パネルディスカッション

内科学の使命と挑戦

4. 医学と生老病死

山折 哲雄

Key words : 断食, 往生, 死生観

つい昨年 (2011) の 9 月, 木谷恭介氏の『死にたい老人』という, やや衝撃的なタイトルの本が出版されて話題になった (幻冬舎新書)。著者の木谷氏は 1927 年の生れであるから, 今年で満 83 歳。はじめルポライターとして世に出たが, 風俗営業の女性を題材とした小説などを手がけ, のちになって多くのミステリー小説を書いてきた作家である。

その木谷氏はこれまでに 2 回の断食に挑戦したのだという。最終的にはそれで「安楽死」をしたかったのであるが, 残念ながら 2 回とも失敗し, 未遂に終わった。1 回目の挑戦は 2010 年の 11 月 1 日からはじめる予定だったが, その 5 日前に持病の鬱血性心不全の発作がおき, 意識不明の状態 で病院に搬送されるという事態を招き, 開始が 3 カ月半おくらせてしまった。

それで, 2 回目の挑戦を 2011 年 2 月 15 日から始めることにした。これは 35 日間つづけることができたのであるが, しかしこの 2 回目も結局は中止に追いこまれる。このときは持病の心不全の薬を飲みつづけたため, 胃潰瘍らしい症

状になり, 苦痛がはげしく, 医師に診断してもらわなければならない, 医師からなかば強制的に, 断食を中止させられたからである。

その 2 回にわたる挑戦を試みた断食安楽死のための全日程を克明に記録したものが, この『死にたい老人』という書物の内容になっている。

が, その断食死失敗の記録に入っていく前, 本書の「はしがき」の冒頭に, 何と, この年 (2012) の 5 月 23 日から, 第 3 回目の挑戦をはじめると宣言しているのである。

ダイエットのためではありません。

死ぬためです。

と書いてあるのだから, 穏やかではない。まさに「死にたい老人」の安楽死宣言であるといっていいただろう。

私がこの木谷氏の本に関心をもったのは, じつはその文章のなかに, 以前私が書いた『生老病死の人生八十年』 (小学館) をみつけ, そのなかに出てくる「断食死のすすめ」, とりわけ理想的な断食往生をとげた西行法師をめぐる文章を読んで, 「目からウロコが落ちる思いになった」

前国際日本文化研究センター

109th Scientific Meeting of the Japanese Society of Internal Medicine : Panel discussion : Internal Medicine — Our Mission and Challenge : 4. How to live and die, for a method of food-control.

Tetsuo Yamaori : Emeritus professor at the International Research Center for Japanese Studies, Japan.

本講演は, 平成 24 年 4 月 14 日 (土) 京都市・みやこめっせにて行われた。

からであると記されていたからだった。そのような断食死こそまさに、自分の考える「安楽死」に近い、と思ったのだという。

ところが、今年（2012）の1月になって、驚くべきことにこんどは医師の中村仁一氏による、木谷氏の書物に勝るとも劣らないほど衝撃的な『大往生したけりゃ医療とかかわるな―「自然死」のすすめ』（幻冬舎新書）が出版されて、これが大ベストセラーになった。この書物の帯には、「現役医師が提言、「死」が恐くなくなる老い方」とある。

中村仁一氏は京都大学医学部の卒業で、現在は社会福祉法人老人ホーム「同和園」付属診療所所長。有料で「生き方相談」「健康相談」もおこなっている。京都仏教青年会の協力のもとに、毎月「病院法話」も開催しているというから、多方面で活躍している現役医師といっている。

その氏の本においても断食と「自然死」の問題が大きくとりあげられ、驚くべきことにそこでも私が提唱してきた「断食往生」、とりわけ西行のそれについて議論されている。ただ中村氏によれば、私（山折）の提言では「具体的な工程」は記されていないので、それを中村流に考え、まとめた「事前指示」というものがそこに紹介されている。

その中村流の考え方を略記すると、2つある。その一は、「自然死」とは要するに「餓死」のことだとして、その実体は下記の通りとする。

「飢餓」…脳内にモルヒネ様物質が分泌される。

「脱水」…意識レベルが下がる。

「酸欠状態」…脳内にモルヒネ様物質が分泌される。

「炭酸ガス貯溜」…麻酔作用あり

その二が、中村流「断食往生」についての具体的な工程となる。

1、五穀絶ち 7日間

2、十穀絶ち 7日間

3、木食 7日間（木食は木の実だけを食べること）

4、水絶ち 7日間

前述の木谷氏と中村氏の書物にふれて、私は不思議な気分誘われる。それというのも、もう30年以上も前から人間における「断食往生」の可能性について問題提起してきたわが身としては、それが今日このような形で社会的にクローズアップされてきたことが信じられないからである。とりわけ西行法師の人生が、そしてその生き方、死に方が医師をふくめていろんな分野の方々に関心をもたれるようになったことには、深い感慨を覚えるのである。

私は20代の半ばに十二指腸潰瘍にかかり、その患部と胃の3分の2を切除した。その後、しばらくのあいだは摂生につとめたが、いつのまにか元の無茶な生活にもどってしまった。それが祟ったのであろう。出先で酒を飲んでいて、大量に吐血した。私はそのまま救急病院に運ばれて、約3カ月の入院生活を送ることになった。40代にさしかかろうというときである。

病院では、絶食と絶対安静の2週間がやってきた。私のいのちは数回の輸血と、ブドウ糖とリンゲルによる連日の点滴によって、やっと支えられることになった。半ば強制された絶食の苦痛は、4、5日目になってピークに達し、ビフテキやスシの幻覚があらわれ、ウナギや漬けもののにおいが鼻をついた。しかしその期間がすぎて、6、7日目ごろになると、食べ物のことが気にならなくなった。意識が不思議に透明になり、聴覚が鋭くなったのである。

こうして私は、ベッドの上で難行苦行をくり返していたのだが、そのうち吐血したときの、あのどこか遠い空間に吸いこまれていくような気分を反芻するようになっていた。それは全身から力が抜け、空中に漂っていくような、とうていこの世のものとも思われぬ、甘美な気分のように感じられたからである。そのとき、たとえ一瞬でも阿弥陀如来の影がさせば、それでも臨終時の来迎が成就したのではないかと、思ったほどである。あのような甘美な気分のう

ちに死を迎えることができるとすれば、それはそれで天から授かった幸運というべきではないか。

このような感想は、もしかすると家族や現代の医療にたいする不遜な思いあがりであったのかもしれない。そんなひと時であったと思うが、かつての「往生伝」や「高僧伝」のことが、ふと記憶に蘇った。

それは、平安時代の末期から中世期にかけて編集された修行僧たちの伝記であるが、そこには彼らの臨終時のありさまが克明に記されている。有名無名の僧たちが、はげしい修行をくり返して、つつまじやかな臨終を迎えたり、あるいは立派な大往生を遂げたりしている。熱や火に焼かれて死んでいくもの、沈黙の闇のなかにそのまま息絶えていくものもある。そういう点にだけ関心をしばって拾い読みしていくと、これらの伝記資料は「人間の死に方の記録集」といった趣きを呈してくる。

元氣なうちは滝に打たれたり、山林を歩き回ったりしている。瞑想に没頭するもの、昼夜をおかず念仏の行にふけるものもある。ところが、いよいよ最後の命終の時期が近づくと、彼らの多くは自然に木食の生活に入り、やがてそのまま断食へとすすんでいく。五穀を断ち、十穀を断ち、やがて木の実や葉も断って、枯れ木のようにになっていく。そんな状態が3日、5日、7日とつづいていくうちに、そのまま死に就くものがある。しかしなかには、不思議な霊的体験を得て、蘇るものもある。あるいは阿弥陀如来が視野にあらわれてきて、その幻覚を弟子に語って往生するものも出てくる。

断食は、いわば往生するための身心的ウォーミング・アップといった役割を果たしているようにみえるのである。運動選手が準備体操によってからだの筋肉を調整するように、往生者は、断食によって身体の軽快と精神の清澄を得ようとしているように、私には思われるのである。

私は、自分が吐血して入院したときの経験を、

断食往生者の体験と重ね合わせて考えるようになった。そしてもしも再起不能の病気にかかったら、断食死をしようと思うようになった。からだの中から一切の滋養物が取りのぞかれたとき、まったく別種の生と死を経験することができるかもしれないと、ひそかに幻想しているのである。こうした往生者の心得については、もちろんたとえば中世のヨーロッパにおいても、さまざまに議論されていた。すなわち「死を想え(メメント・モリ)」の説教がおこなわれ、「往生術」のような書物も刊行されていた。しかしながら「断食」の作法だけは、かの地ではついに説かれることはなかったようである。

最後に、やはり西行法師(1118~90年)の「断食往生死」について考えてみることにしよう。西行の死に方である。その見事な死に方である。

西行は周知のように、一生のあいだ桜をうたいつづけて倦むことがなかった。なかでも吉野の花、吉野の桜をうたった歌はよく知られている。彼は、桜の花を見ているうちに、自分の心がにわかに騒ぎ出してくるタイプの人間だった。感情が激し、心が自分のからだから花の方へ脱け出ていく。あくがれ出ていくのである。たとえば、つぎの一首。

吉野山こずえの花を見し日より

心は身にもそわずなりにき

有名な歌だ。心とからだは離ればなれになる恍惚と不安をうたっている。もう一つ、西行と桜といえば、欠かせないのがつぎの歌だろう。

願はくは花の下にて春死なむ

そのきさらぎの望月のころ

死ぬときは桜花爛漫、春2月(旧暦)の満月の夜、その15日はちょうど釈迦が入滅したまたとない吉日、その日に決めたといっている。これは西行の辞世の歌ともいわれるが、かならずしもそうではないらしい。ただ彼は以前から、死ぬときは2月15日の満月の夜、桜の下においてだと思い定めていたようだ。そして奇しくも、かねてからの願い通りに臨終を迎えることがで

きたのである。

西行が最後に息を引き取ったところは、河内国（大阪府）の弘川寺である。ときに建久元年（1190）2月16日、72歳だった。この寺は葛城山の西麓にあり、死の前年になって、にわかにそこに移り住んでいる。山中に庵を結び、ほんのわずかの期間そこに寝起きして、最期を迎えている。死に場所として、そこを選んだのである。この西行の死に方が、当時の歌人たちにつよい感銘を与えた。まず藤原俊成が『長秋詠藻』の中でそのことに触れ、慈円なども『拾玉集』に取りあげて、西行の往生のありさまに感嘆の声を放っている。

けれどもわれわれは、いくら桜が咲く満月の夜に死にたいと願っても、そんな幸運にはたして恵まれることがあるのだろうか。そういう疑問が、西行の胸のうちにいつもわだかまっていたにちがいない。そんな保証はどこにもないからである。そうなるためには、そのための仕掛けや心の準備があらかじめなければならないだろう。

西行は自分の生命の急速な衰えを自覚したとき、死ぬための場所をひそかに心に決めていたのではないだろうか。それが河内の弘川寺だった。そこに移り、庵を結んで、まもなく病いの床に臥している。それが文治5年（1189）、秋のころだった。あとは、最期の日どりを決める大仕事がこのこっている。年が明けて、彼はゆっくりと食を遠ざけていったにちがいない。その企みはすでに前年の暮れからはじめられていたかもしれない。少しずつ食を遠ざけることで、からだがしだいに軽くなっていく。意識が少しずつ、しかも確実に透明になっていったであろう。

自分がしだいに枯れ木になっていく、その自然のリズムが掌中に蘇ったとき、彼はつぎの段階に移っていった。一切のものを口に通さない段階である。死へのイメージの計画表の、フィナーレを飾るメニューである。それはおそらく2月に入ってまもなくのころだったのではないか。

一日一日と、その日が近づいてくる。夜の月が輪円のかさを増し、桜のつぼみが華やかに開き、花びらが少しずつ色づいていく。その美しく勾うような一刻一刻が、彼の枯れ木のようなからだのかたわらを、音を立てて過ぎていったであろう。そして2月16日の、その日がやってきた。その日、西行は、自分で自分のからだを、うしろからそっと、静かにひと押ししたのである。

私は西行の最期は、おそらく断食死であったろうと思っている。西行自身はそんなことを勾わせてはいないけれども、しかし彼は断食のはてに死んでいったと私は思っている。最後の日々のメニューを断食と思い定めたとき、彼はその入滅の期日を、ほぼ確実に見通すことができていたのではないだろうか。

このように西行は、さきに紹介した「往生伝」に出てくる多くの往生者たちのように、断食から死へのコースを、緩やかにたどっていったのであるが、しかし全体としてみればそれは自然死であるような穏やかな死であった。枯れ木のような姿になった西行、である。

さて、今日のわれわれの社会はどのような状況を迎えているのだろうか。

30年ほど前までは、われわれの体感的な平均寿命はほぼ50年だったと思う。ところがそれがあつというまに、人生80年という長寿社会になってしまい、政治も経済も、そして医学もまだそれに対応できないような状況が生まれてしまった。

人生50年時代にはよく知られているように、「死生観」といわれる人生モデルがあったと思う。ところがあつというまの人生80年時代を迎えてみると、その「生」と「死」のあいだに「老」と「病」の問題が我が物顔に割りこんできて、死が生から遠く引き離されてしまう事態になっていたといっていいたいだろう。しかもその人生80年時代を生きるための人生モデルが、いまだ手探り状態のままなのである。

さて、どうしたらよいのだろうか。私はその

ような困難な状況を生き抜いていくためには、当面二つの方法が考えられるのではないかと思います。一つは、老と病を生と死の二元的な視点の中に包みこむやり方である。日本人に固有の「死生観」の人生モデルの中で、老と病を再定義してみるということである。もう一つが、その老と病の世界をさらに拡充して、われわれの生と死の領域をさらに広げていく、という考え方である。病いをえて老いていくことこそが、本当に生きて、本当に死ぬことにつながる、と考えることである。今日の医学

がその二つの方法に真に開眼するとき、生きて死ぬ運命におかれている人間の値打ちが、すこしずつ高まっていくのではないだろうか。

そしてそのような方向で新しい時代の「生老病死」の問題を深めていく上で、さきにのべた西行法師の生き方、死に方、とりわけその断食往生死の世界は貴重なヒントをわれわれに与えてくれるだろうと思っているのである。

著者のCOI (conflicts of interest) 開示：本論文発表内容に関連して特に申告なし