［巻頭インタビュー］ 心療内科医

海原純子さん

しなやかな心と比べない生き方

年を重ねるごとに幸せになる

女性の心と体のケアの第一人者であり、新聞や雑誌に多くの連載を抱えるエッセイストでもある海原純子さん。ジャズ歌手としても活動し、「この数年、心を縛るさまざまな鎖から自由になってきた」と話します。そんな海原さんにこれまでの歩み、そして心豊かに生きるヒントを伺いました。

取材・文＝五十嵐香奈（編集部） 撮影＝高山浩数

お嬢様がうらやましくて負けたくなかった少女時代

ハルメクで「本当のイエスを言える自分」になることを目指す「アサーティブ講座」の講師を務める海原さん。お会いするたびに、柔らかな表情の中に凛とした強さを感じます。そのしなやかさと強さは、いったいどのように形づくられたのでしょう？　お話は海原さんのルーツにさかのぼります。

私の父は広島の二次被爆者です。医学生だった父は、疎開をしようと山口県へ向かっている途中で、原爆が落とされた直後の広島に遭遇。正義感からそのまま広島にとどまり、ボランティアで医療活動を続けました。それで完全に被爆してしまい、免疫低下から重症の結核になり、一命はとりとめたものの、片肺を失って、生涯、体調不良に悩まされることになりました。

医学生として抱いていた〝大学で医学の研究をしたい〟という夢もダメになった父は、横浜の貧しい地域で耳鼻科の開業医になりました。私が育った家は長屋のようなところで、横には公衆便所があって、飲み屋街が続き、夜になると酔っ払いが家の前に嘔吐するので、私は朝、そこに水をかけてから学校に通っていました。だから、私はお医者さんのお嬢さんではあったんですが、決してお嬢様ではありませんでした。むしろ、いわゆるお嬢様がうらやましくて、大嫌いで負けたくないと思っていました。

自分で食べていける人間になるため医学部へ

小学生の頃から、父に「親はいつまで生きているかわからないから、自分で食べていける人間になれ」と言われて育ちました。子どもに対して現実をしっかり伝えた父は誠実だったと思います。私には本当は作家かジャーナリストになりたいという思いがありましたが、それで食べていけるのかと考えると、全然自信がなくて。自分でちゃんと食べていける仕事をと、医学部に入ったんです。

医学部1年の終わり頃、父は結核が再発し、働くことができなくなりました。生活費を稼ぐためにアルバイトをしなきゃと思った私は、ジャズが好きだったから、新宿のクラブで歌手のオーディションを受けたんです。そこで運よく合格し、昼間は学生、夜は歌手という生活に。経済的にも肉体的にも大変でしたが、音楽が好きで、歌うときは集中していたから