

博慈会 老研一口伝言

戦争がいっぱい

— 未病は平和の中でこそ輝く —

イランとアメリカ・イスラエルの間でついに戦争が始まりました。この報道に胸を痛めたのは私だけではないと思います。ふと世界を見渡せば、戦争、紛争、飢餓、貧困——まさに「戦争がいっぱい」の時代ではないでしょうか。

爆音が響く場所で、人はまず命を守ることに全力を尽くします。空腹に苦しむ人に、血圧や睡眠の質を語る余裕はありません。未病ケアという概念は、戦争や飢餓、貧困のただ中では、ほとんど見向きもされないのです。

● 未病が注目される土壌

未病ケアが語られるのは、平和、豊穡、長寿でゆとりがあり、どこか少し怠惰さえ漂う社会です。明日も食べるものがある。今日も爆弾は落ちてこない。その前提があつてこそ、人は「まだ病気ではないが、どこかおかしい」という微妙な変化に気づきます。未病とは、命の危機を脱したあとの“繊細な気づき”の学問なのです。ある意味では贅沢な営みかもしれませんが。しかしそれは同時に、人類が平和を手にした証でもあります。未病とは、病気という破局の前に立ち止まる知恵でもあります。身体にも社会にも通じる豊穡の哲学といえます。

● 未病ケアは平和のバロメータ

未病ケアが語られる社会は、実はとても崇高な社会といえます。平和であること。豊かであること。長寿である事、多少のゆとりがあり、少し怠惰になれる時間があること。その土壌の上でこそ、未病は芽吹き成長いたします。

未病ケアは、単なる健康管理ではありません。命が保障され、明日を心配せずに済む社会の象徴——まさに平和のバロメータなのです。

● 未病サポーターは平和の伝道師

未病を広める人々、未病サポーターは何をする人々なのでしょう。

それは血圧のため減塩を勧めるだけではありません。自分の身体を大切にすることを伝え、自分と他者を守る文化を育てる人なのです。

自らの健康を守ろうとする人は、他人の命を軽んじません。「未病は民に在り」の現代未病の思想は、自己管理であると同時に相互尊重の哲学でもあります。戦争がいっぱいの世界だからこそ、未病を実践し続けることに大きな意味があると思います。未病を語る社会を守ること。それは平和を守り長寿を導くことにほかなりません。未病ケアの実践者が未病サポーターなのです。静かながら確かな、平和な未来への希望のシンボルとなるでしょう。

博慈会 老人病研究所 所長 福生吉裕

