

人は体調を崩すと、様々な症状が肉体に表われます。例えば、熱が出たり咳が出たり、時には痛みを伴うこともあるでしょう。これらの症状は日常生活の妨げになるため、厄介に感じられます。

しかし、これらの症状はいずれも体調を良くするために起きているものです。熱は菌を殺し、咳は菌を体外へ排出します。痛みは悪い箇所を知らせるシグナルであり、痛みがなければ、人は病気や怪我の発見が遅れてしまうでしょう。つまり、肉体は常に良くなろうとして働いており、悪くなればすぐにそれを知らせてくれています。

純粹倫理では、それだけではなく、病気の原因は「不自然な心」にあると考えます。そして病気とは、その心を正すために起きた結果です。したがって、身体に不調が起きた時は、自身の生活や心の状態に目を向けてみると、原因となる自らのわがままに気づけるのではないかでしょうか。

会社員のYさんは、ある朝起きると腰に激痛が走りました。病院での診断結果は急性腰痛症でした。何をするにも痛みが伴い、日常生活すらままならない状態です。

倫理指導を受けた際、指導者から「嫌々ながら働いていませんか」と問われました。思ひ返すと、その頃のYさんは仕事に忙殺され、不満を抱えていたのです。

指導者はさらに言いました。「身体は常に良くなろうと働いているのに、心が嫌がっていると心身のバランスが崩れます。仕事に腰が入っていないのでしょう。家に帰つ



病が教える心の歪みと 気づきからの自己革新

たら、感謝を込めて『ありがとうございます』と唱えて身体を丁寧に洗つてください』Yさんは帰宅後、早速その教えを実践しました。すると身体を洗いながら、『日ごろ普通に生活できることは決して当たり前ではないのだ』と、自ずと感謝の念が深まつていきました。加えて、健康に仕事ができることがどれほどありがたいかに気づき、仕事への意欲と喜びが湧いてきたと言います。それから間もなくして、Yさんの腰の痛みは自然と消えていったそうです。

倫理研究所の第二代理事長である丸山竹秋は、病気に直面した際の事業家の心得を、自著『新経営倫理学』の中で三つ挙げています。要約すると、以下のようになります。

- 一、病気を単に肉体だけの問題とする片寄った見方を捨て、自分全体と密接につながり、連繋し合うものとして広く捉えること。
- 二、病気を事業改良のための赤信号と受け止め、努めて心をより高く広く保つよう工夫し、日常生活の具体的な実践へと移すこと。
- 三、事業の上で気づいたことは、たとえ病床にあっても、適切な方法で関係者に伝え、気づきを決して放置しないこと。

病気をきっかけに家族との関係を見直した、運動習慣がついた、病気が人生の方向修正のきっかけになった、という経験を持つ人は多いでしょう。病の原因や意味を知ろうと努め、自己改善のきっかけにできれば、「あの時、病気になつたおかげで人生が良くなつた」と言えるような病気との良い付き合い方ができるのではないでしようか。