

時代の潮目が突如来た! 読書、料理、酒、掃除、サウナ音楽……おうち時間の充実化計画!

Discover Japan

2020
June

2020年6月号(毎月6日発売)
5月7日発売 第2巻第6号 通巻14号



人気書店員が選ぶ
教養が高まる
100冊

緊急特集

おうち時間。

読書して、お取り寄せして、楽しく巣ごもり

アマビエさまが再来!?!
「疫病流行の際は私の写し絵を人々に見せよ」

江戸時代、熊本に現れた、疫病を払うとされる妖怪(神!?)。新型コロナウイルスの被害拡大を受け、SNSで話題沸騰中。厚労省公認キャラクターにも就任!



兼業医療家になる

稲葉俊郎

医師として日々、人の「いのち」に向き合う稲葉俊郎さん。医療と芸術にはある共通点があるという稲葉さんに、いまいのちを守るとはどういうことか、聞いてみた。

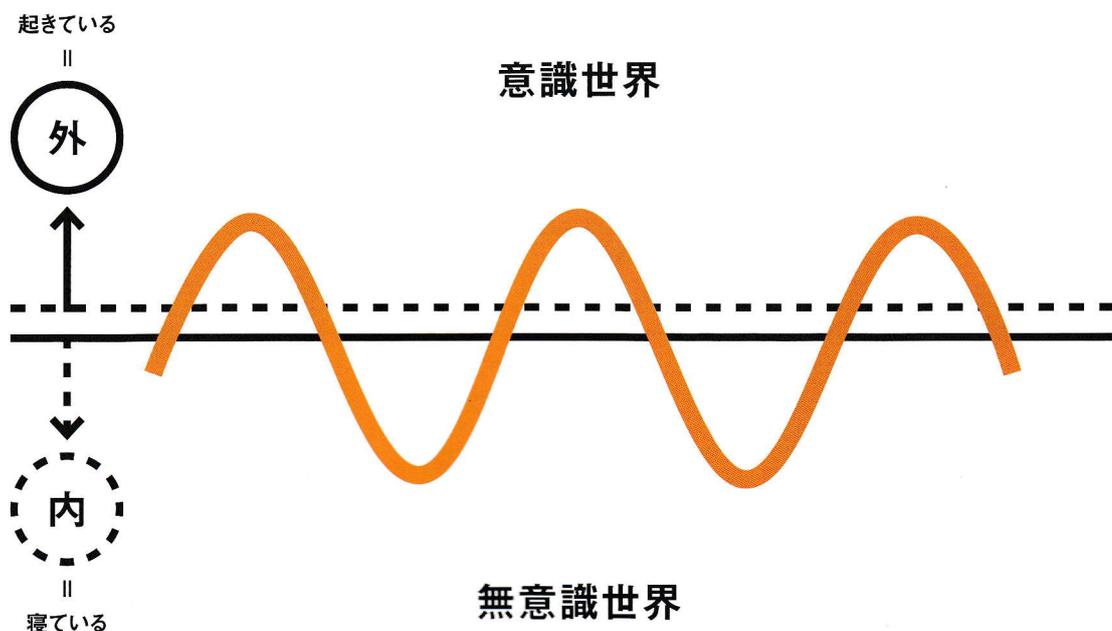
私

私たちの身の回りにはいま、人工的な情報が膨大にあふれ返っている。そして、多くの人は外界をコントロールすることに明け暮れている。社会や自然という外界をつくり替え、人間関係という外界をつくり替え、自分の思い通りになるように外界を加工し編集することに明け暮れている。だが、外界にばかり目を向けて、自分の都合でコントロールをしようとすればするほど、私たちは自分自身の内界という、「いのちの世界」から遠く遠く離れていってしまう。

自分という存在は、どんなときでも常にいまここに、いる。自分の身体や心、命という存在は、常にいまここに、いる。そのはずなのに、外にばかり目を向けていると、今度は自分自身こそが盲点となり死角になってしまう。ひとたびふたつの世界が分断されれば、自分自身こそが高い壁を築き、深い穴を掘り、外界と内界とがつながる道を封鎖する。それで一見社会には適応できるが、自身の内界という根源的な居場所に適応できなくなっていることに気がつかない。

いまこそ思い出してほしい。私たちが見るべき世界は自分の外側に広がる外界だけではなく、自分自身の内側にもあることを。外界が未知な世界である以上に、内界もまた未知な世界であり、そこには生命情報があふれている。外に見せる顔も大事だが、自分の内側の顔も大事だ。

「いのち」のバイオリズム



芸術がつなぐ内と外の世界

私たちの外側に広がる世界は人間関係や社会や法律の世界であり、内側に広がる世界は個人の生命の世界だ。そうした人間の内界と外界とが重なり合うつながり合い、響き合い深い合う通路となるのが、芸術だ。生命維持には必要ないと思われるかもしれないが、外側に見せる社会的なよそ行きの自分と、内側に広がる内なる自分自身の生命の世界をつなぐ手段として、芸術は存在している。

そして、芸術だけではなく、医療も本来的にそうした役割があるだろうと、臨床医として日々働いていて強く思う。たとえ外界にばかり私たちの視点が向いて、「いのち」がバランスを崩そうとしても、私たちの内奥に息づく生命世界は、起きて、眠る、という恒常的な意識におけるリズムのプロセスの中で、内界（無意識）と外界（意識）をつなごうとしてくれている。生命の調和を保つように、全体性の調整が常に行われているのだ。

自分の内なる世界と外なる世界をつなげ、いのちの全体性を取り戻すという意味で、医学と芸術には共通点がある。自分は身体が弱かった子どもの頃から、そういう風に芸術や医療の世

界を分けることなく見つめてきた。自分自身がバラバラにならないように。全体性を失わないように。そして、自分が自分自身であるために。

不安とは

心が動いている証拠

新型コロナウイルスが世界的に大流行している。人々の物理的な接触は絶たれ、経済活動はストップした。外の世界で前に進めないように思えるときは、自分の内なる世界を、自分の心の底を、どこかにつつかるまでとにかく掘るしかない。井戸は水源に至るまで諦めず掘り続けるものだ。外界に目を向けても仕方がないときは、内界に目を向け、内界の「心」を動かす時期なのだ。

いまこの瞬間にも、この地球上で同時代に生きる私たち全員の「心が動いている」ということが大事なことなのではないだろうか。それはある面では「不安」と感じるかもしれないが、それこそが「心が動いている」証拠なのだ。

自分のいのちを守ろう、弱者のいのちを守ろう、というように「いのち」を中心にして一人ひとりの心が動いて、それと同時に外なる世界を構成する「社会の心」も動いている。

いのちを守ることは、そもそも病院を含めた医療の専門家だけの仕事ではなく、本当は誰もがかわつていいはずのことだ。「兼業農家」という職業があるように、「兼業医療家」という職業があってもいいように。

私たちの社会は、助け合いから生まれた。自然界の中では社会的弱者である人間は、弱いからこそ協力し合い、社会をつくり上げ、自然の猛威から身を守ってきた。私たちの社会が本来のかたちに戻りさえすれば、きっと光は見えてくるだろう。「お金」だけではなく、私たちの「いのち」への思いや善意、思いやりといった「心」がうまく還流していく社会へと導くためには、一人ひとりが自分の内なる世界の底を掘って、いのちの底を掘って、それぞ

れることが大事なことになるのだ。それが次の時代のつながり方なのだろう。物理的なつながり以上に、何か大切なものがつながるために。医療も含めていま私たちは新しい局面を迎えている。そのためには、私たちそれぞれが内界と外界とを結び合わせる必要がある。未知なる旅の先導者となるのが、書物であり絵画であり音楽であり、あらゆる芸術にはかならない。これは人生を懸けて取り組む大仕事だ。内界と外界とが適切に結び合わさることは、私たちのいのちと生命の健康につながる。

医療現場にいと、どんな暗闇の中でも、必ず一条の光が差し込む瞬間が来ることを知っている。一条の光が差し込む一瞬のタイミングを逃さないようにしながら、私たちは自身の生命の力を信頼する必要がある。

ギリシャを訪ねた際、稲葉さんが飛行機から撮影した海。空から差す光が鳳凰のように見えたという

いなば・としろう

1979年、熊本県生まれ。医師、医学博士、東京大学医学部附属病院循環器内科助教を経て、現在、軽井沢病院総合診療科医長、信州大学社会基盤研究所特任准教授、東北芸術工科大学客員教授などを兼任。著書に『いのちを呼びさますもの』（アノニマ・スタジオ）