

確かなこと

高松文三

こんな質問をよく受ける。例えば、腰痛の患者さんが、病院での検査結果を携えてくることがある。そこには脊椎管狭窄症という診断が下されていて、手術を勧められている。「鍼で狭窄が元に戻るのか？」あるいは膝痛の患者さんが、やはり画像診断で軟骨が擦り減って骨と骨が当たっているという。

「鍼で軟骨が再生されるのか？」実際のところ、狭窄が治るのかどうか分からない。軟骨が、鍼で再生されるというのも聞いたことがない。ただ、こういう患者さん達でも鍼治療をすることによって、痛みがなくなり普通に生活できるようになることは割とあることだ。

言い換えれば、検査結果がどうあれ、もし痛みがなく以前のように生活ができるのであれば、それはある意味「治った」のではないか。大事なものは、検査結果の向上ではなく、「生活の質」の向上であろう。

これはガンなどの病に対してとも言えることだ。「治る」ということの再定義が必要だ。ある意味「治る」とは、その病のことを完全に忘れてしまっていることである。

それは、外部の判断に頼る限りはあり得ないことだ。つまり、病院で行われる検査の結果に頼っている限り本当の意味で「治った」とは言えない。現時点でガンが消えた状態でも、さらに何年後かに検査があり、それまでは大丈夫ですということに過ぎない。それは一時しのぎ的な気休めに過ぎなくて、また検査期が近くなると不安に駆られたりするのである。それが検査結果であれ、尊敬する大先生の太鼓判であれ、自分以外のものの判断に依存している限り、心底安心するということはない。

むしろ、そんなこととは無関係に、病のことをすっかり忘れて、本人が毎日楽しく、明るく、充実した生活を営んでいれば、それこそ本当に「治った」ということなのだ。自分なりの指標を持つということが大事だ。

検査結果を無視しろ、と言っているわけではない。それはあくまでも参考にはするが、それだけに頼らない方が良い。医師や専門家の言うことも同じく、あくまでも参考程度にとどめておく。最終的には自分の指標を一番重視する。それにはやはり普段から自分にとって何が一番大事なのか、自分がいったい何をしたいのか、自分とは一体全体何なのか、死とは何なのか、そんなことを自分なりに考え、まとめておく必要がある。言ってみれば自分の中心軸をしっかり持っておく

ことだ。そうすれば何があってもぶれることはない。

患者さんがよく迷うことで、治療法の選択というのも大きい。

アメリカや日本で一番一般的なのももちろん西洋医学であることは論をまたない。ただ一つ西洋医学に関して注意すべきことがある。それは、西洋医学は医学を科学と信じている（あるいは信じさせようとしている）節があるが、それは勘違いで、医学は決して科学ではないということだ。

だいたい科学であるためには再現性が不可欠だ。ある一定の条件で同じ実験をすれば、同じ答えが出るのが科学の世界だ。医学はプラシーボ現象がある時点でもう科学としては破綻しているのである。

40年近く患者さんを診てきてわかったのは、人間は百人百様で、ある人に効いたことが別のの人に効かなかったりすることは日常茶飯事だ。人間に公式は当てはまらない。

確かに西洋医学は派手で、カッコよく、見栄えがするが、基本的に救急医療においてその真価を発揮する。しかし今日明日の命の危険性のない慢性病にはあまりうまく対処できていない。

適材適所がある。そこを見極める目が欲しい。その気になって探せば、世の中には実に様々な治療法がある。それはある意味、西洋医学が万能ではないことを示す証拠でもある。鍼灸、漢方、カイロプラクティック、指圧、リフレクソロジー、レイキ、その他各種サプリメント、各種ダイエット法。ダイエット法だけでもマクロビオティック、パレオ、キトジェニックなど、数え上げればきりが無い。

迷うのも無理はないが、ただ一つ確実に言えることがある。それは「どんな治療法でも必ず効く人がいる一方で、誰にも効く治療法はない」ということだ。だから迷ったらとりあえず試してみることだ。何であれ大抵のものは一週間以内に自分に合っているかどうかはわかるはずだ。まあ、最悪の場合でも死ぬことはないだろう。「死んでもいいか」くらいの覚悟でやるのも一興である。何が正解なんて本当は誰にもわからない。わかるという人はわかったふりをしているだけか、よほどの馬鹿か天才である。「死」が何かわからないのだから、死が正解ではないとも言えない。

東洋医学は「迷い」の少ない医学である。それは、西洋医学のように分断しないからだ。肉体の部分にしても専門化しないし、精神でさえ肉体と切り離して診たりはしない。すべてを統合して診る医学だ、というと格好は良いが考えれば当たり前のことだ。精神と肉体を切り離して考え

る方がおかしい。「何々科」というのが存在しないのが東洋医学の特徴でもある。

原因不明の不眠症であろうが、うつ病であろうがすべて気のアンバランスと観る。治療の本質は気がバランスよく本来のように流れるようにするだけだ。気の滞りは必ず肉体上にも現れるものである。

精神的疾患についてはある共通項がある。それは「深刻病」だ。人間真面目にならなくてはいけない時はある。真剣にならなくてはいけない時がある。しかし、深刻になる必要はない。

深刻病はすべての心の病の萌芽である。要するに一歩離れて客観的に自分を見られない状況なのだ。今の自分を動画にして、テレビで見ていることを想像してみよう。他人事として見られたら救いはある。チャプリンの名言「人生はクローズアップで見れば悲劇だが、ロングショットで見れば喜劇だ」はまさにそこを突いている。

精神病に一番効く薬は「笑い」である。逆に、自分を振り返って最近笑うことが少ないと思う人は要注意だ。深刻病の初期症状である。

もうひとつ言えるのは、パラマハンサヨガナンダのグル、スリユクテスワが言っていたように「肉体的であれ、精神的であれ、すべての問題の根底は神とのつながりをなくしたことにある」ということだ。最終的にはそこに落ち着くと思う。ではどうすれば神とのつながりを取り戻せるのか、今の私の宿題である。

高松文三

1956年生まれ。言霊インスティテュートを1983年に卒業。2005年、ダラスのテキサス大学を卒業。ダラスで開業する。