

病気知らずは不幸！ 病気をして真の幸せを知る



9月2日（金）長崎市から依頼されていた講演会を実施してきました。
一般的に健康講演会というと、
「 が体に良い」「 を食べると病気にならない」「 で長生きできる」
といった演題が多い中、太田東西は
「病気知らずは不幸！」と来たもんだ（笑）

病気は不幸な出来事と考えている人には、きっと最初は「？」だったと思われそうですが約2時間の講演会終了後には、みなさん、「なるほど！」に変わっていました。

さて、よく耳にする夫婦間の問題を一つ。
夫や子どもに振り回されて、なかなか自分の時間を持たずに、家族の中で一番
ストレスを抱えて体調を崩している女性。一方、夫は？と言うと
自分のことしか考えておらず、いたっていつもマイペース。家事育児は妻がや
るのが当たり前だ、自分は家族のために“働いてやっている（働いてやってき
た）んだ”と自分を正当化している。ゆえに悩みも少ないから、病気もしない。
度々風邪を引いて寝込んだり、疲れて横になっている弱々しい妻に向かって
そんな夫は言い放つ。

「たるんでいるから病気ばかりするんだ！根性が足りなんだ！」
「漢方なんか頼って！誰の稼ぎだと思っているんだ！」とか・・・

さらに寝込んでいる妻に
「晩飯はどうするんだ？いつまで寝ているつもりだ！」とか・・・

何を隠そう、
奥さんの不調の一番の原因は、夫の“あなた”だということに！！（笑）

「意地と根性で病気は治せる」本気で思っている男性がいます。
家族が病気になっても、「弱い奴だ！」「気合いが足りないんだ！」と叱咤する。
「大丈夫？」「ゆっくり休んでね」「ホント辛いよね」
いたわりや共感する言葉はない。

では、そうした男性が、命にかかわる大病を自ら患ったらどうなるか？
「がんなんて、切ってしまえば治る！」「入院手術なんて、屁でもない！」
そう豪語するかというと・・・
（入院して奥さんに向かって）
「もう帰るのか、もっと居てくれよ」「もちろん明日も来てくれるよな」
「オレ、死ぬのかな？死にたくないよ！」

奥さんに泣きつく男性が多いのです（苦笑）

病気は、人を謙虚にさせる出来事です。
病気を経験してみなければ、病人の気持ちは分からない。
痛い思い、苦しい思い、フラフラする感じなど・・・実際、自分が体験して
みなければ、相手のそうした苦しみは理解できない。
理解できないから、病人の気持ちに寄り添うこともできないのです。

さらに病気を全く経験していない人は、とんでもない勘違いをしています。
「自分は強いんだ」と・・・ 「自分は死なない」と・・・

「いつかは病気になる」「いずれ自分は死ぬ」といった考えがありません。
だから・・・

「**健康の有難さ**」がわからないのです。

「自分は生きているんじゃない、生かされているんだ」
いい年になっても、そうした気づきもなく、感謝の心を持ってない。

そんな人がある時、病気になった。そして、なかなか病気が治らないと
「この薬は全然効かない!」「あそこはヤブ医者だ!」
自分の問題には全く目を向けず、人やモノのせいにして非難する。

太田東西薬局の賢いお客様はおわかりですよ?

病気というのは、今の自分の生活習慣、もっと言えば“生き方・考え方”に問題がありますよ!という体からのサイン。

ある日突然、偶然に病気になるのではなく、日々生きている中で自分自身が作り出したもの。作ったのが自分なら、治すのも自分。

医者や病院というのは、あくまでもサポーター。もちろん、太田東西も漢方も。

治す主役は『自分自身』。

だから全快のためには、まずは病気になった自分を見つめ直すことから。

そして生まれた以上、老いて病気して死んでいくのは避けられない。
それに必死になって抗うのではなく、あっさりあきらめるのでもなく・・・
「ならば、限りある人生、どう生きて行くか?」

病気を通じて、自分の生き方を真剣に考える。
毎日をダラダラボケ～っと過ごすのではなく
再発の不安にビクビク怯えるのでもなく、

生きる上で一番尊いものは何なのか?
自分の死後、残るものは、残すべきものは
何なのか?

そういうことを考えさせてくれるのが、
『病気』なのです。



力説して、自分に酔ってます(笑)

では、「真の幸せ」とは何なのか？

病気をして真の幸せを悟れない人もいます。悟れないまま亡くなる人もいます。ただ、「何が幸せか？」というのは人それぞれ。臨終まで大好きなお酒を飲めて「あ～最期まで飲めて幸せだった～」と思う。それで自分の人生が幸せだったと
感じたなら、まことに結構なことです。

ただ、私が考える「真の幸せ」というのは、自分の事ばかり考えている人には理解してもらえない「幸せ」です。

今、末期の乳がんで入院中の小林麻央さんのブログが話題になっています。これまで自分の病気を隠していた小林さんが、なぜ公表して、自分の気持ちをブログに綴っていきこうと決心されたのか？
それは自分をさらけ出すことで
「誰かの、同じ病気の渦中にある女性たちの、役に立てるかもしれない」
それが原動力だったようです。

小林さんのブログを読んだ人たちが、生きる希望を取り戻す。
不平不満や愚痴を言いたくなる毎日。先のことを考えると、とても不安になる。
でも、家族といっしょにいられること、健康で生きていること、それだけでもありがたいことだと気づかされる。

生きている間に、何も有名人になる必要も、偉業を果たす必要もありません。

『自分が誰かの役に立っている』

この喜びこそが真の幸せであり、そのことに気づいて、老いても病気になっても最期の日まで、明るく楽しく、今に感謝して生きて行く。
自分のそうした前向きに生きる姿勢が、周りの誰かを元気にしている。

「じいさんは死ぬまで文句ばかり言っていた」「死ぬまでケチな人だった」
あの世に渡った後、子孫からそう思われたら、どうします？（笑）

「じいちゃん是最期まで家族想いだった」「ばあちゃん是最期まで笑顔だった」
周りから尊敬される人生を歩むことが、この世に居てもあの世に逝っても
『真の幸せ』を実感することにつながると思います。