

がん化学療法科 ニュースレター

## ほほえみ 第108号



ほほえみも100号を越えて、今月は108号となりました。日本では108というと煩惱の数と同じで、除夜の鐘を突く回数ともなっていますが、108号に至るまで毎月、書く内容を悩んできたように思います。秋には集中豪雨、台風被害と立て続けに災害があり、苦しみの多い季節でした。その後、第108号を迎えたので、特に、この数字が心にかかるのかもしれませんが。被災された方々が、早く、日常の生活に戻られることを願っています。

### 3つのヨーガ

ここ何年か、意思決定理論の考察を行っていますが、意思決定を学ぶ上では多彩な領域が関係してきます。ポジティブ心理学やマインドフルネスを突き詰めると、ヨーガに関係するのはわかっていたのですが、思いがけなく、別の視点からヨーガの勉強をすることになりました。といっても、ポーズを取るヨーガではありません。

アマルティア・センの著書を読み解くのに、バガヴァッド・ギーターや、カウティリアの実利論という書物を買いました。そこで、図らずもヨーガを勉強することになったのです。バガヴァッド・ギーターは、インドの大叙事詩、マハーバーラタのごく一部を指して言います。妙法蓮華経二十八巻のうちの一巻、第二十五巻が観音経と言われるようなものです。バガヴァッド・ギーターの意味は、「神の偈(歌)」です。

ヨーガがポーズだと思つたと判らなくなってしまうので、本来の意味に戻すと「平等の境地」という意味です。

あなたの職務は行為そのものにある。決してその結果にはない。  
行為の結果を動機としてはいけない。また無為に執着してはならぬ。  
アルジュナよ。執着を捨て、成功と不成功を平等(同一)のものとして見て、ヨーガに立脚して  
諸々の行為をせよ。ヨーガは平等の境地であると言われる。  
『バガヴァッド・ギーター 第二章』

平等の境地では、幸も不幸も、事物からもたらされる喜びも悲しみも同一とみます。この平等の境地に達する三つの道があり、

行為のヨーガ  
知識のヨーガ  
信愛のヨーガ

の三つがそれです。この三つのヨーガは表裏一体のようです。感覚の世界を離れ、深い知性的認識に立って、神(ブラフマン)と結びつくということとされます。そのために、修養としての呼吸や、鍛錬が行われるようになり、日本では、内面はさておき、ポーズの方がヨーガとして知られるようになったということのようです。



## 日本海の夕暮

先日、家族で五能線に乗って、白神山地に行ってきました。今年は夏休みに出掛けなかったもので、秋の旅行を予定していました。台風もあり、一旦、中止にしようかと思っただのですが、気分転換も必要と思い、出掛けてきました。

のんびりと運行される五能線の車窓から、日本海が見えるのですが、特に、夕暮れ時の日本海の情景は、紅葉のように直接季節を感じさせるものがなくとも、秋らしいものでした。

リゾート白神の待ち時間で、不老不死温泉に入ることもでき、思い出深い旅となりました。



## 秋バラ

何といってもバラの季節は6月なのですが、秋のバラも花数は少ないものの、寒さに耐えて咲く風情があります。

花の色も、春とは異なって、簡単に言うと色味が少し浅くなる感じです。右のラブソディ・イン・ブルーでは、春の方が青みが強く、秋の花はややグレーがかった感じですが、花もちもよく、寂しい秋の庭の一角を華やかにしてくれます。

雪がちらつき始める頃には、来年の春に向けて剪定・誘引の作業を始めることになります。



## MEMO

### 11月のがん化学療法科の予定

11月3日	文化の日
11月5日	診療応援(平出先生)
11月12日	診療応援(工藤先生)
11月19日	診療応援(平出先生)
11月21日	新渡戸稲造記念メディカル・カフェ(予定)
11月26日	診療応援(工藤先生)

