

暁鐘の音

62

プラス思考

「病人が来たら医者は手をついて謝れ」これは少し前に読んだ本「脳内革命」の中の一節である。著者は子供の時から東洋医学に精通し、長じて西洋医学にも通じた人である。病気を治療するのが西洋医学であるのに対して、東洋医学は病気にさせないことを目指しているという。結局この著者は、医療としては東洋医学を主体にし、西洋医学はその証明に使っている。

冒頭の句も、近所の住民が病気になるってしまったのは医者のお慢であるという東洋医学独特の考え方である。しかしながら、この考え方は今日では「予防医学」として西洋医学の中に取り入れられ始めている。日本を含め欧米諸国では、高齢者や病人が増えたために、国の予算に占める医療費の割合が大きくなり過ぎ、予算全体を圧迫し始めている。これに対してアメリカの一部の州では、保険の加入者が一定期間に病気になるならなかったら保険料を割り引くという（民間）保険会社もある。その保険会社は、病気を治すためのコストより、病気になるためのコストの方がはるかに安いことに着目し、予防に対しては保険が良くよくなったのである。これは、これからの医療の在り方を示しているように思われる。特に高齢化が一気に進む

日本の場合、保険の在り方を「予防」に転換しなければ、間違いなく財政が破綻する。

話を「脳内革命」という本に戻す。この本によると、人間の心の動きに従って脳からいるいるな物質（いわゆるホルモン）が分泌されるといふ。それは心の問題を物質で説明できることを意味する。その物質の中には人間にとって有害なものもあれば、逆に非常に有益なものもあり、それらは微妙な心の変化に応じて分泌されるのである。

善玉の代表が「エンドルフィン」で、悪玉の代表が「ノルアドレナリン」といふ。後者は猛毒である。本に拠ると、自然界にある毒物では毒蛇に次ぐ毒性をもっているという。「いやだな」と思うと、このノルアドレナリンが分泌されるらしい。もちろん思う程度によって分泌される量も変わる。強い怒りや憤りの状態では、その人の吐く息にもノリアドレナリンが含まれている。「毒氣に当てられる」という言葉があるが、それはこの毒を含んだ息にふれることを意味している。実際にこの毒でネズミが死ぬことは確認されている。勿論、分泌している当人にとっても命懸けである。

珍しい。その人はきつと助けてくれると信じて疑わなかったという。ノルアドレナリンが分泌されなかったのである。

子供の頃、朝になって学校に行きたくないな、この授業はいやだな、また苛められると思うと、途端に腹や頭が痛くなったり、酷いときは吐き気まで催す。こんなときは間違いなくノルアドレナリンが分泌されているのだらう。大人になっても、この仕事は嫌だなとか、来週中に終わらなかつたらどうしようとか思うとき、ノルアドレナリンが分泌されているはずである。

これに対して、「いいな」と思うと「エンドルフィン」というホルモンが分泌されるという。心地好いとき、嬉しいとき、元氣印のとき、みなこの「エンドルフィン」が分泌される。人の役に立てたとき「ああよかった」と感動する。この時も「エンドルフィン」が出ている。

つまり、マイナス思考をすればノルアドレナリンが分泌され、プラス思考では「エンドルフィン」が分泌されるのである。そしてこの「エンドルフィン」は、脳の働きを活発にし、右脳に作用してヒラメキを刺激する。また、記憶を良くしたり、記憶の検索も円滑にする力を持っているという。それだけではない。血流を促し、健康を維持するのに大きな役割を担っているという。

昔から「病は氣から」というが、それがこの物質からも証明されるようである。

「何事も「能動」で取り組めば全て行く」という意味である。同じような意味で、道元の言葉に「強く願えば叶うものなり」というのがある。何時も実現することを願いつつ（すなわち成功をイメージしつつ）けていれば現実のものとなるというのである。マフィーの言葉には、これと逆の意味の「上手く行かないと思うものは必ず失敗する」という言葉がある。

また中村天風の言葉に「人生は言葉で哲学化され、科学化されている。すなわち言葉は人生を左右する力がある。（中略）そしてこの目的を実現するには、常に言葉に慎重な注意

「統率者の命令は明瞭で正確でなければならぬ。命令はすべて誤解されやすいものであるが、曖昧な命令は理解されない。（中略）故にただ命令を与えるだけでは十分でない。同時にそれが実行されることに注意し、その効果を無にするかもしれないものを予想しなければならぬ」（アンドレ・モーロー）

モーローのこの言葉は、当然のことながら、別に政治家に限ったことではない。一般の企業や団体などの組織を統率し動かす立場の人なら、誰しもこの問題で悩まされているのではないだろうか。表現が曖昧で効力を発揮しなかつた命令や、表現が抽象的過ぎて、組織の中ほどの階層でうやむやになってしまった指示など、幾つもあるのではないだろうか。そのような場面を見ると、多くの場合、フォロワーがなされていないことが多い。実施することを決めただけとか、担当者に指示を出しただけで、それが確実に実行されているかどうか、うまくフォロワーされているか。ひどい場合には、どのように実

を払い、いかなるときにも、積極的以外の言葉を使わないように心掛けることである。そうすると、それが人生哲学の第一原則である暗示の法則を立派に応用したことになる。期せずして、健康も運命も完全になる」というのも、「エンドルフィン」で説明できそうである。

この本を人に進められて読んでみたが、「こころ」の持ち方で人生が決まるといつても過言ではないことを確信した。それに先人の名言の裏付けを得た思いもする。1600円、損をしない本であった。

行される（べき）かも決めていないこともある。そうは言っても命令の効果を無にするかもしれないものも予想するのは容易ではない。それが出来るためには信頼できる少数の人間を持ち、意見を交せる体制を整える必要がある。

それにしてこの国は曖昧が肩で風を切って歩く国のようなものである。予算は決めても、それがどのように使われているかほとんど気にしていない。会計監査院の監査結果で不正指摘されても当事者はまったく動じない。大蔵官僚の株式投資が問題になって出てきた「規制」が、「国民に誤解を与える恐れがあるの」で・・・注意するよつに「である。

