

1%は誰かのために生きなさい

－ 1%だけだと思えば続けられる

先日、新緑の季節に長野県諏訪湖を訪れました。左程大きくない湖でしたが、湖はそれぞれ四本の御柱に守られた四つの諏訪大社と手長、足長神社に囲まれ、朝夕湖面を照らす輝きは、この世のものと思えないほどの美しさでした。

今回は、この湖畔で地道に高齢者医療に取り組まれ、今尚全国に、世界に羽搏いておられる鎌田實先生の「1%の力」を紹介します。

先生の「がんばらない」の本が反響を呼びましたが、今回は1%だけは誰かのために生きなさい。みんながそれぞれ1%だけ生き方を変えれば、自分も、周囲も、社会も変わる。1%だけでいいと思えば続けられる。と、そういった内容でした。

私も「語りの会」から、完璧主義を捨て、がんばらなくてもいい、何もしない人生があってもいいことを学びましたが、先生のたった1%の力も捨てがたく信じたくありません。

平成27年6月1日

はまゆう会会長 市丸 喜一郎

参考書：「1%の力」 鎌田實 河出書房新社 2014 東京

(新王子病院4階 私の本棚)