



リボンの会 会員の声

[リボンの会のホームページ・トップ](#) > [リボンの会とは](#) > [会員の声](#)

 イニシャル K. Mさん (51歳)

病気が貴重な機会をくれた

私が悪性リンパ腫の治療で、骨髄移植の準備のために入院をしている時、自分でも治療のために何かできることはないだろうかと様々ながん治療に関わる本や闘病記を読んだ。そのなかで行き当たったのが、人がそれぞれ持つ免疫を強化するのに「気持ち」の持ちようが大きく関わるという「サイモントン療法」だった。要は不安な事、嫌な事を考えると免疫は弱くなるし、逆に前向きな気持ち、明るい気持ちでいると免疫は強くなるというというものだ。

私が読んだ本には、思い出だけで微笑むような楽しい記憶を、あめ玉をなめるようにゆっくりと楽しむのがよい、と書いてあった。

早速、ベッドの上で最近の自分の記憶からゆっくり過去にさかのぼっていった。驚いた事に、当時、約20年にわたって携わっていた仕事の中にはまったく「楽しい記憶」に行き当たる事がなかった。

私は新聞社のカメラマンだった。

大きな事件やプロ野球やサッカー試合の取材に行き、海外出張ではヨーロッパや東南アジアなど約20カ国を訪れた経験もあった。多くの人から「楽しそうなお仕事ですね」などと言われ、自分でも楽しんでいるつもりだった。だが、こうやって振り返ってみると、取材の情景とともに浮かび上がる精神状態は主に緊張と不安ばかりだ。仕事の記憶をいくらたどっても、砂漠の中で青々とした若葉の痕跡を探すように、目指すものは見つけられなかった。



結局、「楽しい記憶」に関しては家族と過ごしたカナダの雄大な自然や、子供のころに近所の友人と遊んだ時間の中から探し当てた。

「楽しい記憶」を首尾よく見つけられたことよりも、仕事の中にそういったものを見つけれなかったことに愕然とした。世間には、やりがいがあるという仕事をしている人はたくさんいるし、仕事を楽しんでやっている人も大勢いると思う。私自身もそう思っていた。だが追いつめられた精神と肉体の状態で、自分の気持ちと冷静に向き合った時、私にとって仕事はそれほど楽しいものではないということに初めて気づいた。そして、退院したら、自分の時間と自分のお金を使って人生の中でもっとたくさんそうした記憶を増やそうと決心した。

もし、病気にならなかつたら、この心の中の空虚な部分には気づかなかつたかもしれない。日々の忙しさにかまけ、人並みにであることに満足しつつ時を過ごしていたかもしれない。心の中のことは問いかける事を怠るとあっという間に聞こえなくなってしまう。

何がしたいのか、どう生きたいのか…病気は私に人生を振り返る貴重な機会を与えてくれた。

2016.9



リボンの会 事務局本部

公式サイトURL: <http://ribonnokai.info/>

E-mail: <http://ribonnokai.info/mail.html>