

江戸時代前期から中期にかけて筑前福岡藩で活躍した貝原益軒は、儒学者であり本草学者（薬学者）として知られています。その研究領域は医学、民俗学、歴史、地理、教育など多岐にわたり、生涯で二七〇巻以上の著作を残しました。

幕末に來日し、日本の医学の発展に貢献したドイツ人医師のシーボルトは、益軒の学問的成果を高く評価し、「益軒はギリシャのアリストテレスにも劣らない大学者である」と称賛したと伝えられています。

益軒の著作の中でも、特に有名な一冊が『養生訓』です。これは、八十三歳のときに執筆したもので、自らの知識と経験をもとに、健康で長寿を保つための心得を具体的に記しています。当時のベストセラーとなり、健康に関する知識が、昔も今も人々の関心を集めていることがうかがえます。

「養生」とは、日々の生活に留意し、健康を維持するために体をいたわることを意味します。江戸時代の日本では、平均寿命が現代の半分にも満たなかったとされる中、益軒は八十四歳まで生きました。

ただ、益軒は元々丈夫な体の持ち主だったわけではなく、幼少期は虚弱体質で、家で書物を読むことが多かったようです。

益軒は三十九歳の時、当時十七歳だった女性・初と結婚しました。後に彼女は「東軒」と名を改めますが、益軒と同様に体が弱く、結婚後も病に苦しみました。重篤な病気を四度も患い、そのたびに東軒の両親が郷里から駆けつけるほどでした。



日々の信頼関係の構築が 危機を乗り越える力となる

体の弱い者同士夫婦だったからこそ互いを思いやり、健康に気を配り、仲睦まじく暮らすことを大切にしていたのでしよう。益軒は自身の豊富な知識を妻・東軒に伝え、夫婦で協力しながら、食生活・睡眠・住環境・心の持ちように至るまで、健康長寿を目指して実践を重ねました。その結果、二人は四十五年間にわたり連れ添うことができたのです。東軒は六十二歳で亡くなり、後を追うように益軒もその翌年、八十四年の生涯を終えました。

このように、互いに虚弱体質でありながらも支え合い、共に生き抜いた貝原夫妻の姿からは、困難を乗り越えるための協力と、思いやりの大切さを学ぶことができます。そして、ふたりの実践の記録こそが、後世に残された『養生訓』なのです。

企業経営においても、苦難が目の前に立ちほだかる場面は少なくありません。大きな問題が発生したとき、経営者一人の力だけで解決しようとしても、限界があるでしょう。そうした時こそ、社員と力を合わせ、知恵を出し合い、行動に移すことで、困難を乗り越えることができるのです。

そのためには、信頼関係の構築が欠かせません。互いの信頼関係があつてこそ、いざという時、チームワークが発揮されます。そうして困難を乗り越えた経験は、企業にとって大きな自信となります。「あの問題があつたからこそ、今の私たちがいる」と、過去の苦難を前向きにとらえる意識へとつながっていくのではないのでしょうか。