

母が存命の頃よく老人ホームを訪れた。介護のスタッフは食事と排泄の世話でいつも忙しそうだった。ふと思った。人は生まれてしばらくはオムツをし、歳をとると再びオムツに戻るのだ、また、食べて飲んで排泄するだけ、それって一種の糞尿製造機ではないか、まるでミミズやゴカイと同じ環形動物みたいだと。

そんな不遜な感慨を抱いたのはまだ私が若かったからだ。自分も歳とともに摂食はともかく排泄にトラブルが生じ始めた。

まず「小」の頻尿。夜中に二時間足らずで頻繁にトイレに起き、ゆつくり眠っていない。勇を鼓して泌尿器科を訪れた。前立腺肥大が原因とのことで毎日薬を服用、お蔭で夜中の回数は二回ぐらいに収まっている。他方我慢する力が衰えてきて、すっかりするとエマーゼンシー状態になる。ハイキングの途中で立ちシヨンをしなくても済むよう薬を出して貰ったが、こちらは期待したような神通力はない。

「大」の方は若い頃から便秘気味であった。早朝出かける前に時計をにらみながら身を振ったことがしばしばあった。幸い自由な身になって時間的な制約からは解放されたが、出るものが出ないと何となく落ち着かず不快だ。これも薬を処方して貰い適宜対応、やっと出た時の開放感、爽快感は格別だ。己は全く単純な存在と痛感する。

そんな我が身を省みて一句、

春寒し小は漏れ出し大は出ず

排泄が不要な生活が出来ればどんなに楽だろうか、と夢想するがそれは不可能であろう。逆に排泄は人がこの地球の生き物として生命の循環に参加、寄与している証左かもしれない。ミミズが沢山いる土地は肥沃であるという。江戸時代は理想的な循環社会であったといわれるが、人の排泄物が肥料として大きく役立つていた。

よく健康のバロメーターとして、快食、快便、快眠が挙げられるが、人の幸せは案外そんな単純な所にあるのだろう。そしてそれをなかなか手に出来ないのが老化の悩みかもしれない。王侯貴族、億万長者も皆同じと自らを慰める。