



え・城谷俊也

今月のテーマ
疾病信号

闘病の 三得

丸山竹秋

毎月第一週に配信する 今週の倫理」では、倫理研究所二代目理事長 丸山竹秋（一九二一～一九九）のこぼれ話を掲載します。

● 生病気にかからず、老衰で自然に死ぬ人はめったにいないであろう。ほとんどの人は病（ケガ）になる。では病気になったとき、どうやっているか。

じわじわと迫る痛み、ただ耐えている。イヤだ、やりきれないとこぼすのみ。医者を救いの神とする人もあれば、あの医者はつまらぬ、この薬はダメとブツブツこぼしてばかりの人もある。

病気を、自分自身にとってプラスに変えることはできないものか。病気を憎み、うらめしがるほかに手だてはないものなのか。

第二 生命に対する感謝の心を新たにすることができる。

病気になってはじめて健康のありがたさが分かったとは、よくいわれている。少々カゼ気味でも何となく頭はさえず、気は沈みがち。早く治ればよいと思う。ただそれだけなら何もプラスは生じない。

このカゼやケガこそ、健康のありがたさを教えてくれる感謝すべき生命活動なのだ。一歩進んで受けとる。そこに生命の尊さの自覚

が深まる。感謝の心のない人は大成しない」という言葉があるが、その感謝の心を深めるキツカケがこの病気だったと分かれば、それこそ大成への道につながるようになる。すばらしいことではないか。

第二 周囲に対する新しい発見をすることができる。

病気になると看病してくれる人の心に新しいものを見出だす。身を粉にしての看病、こまかい気のつかいぶり、うれしい激励……、いろいろとあるはずだ。ときに知人の冷淡な態度に意外さを感じることもあろうし、人情の裏表に驚くこともあるだろう。それはそれで新しい発見である。こうした発見をすべてプラスにすることができると。病気にならなかつたら気づき得なかつた事柄ばかりといえよう。

ある新聞記者は、足のケガのため松葉杖で歩くようにしたところ、都会にはずいぶん多くの階段があることに気づいたという。駅や歩道橋、坂道、ビルの中、家の中でも玄関、部屋の出入り口。足の丈

夫なときには気づかなかつた階段の多さに驚き、都市計画や住宅などにももっと平坦さを活かすような知恵の導入が必要だと痛感し、それを訴えているという。

第三 病気は生活のひずみ、ゆがみ等の反映と受けとって生活の向上改善を工夫する。

これはもっとも重要なことだ。実際に病気になって困っているのだから、無意味だと狭くとらずに、自らも研究し、人にも意見を尋ねて、生活状態をより方向に切り変えていく。寝ていても、心を変えられることはできるはずだ。たとえわずかでもよい。よりよい方向へと心を変えることは、それほどむずかしいはあるまい。

ブツブツ文句をいう、人を憎むことが多い、心配ばかりしている、すぐに暗いことを考える、何かあるとすぐ噛みつく、人を責め、馬鹿にする……、そのほかいろいろとある不自然な心や状態を、寝ている間にふりかえって改める絶好のチャンスである。

単行本『つねに活路あり』より