

## 五十二 長 寿

私が年を取って比較的元気になっているため、この頃は年がものをいうようになっていっています。いたずらに年を取って恥ずかしいので年はなるべくいわないようにしていたのですが、講演の際、紹介する人が私の年をいわれると拍手されることがよくあります。そして長寿の秘訣を話せといわれることがよくあるのです。そういうとき私は「私が摂生を守り、修養を積んで今日あるのではなく、ひとえに両親のたまものと思っています」と答えるのです。そして「もしこれに何か加えることがあるとすれば、それは自分の仕事を持つことです。」と普通一般の誰でも考えることを言うのです。何でもよいのです。打ち込んで仕事を持つっていると心の張りがあり、それが健康につながるのではないかと思うのです。長命の筋かという人があるのですが、それはそうではなく、残念ながら母は五十六歳、父は六十歳で亡くなっているのです。ただ子供たち兄弟四人はみな長生きで姉と妹は八十歳、兄は九十四歳で亡くなっているのです。両親は自分の命を短め、子供たちを長生きさせてくださっているなどと、ときどき思うことがあるのです。私はいつも両親の写真を内ポケットに入れて、お守りにしているのです。「天の神様」などといっても私にはピンと来ないのです。お父さん！お母さん！・・・といえはしみじみと胸を打って感じられるのです。また特に親しい人からの手紙をカバンの中に入れて、お守りにして動き回っているのです。いつも守