

病氣(やまい)は氣から

十全医院 相 山 康

昔から「病氣(やまい)は氣から」と言われております。勿論病氣の全部が氣から来るとは考えられませんが、氣から来る病氣が可成り数多くあると思います。そういう観点から見ますと、現在のマスコミ等は病人を想像以上に沢山作っているのではないのでしょうか。例えば「あなたのからだは公害に蝕まれている」と言われると、そうでなくとも、そのような氣になり、急に喉のあたりがもぞもぞし、咳の一つもしたくなる。そしてそれ以来、公害が心をとらえ、頭から離れない、心は暗くなり、だんだん氣がめ入り、食欲が無くなり、痩せ細って来てほんものの公害病人のようになってしまったと言った具合です。又「何々に癌発生物質が含まれている」と言われると、「私は今までに何々をよく食べたがよかったかしら、癌になるのではないかしら」と心配になる。そのうちに癌になっているような氣になり、不安のとりことなり、病氣に追い込まれて行く。その他新聞の広告欄等にも「あなたは知らぬ間に成人病になっている」とか「あなたの血圧は大丈夫だろうか」とか、「脳溢血」「胃潰瘍」等々の言葉が盛んに眼につく。何だか身の周りに病氣がひしひしとつめかけているように思われ、ちょっとでも油断をするとすぐ病魔に喰いつかれそうな不安な怖ろ

しい感がするのであります。まことに暗い感じがして不愉快極まるものであります。

「私はビタミン剤や何やかやで一日に二十種類程薬をのんでいます」とこんなことをさも得意げにいう人を見かけることがあります。この人も病氣の不安に追われ、何種類かの薬を服用することによって、自分の健康が守られているかの如く錯覚をおこしているのだなど、そぞろ哀れをもよおすのであります。だから私はそのような不愉快な文字や言葉には接しないことにしています。接しても全然氣にしないことにしています。人間のからだはそんなに弱いものではない。「自分の生命力は金剛不壊である」これぐらいの自信を持ち、健康で明るく、愉快で楽しいことばかり思うことにしています。そして年令を忘れ、ゆったりと手を伸ばし、胸を伸ばし、腹を伸ばし、眉間のしわを伸ばしてからだ全体をゆったりと伸ばすと、心もゆったりと伸び伸びして非常によい氣持になります。これを私は健康道であると信じています。皆さんも一度このようからだをゆったりと伸ばしてごらん下さい。とてもよい氣持になり、自分は非常に健康だというよろこびが湧いて来て、フェイスももり上がってきますよ。