

私と漱石と胃酸過多

Junko Higasa

私は年末に近づくほど行動に拍車がかかるが、今年は特に半年間、睡眠時間 2 時間減というハードな日々を過ごした。そこで徐々に胃酸過多がやってきた。もともと一度胃を壊してから胃腸が弱いのだが、今年は特に漱石の胃腸の不具合を思い出した。

胃酸過多症(英: gastric hyperacidity/独: gastrische hyperazidität)は病名ではなく症状であり、これが進展すると胃潰瘍という病が発生することもある。それは漱石が苦しんだ病である。ストレスが主な原因という説もあるが、経験的に確かにそれも関与すると思う。何故なら私の場合、胃酸過多症になる前は通常食事を超えて食べている自分に気付く。そんな時の過食傾向は、自分が心身疲労を精神力で抑えているため、人体維持機能が自動的にストレスに対処している反応である。漱石も大食いであったというが、それはストレスのせいではなかったかと思う。

また漱石の胃酸過多症は『満韓ところどころ』の記述にも見られる。胃の不調で休んでいながら食事に誘われると食べに行く。胃酸過多の場合、空腹時に自らの胃壁を傷つけつつある胃酸は、食物が入ってくればそれを消化するために働くので、胃壁の痛みは緩和される。だから漱石の場合、胃が痛くても物が食べられたのである。文筆に思いっきり時間を費やしたいのに教師の仕事をこなさなければならないという自由時間への渴望と、叡智で見た物が世の中に通じないジレンマと、几帳面ゆえに気になるだらしなさに対する嫌悪が、ストレスとなって酵素不足を引き起こしたのだろう。

さて、ここで何回か経験するうちに学んだ私の胃酸過多の対処法を述べてみたい。まず通常より大食いになる→胃が疲労する→消化速度が遅くなる。そして消化酵素不足→消化不良→胃酸過多という経路をたどる。胃酸過多になると口の中に酸っぱい液が上がってきて吐き気がする。その酸味がとれるまでミネラルウォーターを数回に分けて飲む。何故ミネラルウォーターかというと人体必須元素を含んでいるからである。大事なポイントは手を胃の上に当てて温めることである。余談だが「手当する」という言葉はここからきている。そして立膝状態で少し様子を見て、落ち着いたら横たわって眠る。私はこの方法にたどり着いてから嘔吐することがなくなった。

そして今回の私の胃酸過多は 12 月 27 日就寝後の真夜中に起こった。このとき上記の対処法で眠りに就いた私は夢を見た。夢の中に上半分が緑で下半分が白の紙が出てきて、その緑色の部分に「夏目漱石」という文字が記されていた。そこへポイントを重ねると文字が白くなって消える。私はその名前を 3 枚分消した。夢はそこまでである。そして朝起きると、口の中の酸っぱさはなくなって無事外出することが出来た。実を言うところの半年、私は漱石の『虞美人草』を勉強している。その間にちょっとした天からの批評があった。そう考えると今回も天からの助力があった気がする。

そして漱石の胃病のつらさを思い浮かべていたら、連動してまたひとつ心に浮んだことがある。おそらくそれは生涯私の心の中から消えることはないだろう。私には大学時代共に過ごした親友がいた。積極的な彼女の恩恵を受けた自分。けれど大事な時に彼女の痛む心に応えることが出来なかった自分。それを思う度、私は漱石の子規に対する慙愧の念を思い出すのである。胃と心の痛み。どちらも辛いものだ。(2013.12.30)