

第42回 「心」が資本

人は何故、「身体」に対しては過剰なほどに気を配るのに、「心」に対しては無頓着なのだろう？「身体」は鍛え上げているのに、「心」が虚弱な人が多いのは何故だろう？肉体生存が脅かされるような不安を感じた時、「身体」を護ろうとする余りに、「心」を犠牲にしている人の何と多いことか。「心」が虚弱であると、結局は「身体」に跳ね返ってくることを御存じだろうか。

“身体が資本”“健康が一番”と言われる。確かにその通りである。病気になると一般に、「心」も弱くなるから。けれど、敢えて言いたい。「心が資本」だと。根拠はある。「身体」は丈夫なのに「心」でつまずいて人生を棒に振ってきた人を何人も観て来た。逆に、「身体」に病気はあるけれど、「心」は気丈で明るく、幸福に生きている人にも出会った。彼らの「心」には共通して、自己保存欲を超えた、利他に根差した情熱や使命感が存在していた。

この世で生きている限り、間違いなく

「身体」は大切にしなければならぬ。けれど、「心と身体のどちらを優先させるか？」を問われたら、間違いなく「心」なのだ。「どちらをより鍛えるべきか？」を訪ねられたら、迷わず「心」なのだと言いたい。

“死ねば終わり”と考えている人には、残念ながらこの考えはあまり理解されないであろう。いつの日か「身体」が死んでも、「心」は“持ち帰れる”、否、“持ち帰らねばならない”としたならば、どちらを重視すべきかは言うまでもない。どんな「心」を持ち帰るべきかを考えたとき、「身体」の状態は「心」を磨く“条件”でしかない。どんな状況にあっても、「心」の平安を保つための「考え方」を発明していくことこそが人生の目的なのだと思う。

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

麻生区五力田2-14-6

きむら内科クリニック 麻生区 検索