

# 考こうしん心

●編集・発行/心臓手術後の生活を考える会 事務局〒243-0206 神奈川県厚木市下川入12-4



15周年記念  
講演会  
11/3

## 南淵・藤崎・佐々木の3先生が講演 上松美香さんのアルパ演奏に心癒される！

考心会の「創立15周年記念講演会」が11月3日午後1時から、大和市の保健福祉センターで盛大に開かれ300名を超える会員が参加いたしました。あいさつに立った吉村悟一会長は、「長いと思つた15年ですが、着いてみれば本当に短い15年でした。今年の初めから準備してきた体験集『心臓病との闘い2—再発にそなえて』が完成、今日、皆さん方に本をお渡しすることができました。これは、再発についての認識を深めることができましたわけで、これが15年間の重みといえます。これを機に、会員全員がもう心臓病では命は取られないという思いを新たに、新たな活動を進めていきたい」と述べました。

第1部はミニ講演として大崎病院東京ハーベストセンターの南淵明宏先生が「15周年に寄せて」、続いて相模原協同病院心臓血管外科部長の藤崎浩行先生が「心臓手術後の生活」、そして記念講演では花園大学文学部国際禅学科教授の佐々木閑先生が「ブツダの教えで生きるということ」と題して講演されました。

第2部は日本を代表するアルパ奏者の上松美香さんをお招きしてコンサートを開催、上松さんの笑顔と巧みなテクニクに魅せられ、会場に響き渡る「癒しの音楽」に、割れるような拍手が送られていました。



藤間仁さん・上松美香さん

### 目次

1頁/創立15周年記念講演会報告、2頁/会長あいさつ・『心臓病との闘い2—再発にそなえて』刊行、3頁～5頁/南淵明宏先生講演、6頁～12頁/藤崎浩行先生講演、13～23頁/佐々木閑先生講演、23頁/上松美香アルパコンサート報告、24～27頁/講演会の感想、28頁～32頁/幹事会だより・おたより。撮影/はしもと写真事務所

# 会長挨拶

# 15周年の重み

皆さんこんにちは。ほんとに長いなあと思った15年ですが、着いてみれば本当に短い15年でした。皆さまとともに創立15周年を祝いたいと思います。



挨拶する吉村悟一会長

私たちが今年の初めから準備してきた体験集『心臓病との闘い2―再発にそなえて』が完成し、今日、皆さん方に本をお渡しすることができました。原稿を投稿していただいた会員の皆さんには厚くお礼申し上げます。

私たちの会が再発の問題を手がけ、そしてそういう問題に意を含めて考えられるようになった。これが15年間の重みだと思っております。私たちはこれを機会に、「心臓病ではもう命は取られない」という思いを新たに、これからの毎日を過ごしていきたいと思っております。皆さん方もそういう点では同じ気持ちではないかと思いますが、日ごろ心臓病であるということをお忘れするような元気なお姿

に接していきすと、どうしてもそういうことを案じないわけにはいきません。

本日の講演会ではまず最初に南淵宏先生に「ミニ講演」をしていただきます。南淵先生には今回の出版に当たって非常に多くの面でご協力をいただきました。本当に厚く感謝しているところです。今日も本に触れながら新しい近況のお話がされるのではないかと思いますのでご期待していただきたいと思っております。

もう一つ、「ミニ講演」として、古くから会員でいらつしゃった方はご存じと思っております。「藤崎浩行先生」に講演をお願いしました。藤崎先生は以前、大和成和病院で心臓手術をなさっております。現在はお近くの相模原協同病院で心臓血管部長として活躍中です。お声をかけて「講演をしていただけませんか」とお願いしましたら、心よくお返事をいただき、合わせてこれからは考心会のためにお力もかしていただける、とこ

なお、10周年記念で刊行しました『心臓病との闘い―地獄を見た72人の記録』と併せてお読みいただける、さらに理解が深まります。B6判190頁で1部1500円。直接購入希望者は考心会事務局までご連絡下さい(送料別)。

## 再発にそなえて

### 『心臓病との闘い2』 出来上がる

「考心会」が創立15周年記念事業として取り組んできました『心臓病との闘い2―再発にそなえて』がこのほど完成、11月3日の記念講演会で会員の皆さまに配布されました。考心会が2010年7月

に行ったアンケート調査で、会員の皆さまに術後の悩みや不安を聞いたところ、31.8%の方が「再発」と答え、18%の方が不幸にも再発しています。今回の体験集はこれを受けて、再治療、再手術を



防のためのメッセージを寄せていただき、患者と医師が連携した再発予防の処方せんとも言える体験集です。手術を受けた方ももちろん、これから手術を受ける方、心臓病に関心のある方にもお読みいただき、大いに参考にしていただければ幸いです。

ういう心強いお言葉もいただきました。私たちの会としてはとてもうれしいことで、これからは力強い先生がまた一人増えたと思っております。今日も新しい内容での新鮮なお話が聞けると思っています。ご期待ください。

記念講演には、京都から花園大学文学部教授の「佐々木閑(しずか)先生」をお招きしました。佐々木先生には、心臓病の問題とは離れて仏教のほうから命の問題を解きほぐしてくるのではないかといいことで期待しております。また最後にはハープの演奏者の「上松美香さん」をお迎えしております。今回は15周年ということでいろいろと企画を取り混ぜてみました。どうか最後までゆっくりと貴重な時間を「癒しの時間」としてお過ごしください。



閉会のことば (山田副会長)



閉会のことば (田副会長)

# 身体的健康、精神的健康、社会的健康、そして魂の健康が重要

東京の病院に移ってさらに学ぶ機会が増えました

皆さんこんにちは。15周年ということですけれども、僕にとってみたら本当にあつという間の気がします。先ほどから挨拶させていただきます。いろいろな患者さんの顔を見ますと、僕の脳細胞もだいぶ退化したせいとか、見覚えのある方はたくさんいらつしやるのですが、去年なのか、5年前なのか、14年前なのか、なかなか判別つきがたく、そんな状況でございます。いろんな人の顔が一人の人間の頭では覚え切れないうらい、自分の中に詰めようと思っても詰まらないぐらいの状況になってきているのだなと思つています。

武藤先生、奥山先生もいらつしやると思いますが、同じ気持ちでしょう。もちろん患者さん達もそれぞれにいろんな思いをお持ちでこの場にいられていると思うんです。僕自身、去年の12月に東京に行き、大雑把に言えば以前と大体同じような生活を毎日しているわけですよ。

しかし、東京に移ったということ、で少し視点も変わりました、改めて医療というものがどんなものか日々

## 15周年に寄せて



大崎病院・東京ハートセンター長  
南淵明宏 先生

学ばせていただく機会が多いのです。特に最近、東京ということで、より遠くから患者さんの問い合わせ、あるいは実際に手術を受けに来ていただいております。全部が全部そうではないのでしようけれども、世の中

すね。いろんな説明のありよう、病気に対するお話です。特に「はつきり言ってもらわれない」という話を患者さんからよく聞きます。手術をするか、しないか、いつすべきか、もっと悪くなったら手術しようと言われたい、そのうちにお医者さんが代わってしまふことがあつたりして、たまらなくなつてご連絡いただいたという方が非常に多くいらつしやる。そういういろんなこともあつて私の周辺のスタッフは変わつてないのですが、違った病院で働かせていただくという状況になりまして、さらにたくさん

のことを学ぶ機会が増えたと考えております。

### 講演

にある病院やお医者さん、あるいは患者さんとの関係の中で、いい意味でも悪い意味でもよくわかりませんが、僕とみんなは違うんだな、全然違うなと思つています。患者さんとお医者さん。特にお医者さんで

### 最近同じ心臓でも別系統の病気が見つかることが多い

その中のもう一つ具体的な事例をお話ししますが、最初に田さんのお話にありましたように、今まで例えばバイパスの手術をした人はしっか

りと冠動脈が流れているかな、弁の形成手術あるいは人工弁をやらせていただいた方には心臓が楽に動いているかな、弁が逆流していないかなというところばかりを見ているわけですね。ところがおなかの大動脈瘤が突然見つかったり、あるいは冠動脈の手術をしてそのところは全く問題ないのですが、大動脈瘤のほうがかんぶん大きくなって大動脈弁も逆流して、これは大変だ、手術だという方とか、同じ心臓ではあるのですが、別系統の病気が偶然見つかったという例が増えていきます。こういうと変な言い方ですけども、これは全く僕自身の不徳の致すところですよ。

もつと前からわかつてたんじやないかと反省しきりですけども、突然そんな方がこの夏からばたばたといらつしやいます。皆さんを決して脅かすわけじゃないんですけど、今回の『心臓病との闘い2―再発にそなえて』ということですけれど、まさに当を得た、吉村さんたちの命名あるいはテーマの設定だったなと、7月、8月になってつくづく感心させられた次第です。

皆さんの多くの方がそうなるとは思えないですけども、あるいは皆さんが心臓病の手術を受けたから、例えば冠動脈の手術を受けたからまた心臓の弁が悪くなるというこ

とでは決してないのです。恐らく一般の人たちはもつと容易に起こり、またそれが見逃されているんじゃないかと思えます。そういう状況ですけれども、皆さんはたまたま病院にいらつしやるということでもそういうものが見つかかりやすいのかなと思うのです。その際には1回目の手術と同様に臆することなく間髪を入れず治療をお受けになられるということ、言われなくても釈迦に説法でございまして、皆さんそういう態度をおとりになられるとは思っています。

とにかくこの7月、8月、9月と、実は今週の月曜日もそういう方の手術でした。そういう身につまされるというか、しつかり体を5年、10年診ておくことが大事です。しつかり診ておけば事前に悪くなる前に見つけることができ治療ができる。

特に身につまされるのはおなかの大動脈瘤です。本当にこれは皆さんに、「縁起でもない。心配だな。そんなことを言いやがって。明日でもまたちよつと病院に行つて診てもらおう」なんてなことになるのかも知れないですけど、そういう事例が現実の問題として僕自身に起こつてしまったということ、しつかりとお伝えしなければならぬと思ひました。

僕の外来にかかっている患者さんだけじゃなくて、皆さんいろんな病院にかかっている医療機関やお医者さんをうまく手なずけて、うまく利用する、うまく検査させるといふことが必要じゃないかと思つており

ます。最初にそういう近況の報告です。

## 心臓手術しか頭がない私はずつといつもと変わっていません

今日は僕が書いた『異端のメス』というつまらない本が講談社文庫に収録されました。

僕が言っていることで同じようなネタなので何ら新しいことはないので、知っている方にもお渡ししかなと思ひます。

東京に来たというところで、いろんなメディアの方のおつき合ひも増えました。

いろいろなお呼び立ていただけるといふことも、東京ならではということはあるのかなと思ひます。しかし、この昨今に至りましては、震災の復興をどうするんだ、だけじゃなくて、年金どうするんだ、あるいは環太平洋パートナーシップ協定(TPP)をどうす



南淵先生の講演に耳を傾ける会員の皆さん

るんだと、そんな話までいろいろ質問をいたたく、お尋ねいただくようなことがあるものですから、無責任なことばかり言っているわけです。そんなことで皆さんのお目を汚すようなことがまた今後ともあるのかもしれないですけど、そのときはご容赦いただければと思います。

しかし、東京に移つても去年の今ごろと今と、やっていると、ほとんど変わりませ

が、弁の形成という若い方が多いのですが、若干高齢なのでどうしようかな、形成術にこだわろうかな、いや生体弁で弁置換しようかとそんなことを朝からずつと思ひ悩みながらスーツに服を着替えて今日来たという事です。そういう状況から判断すると、南淵はずつといつもと変

わつてないんだなと思つていただければ幸いです。また外来のほうも皆さんご案内と思ひます。南町田病院で2週間に1回、あとは少しここから遠いですが、れど大崎の東京ハートセンターでもやっておりますので、顔を見たいとか、あるいは文句が言いたい人、いづばい文句があるんだけど顔を見たら忘れちゃったという人が多いです(笑)、ぜひ外来に来ていただければと思います。

## 今日は藤崎先生、佐々木先生の講演があります

今日は相模原協同病院にいらつしやいます藤崎先生のお話があります。非常に優秀でハンサムで格好いスポーツマンでございます。彼は本当に才能があつて非常にセンスのいい手術をやる人間です。相模原協同病院も循環器内科で井關先生という非常に優秀な先生がいらつしやいます。救急対応何でもできるという状況です。またごひいきになんて言うとは縁起でもないですけど(笑)、まことにもつて縁起でもないお話ですけれども、何とぞお見知りおきいただければと思います。

今日は15周年ということ、私の知己を得ております佐々木閑先生という、先ほど吉村さんからご案内がありました。以前5月にここで総会がありましたときに、いろんな広がりのある医療からちよつと離れたというようなご意見もあつたかと記憶しております。佐々木先生にお願

いしているところに、ちょうどNHKの「100分de名著」というところにも4回か5回出て講演されている非常に有名な先生です。

非常にわかりやすく仏教のお話、あるいは仏教というよりもっと根本の宗教とは何であるか、宗教をなぜ多くの人が必要とするのか、皆さんはそんなもの要らないよという人もいますし、いや、いや大事だという人もいますし、いや、しかし多くの人が必要としているのは客観的な事実です。そういったところでもお話しただけなのかと思います。

その後はハーブの演奏会ということですが、今日は大変有名な方に演奏いただけるわけです。アルパという楽器だそうですね。南米ということ、これは皆さんが疑問に思うんですけどだれも直接聞かないので僕が聞きました。「アルパ」と「アルパカ」はどのような関係があるのかと(笑)。

多分これはみんな恥ずかしくて失礼で聞けないと思つて、僕は使命感を持って聞きました。すると「わからない」とおっしゃっています(笑)。アルパというのはハーブです。英語の「harp」を発音しません。それでアルパというんですね。アルパというのはもとハーブの意味ということになります。アルパカもひよつとしたら関係しているのかもわかりません。



近況報告をされる南淵先生

それは次回、アルパカが来たときに直接聞いてください、ということですよ(笑)。

しかし、これもお世辞を言うわけではないですけども、音楽というのは宗教的な儀礼には必ずつきもの。宗教には音楽あるいは絵画であるというふうなことで、昔から日本でも

そうですね。踊りを奉納なんてなことで何か神事と申しましょか、何事かの厳かなもの、あるいは自分の日常の考え、日常の頭の世界を洗濯してすっきりさせるといふふうな働きを持っているというものは全地球的に認められ、あるいは効能があるということ活用されているという

ものだと思うのです。

後に佐々木先生からいろいろお話もあるのかもしれない。自分の心を洗うような瞬間というもの、人間生きててずっと同じじゃなくてリフレッシュという、ただ旅行に行くとかゴルフへ行くのではなくて、本当に精神的なもので短い時間で心も体もリセットする。そういったこともやっぱり当然身体的なもの、体の健康には絶対的にいい影響があるということとは自明の理だと思います。

### 魂の健康は死んでも健康という究極の意味での健康です

以前もお話ししましたけれども、WHOのいう健康の定義—身体的に健康、要するに体が健康。皆さんは心臓を修繕したわけですけども、身体的に健康。そして精神的に健康。要するに何かいろいろ、夜中眠れないから薬をいっぱい飲んでるとかそういう状況じゃなくて、非常に安定した日常を送れている。3番目が社会的に健康である。これなんかは特に重要だと思えます。患者さんを外来で診ていますと、家族の皆さんと来られる。家族に支えられているんだなど、これこそ社会的に健康力というか家族力というかそういうふう

に思ったり。身体的に健康、精神的に健康、それから家族環境とか社会環境が健康であるとの三つです。さらにこれに魂の健康、スピリチュアルに健康といったこともWHOでは非常に重要だということです。

身体的に健康ということは、死んじゃつたらこれはもう身体的に健康と言えないわけです。魂の健康というのは死んでも健康という、すごい健康で究極の健康、これ以上の健康はないぐらいの健康であるわけです。この魂の健康ということはどうしても外せないということでWHOの健康の基準の中に入っているんだらうなと思ったりします。

そういったことにつながる、あるいはそのものであるということ、佐々木先生を今回呼びさせていただいたということ。黒板を用意してくださいということだったんですけど、まさかこんな黒板がどこから出てきたかわかりませんでした。準備されるといってませんでした。そういうことなのでこの次は藤崎先生のお話の後、佐々木先生のお話があります。非常に雑駁な話でしたけれども私のご挨拶とさせていただきます。

前回はドイツ語の歌でしたので、今日はイタリア語の歌を歌わせていただきます。(1分間歌の披露) この後も続くのですが、一応今日はこのくらいにしておきます。拍手。

前回ドイツ語、今回はイタリア語と、今回はフランス語あるいはぜひ詩吟か何か挑戦できたらと思います。今日は藤崎先生が久しぶりにこの会に来て、「何だ? この会は」とびっくりしたかもしれないけれども、ぜひ気を取り直してご挨拶をいただきたいと思えます。(拍手)

# 「心臓手術後の生活」について

最近なぜかわからないが動脈瘤の患者が非常に多い

こんにちは。相模原協同病院心臓外科の藤崎と申します。私は先ほど南淵先生から過分な紹介をいただいたんですけども、出てきて、こんなやつかよと思われたらちよつと残念です。申し訳ありませんが、最初に謝っておきます。

今ご紹介いただいたように、相模原の橋本の駅のそばにあります相模原協同病院というところで心臓外科をやっております。南淵先生とは以前の大和成和病院、その前の湘南鎌倉病院でもそうですけども、全部トータルすると大体7年ぐらい一緒に仕事をしてたんじゃなかなと思っております。

相模原協同病院というのは橋本の駅前にある病院で、簡単に病院の成り立ちというのをご紹介しておきます。農協の病院です。来年は創立65周年ということになっていまして、いろいろと記念行事というのを考えているみたいです。ベッドの数が350ぐらいありまして診療科は20あります。大体一通り全部あるということです。特に「がん拠点病院」ということになっていまして、放射線治療施設とか緩和ケア病棟とか、が

ん治療には特に力を入れている病院です。

最近はやはり循環器の患者さんが増えてきたかなという感じ。大体一日に毎日外来の患者さんが1000人ぐらい来られて、もし一度でも来られた方は相

待たされるんじゃないかと思えます。非常に待たされるという評判を聞いておられる

## 講演

の丸というか、半分公立みたいなところがありませんかと思つたように効率よくいかないという残念なところがあります。今スタッフは2人だけ



相模原協同病院心臓血管外科部長

藤崎浩行 先生

で循環器センターということをやっています。年間に200件ぐらいの手術をしています。そのうちの半分ぐらいが心臓とか大血管の手術で

ではないかと思つています。いろいろな意味で農協というのはちよつと親方のす。相模原の北部、特に緑区というところは非常に広大な面積で昔の津久井郡というところ。かなり山奥で、なぜかわからないんですけど動脈瘤の方が非常に多いんですね。先ほどありましたが、今年の8月は腹部大動脈瘤の方が8人ほどいまして、おなかの動脈の手術ばかりやっています。そのうちの6人が津

病氣ときちんと向き合う患者は優等生です

最初に、こんなふうになった方、そしてこれからなっていくであろう方ということで、診療の内容にすごく違いがあるのかということをお話しさせていただきますが、そんなに違いはありません。言っていることもほとんど同じようなことを言っています。その中で私のほうから見ても、つき合いやすいというか、扱いやすいと言ってしまった方がいいのか

久井郡の方で、今までどうしていたのかなというぐらいの感じでやっています。

外来のほうの手術は月・水・金とやっています。あとは週に2回ほど火曜日と木曜日は協同病院の外来をやっています。外来では手術を受けられた方、これから手術を受ける方を持つています。それ以外に週に2回ほど、近くの市役所のそばにある相模原中央病院で主に一般の循環器の外来をやっております。こちらはまだこれからそういう心臓病とか脳卒中にこの人たちはなっていくのかなという、糖尿病があつたり、コレステロールが高かつたり、血圧が高かつたりという方を診ているという感じ。感じます。

わからないのですけれども、いわゆる優等生——病気ときちんと向き合っていたら、少しでも元氣な時間を長く保とうと思つてらっしゃる方と、どうもいまひとつ向き合っていないという方がおられます。

一番がっかりするのが、胸のポケットにたばこが入ったまま診察室に入つてこられる方。これは冗談と思われるんですが、1日に30人いると必ず1人はいます。私は最初は「これ、やめましょうよ。さすがに循環器の先生に失礼じゃないですか」と言つてたんですけども、現在は言うのをやめました。もういいやと思つて。もうどうしてもたばこを吸いたいんだつたらそれはどうぞ吸い下さい。その代わり手術は何度でもさせていただきますという気持ちで、もう注意するのはやめていきます。病気といかに向き合っているかというところをずっと考えています

が、外来の患者さんと話していて、最近1年、半年ぐらい前からふと気がついたんです。学生時代にアルバイトで塾で教えたりしたときに、出来のいい生徒と、どうも出来の悪い生徒と2種類あるわけですね。向き合わない患者さんというのは基本的に落ちこぼれと一緒になんです。例えばコレステロールが高くて、血圧も高くて、糖尿病があるという方は、落ちこぼれで言うところでもできなくて、算数もできなくて、英語もできなくて同じなんじゃないかなと(笑)。そういう方に、血圧検査のデータを見せて、「こんなに悪いじゃないですか、頑張らなければ駄

目じゃないですか」と言うと、だんだん病院に来なくなつてしまふ。どうせ行つてまた怒られるんだらうなと思つて来なくなつちゃう方がいて、そういう方にはとにかく検査の結果はともかく、「よく来ていただきました」と思うことにしています。お薬が切れて1カ月間なかったという人にも、「ちゃんと来なきゃ駄目じゃないですか」ということは絶対言わない。「よく覚えて来てくださいましたね」と言うしかないだろうなという感じです。

生徒も塾とか学校に来なくなると確実に非行の道に走っていくというのが多いと思うんです。それと同じで気がついて来られたときはかなり具合が悪くなつてしまつて、緊急の手術をしなきゃいけないとか、最悪になると、足を切断しなきゃいけないとかそういう状態になつてしまふ。そういうふうにもこの人は病気と向き合っていないんだろうなというか、そこから逃げることにしか考えてないという方はよろしくないのかなと思います。

### 内科の先生は患者が養生をきちんとしていないと怒る

医者の問題もありまして、患者さんが自分の思ったように薬飲んだり、養生をしないと怒る先生というのが非常に多いんじゃないかなと思います。行つたらどうせ怒られるだろうと思うと、特に内科の先生というのは非常にまじめなのです。我々には手術という最終手段がありま

す。心臓病に関して手術をするというのは最終の手段です。その手段を持つているということ。かなりそういう意味では楽に考えています。どうしても駄目だったら手術すればいいやというわけですね。裏を返せば普段日々の診療をまじめにやつてないということにもなる。

「血圧をちゃんとしなきゃ駄目じゃないか」「糖尿病をちゃんとコントロールしなきゃいけないじゃないか」ということを言われて、「好きなのは」と聞かれたら、「やってください」と言うんです。「お酒はどうでしょう」と奥さんが一緒についてきて、「主人、ちつともお酒やめないの何とかなつてくください」と言つても、「大丈夫ですよ。また詰まつたら何度でも手術しますから」というような答えしかしないんです(笑)。

内科の先生はそこで自分も手術が必要な状態になつてどこに送るかということになると、やっぱり送る側の責任というか、紹介する側の責任というのがある。出てきませんので、何とかそういう病気になるように、これ以上悪くならないようにと非常に一生懸命診てくださつて、その患者さんにお説教されるんです。それが「あの先生とはウマが合わない」ということで、口当たりのいいほうに流れていってしまうことがあります。これは欠点というか、善し悪しかなと思います。

とにかく外科の外来というのはそういうことでやつております。口当たりがよくて、そこに来ると、実

は大事などころを見落としていてという可能性もあります。

### 人間といつのはどうしても楽な方に流れてしまふ

もう一つは一夜漬けの患者さんがいます。何とか血液検査の結果だけは良くしようと。例えば診察の前の数日間だけちよつとお酒を控えてみたり、糖分を控えたり。それから採血がありますよという日だけ食事をしないで病院に来てしまつたり。そういうふうになると、例えばコレステロールが高い場合は、中性脂肪という数字は数日間、甘いものとか脂ものを控えれば高くは出ません。確かにそのときの血糖値は高くは出ないのですけれども、ただ、見る人が見ればすぐにはれません。

ほかの数値、例えばヘモグロビンA1cという数字を見れば、普段養生してないということはすぐわかります。コレステロールの値も、最近はずっと高くて、いわゆる悪玉コレステロールがどのくらいあるのか、善玉コレステロールがどのくらいあるのかを厳密に見るようになってきてますので、治療の方法がかなり厳密になつてきて、こうしたほうがいい、ああしたほうがいいということが出ています。普段ちゃんと養生しているかどうかはすぐにわかります。

例えば糖尿病の患者さんが初診で胸が苦しいということで来られて循環器の外来に回つてきました。最初

の数値は本当にひどいです。血糖値も300とか400とかあります。ヘモグロビンA1cもすごいことになっていまして、尿糖も4プラス。これは大変です。コレステロールもすごい数値になっていて、肝機能もとにかく異常値は赤で出るんですが、赤ばかりという感じで「これは大変ですよ、ちゃんとやらなきゃいけないですよ」と言っただけですけども、60代の方でした。

「食事制限しなきゃいけないですよ」と言いますと、「先生、そんなこと言うけど」と、隣に奥さんが心配されてついてきています。私が、「私よりこの人のほうが食べているんです」と言われる。「奥さんの話じゃないです。奥さんから診察料をもらってないですから、別に奥さんはどうでもいいんです。あなたの話をしているんです。何で奥さんの話をしているんですか」とだんだん頭に来まして、「もうやめましょう。これ以上お話ししても無駄ですから」と。要するに自分がちゃんとやっているということをすごく言いたいんです。ただ、「もうやめましょう。とにかくお薬出しますから2週間ぐらいしたらまた来てくださ」と言っていて、多分来ないだろうと思いつつ、当たり前さわりのない薬を出しました。

「これが合った」と喜んで来られたのです。これからはじめにやっていきたいからというお話をして、それからずっと外へ通っていただいて半年ぐらいで、異常値が全くなくなるような状態で見違えるような感じになりました。お薬もそんなには出し



そのときについていた、まだ20歳ぐらいの看護師さんが「さすがにひどいですね。お父さんがあんな人だったら嫌です」とか言っていたのです。それが次に来たときには状態が変わっていらしたので、「こんなだったよ」と言ったら、その看護師は「よかったですね。自分に向き合えたんです」と言われて。20歳の女

の子にそういうことを言われる60代はどうなんだと思いますね(笑)。基本的に最初の話に戻りますけど、人間というのは楽なほうに、どうしても流れてしまう、いいほうに流れてしまうというのは間違いないんじゃないかなと思います。

### 勉強しない子に勉強しろと言っても駄目、患者も同じ

それからもう一つ、動脈硬化性の下肢動脈閉塞症。足の血管が詰まって歩けなくなっちゃやうという病気があります。心臓病も大変ですけども、歩けなくなってしまうって筋力が落ちてしまつと、非常に困りますので大変だろうなと思います。自分自身はそうやって歩けなくなっちゃつたら嫌だなというのはあります。必ず自分の外来の患者さんには、検査を行います。動脈硬化の検査ということで年に2回です。あと脳卒中も嫌ですから首の頸動脈の超音波の検査、それから足の血管の話よりぐあいの検査を必ず年に1回やっているんです。

### 真剣な表情で講演を聞く会員の皆さん

それをやられてない方、心配だなという方がいたら、自分の主治医の先生、どこでも機械があると思えます。その機械は血液の流速というのが測れます。流れるスピードが200cm/sec。数字はどうでもいいですけども、200という数字を超えるとかなり高い確率で心臓の病気が

が発症してきます。そういう方が足の血管が詰まったら困るだろうなということでも今まで一生懸命治療してはいたのですが、どうも最近違うなということに2年ぐらい前から感じ始めています。

血管が詰まって歩けないから困るでしょう。ところが100メートル歩いて足が痛くて歩けないという方が10人いたとしたら、7人ぐらいはあまり困ってないのです。自分で病院には来ない。どう考えてもこれは歩くのが遅くておかしい、足も冷たくておかしいからということ家族の方が連れてきます。

治療の一つとして、例えば手術をしたとしても術後にきちんと歩いていただかないとその手術の効果は長続きしないので、「ちゃんと歩いてくださいますか」と手術の前に何度も確認するんですが、あまりちゃんと歩いてくたさらない。ちゃんと歩いていても駄目になってしまう場合もあるんですが、そうやって術後に運動するかしないかでも全然手術の結果が違ってきます。

まず100メートル歩けなくなつた自分に困ってないのです。もういやとあきらめちゃっている部分があつて、そうなるにつれて、そういう方は手術をして人工血管を入れますと非常に足がむくみます。重たくて痛いのです。そうするとリハビリの人にも歩かせるように言うんですが、結局、今日は気分は乗らないから歩きたくない。もう一つは、やろうと思つたけどこんなことを言われながらやりたくないと言っ

ね。要するに勉強しろと親に言われたら勉強しない子供と一緒にのうな言い訳を、いい年された方がおっしゃるのです。

そうなってくるかどうかというのかと思ひます。病気というか、ご自分の状態というものを知っていたらどうしたらよくなるのか。あともう一つは、こういうことを自分がしたいんだという何か楽しいことですね。散歩を毎日しなさいと言われても、楽しいことが何もないのに散歩をするのは飽きますし、どうせ長続きしません。食べることが楽しいと思うように、体を動かすことが楽しいという方向を見つけていたんだのが大事じゃないかなと思ひます。それが無い方というのは、だんだんと元気がなくなってしまう傾向にあります。

身だしなみは大事、身だしなみで患者の状態が分かる

私も今度『心臓病との闘い2』再発にそなえて』に書かせていただきました。その中の一つに「身だしなみ」というのがあります。女の人の場合には身だしなみ、おしやれをするのは非常に大事なことだと思ひます。外来に来て手術の後ではなかなかおしやれもできないわけですから、元気になってくると、皆さんおしやれをしてお化粧もして、そういふふうになってくると本当に元気がなくなつたんだということがすごくよくわかります。

その方が今度はお化粧をしてこない。あれ今日はどうしたのかなという、大抵何かあるんです。突然ご主人が亡くなつたとか、何かすごく大きなダメージがあるようなことがあつたりして。やっぱり身だしなみということが大事になります。女性の場合にはそれがよくわかるんですが、残念ながら男性の場合、だらしない人が多かつたりして、ズボンのチャックの開け閉めがよくわからないうという方もいます。たまに外来で2回に1回ぐらい、「チャックぐらゐは締めたほうがいいんじゃないですか」と注意をさせていただくようなことがあります。やっぱり身だしなみというのは大事だと思ひます。

日本人は自分の飲んでる薬がどういふものか理解してない

もう一つは薬です。私はオーストラリアで仕事をすることが1年ほどあります。そのときにすごくびっくりしたのは、オーストラリアの患者さんはみんな自分が飲んでる薬を知っているんですね。血圧の薬はこれで、糖尿の薬はこれだと、自分で薬の名前は全部言えます。言えない方を見つけないことはちよつと難しい。日本の場合は、特に内科の開業医の先生から紹介されてくる場合の薬の量は明らかにこれはちよつと多過ぎるだろうというのが確かにあります。すが、何を飲んでるか全くわからないというのは非常に困ります。私が一番困るのはワーファリンという

薬です。「バファリンというお薬ですか」と聞きますと、バファリンとワーファリンが一緒になつていて、お薬です。発音として「バファリンですか」「?」。「ワーファリンですか」「ワッフアリンです」と。全部一緒にしてるんですね。ワーファリンとバファリンは確かに両方とも血液をさらさらにする薬に違いありません。



「薬は飲み方を間違えると非常に怖い」と藤崎先生

思っています。毒と一緒に飲み方を間違えたらひどい目に遭います。そういう薬が結構あります。例えばこの中に心房細動を持つていらっしゃる方がいて、ずっとワーファリンを飲んでる方もいるかもしれません。新しく去年からプラザキサというお薬が出てきました、これはワーファリンみたいに毎月採血をしてチェックをしなくていいのです。非常に脳梗塞の予防効果も高い。

人工弁のためワーファリンを飲んでる方がいらつしやるかもしれないですが、そのプラザキサというのは採血をしなくていい。しかも飲んでも12時間作用が消えます。例えば何か病気になるっても12時間切れればすぐにその薬の作用は消えますから、そういういろんな意味で我々としては使い勝手のいい薬です。ただし、腎臓の悪い方は絶対飲んではいけません。

けれども全く作用は違います。これから例えば何か治療をしようと思つたときに、「ワーファリンですか、バファリンですか」「いいえ、ワッフアリンです」と言われて(笑)。同じことをおっしゃる方が、ほんと一人じゃないですよ。我々が処方せんを書いてお出ししている薬というのは基本的に毒だと

お薬を飲んで結局出血がとまらなくなつてしまふ方がいます。脳出血とか、あるいは消化管出血で亡くなつて、最近また注意書きが回つてきたりして。そういうふう到我々が出している薬は効果も高いですが、逆に使い方を間違えると非常に怖いという薬があるということを覚えておいてください。

サプリメントを飲むのは自由ですが、さしたる効果はない

もう一つ、よく聞かれるのが「サプリメントはどうなんでしょう」ということです。確かにサプリメントは悪くはないと思います。けれども例えばこれを飲んだらお肌がつやつやとか、骨の痛みが取れますとかいって、これを一緒に飲んでいいでしょうかと聞いてきます。基本的に税金に余裕があるんだったら全然構わないと思います。でも高いですよね。そもそも処方せんなしで買える薬というのは基本的に毒にも薬にもならないから処方せんが要らないのであって、効くということ、効果というものを宣伝しているのはやらせに決まっています、あんまり信用しないほうがいいんじゃないかなという気はします。

こういうことを言うと、「この薬はほんとに効くんです。お医者さんはこの薬を飲んで患者さんが来なくなるから困るから効果がないと言っているだけなんですよ」と、サプリメントの会社の人が言うことも決まっています。基本的にこれは国立の動物実験ですけれども、薬とかを全部安全性を調査しているところが、ほとんどのサプリメントを全部動物実験をして、さしたる効果なしと判断しています。

皇潤を飲んでもヒアルロン酸は大きく増えません。皇潤という一つの商品を攻撃すればそれにかかわっている方を僕が攻撃してしまうことに

なってる申し訳ないんですが……。しかし、動物実験で効果がないから人間に効果はないかというところも必ずしもそうではないと思います。やはり薬というものをどういうふうな経緯で自分が飲むに至ったかということは大事故だと思います。これを勧めた人、人がいて「ほんとによく効く」と言われたら、やっぱり飲むと効くような気がしてしまう。こういう心理的なものというのはいくら大事だと思っても、別にそのサプリメントを全部否定するつもりはないんです。飲むのは全然自由だと思います。特にこれを飲んだから薬との相互作用で、すごい危険な状態になるサプリメントは基本的にないと思います。

### 運動や筋力アップは楽しみと結びつけると長続きする

じゃあ現実に膝が痛い、腰が痛いという方はどうしたらいいでしょうか。これに対しては本当に腰が痛くて、膝が痛くて、整形外科の先生と、サブリと、はり、きゅうと、マッサージをはしごしている患者さんが非常に多くて、月に何枚かは「この方はそういうマッサージが必要ですよ」というか診断書を書かされます。それがないと保険が通らないからです。別にサインするだけです。別の手間でもないで構わないですが、本当に大変だと思いません。

以前に自分も腰を悪くしたりしたことがあって、ぎっくり腰で1週間

つらい思いをしました。手術で立っているのもつらくてこの世の終わりたいなあって、これが毎日続くで大変だろうなと思うんです。じゃあ膝や腰がどうして悪くなっちゃうのかと言いますと、ほとんどが筋力の衰えから来ると思えます。筋力が落ちてくるからです。筋肉や骨が痛くなるというのはあまりないと思う



「処方箋なしに買える薬は基本的に毒にも薬にもならない」

のです。周りを支えている骨や筋肉が弱ってくることによって、ひざや腰が痛くなる。これはだれもが言っていることです。そういった意味では普段から筋力をどうやってつけるのかということ、本当に日課にしていただければいいなと思います。それが楽しみと結びつけばいいかなと思っています。

### 普段から身体を鍛えている方は術後の回復も驚くほど早い

自分がすごくびっくりしたのは去年の11月、1年前です。60代の女性の方が急性大動脈解離でそのまま死んじゃうかもしれないという病気になるってしまいました。相模原協同病院でその手術をやりましたが、手術はうまくいき元気になって1週間ぐらいで退院されたんです。

今年の夏、外来に来たときに真っ黒な顔をしてまして、「どこへ行っただんですか」と聞いたら、「3月ぐらいにフラダンスの発表会があるからハワイに行っちゃった」。そして10月に来たときにも、真っ黒な顔をしてたものですから、「どこへ行かれたんですか」と聞くと「山へ行きました」。「高尾山ですか」「いいえ」。「大山ですか、どこですか」「北アルプス、2泊3日の縦走」と聞いて、もうびっくりしました。血圧の薬も飲んで、よく周りの人が連れていったなと思いましたが、周りの人は友達ですが、ほんとによく連れていったと思えました。

その方は本当に前向きです。とにかく手術のときにもご本人は意識があったので、「これからあなたを手術しますが、このお話しするのがあなたとこの世では最後かもしれない」というお話をしてから手術をしたんです。だから自分が助かって元気になったということがすごくうれしくて、とにかく生きていく間にやるだけのことはやろうという、お金

もあるわけですから、そういう方もいます。

だから普段からフラダンスをやっていたというのはいくらも思っています。やってみるとわかるのですが、あの同じ姿勢で続けるって結構たいへんなんです。外来で「フラダンスってどうやってやるんですか」と聞いて、まず立ちの姿勢を覚えてもらいました。格好悪いですよ。自分で見る限り、この姿勢は格好悪いなというところはよくわかるのです。でもあの姿勢を維持するために相当筋力をつけていると思います。

だから、術後の回復も早かったです。退院までもすたすた、階段リハビリもどんどん上がっちゃってリハビリの人がびっくりしてたんです。そういうふうな普段から体を鍛えていること、動かしていることが、自分の楽しみに結びついていけば本当にいいことだなと思っています。だからもしも何か手術をした後、「運動をしない」とか「食事に気を付けなさい」といわれるのが苦行のように感じておられる方がいましたら、そういう方もいるのだということとをヒントにして楽しみを見つけていただけたらと思います。

### 人間の身体の中で取り替え可能な臓器というのはそんなにない

あとは心臓治療ということですが、私が心臓外科の仕事をして15年ぐらいたっています。その間治療はものすごく進歩しています。患者さん

は再手術のことを心配される方が多いんですけども、手術前から、例えば「生体弁にしますか、機械弁にしますか」という話をして、ワーファリンを一生飲み続けるのか、それとも10年たったらまた手術になっちゃいますよというところを、どっちか選びなさいというのは結構究極の選択だなと思

そのときに自分は気楽にするつもりで言っているんですが、人間の体の中で取り替え可能な臓器というのはそうはないです。脳は絶対取り替えません。足も義足というのがありますけれども、かなり不自由だと思えます。目は多分取り替えても見えませんが、義眼は見えませんが、例えば人工の弁とか人工血管というのは相当性能がいいと思います。一回取り替えて、人工弁が入っているわけでも、普段の生活に弁が今こういふふう動いているというのを意識しなくても普通に生活はできているのではないかと思います。



藤崎先生の話に拍手を送る会員の皆さん

そういう意味では究極の話、心臓をそっくりそのまま取り替えてしまう心臓移植という治療もあるわけですが、これからはどんどん進化していくということは、心臓病に関しては、いま現在、我々がやっている治療はそんなに悪くはない。本当に今までと同じような生活が9割方では

できるような気がします。何を言いたいかというと、あまりそこを気にしちゃうと本当に萎縮して、毎日毎日、小さくなって生きていかなきゃいけないですから、もっとやりたいことをやっていいですよというふうに思ってしまうときがよくあります。例えば5年先、10年先に、もう一回取り替えて

可能なときというのは、例えば電気製品でも何でもそうです。電気製品と心臓の手術を一緒にしてはいけないのかもしれないですけど、5年保証、10年保証してくれる電気製品はそんなにないと思います。どうやって元気に、特に心臓の病気になることを心配しないで生きていくかという

ことはやっぱり日々の健康管理しかないんじゃないかなと思います。もちろん体を動かすということは大事です。ただ、疲れをためるということはよくないだろうと。自分も今48ですけども、若い人と何が大きく違うかというやっぱり回復力です。一度がぐつと疲れますと、それを回復するのに、夜中に徹夜で手術をしたりするとやっぱり2、3日。今までだったら徹夜で手術してその明けで1時間ぐらいい寝たら、もう一回、5時間6時間平気で手術できたんですが、最近はやつとつらいなと感じることがあります。回復力がそれだけ落ちたんだろうなということだと思えます。

だから疲れをためる。自分が60、70になっていったときにはもつと回復の時間というのはわかるんだろうな。そういう意味では疲れをためないということは、疲れたなと思つたらその場でゆっくり休んでいただくということも大事です。ただ、何もしないでじっとしていると、どんどんどんどん弱っていつちやう場合があるだろうなということも一つあると思います。

### 相模原市の循環器救急は内科系2・5次になっている

もう一つは緊急事態ということですが、何かあったらどうしましょうという事です。先ほども何かありましたら、この地区の方は協同病院に行ってくださいと言ったんですけれども、相模原市の場合ですが、こ

れはどこでもそうですけれども救急医療というのがありまして、特に夜間です。正直ひどいです。

1次救急、2次救急、3次救急と分けているんです。まずその程度だったらメデイカルセンターへ行ってくださいと。相模大野のほうにありません。我々のこちらのほうから言い分ですと、もうさばき切れぬというのが現実です。特に内科2次救急というのがあります。内科系の患者さんの救急車を受けますよという日は、ひどいときになると病院に救急車が10台ぐらい並びます。救急車で来たからと早く診てもらえるだろうと思ったら大きな間違いで、もうこれ以上無理ですとお断りしなきゃいけないこともあります。相模原市は70万人の人口です。70万人つてどのくらいかというとう島根県の全人口と同じです。そういった意味で本当に現実的にこれは無理とお断りせざるをえません。

循環器に関していいますと、「何じゃそれ」と思われるかと思いますが、2・5次というのがあります。内科系の2次救急をやっている病院は相模原市に幾つかあります。内科系の2次の救急をやっている病院に、心臓の調子が悪いんじゃないかと思つて行つても、これはもつと専門のところまで診てもらわなきゃいけない。要するに内科の先生でも循環器が専門の先生が常に当直しているとは限らないわけで、内科系2・5次というのがあるわけです。

ところがこの内科系2・5次ですが、例えば私たちの病院は月に半分

ぐらい、相模原市の内科系2・5次循環器救急をやっているんです。これは循環器適用ではないと転送されます。循環器ではないと判断したらまたもとに戻していいということですね。なぜかといいますと、本当の循環器、その2・5次の日には必ず1個ベッドを空けておく決まりになっているのですけれども、そのベッドを埋めてしまうと次から救急対応になりませんので、循環器でないと判断したら断つていいということですね。

ということになるとどうということかという、救急車を呼んで、まず受け入れ病院を探すのにひと苦労。見つかったら見つかったで行つてみると、また「これはもうちょっといいところへ行つたほうがいい」と。そこへ行つてみたら、また「ここに来るほどではないからまた戻つてください」ということになる。本当に情けない話ですけど日常茶飯事やっています。

次に3次というのがあります。これは北里だけです。北里の救命救急センターが3次救急を担っています。ここは常にすべてを診てくれるのかというと、これがまたそうではありません。北里で例えばこれは心臓の手術が必要だと。けれども手術室は埋まつていてこれはできませんよということになると、私たちのところへ送られてきます。北里から転送で来ます。大体二カ月に1人ぐらい来ます。

ということ、3次を受けるならおれたちは4次かいという話になり

ます。4次救急という日本語はこの国にはありませんので、そういうことは言わないですけれども、患者さんから見たら「何じゃそりゃ。そつちの都合で勝手に患者を右、左へ送るんじゃない」、自分だつて怒るだろうなと思つちゃうんです。ただ、現実はそのようなところですね。

全国に幾つか政令指定都市があります。我々の市も去年なりましたけれども、市民病院を持つてないのは残念ながら相模原市だけです。ということ、夜中に何かあつたら救急車を呼べばいいんだというふうには、申し訳ないですけど思わないでください。調子が悪いなと思つたら、普段の健康管理をきちんとしていたでいて、ちょっと変だなと思つたら早めのメンテナンスをお願い致します。

きついことを申し上げましたけれども、我々は患者さんをよくして「命をもらつた」とか本当にありがたいことを言つていただくことが多いんです。本当にそういう元気になつた方を見て、我々も、私自身も、頑張つてよかつたなと思つています。そういうふうな元気になつた方がいるからまた頑張つて手術しようと思えるわけで、そういった意味では本当に共存の関係だなと思います。またこれからもこういう会にも参加していただいて元気に暮らしていただきたいなと思います。簡単ですけれども、これで終わりにしたいと思つています。どうもありがとうございます。(拍手)

# 考心会の本

『心臓病との闘い1―地獄を見た72人の記録』  
考心会創立10周年を記念して刊行した心臓病患者による初の体験集。

内容／「私が心臓病になった理由」「私はこうして医者を選んだ」「心臓病の手術を体験して」「手術後私の生活はこう変わった」座談会「創立10周年を振り返つて」など5章で構成。B6版328頁。1部2000円。(送別)

『心臓病アンケート調査1報告書』2005年10月刊行 500円(送別)  
『心臓病アンケート調査2報告書』2011年5月刊行 500円(送別)



地獄を見た72人の記録  
心臓手術後の生活を考える記録  
手術を受けるのは怖い！一度停止した心臓は再び動き出すだろうか？  
途中で心臓が暴発するかもしれない。心臓手術という地獄に落ち込んだ72人が、闘争の中で語る手術後記  
考心会創立10周年記念  
発行所：考心会 東京都中央区 電話：03-6221-1001 (本誌1,000円)



別冊「考心」No.3  
心臓病アンケート調査Ⅱ  
＜報告書＞  
考心会

# 「ブツダの教え」で生きるよりよい人生

寺の長男に生まれましたが、小さい時から寺は継がないと決めました

佐々木でございます。どうぞよろしくお願ひします(拍手)。南淵さんとは不思議な縁でございます。簡単に私の略歴を言います。先ほど親鸞上人の話が出ましたが、私の生まれた家は浄土真宗の寺であります。福井県のほうにあります。その長男に生まれました。長男に生まれたということはそこを継がなくちゃいけないということです。小さい子供にとつて仏教というのはあまりにもかけ離れた、しかも重荷になる世界であります。

小さいときから「君は人が死ぬことの世話をしろ」と、そんなことを言われると子供としてはとてもそんなのはできません。ましてや日本のお寺さんというのは檀家制度がありますので、小さいときからその檀家の面倒を見る人間として育たなくちゃいけないということ、私としてはそれが大変重荷でありました。それで小さいときから寺は絶対継がないと決めたのです。罰当たりなことです。それで中学、高校と、私は普通の子供のように、例えば科学者になるとか、宇宙飛行士になると

かそういう夢を持って育ちました。そしてそのまま、先ほどご紹介にありましたように、京都大学の工学部に入りまして工業化学ということをやったんです。そうしましたら、私の周りにいた人はみんな天才ばか

んです。私の実験をするときに、私の直属の上司で助手の方ですが、「佐々木君これやりたまえ、あれしたまえ」といろいろと指図をして教えてくれる人は檜山さんという人だったんで

そのとき、この人がノーベル賞をもらうというんだったら僕はサインをもらっていたんだけれども、そんなことは知らない。(笑)

挫折感や劣等感で苦しい思いをした時、  
仏教が少し分かるようになってきた



花園大学文学部国際禅学科教授

佐々木 閑 先生

## 記念講演

りだったんです。何でもみんな私の周りにはこんな頭のいい人ばかりなんだらうと思いましたが。後になって考えたらその理由がよくわかりました。私が研究をして実験をしていた、その実験台を、その前に使っていた人は野依(のより)さんという人だった

す。ものすごく厳しい人だったんですが、この方はもう少しでノーベル賞という人です。鈴木さんと根岸さんが有機合成化学の反応でノーベル化学賞をお取りになりましたが、3番目の候補が檜山さんだったんです。たまたま入ったところがとんでもないところに入っていたわけです。そのときはなにも知りませんでした。

先ほどのご紹介で「京都大学の文学部と文学部の二つも出てます」とおっしゃいましたが、そうじゃなくて私は一つ目で挫折したんです。到底私のおつむでは思いつかない、届かないような世界があるということ、全くの劣等感と挫折感で1年間非常に苦しい思いをしました。そのときにようやくそのころから初めて仏教というものの意味が少しわかるようになってきたわけです。それはつまり何かというと、どんなに頑張っても立派に生きようと思っても、必ず人にはそれを邪魔をする、あるいはそういうものを押さえつけるような心の苦しみというのが必ずついて回るんだと。

実を言いますと恥ずかしいけれども、それまでは中学、高校で私は田舎育ちでとてもエリートだったんです。クラスでも一番できたんです。それがだんだん上へ行きますと一番できない人間になっちゃったんです。野依さんの研究室なんかに行きます

と。そうするとつまりどんなに自分が立派だ、頑張っていると思っても、どうしてもその気持ちだけでは生きていけないような支えというものが必要だということがだんだんわかるんです。

そのころから少しづつ仏教に惹かれるようになって、生まれとは全く関係のないところで仏教で生きていくということを実感するようになって、そして卒業してから変わりました。卒業するまでは頑張ったんです。途中でやめようかなと思っただけでも。卒業すると同じ大学の3年生に入れてくれるんです、文学部は。だからそこまでは頑張って頑張って卒業しました。

論文も書いたんです。私が生まれて最初に発表した1本目の論文というのには「有機合成化学のアルミニウム反応について」というやつです(笑)。2番目に書いたのは「お釈迦様の悟りについて」と(笑)。そういうふうで同じ大学の文学部の仏教というところになりました。これで伸び伸びと仏教のことが勉強できると思っただけですが、とんでもないですね。入ってみたら、今度は周りにはいるのは語学の天才ばかりです。文学部だから。3カ国語、4カ国語をしゃべるのは当たり前というような人たちが周りにいて、これまた劣等感の塊になってしまった。

それを私がどうやって克服したかという話ですが、全然克服してないんです。そのままです。だから今でも自分の能力が及ばないことについて非常に辛い思いをするという人

の気持ちはすぐわかるつもりでおります。そうやってやってきました。**仏教という大もとをたどっていくとお釈迦様に行き着く**

生まれは浄土真宗ですが、結局仏教のどこへ行ったかというところ、一番もとへ行った。もとへとさかのぼっていつて、私はどうとう釈迦という人物に行き当たりました。いろんな偉い方はおられます。親鸞上人も、法然上人も、道元さんもおられるし、日蓮さんもあるな偉い方はおられますけれども、やはりそのすべての方々の大もとをたどって



佐々木先生の話に耳を傾ける会員の皆さん

いけば、お釈迦様という一人の人物に行き着くわけなので、どうしてもこの方がことが知りたと思うようになって、私は自分の人生の道をお釈迦様というものにささげるといっては大きすぎますが、お釈迦様と一緒に生きていこうと決めたわけです。

お釈迦様はご存じのとおりインドの方ですからインド語をしゃべった

んだ。したがってお釈迦様の古い古い昔の大もとの言葉はみんなインド語で書かれているので、インド語を勉強しなくちゃいけないのです。何をしても何かやらなくちゃいけないことがあって、なかなか決めたとおりにはいきません。しかし、そうやって30年ほど仏教というものを続けてまいりました。その結果、今どう思っているかというところ、本当によかったと思つています。何がよかったのか。まず工学部へ行ってよかったなと思つています。そこには人生最悪の選択だと思つて、こんなところへ来ななきゃよかった。最初から工学部へ行けばよかったとばかり思っていました。30年たってみて工学部へ行ってよかったなと思つています。いわゆる理科系の物の見方というものは、これは訓練をしないと身につかないものですが、それを若いときから7、8年ですればいい訓練を積んできた。それが何より私の今の一番の大もとの土台になっておられると思います。

そしてその道だけではなくて、それに加えてお釈迦様という人がどう

やって生きていくのか、そしてどうやって死んでいくのかという、その話について深く触れることができて、私は両方にたまたま立ったものですが、私からしても幸せだったと思つています。そしてなぜ私はこんなに自分にとつて幸せな場所にいるのかというところ、それは何ががそうさせてくれているのだらうと思つています。私はキリスト教の神だの、イスラム教の神は信じません。それから、何とか神とか、何とかの神とかが、そういうものがいて世の中を動かしているなんていうことも全然信じません。

しかし、私一人が独りの力だけでやっているとではないということ、これは感覚として感じるので。それが私の宗教といえど宗教、信念といえど信念、だけでもそんな立派なものじゃないので、ただ普通に毎日そんなふうな暮らし方をしております。

**釈迦という人間の実際の姿についてお話しします**

今日はせっかく呼んでいただきましたので、南淵さんのご厚意にできればこたえられる。…、本当は後でアルパカなんかも楽しみなんですけども。アルパカなんか知りませんが、皆さまに少しでも私が自分の信条としてお釈迦という人についてのお話ができたらと思つて、それでやってまいりました。少し歴史的事実とやら、あるいは釈迦という人物の実際の姿についてお話をしようと思つており

ます。

まず、先ほど南淵さんも言われましたが、なぜ我々には宗教が必要なのか。皆さんは宗教が必要ですか。若い人には全然必要じゃないみたいで、花園大学で学生さんに聞いても宗教で生きているように思わないのです。しかし、例えば私の授業で仏教哲学を毎週やっております。そうすると学生さんは10人ぐらいクラスにいますが、それに対して皆さま方とほぼ同年輩のいわゆる聴講で来ている学生さんが今25人いるんです。そうすると35人のクラスのうち、過半数が私より年上です。

学生さんには「君たちは単位をあげるから寝てなさい」と言って寝させといて、うるさくしゃべるよりは寝てるほうがいいからと、いびきさえかかなければ何も文句を言わないから寝てなさいと。ちゃんと素直に寝てます(笑)。そして大人の人たちと一緒に仏教をやる。これが私の楽しみです。結局、仏教にしろ、宗教にしろ、人が年をとって次第次に成熟していくに従って宗教はどうしても必要になってくるのだろーと思えます。

### 人間は年をとって死に近づくと宗教が必要になってくる

それはその人が立派になっていくという言い方もありますが、一番の理由は死が近づいてくるからです。死に近づいていくからです。体が衰えるからです。ということを考えて、やはり宗教はどうしても人間に

必要な、それは死に近づくとこのことを自覚する人にとつては絶対に必要なものであろうと思えます。

「イヌとかサルには宗教があるんですか」と僕は知り合いの生物学者によく聞くんです。イヌは宗教がありませんかとか、チンパンジーは宗教がありませんか。ポノボとかだいたい人間に近い、チンパンジーでもよくならされたチンパンジーは宗教みたいなものを感じている。それは死んだ自分の仲間の死体の前でじいっと何か物思いにふけっている様子があるといいます。しかし、例えばシマウマだのハイエナだのというものは、多分仲間が死んでライオンに食われてたつて、手は合わせませんよ。まあそもそも、手は合わせられませんが。でも、シマウマが黙祷してるなんていうのはあまり考えられないですね。

それを思うと、宗教というのはやはり人間という生命にとつて特有の活動じゃないかと思うのです。それはなぜかという理由は簡単です。



佐々木先生の話に拍手を送る会員の皆さん

脳が発達しているからです。立派な脳を皆さんはお持ちなので、何ができるのかという予測ができるのです。寿命が来たら亡くなるということとは皆さんご存じですね。私も知っている。しかし今は生きています、こーやって私ね。私は今生きているのに、なぜ私は死ぬというふうに皆さんはお考えになるんですか。今は生きてるもんね。

考えてみると、例えば私の父も亡くなりました。祖父も祖母もみんな亡くなっていく。つまり人間のつながった人間は皆、同じぐらいの年になると亡くなつていきます。もし人が死なないのなら、恐らく今は寿命200歳とか300歳の人がこの世に必ずいるはずなのに一人もいない。そういう現象を

全部集めて、そこから類推して推測すると、必ず私は死ぬということが絶対的な真理として見えてくるわけです。これは私たちが立派なおつむを使つて考えていることです。そう考えますと、私たちは人間というとても立派な生き物として生まれさせてもらいました。それで人間としての素晴らしい人生を送つてお

ります。その一方で人間であるがゆえに自分の死というものをあらかじめ考えなければならぬ。そしてこれからはその死に向かつて一日一日寿命が縮んでいくのであるということと自覚せざるを得ない生き物なんですよ。ネコちゃんとかワンちゃんも多分考えてないと思うんです。私ももう寿命だとか、もう8年9カ月も生きたいし、イヌの寿命は大体平均すると12、13年だから私もあと3年かなとか思わないですね、イヌは絶対。人間は思います。

### 死を支える一番便利な機能は「忘れる」ということ

それは我々にとつては大変な重荷です。自分の死を見ながら生きるなんて、こんな生き物はほかにいないですよ。そのときにそれを支えるものが絶対必要です。支えなしには生きられない。一番それを支えるのに便利な機能は何かというと、忘れるということ。普段忘れま。若い人にくら「あなたは死にます」と言つても、誰も本気で思わない。忘れてしまします。

例えばそういうことを「なるほど、なるほど」と言いながらも、その後でテレビゲームを始めると、もうそれで忘れていくわけです、私たちがそうなんです。今日も私、切符を買つてここまでやってまいりました。切符の自動販売機で切符を買つているときに、おれもいざれ死ぬ人間だなんて思つてませんよ(笑)。鶴間まで幾らかかなと思つてお金を入れてまい



ります。

こうやって私たちは日々の毎日の生活の中で、目の前のちよつとした事柄で日々を送るようになってきている。これは私たちの恐らく防衛本能、自衛的な形だと思えます。自分が死ぬというのを、いつもは心の底のほうに置いておいて、そして毎日はそれより上のところの日々のいろんな事柄で考えながら、言ってみれば忘れながら生きています。これはとてもありがたいことです。私たちの脳にそういう機能があるおかげで私たちは毎日健やかに生きています。

しかし、問題はどんなにそれを続けていても、必ず死というものは人生の上に浮かび上がってくる、次第に浮かび上がってくるということなのです。若いときには下のほうにあつて、

何もそんなもの考えない、毎日の夢や希望でその上をずっと覆って、そして明るく暮らしていきたくて、年をとって体が弱ってそして寿命が縮んでいくと、その下から少しずつ死というものが思いの中に浮かび上がってくるのです。そうなったときにそれをもう一度健やかな人生に戻すためには、その死というものをもう忘れることはできませんから、何かで支えていかなければならない。自分自身を支えるものが必要になります。そういうときに必要なものは宗教です。

### 宗教は一言で言うと「死にゆく私を支えるもの」

この宗教というものを一言で言ってもしようがないのですが、無理して一言で言うならば「死にゆく私を支えるもの」です。どんな形で支えるのかはその人の環境や思いや信条によってみんな違います。例えば昔々の古代のキリスト教の信者の方たちというのは、恐らく本心にキリスト教で自分を支えて生きていくことができず、なぜならば絶対的な存在として神というものを信じていたからです。

天国というものは絶対にある。それは例えばリングを落とせば下に落ちると同じぐらいの当たり前のことが必ず私の今のこの生き方を評価してくださって、死んだ後に私たちを天国へ上げてくださるんだと、この思いが当たり前のことのように信じ

られた人たちというのは本当に幸せだと思えます。皮肉な意味ではありません。本当の意味で幸せです。

私も、もしその時代に生きていたらその幸せで生きていきたいんだけど、ただ残念なことに今の現代の私たちにとってはそういう生き方がなかなか難しいのです。学校へ行けば科学を習ってしまうわけです。そして世の中はいろんな法則で動いておられます。その奥に神様がいますなんて理科の時間にだれも教えてくれないうです。言ってみればビッグバンから宇宙が始まってという話になるのですが、私たちは神様がいるとか、あるいは私たちが絶対を救ってくださるものがあるというのを完全に信じ切って生きるような時代ではないんです。たまたま私たちはそこに生まれついてきました。そんな私たちがそれでも死を見つめながら生きていくための支えというのはい体どこにあるんだ、つまりそういう宗教があるのかということなのです。

私は、ですから宗教というのはいろんな種類があつてすべて正しいと思つております。キリスト教の考え方が完全に正しいと、それを信じ切つて生きていける人がいるならば、それはその人の人生を支えるものですから、その人にとってはそれが正しいのです。

麻原彰晃という人がいて、この人が私の人生を支えてくれるんだ、一生私の人生を保証してくれるんだといつて、その人について信じていくのならそれは正しい宗教です。そんなことを言う佐々木先生って一体

どんな人なんだと思いませんか。今のお話をもちよつと詳しく言わないと、そのまま誤解されて帰っちゃうと困りますので、オウムの話からちよつと入ります。

オウム真理教という宗教があります。それが人生のこの世の中で居場所がなくなつて、いろんなストレスを抱えて生きていたあの若い人たちの、いわゆる出家した人たちの人生を支えたものであることは間違いない事実です。そういう意味ではオウム真理教はあの人たちにとって確実に宗教として正しい働きをしました。それはいいのです。

じゃあオウム真理教はどこが間違つているのかというと、そういう人たちが最終的に裏切るような組織だった。そうでしょう。みんな死刑囚ですよ。人生の最高の幸せを求めてそこに入つていった人たちが、気がついてみたら人殺しになって死刑囚になつていく。それは教えの内容ではなくて、それを運営している組織の問題です、実は。よろしゅうございますか。今のは前置きね。そして仏教の話を簡単にお話しして、最後にまたオウムの話に戻ろうかと思いません。

### インドでは梵天様が人間の価値を決めた。それがカースト制度

まず、お釈迦様という人についてお話をしたいと思えます。時代は今から2500年前。これは日本だったらどうでしょう、弥生時代ぐらいかな。こんなシカとかクマとか捕つ



て農耕があるぐらいのもので、もうすでにそのころのインドでは非常に優れた人間文化が発達しておりました。その2500年前のインドで釈迦という人が生まれ、不平等な社会を是正しなければならぬ理由があったので仏教をつくりました。それは何かというと、仏教よりも前にすでにインドには別の形の宗教がありました。これは普通、バラモン教と呼ばれますが、お聞きになったことがあるかもしれません。バラモン教という宗教がありました。この宗教の基本は何かというと、この世にはたくさんのお神様がいらっしゃる。どれぐらいかという、日本のやおよろずの神のようにたくさんいるんです。その神々がこの世界を動かしている。

その神々の中で一番偉い神様の名前は皆さん、ご存じですよ。梵天というんです。インド語ではブラフマーと言います。梵天さんという神様がいて、この人が世界をつかさどる神様である。そしてその神様の下で私たち人間の人生がいろいろと決められているのだと、こう考える世界です。それだけなら別に問題はないのですが、その神様、梵天さんが何を決めたのかというと人間の価値を決めたということ。どんな価値か。高い価値の人間と低い価値の人間がいて、それは全部ランキングで決まっていますということ。梵天さんが決めたということです。

これはご存じですか。人間の価値を最初から決めているという、そういう考え方。カースト制度と言います。一番上がバラモンという階級です。次がクシャトリア、ヴァイシヤ、シュードラの四つがカースト制度です。その下にもう一つ、カーストに入れてやらないという身分もあります。アウトカーストというのです。すごいですね。これは人間以下です。人間に入れられません。そういう人間を幾つかに分けていたのです。その身分はどこが違うのかというと、汚れが違うのです。生まれついで持っている汚れが違う。一番上の人は真っ白け、きれいなんです、バラモンは。下に行くほど汚れていって、アウトカーストになると汚れだけでできています。これは生まれで決まります。どこの家系に生まれたかで必ずそれが決まっています。死ぬまで何をやってどんな努力

をやったって、このカースト制度を変更することはできません。頑張つて総理大臣になつても……。例えばシュードラというのは奴隷階級ですが、シュードラに生まれて頑張つて総理大臣になつたとしても総理大臣だけどシュードラです。だから汚れた総理大臣という形になります。今でもあるんですよ、インドにはこのカースト制度が。

この汚れは伝染性があります。どういう伝染方法があるか。空気感染と経口感染するんです。それから視覚感染というのもあります。これは医学じゃないけど、視るとうつるんです。視るとうつる。うつるとうつる。下の人が触つたものを口に入れるとうつる。何やっつとうつると。その汚れがうつりますとどうなるか。汚れがたくさんたまつていくと、次に死んで生まれ変わったときにんでもなく悪いところへ生まれてくるというのです。だから非常に怖いのでカースト制度の違う人同士は絶対に触れ合うことができません。したがって結婚ができない。こうやって血が守られていくわけです。すごい話でしょう。カースト制度の話をする、また1時間たつちゅうから言いませんけれども、そういうのがある。

**人間は本質的に苦しみの生き物だが誰もそれを救ってくれない**

お釈迦様のお生まれになった2500年前のインドにはもうそういうものがありました。お釈迦様はそ

に生まれてどう考えたかということ、これは不合理であると。人は人だと。みんな一緒じゃないの。汚れがあるとかないとか言うけれども、そんなものは目にも見えないし、どこにも汚れなんていうものは実質ないじゃないかと。人は全部生まれたときに平等だというのなら、カースト制度は絶対に間違っているはずだと考えた。

ところが、間違っているということ。とをいくら言っても駄目なんです。なぜならばカースト制度はだれが決めたのかというと、人間が決めたんじゃないんです。さっき言いました梵天さんが決めたんです。梵天という神様がカースト制度を決めたのであるから、そのカースト制度は、人間が「そんなもの間違っている。社会的にそれは悪だ」といくら言っても、そんなものは消せないんだと。この世の真理だから、人に汚れの上下があるのは宇宙の真理だから、そんなものを変えようなんてことはとんでもない話だということ、バラモン教というのはお釈迦様の考え方と真つ向から対立するわけです。

そこでお釈迦様はどう考えたか。もしカースト制度がバラモン教の梵天さんに基づいてできているというのなら何が間違っているかということ、梵天の存在が間違っていると。この世の中に我々をそんなコントロールして差別を設けるような、そんな神様がいますはずがない。だから梵天、梵天と言うけれども、そういう梵天の権威なんか認められないんだといって全く新しい世界を考えつ

た。そしてお釈迦様が考えたのはこうです。

この世の中に、私たちの存在を決めてしまうような、そんなものはどこにもいません。この世の中は原因と結果の関係によって、我々がだれかの思惑で動くんじゃない、自然にそう動いていくものだという、こういう世界です。そこで次に問題になってくるのは、じゃあその世界の中で私たちは暮らしていますけれども、その私たちの暮らしているのは幸せですか不幸ですかというのが釈迦が考えた問題なんです。

答えはもうすでに先ほど私が申し上げました。人は生き物として生まれた以上は、一番下に死というものがあつて、その死を土台として毎日を暮らしています。いつも忘れていきます。ですから死というものは特別なときにしか顔を出さないものだと思っています、しかし年をとれば、あるいは病気になるれば、その死というものが次第に目前に迫ってきて、人は生きれば生きるほど、その苦しみを深く感じるようになる。これは本質的に生きることが苦であるということの表れです。

そうすると、お釈迦様の今の考え方を二つまとめてみましょう。人はすべて生まれたときに平等で、そして神様にコントロールされているわけではなくて、この世の中の原因と結果の中にぽんと放り出された形で生きています。それが幸せな生活ならばいいんだけれども、それはいつも死というものの上に乗って流れていくものなので本質的に苦しみで

す。ということとは、人間は苦しみの生き物だということになる。そしてだれが救ってくれるのかと言うと、だれも救ってくれません。つらいです。だからお釈迦様が考えた生活というものは、人間というのは大変な苦しみなんですよとところから始まる。

### 苦しみを取り除きたいなら、自分の心を変えるしかない

じゃあどうしたらいいのか。苦しみの原因は何だということを考えるわけです。苦しみの原因を考えたら、例えば年をとることが苦しみの原因であると。それはそのとおり、全くそのとおりです。死ぬことも苦しみの原因です。ですからもしその原因が取り除かれるならば何も言うことはありません。今日から人間は死になくなりませうという時代になったならば、もう宗教は要りません。その段階で私たちは死の恐怖からは逃れます。ほかの苦しみがまた来るかもしれないかもしれません。この人と永遠に一緒にいなくちゃいけないと思つたら、またそれも苦しみのかもしれないけれども、それは今は置いておきましょう。またそれはそのときに考えたらいいかね(笑)。

いつまでも永遠に命があつて、今のまんまで続いていくなら問題ないけれども、それは望んでもできないことです。病気もそうです。病気になるりたくないと思つても、それはだれかれ構わず無作為に人は病気になるっていきます。ですから苦しみの原

因が病気であるということは間違いない、苦しみの原因が死であることは間違いないのでそれは正解なのですが、その正解には意味がない。なぜならばその正解である苦しみを取り除くことが不可能だから。



ではどうするのか。それでも苦しみを取り除きたい、どうしても苦しみを取り除きたいと思うならば、それは自分の心を変えるしかない。自分の心を変えようとする努力を続けるしかないということになります。ここに初めて釈迦という人の、お釈迦様の教えの本質が出てきました。私たちは自分で何とかして自分の心を変えて、死とか、病気とか、我々に襲いかかってくるさまざまな苦しみの原因を、消すことはできないけれ

ども、それを受け入れて苦しみに変換しないような自分をつくらうということになるわけです。

「それはどれぐらい大変な仕事なんですか」と言うとお釈迦様は「それは大変だよ」とおっしゃいます。「毎日毎日、毎日毎日、自分を変えるためのトレーニングをしない」と言います。お釈迦様はそのトレーニングをして、そして悟りを開かれました。

### お釈迦様は自分自身の苦しみを消すことで必死だった

お釈迦様は実は悟りを開くまでは、自分がやったことをほかの人に教えようなんて思つてなかったのです。これ、あんまり皆さんご存じないと思いますが、仏教は慈悲の宗教でみんなのために温かい心で人を受け入れる宗教だと思つておられるかもしれない。お釈迦様が最初に仏教をおつくりになったときにはそんなことはこれっぽっちも考えていなかったのです。お釈迦様は自分自身の苦しみを消すことで必死だったんです。ほかの人まで構っている余裕がない。自分の苦しみを消すためにすべてを投げ打つて修行をなさいました。だからもしもお釈迦様がそのまんなまで人生を終わっていたら、この世に仏教なんていうものは現れなかったはず。私はこのことはとてもとても素晴らしいことだと思うのです。

他人事でちよちよとつくったような宗教というのがあります。もつ

と悪く言うのと、つくりものの教えでお金をもうけようなんていう宗教もあります。そういう宗教は最初から「皆さんのことを考えているんですよ、皆さんのためにあるんですよ」ということを大いにアピールします。しかし、お釈迦様は自分のことで必死だった。つまり自分の本当の悩みを消すために仏教をつくって、そしてこれができたと、この道だということわかったんですから、それは正真正銘の道だということです。おわかりですか。最初から商売ものとしてつくったものじゃありませんということなんです。

本来ならばそのままお釈迦様は死んでしまおうと思っていたのです。死ぬというのは寿命が来るまで幸せなのだから、もう苦しみを消すことができ、自分の心を変えることができただんだから、もうそのまま寿命が来るまで待つて死んでいればそれで私の人生は完結すると思っていたのですが、伝説によると、そこへ梵天さんが天の上からおりにてきたということです。

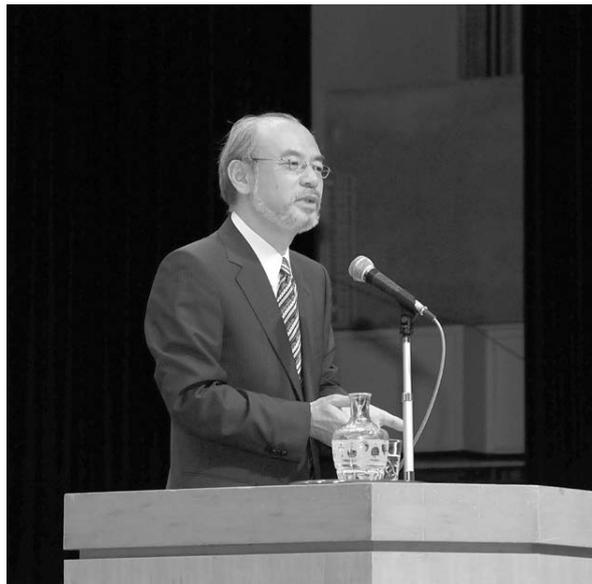
そして梵天さんがお釈迦様の前に手を合わせて、「お釈迦様、お釈迦様、あなたが今お悟りになったこの悟りの道を、そのまま抱えてお亡くなりになるのはあまりにももったいない。どうぞこれをほかの人たちにも教え、て皆さんを引っ張っていつてくだささい」とお願いをしたというのです。

お釈迦様は最初嫌がって、「嫌だ。私の話を聞いて世界中の人間が全部私の言ったとおりに修行をしてくれるといふのなら話の甲斐もあるけ

れども、多分私の話を聞いてもほとんどの人はそっぽを向いて、一部の人しか私のところへやってこないだろう。そういう、甲斐のない事はやりたくない」とおっしゃった。随分ぜいたくな話ですよ。

そうすると梵天さんが「そうではございません。確かにあなたのおっしゃるとおりで、あなたの話を聞いて全員が救われるなんてそんなものは夢物語です。しかしながら、何人か知りません、何百人か知りませんが、あなたの話を聞いてついでくる人が必ずいます。あなたが何も言わなければその人たちはやはり死の恐怖のまま生きていかなければならないのに、あなたがお話をなされば少なくともその人たちは救うことができます。その人たちがまた次の世代を救うことができます。そうやって次第にそれは広まっていくのですから、どうぞそんなことをおっしゃらずに話を始めてください」と、これがお

## 仏教は心の病院



「お釈迦様は仏教をつくって利己主義から慈悲の人になった」

釈迦様が立ち上がった最初の話で、このときに初めて仏教という宗教ができるのです。

**仏教は本質的に慈悲の宗教ではない、自分で自分を救う宗教**

だから仏教は本質的に慈悲の宗教ではありません。本質的には自分で自分を救う宗教です。しかし、それ

がほかの人の役に立つということ、釈迦が自分の気持ちでそれを人に教えるようになったんです。ですからお釈迦様は完全な利己主義者から、途中で完全な慈悲の人になるのです。これが仏教という宗教の本当の慈悲の意味です。35歳から80歳までの45年間、釈迦はとにかく人々のためにだけに活動をします。インドをてくてくと歩きながら、

乗り物には乗りませんから、歩きながらいろんな人に話をして救って、その人たちがまた広がって、また広がって、代々、次から次へと世代を通じて広がっていったのが今の仏教です。

ですから、仏教というのは最初から勢力を広げて、何か大きな集団で世界を全部仏教にしてしまおうなんていうことは全然考えてない宗教です。そうではなくて、もし私の話を聞いて、そしてやってきてくれる人がいるのならば一生懸命その人たちは救います。しかし、ほかの人まで、余計な人にまで話を引張り込むというふうなそういう宗教ではないというのがこのときの形で始まるのです。

僕はたまたまこの間、その話をNHKでして、「だから仏教は心の病院なんです」と言ったら、相手の堀尾さんというキャスターの人がすごく喜んでくださったって、すっかりそれで仏教は心の病院だと、何かキャッチフレーズみたいになっちゃって、いろんなところで使われるようになってたんですが、それは僕はよかったです。そのとおりで。仏教というのは心の病院です。だから今日南淵さんのこういう場所でお話ができるのはとてもうれしいことです。

病院というのは、先ほどのお話もありましたが、自分の方からやってきて、そして私を治療してくださいという考えでちゃんと来る人に対してはちゃんとそれと向き合うんだけど、もし「こんな病院要りません。私



お釈迦様の話を続けます。お釈迦様がそういうふうな自分がやった道をほかの人にも教えて一緒に進んで

### ご飯は1日1回、後は修行、 そして自分の心を変える

「自分で勝手にやります」という人にまで手を伸ばすことはできないのです。先ほどありましたよね、もう来なくなる人とか。その人の家まで押しかけていって、「いやいや、そんなことはありません。どうぞこっちへ来てください」と言っただけで縛りつけるようなそんな病院はないわけで、仏教というのはまさにそういう意味では本当に生きることが苦しいと感じている人に対して、「あなたにはこういう道もありますよ」と言っただけの道を提供するのが仏教の姿です。それが杖です。人の人生を支える支えということです。



いきましようという宗教をつくったので、お弟子さんとして入ってきた人は、みんな釈迦と同じ格好をして同じ修行をすることになりました。これがお坊さんです。そのお坊さんが集まるでしょう。集まって、そしてお釈迦様はこうおっしゃるのです。「修行をしなくちゃいけないんだよ。毎日、朝から晩まで修行をしてくださいよ」と。「じゃあ、お釈迦様、私たちは朝から晩まで修行して座るのはいいんですけども、どうやって私たちはご飯を食べたらいいんですか。仕事もしなくちゃいけないでしょ」と言ったら、お釈迦様は「仕事なんかしている余裕はないんだ。なぜならばあなたたちは今、死ぬか生きるかの境目にいるんだから。死というものに襲われて、そして何が苦しんでいるあなたたちが仕事の片手間で修行しましょうなんて、そんなことを言ってる場合じゃ



ないでしょう。仕事なんか全部やめて、そしてただひたすら修行しなさい」ときついことをおっしゃいます。でも、お弟子さんは「そんなこと言っただけで、お釈迦様。ご飯食べないと死んじゃいますよ。座っているだけだったらミイラになっちゃいますよ」と。そうするとお釈迦様が「ご飯を食べる方法を教えてやろう。人からもらえ」と言うんです。それだけ言うんですけど、虫がよさそう。「家々を回って、村とか町を回って、もらって歩け」と言うんです。「残りのものや腐ったものをもらえ」と。「どうやってもらったらいいですか」「何も持たずに手ぶらで行って、はい下さいなんて、そんな失礼なことをしてはいけません。入れ物がないので何かタッパーに入れてくださいと、そんな失礼なことを言っただけじゃない。物をもらうんだから物をもらう



人の礼儀というものがあるだろう。ちゃんと入れ物を持っていきなさい」と。これが鉢です。「履物を履いていくのは失礼だから必ずはだしで行きなさい。衣だつて立派なきれいなびかびかの衣を着ていくなんてそんな失礼なことはいないから、着ていく衣は最低の衣を着ていけ」と。「最低の衣って何ですか」「それはそこら辺の道端に落ちていくぞうきんの切れ端みたいなやつをいっぱい集めてこい。それを自分で結び合わせて布にしなさい」と。これを布と言うのかどうかわりませんが、ミノムシみたいなもの。それを体に巻いて、鉢持って、それから「髪の毛は全部そりなさい。なぜならば髪の毛を伸ばしているというのは一般の人ですという印だ。髪の毛をそるといのは言っただけで非常に格好悪くなることだから、これは一般の人は決してし

ない。一般人ではございませんと  
いう、いわゆるみすぼらしさの象  
徴として髪の毛をそりなさい。そ  
うやって家から家、村から村を回  
って残ったものや腐ったものをも  
らって、それを1日1回だけ食べ  
なさい」と。

今でもそうです。お坊さんは1  
日1回しかご飯を食べません。午  
前中に食べるのです。日本の坊さ  
んじゃないですよ、僕が言ってい  
るのは。スリランカとかタイの修  
行しているお坊さんの話です。「あ  
とはどうするんですか」「1日中修  
行をしないさい。それがあなたたち  
が自分の心を変えて、自分で自分  
の心を変えることによって死の苦  
しみから逃れる道です」と、こう  
おっしゃいます。そうやってつく  
られたのが仏教という宗教の集団  
です。本来はそうやって暮らして  
いくものです。

## 「オウム真理教」と「仏教」 はどこが違うか

オウムの話に戻ります。オウムと  
仏教とはどこが違うのかというと、  
教えそのものは一緒です。同じこと  
を言うんです。修行して心の中の悪  
い煩惱を消し去って、それによつて  
死の苦しみから逃れましょうと、同  
じことを言うんです。だから若い人  
はみんな入っていくのは当たり前。  
僕はオウム真理教に入った若い人た  
ちは何も悪いと思っていない。あ  
の人たちが惹かれていった教えは、  
お釈迦様が昔説いた教えとほとんど

変わらない。一つ違うのは超能力で  
空飛べるっていうこと、これだけは  
違います。(笑)

だけでも、違うのは何かという  
食べていくための方法です。そのた  
めに仏教はどう言ったか。「みんな  
頭を下げて一軒一軒もらって、腐っ  
たものをもらって、最低限の生活を  
我慢しながら、それと引き換えに修  
行の自由を手に入れなさい」と言  
いました。

オウム真理教は違います。入って  
くるものは、金は何でもむしり取っ  
てどんどんお金を集めていって、そ  
れで教団を大きくしていく。ここが  
問題です。大きくして、勢力を広げ、  
やがてオウムの世界をつくりましよ  
う、日本をオウムだけにしようとい  
うふうなことを考えたわけです。

そしてお金をもうける方法として  
一番簡単な方法を見つけたのです。  
ご存じですか、オウム真理教がどう  
やってお金をもうけたか。入ってき  
たいと願う人、出家したいと願う信  
者さんから、もし出家したいならば、  
あなたの全財産をオウム真理教に寄  
付しなさいと言ったんです。つまり  
一人、入ってくるごとに、その人の  
全財産ががぼがぼ入ってくるわけだ  
から、これ一〇〇〇人、二〇〇〇人  
というふうに出家させると、たちま  
ち何十億円というお金がもうかっ  
てくるわけです。

仏教と違うでしょう。仏教は腐っ  
たもので我慢しなさいと。もらえな  
かったら、もらわないまままで我慢  
せよという、ここに実は運営の違い  
があるのです。恐らくオウム真理教

と同じような宗教はもう二度と出て  
きませんが、似た宗教はこれから山  
ほど出てくるはずですよ。同じ姿は絶  
対とりません。何でかという、み  
んな学習してますからわかる。しか  
し、同じやり方ではないけれども、  
それとはちよつとやり方を変えて、  
それに見えないような形でお金を集  
める宗教というのはこれから盛んに  
出てくるはずですから、これは若い  
人たちに対してはすごく警告してお  
かなくてはいけないことです。

## 仏教は苦しみから逃れていくた めに自分を変えていくこと

このように仏教というものは自分  
で自分の心を変えていくために一生  
懸命頑張るといふ宗教になりました。  
したがって仏教の基本は何かという  
と、それまでの私とは違う生きがい  
を見つけていくという道です。それ  
までの私というのとは何かという  
と、世俗の普通の物事をありがた  
なものだと思つて考えていく生活で  
す。

簡単に言えば庭つき一戸建てで、  
4人家族で、幸せマイホームとい  
うやつです。悪くないですよ。悪くは  
ないけれども、そういう幸せとい  
うものは、死という非常に恐ろしい  
我々に襲いかかってくる根底的な不  
幸の前においては必ずそれよりも弱  
いのです。なぜなら崩れていくから。  
必ず崩れるから。庭つき一戸建て、  
マイホーム、4人家族が幸せである  
という人はもちろんそれでちつとも  
構わないし、それでいいんです。

しかし、年をとれば、あるいは病  
気になつていけば、私たちはそれだ  
けを支えにして生きていけないとい  
うことに次第に気がついてくる。も  
つともつと強い支えがなければ死と  
いうものに向かい合うことができな  
くなつてくる。そのときに初めて別  
の生き方、別の生きがいというもの、  
つまり崩れない支えというものを見  
つけていかなければならない。その  
崩れない支えを見つげるために、お  
釈迦様は苦しみから逃れるために自  
分を変えていくという道を私たちに  
教えてくれました。

それはすごく時間もかかるし、出  
家しなくちゃいけないんですかとよ  
く聞かれます。出家するということ  
自体に意味があるわけではなくて、  
出家をすればたたくさんの時間とた  
くさんのエネルギーをまとめて手に入  
れることができるんです。私たちは  
多分出家できない。ここにいて皆さ  
んも出家できない。私は名目上出家  
しているけれど偽出家です、私の場  
合は。

こんな私たちでも釈迦の道はたど  
れますかということに対しては、毎  
日すごく修行をしているお坊さんの  
ようにはできないかもしれないけれ  
ども、毎日一歩一歩上がっていくこ  
とはできます。これが大事なのです。  
お釈迦様の教えの修行というのは、  
毎日一歩一歩頑張ればその分だけ上  
がりますよという考え方です。

例えば自分の心の中にいつも悪い  
思いが起こつてくるんだと。あの  
人が憎い、この人がうらやましい、  
そんな思いがいつも起こつてくる

に、その思いを少しでも消していくことと自分が私にとつてのゆくゆくは幸せにつながっていくんだということがわかっていけば、その思いを起ささないでおこうと思うわけです。

そして起こしていく、この私の姿が実は愚かなのであって、それを起ささないということはとても素晴らしいことで釈迦の教えであるというふうに思いながら暮らしていけるならば、出家はできなくても毎日毎日が昇っていく人生になるんです。そうでないと下がっていく人生なんです。死に向かつて下がる一方です。

しかし、そうではなくて、死というものと向かい合って、しかしそれでも毎日一歩ずつ何かが向上していくものが私の心の中にあるんだという、その思い自体がすごく強い支えになります。ですから出家というものはとてもすごいことなのですが、我々は現代において出家はできないにしても、出家に近い生き方は十分できます。

### 自分の心の中につくったものだけが自分の支えになる

私が尊敬していた先生が一人おられます。私は以前『朝日新聞』の夕刊に、コラムを書いていたことがあるんです。1週間に1本です。そのコラムを読んでもいろいろとお手紙もいただきました。その中で一人、素晴らしい方とお会いできました。戸塚洋二先生という方で日本の素粒子物理学の権威です。皆さんご存じのノーベル賞の小柴先生の直弟子です。

一番弟子の方です。この方はノーベル賞は絶対確実と言われておりました。本当は小柴先生が取るか、戸塚先生が取るか、どっちだろうという話だったのです。

小柴先生が取られたので数年後には必ず戸塚先生と言われていたのです。「私は神も仏も信じません。完全な無神論です」とおっしゃっていた方ですが、この方が癌になられました。大腸癌から転移して肺と肝臓とそれから脳に転移しました。その方が私のコラムを読んでくださって一度会いたいということで、名譽なことです。東京まで行きまして、そして戸塚先生とお会いしました。2時間しか話ができなかったけれどもね。もう体が弱っていらして。物理学者なのに私に「佐々木先生、仏教について教えてください。仏教では死ぬというのをどう考えるんですか。死んだらどうなるんですか」ということを一生懸命お聞きになります。そのとき、私は仏教の側からいろんなことをお話しして2時間終わりました。

その後、戸塚先生はずっと自分のコンピュータでブログを書き、亡くなる直前まで書き続けました。それは本になって出ています。立花隆さんが編集して本にしたもので、そのブログを読むと、私たちが出会ったのは2時間だけなのですが、その後で戸塚さんが自分の死を見つめて何をしていたかということが毎日克明に書いてあるわけです。その方が自分の死を見つめて何をしています。

かというところ、自分の心を何とか制御して、自分の心を何とか抑えて、そしてその死の恐怖から自分の心を守るために自分を変えよう変えようとなさっている様子が見えるのです。もうそれは壮絶なやり方です。例えば毎日花を見るんだ、木を見るんだと。私が死んでも木は生きてるんだというのを毎日思い続けるのだと。

あるいは本を読むときにゆっくり読むんだと。ゆっくり読むと、その時間が私にとって大切な時間になる。早く読んでしまうと、その人生の大切な時間が早く終わってしまうから、本はゆっくり読むんだというように、目の前の一つ一つの細かいことから、ずっと自分の一日を構築していけるのです。

最後まで物理学者としての誇りと、それから気概を保って亡くなりました。私はもう一度会うという約束をしてアポイントをとってつけて、日ちの設定までしてたんですけれども、結局お会いできなくて、それで亡くなってしまいました。

私はこの戸塚先生の姿を見て、これは現代の僧侶であるというふうに思いました。現代の修行者であると思えました。決して仏教の衣を着て、鉢を持っているわけではないけれども、普段の日常生活の中で仏教的に生きるというのはいくつかあると。自分の心の中に自分の生きがいというものを見つけていくのであり、外に求めたつてしようがありません。外のものは必ず壊れます。持っているものはみんななくなる。所有しているものはみんな消えてい

きます。自分の心の中につくったものだけが自分の支えになるんだという気持ちで生きる。これが本来的な仏教のお坊様の生き方というものです。

### 仏教は病院のように入出入り自由、本来そういう宗教です

私は時々タイへ行きます。タイのお寺に行くとき、そこに日本人の方で出家したお坊さんが何人もおられるのです。今でも次々に日本からタイへ渡って修行をなさっている方がおられます。大抵皆さん、こちらで暮らしているうちにとんでもないさまざまな不幸な目や、つらい思いに遭って、どこにも行き場がなくなつてタイで新しい人生をもう一度つくり直している方がおられます。

この間も行ってきました。30歳まではヤマハのオートレースチームのエースレーサーで、鈴鹿サーキットでびゅんびゅん走ってたという格好いい方です。それが30歳でバイクでひっくり返って、頭を打って半身不随で言語障害になった。それから10年の間、毎日毎日、少しずつ自分の力で自分を変えようというのをやりました。例えばヨガをやるとか、少しづつリハビリをやるといふふうには自分の力で自分を少しずつ強くしていくって、そして40歳になるまでの10年の間に今度はヨガ教室の先生になつちやつた。すごいですね。日本の何カ所かに自分のヨガ教室を持って先生として活躍しました。ところが、40歳になつてそうやっ

# 上松美香 アルパコンサート



第2部は日本を代表するアルパ奏者の上松美香さんとギター奏者の藤間仁さんをお招きして「コンサート」を開催しました。上松さんは自作のオリジナル曲をはじめ南米の民族音楽、日本の唱歌など多彩な曲を交えて演奏、笑顔と巧みなテクニックで観客を魅了し、15周年記念講演会にふさわしい「癒しの音楽」を届けてくれました。



て生きていくこと自体が私にとつては我慢できない。つまり何かをやってお金をもうけるという世俗的な生活じゃなくて、本当の出家の修行がしたいということ、とうとうタイへ渡り、ヨガ教室をたたみました。そして40でこの間、お坊さんになつて出家なさつたという方がおられます。

「どうですか」と聞いたたら、「どうもこうもありませんが、とにかく私は自分の幸せを追求して生きてきて、今が一番幸せです」とおっしゃつていました。「これからは毎日毎日、自分が自分をよりよい方向に向上させていく、そのことが自由にできると思うだけでもうれしくてしようがない」というふうにおっしゃつていました。

ところがね、おもしろいです。後日談があります。その後、この間、タイから連絡が来て、「あのオートレーサーの方はお坊さんをおやめになりました」と。「えっ、どうしたの」と言ったら、「日本に残してきたヨガ教室が金銭関係がもめて、その後始末をしなくちゃいけないので、お坊さんをやめてまた日本に帰られました」と。

まだ先があるんです。その人は今まだきつと日本へ帰っていると思うんです。世俗の事後処理をやっていると、タイのお寺では幾らでも、またもう一度お坊さんになれるんです。お坊さんをやめてもなつても繰り返しては自由なんです。病院みたいでしょう。おわかりですか(笑)。一度

入院したらもう出さないとか、そんな病院はこの世にはないので、病気になるたらいらつしやい、治つたと思つたらまた戻りなさいと、幾らでも出入りは自由なんです。仏教というのはそういう宗教です。本来はそういうです。

## 自分の健康を大切にすることが仏教のあるべき姿です

最後に仏教と医学を一言だけ申し上げます。お坊様は自分の健康に対して大変気を使つておられました。仏教のお寺には、お釈迦様時代に専属のお医者様がおられました。ジーヴァカという名前のお医者様がいらっしゃつて、このお医者様がすべてのお坊さんの病気の治療に当たつたそうです。仏教は医療というものをとても大切に思いました。なぜなら自分の心をよりよくしていくという仕事をするためには大変な時間と労力がかかる。そのためにはできるだけ健康で、できるだけ長生きをする、これは大切なことです。

だから死というものを迎えるために仏教はありますけれども、それを迎えるためには、できるだけ自分の健康というものを大切にするというのも仏教のあるべき姿です。ですから決して仏教と医療というのは反発するものでもなんでもありません。これは同じ世界の同じ事柄です。「仏教は心の病院である」。これから流行るといいなと思つているんです。これで終わります。ありがたうございました。(拍手)

本日の講演会・コンサートはいかがでしたでしょうか。ご感想などをお聞かせください。

### ◆古川スミエさん (73歳)

記念講演を心待ちにしていました。特に上松美香さんのコンサートはどんな楽器が楽しめました。講演会はいつものふくよかなお顔の南淵先生にお会いできて、ホッと安心する瞬間です。テレビでは時々拝見しています。次回は最後の歌をもう少し長く聞かせてください。藤崎浩行先生のお話は、医者と患者の関係を塾の先生と子供にたとえ、ユーモアがあつて分かりやすくその通りだろうなと納得しました。

## 講演会の感想

佐々木閑先生の講演は、どんなお話になるのか楽しみにしていました。「仏教は心の病院」苦しい時は考え方を変えなさい、忘れることの多い毎日ですが、忘れていいのです。とても気が楽になりました。

上松美香さんのアルパコンサートは、美しい音色ですばらしい演奏でした。アルパがハーブだとは知りませんでした。私の一番好きな楽器です。上松さんのコンサートを調べて、ぜひ聞きに行きたいです。また一つ楽しみが増えました。

今日は盛りだくさんの講演会を開いていただき、誠に有り難うございました。とてもいい文化の日を過ご

せました。

### ◆菊井笙子さん (69歳)

妻が会員の夫です。この種の講演会は初めてですが、今日の講演会はとてもよかったです。話の内容もさることながら、今後も会員にとつてのテーマである「いのちを考える」「生き方を考える」シリーズで、講師を呼ぶ企画が続くことを期待します。

### ◆田中祥允さん (64歳)

久しぶりの講演会を楽しみにしていました。現在、相模原中央病院に通院中ですが、循環器に藤崎先生の名を見つけたときは、驚きと嬉しさを覚えました。藤崎先生の執刀にて元気な体を取り戻すことができ、その嬉しさに満足しています。

### ◆山田克明さん (70歳)

従来とは趣もかわって、今回の講演会は最後まで楽しく聴くことができました。南淵先生の洒落なお話、イタリア語の歌も楽しかったです。藤崎先生からは普段の健康についての在り方を改めて再認識いたしました。また佐々木先生には最後に言われた「心の病院」が印象に残りました。

上松美香さんのアルパ演奏は、い



ままで身近に生で聴いたことがありませんでしたが、今回、初めて聴くことが出来て、その美しい音色に引き込まれました。すばらしかったです。企画された役員の皆様、本当にありがとうございます。

### ◆永島昭夫さん

創立15周年記念講演会おめでとうございます。4年前に手術してお陰さまで元気になりました。本日の講演会に参加して、みなそれぞれ先生

方のお話を伺い、生きる喜びと勇気をいただきました。毎年、講演会に参加させていただけいておられます。これからもますますのご発展をお祈りいたします。

### ◆丸山松枝さん (72歳)

上松美香さんのアルパコンサートは、やさしくすばらしい音色でした。創立15周年おめでとうございます。今回は「心臓病との闘い2」と南淵先生の「異端のメス」の本をいただき、ありがとうございます。再発のことは常に気にしておりましたので、家に帰ってからゆつくりと読ませていただきました。

### ◆小俣秀夫さん (64歳)

メニューもたくさん設定されてよかったです。内容も充実してとても有意義でした。コンサートはカジュアル的で非常によかったです。

### ◆福元幸さん (70歳)

いつも良い話を聞かせてもらっていますが、特に今回の講演はためになる良い話でした。今後は手術後の生活の話などを参考に生活していきたいと思います。仏教の話も良い人生訓になります。死が迫ってきた時、あのような心を持ってたら、そんな良いことはないと思います。上松美香さんのアルパ演奏はとても楽しくて聴かせていただきました。ありがとうございます。

### ◆上村和好さん

いずれの講演・コンサートも15周年記念にふさわしい内容で有益なものでした。藤崎先生の講演は通院するにあたって参考になりました。佐々木先生の講演は、仏教の本質をごく短時間で分かりやすくお話され、感動しました。「仏教は心の病院」とのフレーズはとても気に入りました。アルパの演奏を聴いたのは初めてでしたが、とても良い経験をしました。世界には本当に多種多様な楽器が存在していることを知らされました。よい音色の楽器ですばらしい演奏でした。

### ◆犬飼清さん (73歳)

コンサートはすばらしい企画でしたね。上松美香さんは日本を代表するアルパ奏者、ギターの藤間仁さんと共にすばらしい演奏で、とても心が癒されました。感動！感動！でした。「文化の日」にすばらしい午後のみ

と時をありがとう。

◆袖山政位さん (70歳)

南淵先生が言われた「お医者さんと仲良くできる人は来てください」は、その通りです。医者と患者との信頼関係が大切です。

藤崎先生の講演も良かった。運動をして体を鍛えることが長生きの秘訣です。佐々木先生の仏教の話は、医療と結びつけて大変分かりやすかったです。上松美香さんのコンサートは、心のリフレッシュになり、とても楽しかった。今後もこのような企画を続けてください。

◆澤田耕治さん (72歳)

大変充実した内容の講演会でした。ここまで準備された会長をはじめ、幹事の皆様のご尽力に感謝します。

◆柏木スギエさん (80歳)

「ブツダの教えで生きるといふこと」人生にとって大切で役に立つお話でした。時間をかけて考えてみると……難しいお話でした。私は普段からたくさんの宗教はあるが、人間としての道は同じだと思っている。宗教が原因での争いが多いことは、どうしてでしょうか？

◆山中智晃さん (53歳)

実際に心臓手術を行っている医師の生の声を聞くことが出来、これから何を注意しなければいけないかを教えていただきとても参考になりました。ブツダのお話では、今まで聴いたことがないお話で興味深いものでした。アルパ上松美香さんは演奏もおしゃべりも最高でした。癒されました。

◆北山雅雄さん (63歳)

色々な企画、いつも感謝しています。コンサートも大変良かったです。佐々木先生の話もとても参考になりました。ところで、こうした催しの費用は会費で賄えるのですか？ ところで大和成和病院との関係はどうなりましたか？ 皆様のご努力には大変感謝しています。これからもよろしくお願ひいたします。

◆荒木久子さん (67歳)

半年に1度の考心会を楽しみに生きています。上松さんの笑顔とアルパの音色はすばらしく元気をもらいました。南淵先生にもお会いできて嬉しく思いました。壊れない自分の心をしかと持つてという佐々木先生のお話はすばらしかったです。有り難うございました。

◆金田房子さん (65歳)

始めに南淵先生がとても良い声で歌ってくださいましたのには驚きました。藤崎先生の話の中から、取り替えられるものと取り替えられないものがあり、脳、眼、足は取り替えられません。膝を痛めた私は、自分の中にそういう意識があったらもつと違っていたかなと思いました。今、コレステロールが多い脂質異常と闘っています。それとしっかり向き合



い、楽しんで筋力トレーニング、ウォーキングが出来ると楽しい目的を持ちたいと考えています。アルパの演奏もとても楽しかったです。高齢者が多いので、1時間、1時間半ごとにトイレタイムを取ってほしい。

◆島田勝美さん (73歳)

佐々木先生の素晴らしいお話を聞き、幸せな気分になっています。これからは先生の『日々是修行』を実行していきたいです。

◆三好五十平さん (67歳)

アルパの音に心を洗われてしまいました。最高の演出に感激、ありがとうございました。佐々木先生の仏教のお話もとても面白く拝聴いたしました。また次の機会にも仏教の話が聞きたいです。

◆宮木弘さん

上松美香さんのアルパコンサートは、若い美香さんの両手から紡ぎだされる絶妙な音色に感動しました。私の横の席にはたまたま南淵先生が座られ、曲の終わりに大きな拍手をされているのが印象的でした。

南淵先生、藤崎先生のお話も大変良かったです。佐々木先生の「仏教は心の病院」であるとお話、特

に年齢を重ねると心に重く感じられます。

『心臓病との闘い2』再発にそなえて『異端のメス』の本をいただき、ありがとうございます。家でゆっくりと読ませていただきます。

◆渡辺忠昭さん (70歳)

南淵先生、藤崎先生の話も有意義でしたが、佐々木先生の話は大きな声で聞きやすく、またユーモアにあふれ、大変新鮮で素晴らしい。関東で講義をなされるのならぜひとも聴講生になりたいと感じました。佐々木先生のお話を聞いて考心会に入会した意義がありました。上松さんのコンサートは心が洗われる思いがしました。素晴らしい。

◆稲村光子さん (72歳)

今日はここに思い切つて出席して良かったです。医師の患者に対する考え方を聞いて、病気に真剣に向き合っているように思いました。患者は医師から告げられると恐怖が残ります。手術後の生活についても話聞いてもらいました。心臓病の方はどう養生したら良いのでしょうか。仏教が生活の中にあることを教えていただき、心の落ち着きどころを得られたように思います。アルパの演奏は懐かしく病気の疲れを癒してくれました。ぜひとも治療の一助にしたいと思えます。30年ほど前、新宿のパテオでよくアルパの演奏を楽しんだものです。上松さんの母上

だったように思います。

#### ◆萩島博征さん (67歳)

藤崎先生の「患者も身だしなみが大切」であるとの言葉に納得しました。佐々木先生は「ブツダの教え」を分かりやすく説明され、心の病院で治療をしていただき、アルパ奏者の上松美香さんからは心の栄養をいただきました。

このような素晴らしい講演会を企画してくださった考心会役員の皆様に心から感謝申し上げます。

#### ◆稲葉正幸さん (71歳)

南淵先生：いつもの南淵先生に比して控えめであったが、相変わらず話上手で歌も素晴らしかった。藤崎先生：現場の外科部長としての実体験による講演で大変参考になりました。佐々木先生：死を一度覚悟した私にとって、大変考えさせられ参考になった講演で、これからは一日いちにちを大切に生きていきたい。考心会の今後の方向性についてご教示願いたい。

#### ◆佐藤孝博さん (63歳)

講話された三人の先生方のお話は、大変楽しく、時にはユーモラスに興味をそそるものでした。落ちこぼれ患者やブツダと麻原（仏教とオウム真理教）の対比など、分かりやすい内容でした。コンサートも久しぶりに心休まる時間を過ごすことが出来ました。音色に感動しました。コンサートを聴けて得た感じを受けています。考心会創立15周年記念にふさわしく、シニア時代の良き思い出の一つとなりました。

南淵先生はじめ、幹事の皆様のご

尽力に感謝いたします。会場や案内の發送など大変でしょうが、今後もよろしく願っています。皆様のご多幸をお祈りいたします。

#### ◆中村幸江さん (67歳)

藤崎先生には主人の手術をして頂きましたが、先生のお話通り、なかなか病状の自覚がなく、運動もあまりしないで毎日ゴロゴロして、このままではどうなるんだろうと心配していました。でも先生のお話を聞いて、諦めがついたというか、本人に任せて放っておこうと思えました。これで少しは変わってくるといいんですが、果たして気づいてくれるでしょうか。藤崎先生の話の中で、相模原の医療システムが少しわかり、普段から自己の健康状態に気をつけなければと改めて思いました。

#### ◆高橋八重子さん (69歳)

「心臓病との闘い2ー再発にそなえて」の本をいただき、会場にいな

がら一刻も早く読みたい気持ちでいっぱいになりました。発行に関して色々ご苦労があったことと思えます。感謝、感謝です。ありがとうございます。

#### ◆菅谷義照さん (66歳)

薬の益と害を再確認しました。佐々木先生の話は、普段聞けない仏教の話を受取りに聞けて良かったです。「苦しみを受け入れて苦しまない方法を考える」なるほどと思います。大変有意義な講演でした。今回は佐々木先生の講演、アルパの演奏など今までと違って趣向を変えたアイデアで大変良かった。アルパの演奏は初めて聞きました。

役員の皆様、いつもご苦労様です。これからも宜しく願っています。「継続は力なり」。

#### ◆前田晃さん (65歳)

佐々木先生のお話に感銘を受けました。今後何回かに1回位、芸術に触れる話があればと思います。役員の皆様のご苦労には感謝申し上げますが、今後も期待しています。

#### ◆広瀬昌之さん (63歳)

藤崎先生の「病氣と向き合う方法」はどれも具体的で参考になりました。楽しいことを見つけた、身だしなみなど。佐々木先生の話はとても正直な話し方でした。オウム真理教の「間違っていたのは教えではなく、運営している組織が、出家者の全財産寄付や教団の拡大を目指していた」という指摘や、釈迦の「自分の心を変える」「毎日向上していくも、目覚める思いで聴いていました。」

一度は死を覚悟したからこそ、真剣に聴けました。アルパコンサートは、上松美香さんの表情豊かな笑み、そしてテクニクの素晴らしさ、存分に楽しむことが出来ました。

#### ◆小山勝さん (70歳)

マイクの声（音声）が聞き取りにくかったです。しかし、佐々木先生のお話は、大変聞きやすく、内容が心身に伝わりました。私も仏教が好きで、今も大切に共に過ごしております。南淵先生、久しぶりに接することが叶い、妙薬となりました。藤崎先生のお話は肝に銘じました。美しい上松美香さんとアルパの音色、傷ついた私の心臓をやさしく癒してくれました。なぜか涙が出てきました。本当にありがとうございます。今後も宜しくお願いいたします。

#### ◆仲戸川成一さん (60歳)

初めて参加いたしました。会報で講演会や総会の雰囲気を感じておりましたが、同じ経験者の集いで大変まとまりがあると思いました。南淵先生のごことも会報で存じておりましたが、講演最後の歌には感動しました。これからも考心会のボランティアをされておられる役員の皆様、お世話になります。アルパ+ギター演奏は、選定もよく大いに楽しませて頂きました。普段聞き慣れない音楽を有り難うございました。

#### ◆石橋昌子さん (68歳)

南淵先生にしばらくぶりでお目にかかり、少しスタイルがよくなられ、背が高くなられたようですね。身体、精神、社会的、家庭環境、そしてたくさんの健康と、よく心に入れてい



きます。そしてイタリアに迫ったようなテノール五十嵐さんのような甘い歌声に拍手。藤崎先生、しばらくぶりです。心臓と日常生活の関係は深くかかわっている。一日を大切に頭を動かしていきます。佐々木先生のブツダの教え。私も平成2年に中国、上海、北京、西安、蘭州、敦煌と砂漠の中の遺跡を回ったことがあります。暑い砂漠に人が作り上げた仏像の数々に驚き、大自然の中を歩きながら仏の教えを想像してしまいました。上松美香さんのコンサート、素敵な音色、きれいでチャームिंगな美香さん、ご夫婦で演奏され心が洗われる思いでした。またお出でいただいた演奏を聞かせてください。

◆山本征仁さん(57歳)

南淵先生の講演はいつも心が癒されます。笑顔の大切さと素晴らしさを感じます。藤崎先生にはぜひまた講演をお願いしたいと思います。病氣と向き合う気持ちを大切にしたいと思えます。佐々木先生の講演は大変ありがとうございます。上松美香さんの演奏に感動しました。大変充実した文化の日、充実した1日でした。

◆三浦信也さん(72歳)

諸先生のお話はみなありがたい内容ばかりで感謝しております。特に佐々木先生のお話には「死に対する勇氣みたいなもの」が与えられたような気がします。「心の病院」はひとつだけに限らず、自分で探し出し、マメに通う努力をしていきたいと



思います。

このような講演会を企画していただき、真にありがとうございます。

◆塚越郁代さん(66歳)

藤崎先生の講演内容は大変具体的で良かった。どんなレベルの人にも分かりやすく良かった。佐々木先生の講演は、とても楽しかった。仏教の成り立ちを知り、本質を教えるもらったように思います。メモを再確認して自分なりの考えを整理してみたいと思います。上松美香さんのアルパコンサートは15周年にふさわしいものでした。とても癒されました。年2回の開催に向け、役員の皆様準備は大変であろうと思います。毎回の企画、立案に心より感謝しております。

◆伊藤道子さん(71歳)

先生方のお話しはいつの会でも大変勉強になります。特に今回は佐々木先生のお話は興味深く楽しみにし

ておりました。私は子どもの時から「良寛様」が好きでした。子どもなりに優しく貧しくとも真摯に生きた姿が好きでした。でも現代社会を生きるには現実が厳しいです。「良寛さま」の万分の一の心でも思いながら、心を純化出来るような一日一日に務めてまいりたいと考えています。佐々木先生は一度NHKで拝見したことがあり、充実できた一時をありがとうございます。

15周年記念「心臓病との闘い2」再発にそなえて」をいただき、ありがとうございます。完成までの大仕事に感謝いたしております。考心が励みになっておりますので、来年もよろしく願っています。

◆下井敬一さん(67歳)

南淵先生が病院を移られた影響ででしょうか？患者さんの数が少ないのに驚きました。藤崎先生のサプリメントについての話は大変面白かったです。楽しんで運動を！

◆吉川幸弘さん(71歳)

考心会創立15周年おめでとう存じます。種々の企画をこらして20年、30年、50周年を期待しています。アルパの演奏はどの曲も心に響き、若い美香さんが細い手で奏でる音色に癒されました。また美香さんの笑顔がとてもすてきでした。「笑」は笑点ではありませんが、健康には欠かせません。

「笑いと健康」についての講演を企画してほしい。心の癒しを日常生活の中で修得したいです。

◆大迫徳郎さん(73歳)

歳をとるとあまり身だしなみに気

をつけなくなり。妻に注意されっぱなし。藤崎先生からはそれを保つことの大切さを知らされました。薬についても「薬手帖」を見ればと思っていました。今はなるべく記憶するように心がけます。仏教について、朝晩仏壇を拝みますが、その本心について、人生、死に対して「苦しみを消す」努力の必要性を深く感じました。めずらしいアルパコンサートは楽しむことが出来ました。「コンドルは飛んでいく」「コーヒールンバ」は良かった。

◆服部清元さん(79歳)

南淵先生はいつも若々しくとても素敵です。若者以上の若者で、パワーがあり元気になります。先生方のお話はとても素晴らしく、今後の目標になります。いつも元気に暮らしたいと思えます。

◆大曾根隆さん(77歳)

藤崎先生の講演は、病氣と向き合うことの大切さがよく理解できた。病院で先生が処方してくれる薬の意味をよく理解し勉強することで、心臓病の優等生患者になるよう努めたい。佐々木先生のお話は、死に向かうことの心の持ち方を、宗教に見いだすことと理解できました。しかし、どの宗教でも良いのか。仏教の考え方が少し判ったような気がしたが、ただ頭で判ったような気がしたが、で、心の持ちようがまだ見いだせないうです。仏教の中の宗派(真言宗、浄土真宗、日蓮宗など)はどうして生まれたのであろうか、機会があればまた佐々木先生のお話を聞いてみたいと思う。

◆渋谷正枝さん (北茨城市)

術後5年になり体調も良く、趣味の油絵、洋蘭の栽培を唯一の楽しみにしていきます。会には出席できないことが多く、会報「孝心」が届くのを心待ちにしています。皆さんと心のふれあいが出るひと時です。今後ともよろしくお願ひします。

◆坂下勝子さん (八王子市)

倉田先生による僧帽弁閉鎖不全の形成術をうけてから4年8カ月になります。幸せなことに何の異常もなく過ごしております。先生方に感

すが、リスクが高く手術は無理のようです。どうなるのか分かりませんが不安です。

◆上原哲さん (川崎市多摩区)

術後7年、平穏な日々でしたが、今春より狭心症の再発の疑いがあり、横浜旭中央総合病院で諸々検査中です。今回は欠席いたします。皆さまのご健勝をご祈念いたします。

◆和田宏さん (厚木市)

高齢のせい、次々と異常が起き、思うように身体が動かず、出来るだけ歩くようにしている昨今です。

◆細矢幸男さん (東京都江東区)

8月3日に肝臓癌の手術をして、現在、体力づくりに頑張っています。

◆小林次郎さん (海老名市)

南淵先生に手術していただいた10年が過ぎました。考心会にはいつも出席したいと思っています。透析も8年くらいしてありますが、次第に足が弱ってしま、今ではどこかへ出かけるとなると、車椅子になってしま、思い通りにならなくてじれったい毎日です。南淵先生にもお逢いして今の主人の姿を見ていただきたいのですが、なかなか思うようにはいきません。介護の方でもいろいろとお世話になっていきます。皆さまによるしくお伝えください。(妻代筆)

講演会のお知らせで、お返事をいただいた会員の皆様を、「おたより」として紹介しています。「おたより」の中には様々な問題を抱え悩んでおられる方もおられます。会員の中で同じ悩みや疑問をお持ちの方、ご自身の体験など、アドバイスできる方がおられましたら、会員同士の情報交換に役立てたいと思いますので、事務局までご連絡ください。

おたより

謝いたしております。

◆久保田実さん (愛川町)

元気です。毎日会社に行つて働いています。休日は畑で野菜を作つて楽しんでます。

◆宮嶋和子さん (長野県大町市)

会長様はじめ役員の方々にはお世話になります。深い不安に落ち込んでおります。でも多くの会員の皆さまがいらつしやると思うと気持ちも軽くなる思いです。経過見の大動脈解離も6月のCT検査で限界に近いとのことでした。来月検査に行きま

◆広田陽太郎さん (会津坂下町)

家内が要介護2となり、老々介護

の生活です、おまけに私も6月に緑内障を発生しました。これからどうなるか不安です。

◆森川正雄さん (所沢市)

心臓はまったく問題なく過ごしていますが、糖尿病に関わる症状に悩まされています。

◆小林頼江さん (多摩市)

術後8年になります。昨年秋頃より、静より動へ移った時の行動で胸が苦しくなることがしばしばです。近日中に検査の予定です。

◆千葉正英さん (横浜市緑区)

7月に成和病院にて定期検診(2カ月毎)を受け、手術(大動脈弁置換生体弁・2009年11月・南淵先生執刀)以来、初めてのエコー検査を行いました。置換した弁から若干の血液の逆流があり、僧帽弁にも微量の漏れがあると知らされショックでした。手術前後の説明でも置換した弁から、微量といえども血液の逆流がありうるとは聞いておりませんでした。今後、どのような展開になっていくのか不安です。南淵先生、どのように対応していけばよろしいでしょうか。

◆竹内衛さん (川崎市中原区)

役員皆さまご苦労様です。年2回の集会には出席出来ませんが、会報「孝心」を楽しみにしております。

◆両角都夫さん (横浜市旭区)

体調は良好ですが、歳(80歳)相应に体力が低下し、趣味の家庭菜園も雑草取りに追われ困惑しております。次回は出席させて頂きたいと考えております。

◆武川静枝さん (横浜市瀬谷区)

2〜3年前から時々胸痛がありまして。6月早々にCT検査、次の週に1泊入院でカテーテル検査を受けました。やはり狭心症を患っているとのことで、シグマートを飲み始め、落ち着いているところです。

またまた南淵先生に命を救っていただきました。何度目でしょうか。13年前のバイパス手術から始まり、ロータブレーター、ステント留置(三宅先生)、心房細動(心臓内に1.5センチの血栓)の治療と脳血栓の危機からの脱出、さらにはカテーテル アブレーション 医の紹介。そして突然死を招く不整脈が分かり、6月にICDの植え込みを白石先生にして頂きました。いずれも南淵先生の診断のお陰です。名医白石先生による植え込み後は、何の違和感もなく、術前と変わらない毎日を送っております。今後東京ハートセンターに定期的に通院します。与えて頂いた命を大切に今後も過ごして参ります。

◆小林宏一さん (長野県千曲市)

上松美香さんの好きな曲が「テソリート」。辛い時に励まされました。今回、コンサートを催されるとのことですが、残念ですが欠席します。なお、術後の経過は良好です。会報をお待ちしております。

◆松尾順子さん (川崎市幸区)

椎間板ヘルニアになってしまい、痛くて動けないので今回は欠席いたします。

◆中植清さん (横浜市都筑区)

11月半ばに、脊柱管狭窄症のため、

新横浜のペインクリニックで手術を受けました。会のご盛会をお祈りいたしております。

◆西村義子さん(茅ヶ崎市)

4月13日に脳内出血で倒れました。少し回復はしてきましたが、右半身麻痺と言語障害になり、寝たきりになりました。

◆樋田宇市さん(横須賀市)

先日、東北方面に行ってきました。福島、宮城、岩手を旅し、福島の方々が一番頑張っていると思いました。一番大変な方々ですが、さすがです。我々も笑顔と「なにくそ」を忘れてはならないと思いました。

◆判謙次さん(日野市)

平成17年11月に、南淵先生の執刀で、狭心症によるバイパス手術を受けた者ですが、お陰さまで今日まで

の6年間、何の支障もなく経過しており、有り難く感謝しています。2カ月毎に地元の病院で診察を受け、薬をもらっております。

◆秋岡康夫さん(三浦郡葉山町)

2009年12月、心臓弁膜、大動脈、大動脈バイパス手術を行い、以後順調に快復し、水泳、海遊びなどを楽しんでます。今年4月は大動脈のステント手術を行い、以後順調に推移しています。64歳を迎え、頻尿となり、前立腺肥大が分かり検査中です。

◆清水巖さん(相模原市)

脳梗塞の後遺症のため、出席できません。よろしくお願いいたします。

◆池田政夫さん(狛江市)

肺癌の経過観察中で、気ままにしていますが、高齢のため遠出がかな

いません。南淵先生によりしくお伝えください。

◆倉石和子さん(町田市)

いつもご苦勞さまでございます。足を痛めましたので、残念ですが、しばらくの間、参加することが出来ませんので、よろしく願っています。

◆類家英雄さん(座間市)

元気に透析に通っています。

◆中間春代さん(鹿児島市)

15周年記念講演会、遠路ゆえ欠席いたします。術後3年が過ぎ、去る5月に検診に行きました。お陰さまで結果は異常なく、安心しました。今はお花の教室で生徒達と楽しい生活を送っています。

◆比嘉慶子さん(沖縄県八重山郡竹富町)

この4月より同居しております。次男が、近くで部屋を借りるようになりますが、普段の手伝いに来てくれるのですが、普段はひとり暮らしのため、淋しくもあり、不安(体調が良くない時)になってしまいました。

◆鈴木康弘さん(相模原市中央区)

動脈瘤の手術を受け、5月11日に退院後、6月9日に目の血流が悪く失明してしまいました。左目だけの不自由な生活をしています。

◆葉袋隆雄さん(神奈川県愛川町)

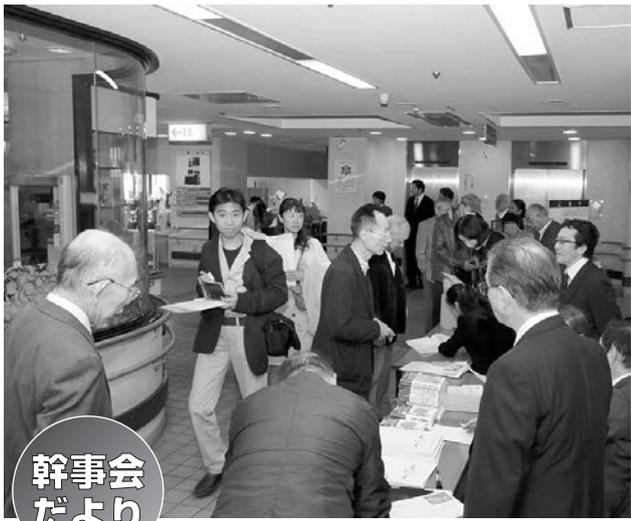
考心会役員の皆さまのご尽力に感謝しております。弁置換、形成及びバイパス手術後4回、ペースメーカー植え込み手術後3回目の冬を迎えます。お陰様で体調も良好で順調な毎日です。昨年同様、猛暑の後の秋の陽気は駆け足で通り過ぎ、冬の到来は早そうです。今年もインフルエンザに要注意の季節になりました。前向きに対応して乗り切りたいと思っております。

◆岩崎幸男さん(横浜市旭区)

火、木、土の週3回、人工透析に通院しているため、講演会は欠席します。

◆牛山博二さん(町田市)

南淵先生に弁置換手術を執刀していただいた7年が過ぎました。南町田病院で南淵先生の診察を受けることができるようになり、久しぶりにお会いできるのを嬉しく思い、娘共々受診させていただきました。深津様にもお会いできて嬉しかったです。南淵先生はその時、偶然にも異変を見つけて下さって迅速に対応していただき、4月28日東京ハートセ



幹事会  
だより

皆さまのアイデアをお待ちしています

11月3日、記念講演会を無事に終えることができました。これでアンケート調査、記念出版に続くすべての15周年記念事業が完了したことになります。

先ほどノートを見てみたら、幹事会では記念事業に関する事柄の打ち合わせを2009年の年末から開始していました。アンケートの質問内容を検討する所から始まって、その配布や集計。それから記念出版のテーマ設定や原稿依頼、校正。さらに記念講演の会場確保や講師・コンサート内容の検討などなどです。

約2年間にわたり幹事会で討議しながら進めてきたそれぞれの記念事業でしたが、皆さんいかがでしたでしょうか？ 会員の皆さんの豊かな術後生活のために少しでもお役に立っているようでしたら大変うれしく思います。

幹事会では引き続き来年以降の講演会・グループ討論などの準備を始めます。

今後はぜひ会員の皆さんからもたくさんのお力とアイデアをお借りしたいと思っています。幹事会の活動にお手伝いいただける方は事務局か会長宅までご一報ください！

幹事会は月に1~2回程度、日曜日の11時から14時くらいの時間に横浜市泉区の会議室で行っています。(後藤大和)

ンターで白石先生により植え込み手術を受けました。術前はゼイゼイした音が術後はまったくなくなり、自分のペースで好きな仕事を再び続けることができるようになりました。南淵先生には2度も命を助けていただき、感謝いたしております。

◆**柿崎滉さん(座間市)**

先週、腹部動脈瘤に逆Y字型ステントを入れて始末しました(慈恵医大)。現在、大動脈瘤の手術をしていただいた藤崎浩行先生の相模原協同病院にて定期的に受診いたしております。

◆**平賀譲さん(八王子市)**

冠動脈バイパス手術後、半年経過し、順調に回復しています。ところで、先日左胸が痛むので6カ月振りに検診に行きました。結果は開胸したために周囲の筋肉が元に戻らず、もう少ししばらくかかるとの事でした。改めて大変な手術だったと知らされました。

◆**羽生文子さん(新潟県佐渡市)**

昨夏は軽い熱中症になり回復に時間がかかりましたが、今年は元気で乗り越えることが出来、毎日楽しくやっています。

◆**越路恵理子さん(長野市)**

南淵先生のご講演をお聞きしたいと思いますが、遠方にて次回に出席できたらと思います。南淵先生がテレビに出演されると、父、姉からさかさず電話が来て、見逃せない連携プレーが出来上がっています。また出演を楽しみにしています。

◆**南元雄さん(東京都稲城市)**

年相応にガタが来ていますが、68

歳で現役で働いております。お世話になったお陰です。ありがとうございます。

◆**辻久男さん(京都市北区)**

平素は大変お世話になり有り難く厚くお礼申し上げます。手術後10年が過ぎました。元気で頑張っております。毎週月、金、リハビリに参加、運動療法の研究に努力しています。

◆**松田治夫さん(大和市)**



南大和老人保健施設にて、今もお世話になっております。

◆**花村紘一郎さん(藤沢市)**

心身共に快調で、テニス、ゴルフに励んでおります。

◆**栗本陽代さん(兵庫県尼崎市)**

僧帽弁の形成術後7年目になります。術後1カ月にワーファリンの副作用を発生して、体内各所の出血により1200CCの輸血を受け、約

3カ月の入院治療の末、無事退院しました。その後はお陰さまで元気に過ごしております。月に1度自宅近くの循環器クリニックに通っており、年に一度は術後のケアをしております。全くと異変なしとのことで喜んでおります。総会には一度だけ参加しましたが、あまりにも遠く費用もかかるため簡単に動けない残念ですが、いつの日かまた参



加できればと考えております。

◆**佐藤孝博さん(厚木市)**

平成14年夏に心筋梗塞を発生してバイパス手術などで生かされたという思いが募って、今地域のため自治会長を引き受けました。盆踊り、防災訓練、敬老会等々奮闘中です。こうした生活を送れるのも手術をしていただいた先生のお陰と感謝しております。皆々様のご多幸をお祈り申

し上げます。

◆**糸野文雄さん(相模原市)**

介護保険支援2で、週2回リハビリに通っていますが、体力は戻りません。バイパス手術後満4年になります。81歳になりますが、生かされていることに感謝しています。

◆**亀割仁司さん(大和市)**

自分の心臓が人工弁で毎日動いていることを意識することは全くありません。倉田先生に深く感謝いたします。

◆**高野厚子さん(伊勢原市)**

毎年の講演会の企画・運営など心より感謝しております。今回は私の執刀医である藤崎浩行先生にお会いできること、そしてコンサートもありとても楽しみにしています。

◆**仲戸川成一さん(藤沢市)**

今まで入院・手術の経験がなく、健康面には自信がありました。しかし今年6月13日、大和成和病院を紹介され、初診日に基本的な検査、カテテル検査を受け、その結果、緊急手術となりました。未だに信じがたい思いです。先生や看護師さんのお陰で、術後2カ月間静養で仕事に復帰できました。考心会の会報では皆さまの様子を読ませて頂いており、今後の生活に役に立ちそうです。

◆**和泉俊次さん(国立市)**

平成12年に手術後もう10年が過ぎました。会社でも月に30万歩歩くという企画がありますが、私と家内とで参加し、40万歩歩きました。

◆**川瀬信哉さん(町田市)**

昨年7月にバイパス4本の手術後、順調に回復して(32面に続く)

# 母がお世話になりました

辻 晴美 (鎌倉市)

前略 いつも大変お世話になっております。母・辻照子は4月13日に逝去いたしました。遅ればせながら退会させていただきますお知らせいたします。

ここ数年、(考心会) 開催のタイミングに母はいつも体調をくずして出席こそできませんでしたが、お知らせを頂く度に、こうやって毎回かくも盛大に、南淵先生に執刀して頂いた患者同士が一堂に会し、元気な姿で南淵先生にお目にかかり、先生のお話を拝聴し、情報交換をはじめ、お互いにエールを送りあえる素晴らしい機会を頂けるのも、とにもかくにも、会を運営してくださる事務局の方々のお骨折りがあってこそと、皆様への感謝の気持ちをよく口にしておりました。

母は17年前、57歳の時に湘南鎌倉病院にて、南淵先生に冠動脈バイパス手術を執刀していただきました。カテーテルにて冠動脈の狭窄部を広げるためのバルーン手術中に冠動脈乖離となり、南淵先生に海外出張の中国より緊急帰国いただき、そのまま緊急手術となりました。元気でカテーテル室に入った母が、補助心臓につながれ口もきけない状態になってICUに入ってしまった悪夢も、手術が成功して白

## おたより

衣を翻して家族に駆け寄ってきたださった南淵先生の丸く優しい笑顔は、今でも脳裏に焼き付いています。

その後、母は一時は完全に回復していましたが、この数年肺機能が著しく低下、心肺の疾病で入院を繰り返して、昨年12月から肺炎のため3度にわたる入院、本年2月の退院後、通院しながら自宅療養をしておりました。

ほどなく激しい薬の副作用に見舞われ、在宅医療に切り換えましたが、素晴らしい医師や看護師との出会いがあり、徐々に回復に向かい、旅行やコンサートなど先々の予定を待ちわびているさなか、3月末に容態が急変、余命僅かと宣告され、病院には搬送せず、自宅をホスピスとして過ごし、楽しみにしていた孫の小学校の入学式、幼稚園の入園式を迎えるため、半月ほど懸命に頑張りを生き抜きました。

日1日と生き延びる度に、医学的には奇跡的なことと言われ、天命を終える寸前まで、見舞いに来るそれぞれの人に感謝の気持ちをお伝え、家族に見守られながら4月13日の昼、桜が散るように、静かに73歳の生涯を閉じました。

家で看取るという覚悟が足りなままの在宅ホスピスでしたので、後悔の残ることも多く、震災など様々なことも重なり、精神的肉体的にも壮絶で、いい歳をしていつまでも落ち込んで本当に情けない

ことなのですが、なかなか前に進めないでいます。

奇しくも本日(10月31日)何気なくインターネットで母の名前を検索したところ、行き当たったのは御会「考心会」の会員の近況報告「おたより」の欄に、母が寄せたコメントでした。

「いつもメディアを通じ、南淵先生のご活躍を拝見し、大変嬉しく思っております。術後13年、先生に執刀して頂いたお陰で、今年無事に古稀を迎え、海外旅行、孫の誕生と楽しく幸せな日々を送っております」と記してありました。4年前のことです。

活字を通して母の声が聞こえ、「楽しく幸せな日々を送っています」というくだりに、いつも明るく朗らかな母の優しい笑顔を思い出し、少しですが、心が癒された思いがしました。

遺骨は、来春までは、故人の大好きだった鎌倉の自宅へとどめおき、1周忌の桜の時期に、先祖の眠る富士霊園に納骨する予定であります。

富士の裾野で四季の移り変わりを楽しみ、花を愛でながら、安らかな眠りにつくことと思います。富士山を眺める機会がございましたら、故人を思い偲んでいただければ幸いです。故人が生前賜りましたご厚誼に、あらためてここに深く感謝申し上げます。

末筆になりましたが、心穏やかではいられないことが続く今日こ

の頃ですが、くれぐれもご自愛いただき、ご家族揃ってお健やかに日々楽しくお過ごしいただければ幸いです。会員の皆さま、ご家族の皆さまのご多幸を心よりお祈り申し上げます。 敬白 平成23年10月31日

### 一人暮らしで不安

本田謙一(海老名市)

手術室に入ってから、翌日ばかりと目が開き、「あれ、俺はどこにいるのかな」と考えていたら、ここにこ笑いながら、看護師さんが「どうですか」と声をかけてくれました。ようやく「ああ、俺は助かったんだ」と実感しました。ところが痛みが全然なく、いまだに信じられません。胸骨を切り心臓を引き出したの手術だから覚悟はしていましたが、一年近く経過しても痛みはまったくありません。

術後の経過も良く、先生方や看護師さん達にはお礼の言葉を表せないほど感謝しています。

無事退院しましたが、これからの生活を考えると一人暮らしで余生をどうするかが一番の気がかりです。塩分、緑もの、タバコなど制約があります。たまたまケアマネージャーの方から、老人ホームで生活体験すると良いですよと教えられ、一カ月間、近くの老人ホームでお世話になりました。食事療法を勉強中で、現在奮闘中です。

# おたより

ましたが、今年の5月に出血性胃潰瘍ということで、10日間ほど入院したり、最近では左腕のしびれや痛みが發生し、心臓手術と関連があるかは分かりませんが、ちょっと心配な状況です。現在、散歩や家庭菜園などをやり気をまぎらわしているこの頃です。71歳になりました。

◆林元子さん(町田市)

武藤先生にバイパス手術(4本)をしていただき、一年半が経ちました。自分では調子よくいっていましたが、夏の疲れが出たのか、不整脈が出て顔がファーツとして道路で倒れるなど、いま病院の色々な科に通院中です。

◆坂倉恵さん(横浜市旭区)

2010年に南淵先生の執刀により僧帽弁閉鎖不全症の弁形成術を受けました。現在、東京ハートセンターの外来に来て

います。術後は順調です。

◆高桑幸喜子さん(藤沢市)

手術した事を忘れるほど元気になりました。それには食事と運動に気を配り、毎日血圧を朝晩2回ずつ計り、記録しております。これからも何ごとにも前向きで頑張りたいと思います。

◆細川陽子さん(小田原市)

東日本大震災や台風15号の被害を見て、今何をするのか、どうしたら良いのか考えてしまいました。元気な毎日に感謝し過ごしています。

◆中村恵子さん(藤沢市)

手術(大動脈弁と上行大動脈血管の置換)を受けてから7年目になります。現在は定期的に検診に通い先生とお話をうかがい安心と元気をいただいています。これも日々健やかに過ごせる一因だと感じています。

◆中津川幹夫さん(海老名市)

バイパス手術後8カ月が経過しました。順調です。体力が落ちたものの食事に注意してほぼ普通の生活が出来て感謝しています。

◆滝沢裕美子さん(相模原市)

弁膜症の手術を小坂眞一先生にしていただき、6年になります。今も先生の病院に通っています。コーラス体操で元気にしています。

◆安室ユキ子さん(町田市)

前回は心臓手術、昨年の秋は動脈瘤の手術を倉田先生にさせていただきました。2度も命を救っていただきました。今は1日1時間位歩くことにしています。これからも東海道や中山道を歩きたいと思っています。

◆大川澄雄さん(横浜市青葉区)

術後10年が経過しました。お陰様で日頃、「指を動かして、足を動かして、花を失わず」元気で過ごしています。



◆梅澤千代子さん(東京都大田区)

5月末に不慮の事故に遭って右足を怪我し、2カ月の入院生活を送りました。先生方の手厚い治療のおかげで退院でき、今歩行のリハビリに通っております。考心会には体調を良くして出席したいと思っています。

◆荒井隆法さん(大和市)

検診で旭中央病院血管外科の小坂先生のとこに行ってきました。血液心電図などの検査の結果は良好。どこも悪いところはないと言われ安心しました。ただ体重を少し減らすように言われました。最近はいぶ秋めいてきましたので、いつものようにウォーキングと軽い運動をして体重を減らすようにしていきたいと思っております。講演会は楽しみにしています。

◆木村美代さん(川崎市高津区)

術後7年が過ぎました。このたびの大地震で被災された方々、遅ればせながら心からお見舞い申し上げます。一昨年夫が他界しました。そして私も脳梗塞で入院し、妹が私と同じ人工弁の手術とペースメーカーの埋め込みを受けました。姉妹で南淵

先生、スタッフの皆さんにお世話になりました。お陰さまで妹も私も心臓は順調です。今回、姉妹揃って初参加させていただきます。どうぞよろしく願います。

◆笹原美恵子さん(相模原市)

2010年2月に左室流出路切除術と僧帽弁置換術を受け、1年8カ月が過ぎました。12月には間質性肺炎を起こして1カ月上入院しましたが、無事退院できました。また2011年8月にはICDの手術をしました。南淵先生には大変お世話になりました。退院する時に、私がオペラのことを言いましたら、「サムソンとデリラ」のオペラの中に出てくるマリアの一つが大好きとのこと、先生はそのマリアの一部をお歌いになられました。私も何かお役に立てればと思いい、間質性肺炎をしていますが、少しづつ練習をしています。

## 考心会総会のお知らせ

考心会の「平成24年度総会」の日程が下記のように決まりましたのでお知らせいたします。詳しいことは来年4月始めにご案内させていただきます。

■日時 平成24年5月6日(日)  
PMO時受付、1時開会

■会場 大和市保健福祉センターホール  
(小田急線鶴間駅歩5分)