ末に買ったのは「お守りになる107-ストーン」のパンダグッズ。(¥1,300) 5日であきていた。



## その現場は、いま...

危険感から、自発的に人と会う機会を増かし、一念突起。意味不明な逃走からは脱したものの、ホムカイドキョウクターについて磨き、興味を示すなどしており、現場は依然として予断を許さない状況が続いている。



# 気が付けば2013

年末、2ババババしてますよね。正月も。私はアレが本当に嫌でしてね。嫌すぎて体調、ノンメンタルを崩していた。ぼんやりする。まず、手始めに、頭がぼんやりとして来ます。お酒飲んだ時みたく、かんじは、解離という症状です。

## 意識が

進むと、現実検討能力を欠いてくる。ここは夢なのか、現実なのか。こんな場面も... よう、トキン! 誰だ、たかなー

## 別の人の発生

いかにも多重人格とイマココ! 体に出てくる。キモ子のストレスが身体に出る。という仕組みだ。どうして、目がまわったり、腹が痛くなったりして... 生活は成り立、てるから...

2012年のイベントレポート

12/2~9 ホールマンアート展

12/24 吉祥寺マンガラ

12/31 カウチアクト

12/6 蒼い月の絵巻

あ円寺 CLUB Mission's

12/2~9 ホールマンアート展

12/6 蒼い月の絵巻

あ円寺 CLUB Mission's

12/24 吉祥寺マンガラ

12/31 カウチアクト

あ円寺 CLUB Mission's