

いのちの力

文＝稲葉俊郎 画＝稲葉哲郎



私は医療現場で日々働いています。体や心のことで困っている方々の力になりたいと思いつつ、日々の診療活動をしています。人の体は極めて多様なため、その共通性と多様性を知るために、体や心、たましいのち、について、その深い本質や長い歴史を学ぶようになりました。学びながら感じるようになったのは、体や心を奥底で支えているいのちの力の存在です。それは調和とも、愛とも、美とも表現できます。

私もあなたも、今、生きています。生きている状態が、一瞬一瞬、途切れることはありません。起きている時も、寝ている時も、生き続けていて、生きている状態は連続してつながっています。それは当たり前すぎて改めて考えませんが、体の深い場所にいのちの調和の力が存在しなければ、生きていく状態を保つことができないのです。いのちの調和の力があるからこそ、私達はこうしてバラバラに分解されず存在できます。

一般的に、物質はエントロピーが増大する方向に行く、と言われます。エントロピーとは、乱雑さ、ということですが。水がこぼれるとバラバラで乱雑な方向へ向かっていくことがエントロピー（乱雑さ）が増大することです。ただ、例外があります。それはいのちの営みです。いのちが人間の体や心を支えています。いのちが、バラバラな方向ではなく、一定の秩序や形を保つ方向へと働いています。いのちの存在は、宇宙の中でも極めて特殊な存在であり、そ

こには何か深い意味があると思います。調和を保つ存在として、いのちはこの自然界の中でも特別な役割が与えられているようです。

いのちの調和の力で生きているのは、人間だけではなく、生きている存在すべてに共通して作用しています。人も動物も植物も虫も菌も…。そうしたいのちの力が宇宙的な時間と空間の中で貫通しています。この宇宙にいのちが誕生して40億年近くたちますが、そうしたいのちのつながりは、40億年の間一度も途切れたことがありません。何かしらの糸でつながり続けているからこそ、人類は誕生することができ、私達もこの世界に生まれることができました。いのちは数十億年の規模で続いている宇宙的なプロジェクトのようなものです。

私達の体の中心には、おへそがあります。おへその周辺は、丹田と呼ばれる場所、古来の心身技法の中で中心とされていた場所（トボス）でした。そうした体の中心に、「おへそ」という、いのちのつながりの証拠が記されているのは、きっと偶然ではないのでしょうか。そう考えると、おへそというシンボルも愛おしく思えてきます。

生きている存在には、「いのち」から託された調和の力が奥底に流れています。体や心は、その代表的なものです。体は60兆個の細胞の調和の力で生きていますし、心も意識や無意識、表層意識や深層意識など、いろいろな層が重なり合い、響き合っている。調和を保つことで存在していま



イラストは稲葉先生のお父様の作品。医師であり、セミプロの画家として個展なども開催している。この連載で二人三脚を組む

す。人は、生まれてから死ぬまで、一瞬も自分の体や心と離れることはできません。両親も恋人も親友も大切な存在ですが、そこには出会いや別れがあります。ただ、自分の体や心だけが自分の人生の中で一瞬も途切れることなく一緒にいるはず。生まれた瞬間から体や心は当たり前のように与えられていますから、当たり前すぎて体や心という人生の伴走者を大切にすることを忘れることが多いのです。最も大切な存在にこそ、日々ねぎらいの言葉や感謝の言葉をかける必要があるのではないのでしょうか。今は情報化社会のため、体に関するあらゆる情報があふれていますが、頭の情報に振り回されすぎず、常に自分と一緒にいる心や体とこそ、仲良くして、対話すること

が大切なことです。すべてはそこから始まると思います。あなたのごことを日々親身に考えてみてください。人の体には60兆個の細胞がありますが、無駄なもの一つもありません。すべては役割の違いです。そして、それぞれの細胞や臓器は、自分の役割を忠実に果たしながら、体や

心という全体性の調和のために動いています。そう考えると、医療現場で遭遇する病という状態も、何かプロセスの途中の状態であると感じます。体も心も、いろいろな状態を経過しながら常に動き続けているのです。今の社会のあり方も、全員が共通して持つ体の知恵からメタファーとして学ぶことは多いでしょう。右手と左手や、頭と体とが対立し合い、争い合うのではなく、全体の調和を願いながら、役割分担して協力していく必要があるのだと思います。いのちの歴史は多様性と調和の歴史そのものですが、それは体や心や魂にも共通している普遍的な原理だと思っています。

*

いろいろなご縁で、この『ヨギーニ』で連載させていただくことになりました。貫通するテーマは愛です。愛という言葉は極めて抽象的な概念ですが、その原理は体や心やいのちの奥底に流れていることを感じます。そんなことを読者の皆さんと共有していきたいながら、未来の社会を共に作り上げていければと思っています。



Profile 稲葉俊郎

いなばとしろう。医師。東京大学医学部付属病院循環器内科助教。東京大学医学部山岳部の監督、瀬沢診療所の所長（夏季限定山岳診療所）も兼任。さまざまな伝統医療、補完代替医療、民間医療への造形も深い。