

佐藤愛子

死ぬための生き方



死ぬための生き方

佐藤愛子

海竜社

著者紹介 佐藤愛子（さとう あいこ）

大正12年、大阪生まれ。往年の人気作家、故佐藤紅緑氏の末娘で、詩人の故サトウ・ハチロー氏はいちばん上の兄にあたる。甲南高女卒業後、20歳で海軍士官と結婚し、二児をもうけたが、戦後に離婚。昭和44年『戦いすんで日が暮れて』で第61回直木賞受賞。昭和54年『幸福の絵』で女流文学賞を受賞。小説・エッセイと幅広い創作活動が続ける。

死ぬための生き方

平成五年八月五日 第一刷発行

著者 佐藤 愛子

発行者 下村のぶ子

発行所 株式会社 海竜社

東京都中央区築地二の九の二 千一〇四
電話 東京〇三（三五四二）九六七一（代表）
振替 東京一四四八八六

印刷所 白陽舎印刷工業株式会社（〇〇）

製本所 大口製本印刷株式会社

落丁本、乱丁本はおとりかえします。

死ぬための生き方——目次

こんな人生もある

私につけるクスリはない ————— 6

善玉・悪玉 ————— 22

日記嫌い ————— 27

花咲いて老いを知る ————— 31

演説病 ————— 35

先さまの家風 ————— 41

人は老い、街は若返る ————— 47

こんな愛し方もある

スッキリ症候群 ————— 52

離婚の美学 ————— 57

ポカリスエット ————— 62

弱き男のために ————— 66

思い通りの人生なんて退屈でしかない ————— 72

セクハラとは？ ————— 77

方舟に入ろう——82

こんな見方もある

人間の魅力——88

愚弟——北杜夫——94

人の目、男の目——102

成人式、三十歳論——108

負けるもまたよし——113

話を通じない——118

現代を生き抜く知恵——123

文句時代——128

こんな知恵もある

可哀そう？ なにが？——134

アタマは何のためにあるのか——139

教養とは？——144

里芋の煮方 ————— 149

笑いつつ怒る時 ————— 154

初夢の話 ————— 159

幽霊にならぬためには ————— 164

こんな死に方もある

たいした女 ——— 平林たい子 ————— 170

男のデリカシー ——— 色川武大 ————— 175

ただ一つの思い出 ——— 松本清張 ————— 178

こんな死に方もある ——— 川上宗薫 ————— 182

こんな人生もある

私につけるクスリはない

私の体調に合っている生活

私は今年（平成四年）の十一月で満六十九歳になる。来年は古稀だといわれても、当今では長命の中には入らず、とりたててめでたいことではなくなっている。あ、そうか、もう古稀？ という感じである。

私は歩くのが早く、声が大きい。だから人の目にはたいそう元気に見えるらしい。だが自分では元気なのか、そうでないのかよくわからない。私は人中出现ると疲れる方なので、パーティ、会合のたぐいは殆ど欠席する。デパートなどへ買物に出かけることも苦痛で、芝居、映画もこの頃は見に行かなくなった。毎日、判で押したように仕事に明け暮れている。原稿を書き本を読み来客に接するだけで一日が経ってしまう。そういう単調な生活が私の体調に合っているのだと思う。まあまあ元気なのはそのためであらう。

私は自分の血圧が幾つなのか知らない。血圧、コレステロールは何年か前、ふと立ち

寄った医院で、ついでに計りましようと言われて計ってもらったが（その医院に立ち寄ったのは、それを計るのが目的ではなかったから）、すぐに忘れてしまった。コレステロールの方は確か三〇〇以上だったように思うが、記憶違いかもしれない。その時に数値を記した紙キレを貰ったが、それもどこかへやってしまった。

「あなたのは運動不足のためであって、美食のためではありませんな」

とその時いわれたが、その通りだろうと思った。しかし運動不足解消のために何もなかった。あえてそれをやるとヘトヘトになるような気がしたのだ。何よりも面倒くさかった。

なぜあなたは自分の健康に対して無頓着なのかとよく訊かれる。私は答に詰る。私にいわせると、なぜあなたはそんなに血圧やコレステロールを気にするのですか、と訊きたい。そんなものをいちいち気にしているほど、私のアタマの中は暇じゃないのだ、といったくなる。第一、それを気にしていたら生活が萎縮してしまう。実際に病気になるってしまったのならともかく、まだ何病ともいわれないうちから、カロリー計算をして食べたいものを制限したり、万歩計を腰につけて歩き廻ったり、朝に夕に血圧計を友とする暮し、天然ビタミンとやらを飲み、柿の葉茶を飲用し、若返り体操をやり、サカダチがよいといわれればサカダチをし、酢大豆、酢卵、アロエ、ドクダミ、パンツ脱ぎ療法、七円療法から、つ

いには自分のおしっこを飲む尿療法まで、それらを次々に試みる力があるとは、決して病弱なんかではないよといいたくなるような人が世間にはいる。

私の友人にそれに近い人がいて、その人との旅行は血圧計持参の旅だった。『主婦の友』にはこう書いてあった、『壮快』ではこうだと、いろいろ詳しい。私の眼力によると彼女の血圧が上下するのは心理的なものに原因があるのだ。だから血圧計を友としていては、下っている血圧も高くなってしまうだろう。あなたの血圧を安定させるためにまずすることは、血圧計を投げ捨てることだといったら、彼女は怒り、急いで血圧を計ったら上っていた。

しかし上ったからといって、べつにどうということはないのである。私が冗談をいって笑わせていたらすぐに下った。彼女が血圧計を常に手放さないのは、もしかしたら「趣味」になってしまったからなのだ。私はそう思う。この頃はそういう趣味の人が増えていて、だから健康雑誌が売れるのだろう。

激痛を気絶して治す

今から二十年ばかり前、私は胆嚢炎で苦しんだことがある。その頃、私は今の何倍もの仕事の量をこなさなければならず、身体を休めるのは寢床に入った時だけ、という苛酷な

生活をしていた。ある日、取材旅行から帰ってカキフライを食べた後、胃の激痛に襲われた。医師の往診を乞い、その時は胃痙攣ということだったが、後で思うとそれが胆囊炎の始まりだったのだ。

その痛みは翌年あたりから頻繁に出てくるようになった。夕食に食べたものの影響か、必ず深夜に激痛がきた。当時私は中学生の娘と二人暮しだったから、激痛に襲われてもエビのように身体を丸めて辛抱するよりしようがなかった。娘は隣室に眠っている。それを起すのは可哀そうだという思いよりも、呼びに起きることも大声を上げることも出来ないような激痛だった。

枕許には電話がある。手を伸ばして救急車を頼むことは不可能ではない。だが、救急車が来ても門を開ける者がいない。そのためにはやはり娘を起さねばならない。あれやこれやの不都合を思うと、このまま痛みを我慢している方がマシという気になった。そこでエビ型になって耐えた。

と、そのうちスーッと頭から血が引いて、わけがわからなくなった。どれくらい時間が経ったか、気がつくとも痛みは遠退いていて、全身、冷汗にまみれている。それは多分痛みのための気絶だったのだろう。

痛みというものは、気絶するとその間に治るものらしい。私はそう思い、その後も痛み

がくると気絶の時がくるのを期待しつつ堪えていた。病院へ行く時間も惜しいという日常だったのだ。

ある日、遠藤周作さんにその話をする、遠藤さんは、

「君はヤバン人か！」

といい、そんなことをして、癌になったらどうするんだ、と胆嚢専門病院を紹介してくれた。気は進まなかったが、遠藤さんの親切への感謝から出かけて行った。

診察の結果、胆嚢の中には相当の石があり、それを取らねばならぬということになった。しかし手術ではなく、石を薬で溶かして小水に流し出すという方法である（二十年も前のことで、今はそんな治療法はないそうだが）。それにはまず口から食道、胃、十二指腸から、胆嚢へとゴム管を通していく。そしてその管を通して石を溶かす薬を少しずつ胆嚢へと流し込むのである。

ところがそのゴム管がなかなかうまく入らない。ゴム管は医師に入れてもらうのではなく、自分で少しずつ嚥下しながら胆嚢まで届かせるのである。何しろ専門病院であるから、同様の人がズラッと二段ベッドの上下に横になっている。それがそれぞれ口からゴム管を垂らしている。

管を入れつつある人、入れ終って薬の点滴を受けている人。見ただけで気分が悪くなる

光景だ。しかも私もその中の一人なのである。ところが、まわりの人たちはみなスイスイと管を入れているのに、私一人だけ、いつまで経っても入っていかぬ管と苦闘している。私の胃袋はこう見えても神経質に出来ているのだ。こういう不自然なことは許せない。拒んで収縮する。やっと少し入ったと思うと忽ちグーッと押し出されてくる。苦闘数刻。まわりの人たちは次々に治療を終えて帰って行く。二、三十はある二段ベッドに残っているのは私一人になる。

看護婦長は私を目の仇にするようになった。私一人のために治療室がいつまでも片づかず、昼食にも行けないからである。

「マジメにやって下さいよ！」

と目を三角にするが、マジメにやっているからこそ入らないのだ。これがふざけ半分、ハナ唄でも歌う気でやればスイスイと入るのかもしれない。

だが私はそのような鈍感人間ではないのである。しまいに看護婦長が向こうからやってくる姿を見ただけで気分が悪くなつて胃が収縮するようになった。

それでも十日、私は辛抱して通った。だが十一日目に私の堪忍袋の緒は切れた。

——私は人間だ！ 詰った水道管ではない！

そう胸に叫んで通院をやめた。十日間で四キロ痩せていた。

自然治癒力を信じよ

現代医学は人間を「物」として考える。そう考えることによって進歩した――。

私がそう考えるようになったのはその時からである。「物」であるから簡単に切ったり取ったり、管を通したりするのだ。

それを「医学の進歩」という。いうまでもなく、それによってさまざまな難病が癒され、人の寿命が延びているという恩恵を我々は蒙っている。

しかし人間は「物」ではない以上、千差万別の心を持っている。たいていの人は病気が治りたい一心で「物」にされることを受け容れる。だが中にはいくら叱られても苦しくても「物」になりきることが出来ない人間もいるのだ。

――人は一人一人、みな違う。

この極めて単純な、当り前のことが今の医学では無視されている。好むと好まざるとにかかわらず、病院の診察台に横たわった以上は有無をいわさず「十把ひとからげ」の運命を辿らされるのだ。そこにあるものは「人間」ではなく「データー」である。

その時から私は医業を拒否するようになった。私のような厄介な感受性の持ち主は、到底現代医学に頼る資格がないのである。

それ以前から私は整体操法のU先生から月に二、三回、身体の調整を受けていた。整体操法の原理を簡単にいうと「背骨の歪みを治すことによって健康を保つ」ということである。私があの苛酷な働き蜂の日々を乗り切ることが出来たのは、実にU先生のお力に依るのである。

ある日、私は旅先で又しても猛烈な胆嚢の痛みに襲われた。ホテルのことで、しかも深夜である。翌日は講演が予定されているので、くるかこぬかわからぬ「気絶」を待っているわけにもいかない。そこでU先生に電話をかけた。状態を聞いた先生はすぐにこういわれた。

「バスタブにお湯を入れて、足のアキレス腱を温めなさい。すると痛みがらくになりますから、マッサージさんが頼めれば胃のま後ろを押してもらいなさい。それで痛みは消えるでしょう。明日の朝は多分、柿のような色をしたお小水が出るでしょうから、それが出たらもう大丈夫です」

すべてはその通りに運んだ。翌日はケロリとして講演した。お医者さんも鎮痛の注射も薬も不用だった。

この話を後にお医者さんたちの集まりでしたところ、忽ち笑い声が起り、どのお医者さんも首をかしげて、そんなことがあるんですかなあ、アキレス腱ねえ……と擲^や擲^ゆするよう

にいわれた。

だが少なくともこの私の胆嚢炎は、その方法で痛みをいなしつつ、U先生の整体療法で治ってしまったのである。勿論、胆嚢の中の石は消えたわけではないだろう。しかしそれから二十年、石も胆嚢もビクともしない。石があるとしても、静かにしていればそれでよい。私は石と折合って暮していく。

その頃から私は自分の食事の好みに変化が起きてきていることに気がついた。それまで肉食を好んでいた私が、肉など見るのもいやになり、トマトと大根おろしばかり、まるで中毒のように食べたくなったのである。すし屋へ行っても大根おろしを注文し、会合などでやむを得ず行くレストランでもトマトばかり食べていた。

私は子供の頃からトマト嫌い、また大根おろしも好きな方ではなかった。それがまるで私の主食のようになったのだ。私の胆嚢が鎮まったのは、おそらくそのためだったにちがいない。後になって私はそのことに気がついた。

動物にはすべて自然治癒力というものが備わっている。野生の動物はその本能によって病を癒し、傷を治しているのだ。

当然、人間もその力を持っている筈である。私が大根おろしとトマトばかり食べたくなったのは、私の中の自然治癒力が、病んだ胆嚢を癒すために私をしてトマトと大根おろ