

今回は、大哲学者間とから学ぶ健康についての逸話を紹介します。

ドイツの哲学者カントは、馬の蹄鉄（ていてつ）屋の子に生まれた。生まれつきのくる病であった。背中に瘤があり、乳と乳の間は僅か二インチ半、脈拍は絶えず百二十～百三十、喘息で、いつも苦しげに喘いでいた。

ある時、町に巡回医師がやってきた。少しでも苦しみを和らげられたら、と父はカントを連れて診せに行った。診てもらってもどうにもならないことは、カント自身も分かっていた。そんなカントの顔を見ながら、医師は言った。その言葉がカントを大哲学者にするきっかけとなったのである。「気の毒だな、あなたは。しかし、気の毒だと思うのは、体を見ただけのことだよ。考えてごらん。体はなるほど気の毒だ。それは見れば分かる。だがあなたは、心はどうでもないだろう。心までもせむしで息が苦しいなら別だが、あなたの心はどうでもないだろう。苦しい辛いと言ったところで、この苦しい辛いが治るものじゃない。あなたが苦しい辛いと言え、おつかさんだっておとつあんだって やはり苦しい、辛いわね。言っても言わなくても、何にもならない。言えと言うほど、みんなが余計苦しくなるだろ。苦しい辛いと言うその口で、心の丈夫なことを喜びと感謝に考えればいい。体はともかく、丈夫な心のお陰であなたは死なずに生きているじゃないか。死なずに生きているのは丈夫な心のお陰なんだから、それを喜びと感謝に変えていったらどうだね。そうしてごらん。私の言ったことが分かったら。それが分からなければ、あなたの不幸だ。これだけがあなたを診察した私の、あなたに与える診断の言葉だ。分かったかい。薬は要りません。お帰り」カントは医師に言われた言葉を考えた。「心は患っていない、それを喜びと感謝に変えろ、とあの医師は言ったが、俺はいままで、喜んだことも感謝したことも一遍もない。それを言えというんだから、言ってみよう。そして、心と体とどっちが本当の自分なのかを考えてみよう。それが分かっただけでも、世の中のために少しはいいことになりはしないか」大哲学者の誕生秘話である（宇野千代著『天風先生座談』より）。

健康とは、健体（すこやかな体）と康心（やすらかな心）のことである。体を健やかに保つこと。それは天地から体を与えられた人間の務めである。そしてそれ以上に大事なのが、心を康らかに保つことだ。体が丈夫でも心が康らかでなかったら、健康とはいえない。いや、たとえ体が病弱でも心が康らかなら、生命は健やかである。

これは人間個々から小さな組織、国家まで、あらゆる生命体にいえることであろう。カントの逸話は私たちにそのことを教えている。

Q 1 : カントを診た医者がカントに与えた診断の言葉は何ですか？

A 1 : ()

Q 2 : あなたが体や心の健康のために意識していることはありますか？

A 2 : ()