

# ●はなせ診療所そよ風だより No55

2015年4月内科 吉澤泰介

◎皆に慕われるお年寄りになりたい。

長いなが〜いトンネルのような暗い雪の季節が過ぎさり、ご当地花背に待ちに待った穏やかな春の季節の到来です。町では桜たちが競って、私を見てみてと咲き誇ろうとしています。この時期の桜は、人では10代後半から20代の、あの夢中で駆け抜けた頃によく似ています。しかし一瞬のこの春にだけ輝く桜と違い、人には春夏秋冬があり、言わば冬の季節の初めは、還暦過ぎと言えるでしょうか。私自身に似て身体はあちこち、がたがき始め、頭は、執着とらわれから抜きれず反省しきりの毎日です。職業柄、人生の諸先輩たちを見て、自分の行く末の様々なパターンを想像することができ、あんなところは気をつけなければとか、あんな風に年を重ねたい、ああいう良いところは是非見習いたい等と思うことがよくあります。人は、1人では生きられません。お金に固執した、孤独な方は結構おられる。結局は、その人柄に魅せられて人は集まってくるということであり、その為には、いくつになっても日々人柄を磨くことの大切さに気づかされます。

◎人柄を磨くにはいくつかのポイントがある

最も理想的に人が生きる為には1) 当たり前ですが、まずは身も心も健康でなければならない。2) どんな時も笑顔を絶やさない(以前書きましたが、悲しい時にも無理にでも笑顔を作れば幸せホルモンが、脳からドーパミンと出ることが実験的に証明されています)。3) 人の幸せを心から願う。特に対立してたり、苦手だったり、嫌だったりする人の。これは本当に難しい。昔から瞬間湯沸器で、腹が立つとすぐ切れてしまう私ですが、これを意識しているおかげで、行き過ぎたらすぐに反省でき、なんとかなんとか踏みとどまっています。4) そして身近な人。特に、家族、妻や子供や両親を大事にすること。傍にるのが、当たり前すぎて、つい感謝の気持ちが、おろそかになりがちです。5) これは特に若者に向かって言いたいのですが、偉くなんかならなくてもいい。地位、金、名誉などのこだわりや人の評価ばかりを気にする生き方は、きっぱり辞める。大事なことは、自分が没頭できる好きなことを見つけること。おかげ様で、ただ病気だけを診ているだけだった病院勤務の頃と比べ、患者さんの病気はもちろん、人間全体を丸ごと診れる自然豊かな今の診療所での外来での医療が、自分にはまさしく天職に思え、本当に良かったと感謝しています。

◎先日、イギリス在住の日本人の若者と、イスラム教のムスリムの風刺画のせいで殺されたフランスのジャーナリストの件について話しました。日本では相手のことを考え、相手が嫌がる、いじめに繋がることは控えようとはしますが、フランスでは、血と汗を通してやっと獲得した『言論の自由』を守ることが命よりも大事で、相手がどう思おうと、自己主張を通す国民性とのこと。(根本に、意見の違う人の意見は、命をかけても守るという考え方が基礎にあるとのことですが、なにか自己本位?) その点イギリス、ドイツは、まだ日本的寛容さがみられるとのこと。よろずの神、仏教国、無信仰でも構わない、何でもありの日本の何があっても広い澄んだ心で争わず許す、これしか地球に明日はないと思われているのですが。…

◎突然ですが「饅頭こわい」という古典落語をご存知ですか。京都出身のミュージシャン豊田勇造さんの替え歌、「酒怖い」を聞いて、肩の力を抜かしてくれる落語をじっくり聞きたくなりました。古今亭志ん生の、有名な『火焰太鼓』も面白すぎますね。先日亡くなられた桂米朝さんも聞いてみよっと。