

物事はすべて立体でできている

いまを楽しむゝ死に方学

誰もがいつかは迎える死。
怖い、嫌だと目を背けたくなるものだが、
「きちんと向き合い、「覚悟」を決めることが、
いまを大切に生きる秘訣だ——と、久坂部羊さんは語る。

医師・作家
久坂部 羊

●くさかべ・よう 1955年大阪府生まれ。医師として活動するかたわら、小説『廃用身』でデビュー。今年10月からNHKで『破裂』が、フジテレビ系で『無痛〜診える眼〜』が、いずれも連続ドラマとして映像化されている。

◇当たり前◇を受け入れる

昔はおじいちゃんやおばあちゃんが一緒に住んでいて、人はどう死んでいくものなのかということが自然に呑み込めていました。核家族となり、隣近所との関係も希薄になってしまった現在は違います。楽しいことは共有するけれど、嫌なことに

は目を背け、隠す。だから、病氣や老い、ましてや死という嫌なことが訪れたときに、どうしていいかわからなくなってしまう。そういう話を、放課後の学問集の中で親しみやすく、難しくなく、わかりやすく伝えたい——で、私は死に方担当というわけですか(笑)。
たしかに職業柄、たくさんの死を

見てきました。ですが、医者ではありませんが、別に特別な考えを持っていないわけでも、特別な能力があるわけでもありません。私の話は、死をたくさん見れば誰でもわかることなんです。
少し前までは、自分の家や隣近所で人が死ぬのは当たり前のことで、小さいころから、人の老いや死を自分の目で見て、考えて、身近なもの

として感じるようになっていました。しかしいまはそれらがある意味で美化し、隠してしまっている。元気に老いていく人ばかりを見せている。老いて弱って死んでいく現実を覆い隠している。そういう風潮が問題なのです。

私は外務省で医務官を務めたあと、高齢者医療の世界に入りました。そこで驚いたのが、「何でこんなふうになつたんだろう」「こんなふうになるとは思わなかった」という多くのお年寄りの声でした。当時、四十代だった私からすれば、「歳を取ったら、そんなこと当たり前」ということを嘆いている。たぶんその人たちも若い時分はそう思っていたんだらうけれど、自分がそうなるとは考えていなかったし、いつまでも元気でいられるだろうと思っていたんでしょ。私には、自分で嘆きの

種を作って、苦しんでいるように見えました。

逆に、「歳を取ったらこんなもんですわ」と言っているおじいちゃんやおばあちゃんもいて、そういう人は麻痺があったり、車椅子だったりしても、わりと穏やかで、イライラすることもなく落ち着いて生活している。それは当然のことを当然のこととして受け入れているからなんですね。

死ぬことについても似たようなことが言えると思います。医学が進歩して、死にそうだった人が命をとりとめて退院するなど、医学や医療が驚異的な進歩をとげているという情報か氾濫していますから、多くの人が、最低でも平均寿命までは生きられるだろうと思っっています。でも、当然ながら、それ以前に死ぬ人もいっぱいいるんです。どんなにいい人

でも、理不尽な病氣や事故に襲われたりする。病氣や老いは、自然現象であり、理不尽だと感じても、圧倒的であり、避けられない——そういう実感が私にはあります。

ではどうしたら上手に、心安らかに、楽に、最期を迎えられるのか——私はやっぱりたくさん死を見ることがだと思います。現実を見る、死を直視するのです。かといって、身内以外に「すみません、見せてください」と言っても見せてもらえないですから(笑)、現実的にできることとして勧めたいのは、小説や映画やドラマでも、ハッピーエンドの物語ばかりでなく、悲惨な現実や死を描いたものを見ることです。死んでいく主人公に対して、周りはどう折り合いをつけていくのか？ そういう作品を選んで見るのもいいのではないでしょか。