

健康の大切さを知ろう

「病気になって初めて健康の有難さが分かりました。」

病院で良く聞く言葉です。入院したほとんどの方が一度は口にする言葉です。

「健康になったら、今度は、生活に気を付けて一日を大切にします。」

これも、よく聞く言葉です。しかし、幸いに元気になって退院なされると、入院中味わった健康であることの喜びはどこかへ行ってしまって、現実の社会の苦闘の中で、とかく不平不満の多い時を過ごすようになってしまわれます。

病気になって健康の有難さが本当に分かるということは、今、病気で寝ていても、自分は歩いて便所に行くことができる。

歩くことができなくても、食事を食べることができる。

究極には、生かされている。と今の現実を心底喜ぶことができるかということです。

今のこの瞬間を喜ぶことができる人だけが、健康になった時に、素直に健康を喜ぶことができ、不平不満のない生活が送れるようになるのです。

このことが理屈でわかっているだけではダメなんです。実践でわからなければダメなんです。

実践とは、歩ける人は歩けない人の世話をする。話すことができる人は寝たきりの人に優しい励ましの言葉をかける。身動きできず、ものも言えない人でも、心の中で一生懸命同室の患者さんについて祈ることができる。

つまり、どんな状況のもとにでも他人への功德のために生きる。

これが信仰の世界の修行であり、また、その中にのみ本当の生きる喜びがあるので