

医学博士のメデイカル・コラム 病気が教えてくれるもの

第36回 心の透明化

人生には、様々な苦難や困難な出来事が、要所、要所に配置されていて、それぞれの“戦い”に対して、いつか必ず「勝ち負け」がつく。「勝った」ということは、結果がどうであろうとも、そこから人生の教訓ともいえるべき「学び」を得るという事であり、その「学び」は決して自分や他人を低めるようなものであってはならない。自分の運の悪さを呪ったり、環境や人のせいにする事でもない。どんなに理不尽で、悲惨な出来事に遭遇したとしても、最後に残ったものが“恨み節”であったなら「勝利した」とは言い難い。

いったい、「勝つ」為に必要なことは何であるのか？それは、「我々は負けるために生まれて来たのではない」ということを強く信じる事だ。人は、苦難困難に打ち負かされる為に生まれて来たのではない。苦難困難を通じて、心を磨き、人格を高め、成長するために生まれて来たことを忘れてはならない。まず、現実を受け入れ、冷静になるうとすること

だ。そして、その出来事の持つ真なるメッセージを考え続けることだ。

“その生き様が美しい”と感じる生き方の共通項は、「爽やかさ」である。「爽やかさ」は、「自分を守ろう」という意識よりも『他者や大いなるものに尽くそう』という意識に現れる。「人を責める」意識より『人を許す』意識に現れる。その人の心の根底にある色彩が、その人らしさ、すなわち個性を決め、「透明度」がその人の「爽やかさ」を決定する。「透明度」が高いほど、人生における「勝ち負け」の勝率は明らかに高くなる。結局、心の濁りを如何に素早く透明にしていくなかという智慧が、人生に勝利し続けるための秘訣なのだと思う。

医学博士 木村謙介

北海道大学医学部卒。慶應義塾大学医学部循環器内科専任講師などを歴任。米カリフォルニア大学サンディエゴ校医学部留学、最先端の基礎医学と豊富な臨床経験を持つ。「大きな病気を発症する前にその芽を摘み取る方が医療レベルは高いはず」の信念で2012年、きむら内科クリニックを開設。



医療法人

きむら内科クリニック TEL 044(981)6617

麻生区片平5-24-15 きむら内科クリニック 麻生区 検索