

昨年、WHOの健康の定義の中に「魂」が加えられた。「精神」「肉体」そして「魂」の健康ということである。

まず「精神」の健康というのは、それぞれの地域環境に応じた社会生活においてルールやモラルといったものを理解し、行動することであると思う。

例えば、一夫一婦制について考えてみると日本では常識であるが、イスラム教の世界においては一夫多妻制が基本である。

日本において一夫多妻制を実行すればルールに反することになり精神的に健康である日本人として評価されない。

私がルールやモラルというものはその土地の気候や風土によって変化し、決定されるということを実感したのは10年近く前に訪れた中国西域のトルファンでのことである。

この地域は砂漠で、夏は気温が50度くらいになり、また冬にはマイナス10度以下になるという気候であるため植物がほとんど育ちにくく、家畜といえば羊しか住むことができない。

鶏や豚や牛はこのトルファンでは生きてゆくことが不可能なのである。

余談であるが、この地域は長い間仏教が基本宗教となっていた。

食べ物に大きな戒律がもうけられていないので基本的に何を食べても罰せられるということとはなかったわけだけれど、現実には羊と、オアシスに育成するわずかな植物しか食物となり得ない。

500年くらい前のある戦いを境に、イスラム教が基本宗教になってからは基本的に羊と植物しか食べてはいけないという戒律があり、これはこの地域の気候風土に適合した。

なぜなら実際に羊しか食べることができないのに、何でも食べていいという教えより「現状に感謝と満足」をすることができる教えであるからである。

人間にとっても厳しい環境であり、体力の弱い女性が一人で生きるには過酷であり長生きが難しい。

しかしこの弱い女性もイスラム教においては体力や経済的生活力のある男性に妻という形で結びつくことができれば、生きるということが保障されるのである。

よって、一夫多妻制という制度は過酷な自然環境においては強い子孫の繁栄を継続させる有効かつ合理的な手段であると理解することもできる。

逆に体力と経済的生活力のある男性が一夫一婦制でいるというのは女性保護の視点から考えるとボランティア精神にかけているというふうに解釈することもできると思うのである。すると「精神」の健康の定義は各国々や地域によって異なってしまうため、世界で共通する定義になり得ないということになる。

そこで世界で共通に理解できる健康の定義を求めようとする、それは人間を「地球の構成要素のひとつ」であるというとらえ方をすることの重要さに気づくことであり、その

中から「魂」という健康の真理とも言える基本定義が明確化されてきたのだと私は思う。

さらに肉体の健康について考えてみると、五体が正しく自分の思い通りに動くということだと思っただけだが、本当にそうだろうか、事故によって体が不自由になった人は肉体的に健康ではないのだろうか。

昨年、私が読んだ本の中で最も感銘を受けたものに春山満氏の「いいわけするな！」がある。

氏は24歳で筋ジストロフィーにかかり、それ以来20年間、首から下はマヒ状態である。発病するまでは、スポーツマンとして活躍していたとのこと。

それだけに自由から不自由な体へのギャップをどのように受け止め、生きることをいかに真剣に考えたかが記されている。

氏は現在、ハンディネットワークという会社の社長である。

体の不自由な人を介護者一人で風呂に入れることができるシステムを開発し、多くの方々が利用している。

もっと身近な商品といえばジュースの自動販売機で、コイン投入口と、ジュース取出口を高くし、しゃがまなくても利用できるデザインを考えた。

この自販機は一般の人々にも使いやすいとして人気が高い。

今、注目されつつある「ユニバーサルデザイン」の代表例といえるものである。

もちろんアイデア指示は春山氏、それ以外すべてを他人の手によって商品開発をすすめてきたわけである。

当然のことだけれど、実印を押す作業もトイレの介助もすべて社員がおこなっている。

そんな春山氏にとって生きるということは常に真剣勝負の連続であり、その人生哲学の基本は「なくしたものを計算するな」ということである。

なくしたものを計算していると思いのベクトルはマイナスへと向いてしまう。

「なくしたものを計算するな」ということは今の自分自身を冷静に、そして客観的に分析し、まだまだ多くの可能性を秘めている自分（肉体）に希望を見いだすことだと思っただけ。

全身を思うように動かすことのできる自分自身に最近よく問いかけてみる。

いつもプラス発想で生きているだろうか。

自分の心を不平不満でいっぱいにしてはいないだろうか。

日々命がけ（人生の使命感を意識して）の努力をどれくらいのエネルギーと時間を継続して実行してきたといえるだろうか。

春山氏はさらに「喜心」の大切さをいっている。

「感謝」という「喜心で生きる」このことが新しい21世紀のみならず、いつの時代も人間としての基本理念になると私は思う。

「いいわけ」というマイナス発想を考える前にプラス発想の重要さに気づこう。

首から下が思うように動かない春山氏だけれど、首から上は肉体的に健康であるといえるのではないだろうか。

肉体が部分的に健康というのも健康なのではないかと思うのである。

しかしここで大切なことは、首から上しか動かない春山氏だが、周りの人々を幸せにする力がある。

「人を幸せにする力がある人」こそ真の魂の健康者といえると思うのである。

そう考えてみると健康の定義における重要度は「魂」「精神」「肉体」という順序になりそうである。

「魂」の健康を意識することにより 21 世紀の自分らしい道の扉を開きたいと思うのである。

合掌