

# 心のSpring water(湧き水) Vol.11



photo: Kozue Maeda



photo: Maki Tsunoda



photo: Yukimon

## 「人生邂逅」

～『何を学ぶか』より『誰に出会うか』～

樋野 興夫

恵泉女学園 理事長  
順天堂大学 名誉教授  
新渡戸記念中野総合病院 新渡戸稲造記念センター 長  
一般社団法人 がん哲学外来 理事長

この度、『心のSpring Water(湧き水)』11号の原稿を依頼された。2021年10月24日発行の冊子『OKI-chan's Journey to Memorable Words; OKIちゃん 言葉の旅』(英語・日本語版)は大変好評の様である。「1919年パリ講和会議が開催されている頃、『スペインかぜ』がフランスでも猛威をふるっていて、パンデミック(世界流行)で、感染者6億人、死者4,000万～5,000万人にも達したと推定されている」と、以前に聞いたものである。そのとき、新渡戸稲造(1862-1933)はパリにいて、その後、国際連盟事務次長に就任している。新渡戸稲造は、「common sense(社会常識)を備えもった柔軟性のある人格者」と謳われている。「コロナ時代の生き方」が問われている現在、新渡戸稲造なら、何と語るのであろうか?『何を学ぶか』も大事だが、それ以上に『誰に出会うか』がもっと大切であろう。英文で書かれた『代表的日本人』(内村鑑三; 1861-1930)と『武士道』(新渡戸稲造)は、若き日から私の座右の書となった。そして、南原 繁(1889-1974)と矢内原 忠雄(1893-1961)へと繋がっていった。「人生邂逅」の「非連続性の連続性」である。これが、まさに『心のSpring Water(湧き水)』ではなかろうか!

## "Life encounter"

-- "Who to meet" rather than "What to learn" --

This time, I was asked to write an article for the 11th issue of "Spring Water from the Heart". The booklet "OKI-chan's Journey to Memorable Words" (Eng-Jp bilingual ver.,) published on October 24, 2021 seems to have been very well-received. "Around the time of the Paris Peace Conference in 1919, the 'Spanish flu' was also rampant in France, with a pandemic of 600 million infected and 40-50 million presumed dead, " I heard earlier. At that time, Inazo Nitobe (1862-1933) was in Paris and later became the Deputy Secretary-General of the League of Nations. Inazo Nitobe is touted as "a flexible personality with common sense." Now that "the way of life in the COVID-19 pandemic era" is being questioned, what would Inazo Nitobe say? "What to learn" is important, but more important than that is "who to meet". "Representative Men of Japan" (Kanzo Uchimura; 1861-1930) and "Bushido: The Soul of Japan" (Inazo Nitobe) written in English have become my favorite books since I was young, which led to Shigeru Nanbara (1889-1974) and Tadao Yanaihara (1893-1961). It is the "continuity of discontinuity" of the "life encounter". Isn't this exactly what "Spring Water from the heart" is?

**Okio Hino, M.D., Ph.D.**

Chairperson, Board of Trustees, Keisen Jogakuen  
Emeritus Professor, Juntendo University  
Director of Nitobe Inazo Memorial Center,  
Nitobe Memorial Nakano General Hospital  
Chairman of the Board of Cancer Philosophy Clinic



## 師走の青空を眺めて

今年も、もう師走を迎えた。  
 いろいろあった一年が終わろうとしている。  
 私は乳がん治療中。  
 一年一年がとても大切に思えるようになった。  
 先々の心配事はあるが、とりあえず無事に年末年始を迎えられることは何よりも嬉しい。  
 今ある自分は、温かで力強いみんなのサポートのおかげ。  
 師走の澄み切った青空を眺めていると心から私を支えてくれた全ての人、そして自然の力に感謝の気持ちが湧いてくる。  
 この感謝の気持ちをパワーに変えて、来年も人生いばらの道にもかかわらず宴会で頑張っていきたい！  
 みんな、ありがとう♡

前田 こずえ

photo: Kozue Maeda

## Looking at the blue sky of December

December has come again.

A year filled with various events is about to end.

I'm being treated for breast cancer.

For me, each year to come seems to be very special.

Despite lots of concerns for the future, I'm most happy to safely reach the year-end and New Year holidays anyway.

Thanks to the warm and powerful support from the people around me, I'm here now.

Looking at the clear blue sky of December, I am grateful from the bottom of my heart to all those people who have supported me and the energy of nature.

Turning this feeling of gratitude into power, I want to do my best at the banquet next year despite the thorny path of my life!

Thank you everyone ♡

Kozue Maeda

## While waking up from hibernation

Doctor's word is magical. Either good or bad, it's always memorable. I'm now glad, now sad at my doctor's word each time. If it's bad one, I will need some time to accept it.

We had a cold winter this year. I couldn't see any blooming flowers in my neighborhood and felt depressed. I had withdrawn and escaped from reality and blamed myself for not being positive. Still, sometimes I thought it might be okay for me to live these days like that, and regarded that my mind and body were just under hibernation. Then, as I'm not good at reading, I watched and enjoyed a lot of Japanese movies at home.

The plum blossoms in my neighborhood began to bloom. I found buds of magnolias and daphne, and my feelings got gradually refreshed. I would like to cherish my today and do my best now without worrying too much about my future.

Maki Tsunoda



photos: Maki Tsunoda

## 冬眠中から目覚めつつ

医師の言葉は魔法の言葉。良くも悪くもずっと心に残る。その都度一喜一憂し、悪い事は受け入れるのに時間が掛かってしまう。

この冬は寒く、近所では咲いている花を見かけなくなり、気持ちも落ち込み、引きこもって現実逃避してました。なかなか前向きになれない自分を責めたりもしましたが、ふとたまには こんな日々でもよいかなと思い、心も身体も冬眠中と開き直りました。読書は相変わらず苦手なので、家で邦画を観まわりました。

近所の梅の花が咲きだし、木蓮や沈丁花の蕾を見付け、少しずつ気持ちも晴れやかになってきました。先の事はあまり悩まずに、今を大切に頑張りたいと思います。

角田 万木





うぐいすの初音が聞こえてくる頃となりました。

いろいろ人生60年のなかで、逆風を通過OKだった私の心がポッキリと折れてしまったことは父の死、そして、その前くらいに忍び寄ってきた母の救急入院と、コロナ流行で面会ができず、病状を気にしながらのハード勤務でした。

父の死後、少しずつ回復していく過程で、『OKIちゃん言葉の旅』『小さな川の鳥ものがたり』をYukimonさんからいただいて、生き生きと生活している野鳥のショットとメッセージを読むうちに、少しずつ折れた心が修復されていくのであった。

野鳥の存在は今まで遠くて、電線に何か鳥がいるかな・・・ぐらいでしたが、この二冊の書は、それぞれ至近で小鳥の表情と個性をカメラのレンズを通して表現され、まるで生き生きとページから飛び出して来てくれるような、臨場感あふれるものばかりで・・・

野鳥さんとYukimonさんの一体感、Yukimonさんの深い愛情が野鳥さんに伝わり、一枚一枚が心を打つ、そしていやされていくショットだなあ・・・と思いました。

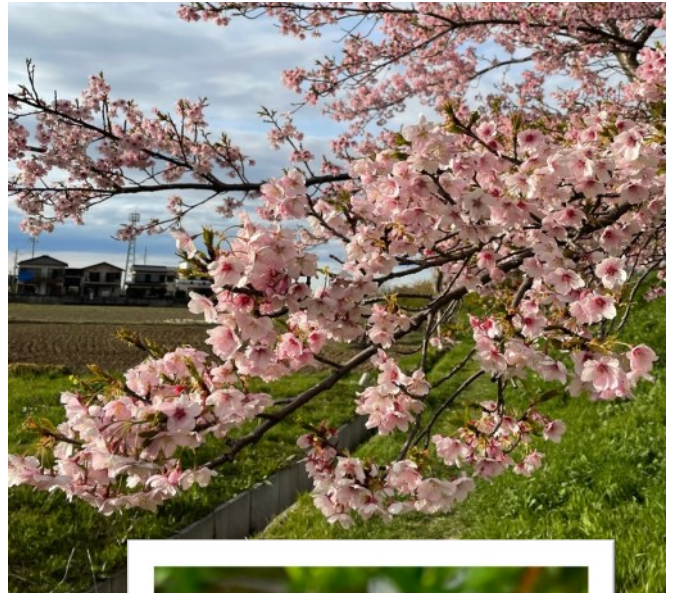
（この2つの本は、いつも身近において、また、職場に行くときはお守りのように身につけております。）

より一層住み良い環境を人間が考えて、共生していくことが、今後の大きな課題とつくづく思います。

### 鈴木 かん子



photos: Yukimon



photos: Yoshie Kido

The first song by a bush warbler is heard nowadays.

In my 60 years of life, my heart, which had been going well to pass through the headwinds, was suddenly broken because of my father's death, my mother's emergency hospitalization which had been sneaking up before he died, and my hard working while worrying about her medical conditions not allowed to see her under the COVID pandemic.

When recovering little by little after my father's death, I received "OKI-chan's Journey to Memorable Words" and "The Bird Story in a small river" from Yukimon. As looking at the photos of wild birds living lively and reading the messages, my broken heart was gradually restored.

The existence of wild birds had been so far away to me. My simple acknowledgement was such that there are some birds on the electric wires. But in these two booklets, close shots vividly captured the facial expressions and individuality of the birds through the lens of the camera. The photos of these birds are as immersive as if they popped out of the pages....

I felt the sense of unity between the wild birds and Yukimon, and thought that her deep affection was conveyed to those birds, which made them touching and healing.

(I always put these two booklets close to me and wear as a lucky charm when I go to work.)

I think hard that it will be a big issue for human beings to think about a better living environment and live in harmony with them.

Kanko Suzuki

# 里山から / From Country Side Forest

2月下旬 /late February

毎日寒いなと思って、朝の犬たちとお散歩に行きますが、池の氷が薄くなっていたり、張っていなかったりする日もだんだん増えてきました。

薪割りをしていると、木の中にいる虫(カミキリムシの幼虫が多い)を狙って鳥がやってくるのは以前にもお話ししましたが、鳴き方の違いに気がつきました。(NHKの番組でもやっていましたが、種類の違う鳥でも会話をしているらしい)警戒しているときの短い「カッ、カッ」、餌があるよーの時は、「ピー、ピー」だいう感じです。まだ2種類しかわかりませんが……。面白いです。

しかし！これから割る木は、今年伐採した新しい木なのでほとんど虫が入っていません。昨日も割っていて近くに小鳥が来たのですが、残念、みんなさっさと帰って行きました。

Thinking, "It's cold every day," I go for a walk with the dogs in the morning. Increasing is the number of days when the ice is formed thinner on the pond or not formed at all.

As mentioned before, when I'm chopping wood, birds come to aim at the insects inside the tree (many of which are long-horn beetle larvae). Also, I noticed a difference in how the birds squeal. (Different kinds of birds seem to be talking each other as shown in a TV program.) When on the alert, it utters "Kut, Kut", and when finding food, it sounds "Pee, Pee," like that. I only know 2 words though ... it's interesting anyway.

However! The tree I'm splitting now is a new tree that was cut down this year. So it contains almost no insects. When I split it yesterday, little birds came closer, but unfortunately, they went away quickly.



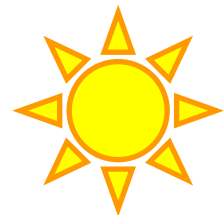
4月初旬 /early April



●この冬は、とても寒かったですが、ちゃんと木の芽が出てきたり、地面のいつものところから、いつものものが生えてきたりしてます。右上のポンポンは、犬のしっぽです。  
It was very cold this winter. Nevertheless the buds of trees are properly coming out, and the usual things are growing from the usual places on the ground. The pom-pom on the upper right is the tail of the dog.



●ジューンベリーの花です。満開になると白い桜のようですよ！おいしい実がたくさんあります。私と犬が大好きで、鳥と競争で食べます。  
Juneberry flowers. It looks like white cherry blossoms in full bloom! It bears a lot of delicious fruit. Dogs and I love to eat the fruit in competition with birds.



text & photos 沖 悦子 / Etsuko Oki



## し あ わ せ

桜の季節も過ぎ、新緑が目眩しく美しい今。私は、どちらの場面も好きだなーと思っています。自然が好きなのかもしれません。四季折々に目を楽しませてくれ、芳しい香りを放っているーただその事に、幸せを感じています。

人の感じる幸せはそれぞれ...

私が最近思う事は、物質的な繁栄による豊かな幸せ、それとは、また違って、たとえば...動植物と触れ合いエネルギーを感じる清々しさ。

お風呂に入ってリラックスしている心地よさ。

人と心が通い合った時に感じる嬉しさ。

これは、目に見えず、ただ、感じる事なのですが、私は確かに感じている！（豊かな気持ちになっている！）そう思えることが幸せでなりません。

病気が訪れて、明暗の世界を行ったり来たりの中、明るさ（光）の方に目を向け、顔を上げ気づけた、私が喜ぶ幸せなんだと思っています。それは、そっと寄り添っていました。

樋野先生の“もしかしたらこのときのために”という言葉思う時、最初は何か特別な事が起こることへの期待をしていました。でも、今は、みんなの存在自体が、それぞれ特別で、ただ在るだけで尊くって、感じる幸せもいろいろで違っていいし... 自分と繋がった時に感じる幸せを暖めていたいし...

そう思っている瞬間を“この時”と捉えるのもステキなことかなーと思っています。

田中 聡季

美味しいものを食べてる時。  
いろんな物を美味しく頂ける事。  
もちろん、しあわせです。

When eating delicious food,  
That I can enjoy various things,  
Of course, I'm happy.



photo: Maki Tsunoda



photo: Maki Tsunoda

## HAPPINESS

Now that the cherry blossom season has passed and the fresh green is dazzling, I like both scenes. Maybe I like nature. It delights my eyes in each of the four seasons and gives off a fragrant scent--Just, I feel happy about that.

The happiness that people feel differs...

What I think recently is the abundant happiness of material prosperity, and otherwise, for instance... the feeling of energy and freshness by touching animals and plants, the comfort of taking a bath and relaxing, and the joy I feel when I intimately communicate with people.

This is invisible, just a feeling, but I do feel it! (I'm feeling rich in spirit!) I'm so happy and dying to think so.

As the illness came and while going back and forth between the light and dark worlds, I turned my eyes to the brightness (light), raised my face and noticed, and I think I am happy to be joyful. It was softly snuggling up to me.

When I think of Hino sensei's words, "Maybe it is for this time," I was initially expecting something special to happen. But now, everyone's existence itself is special, just being there is precious, and the happiness we feel can be different ... I want to warm up the happiness I feel when they connect with me ...

I think it's nice to regard that moment when I think so as "this time".

Satoki Tanaka

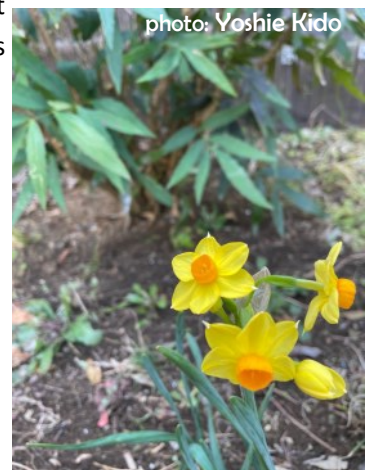


photo: Yoshie Kido

## 死ぬという大切な仕事—死ぬのは確実、いつ死ぬかは確率

がんになって、死ぬと決まったのではなく、もともと死ぬことは決まっていたのだ。でも、医師との治療の相談や、その選択肢は常に命の長さや死の確立がセットになる。おそらく、若くて教育の良く行き届いた私の主治医は、私に対して、この物語の主人公であるにも関わらず、あらゆる観点から立場の弱い患者をそんな数字で脅すことはしない。「時間を置いて、人と話して、自分の納得感が大事だから」と、上手に相手をしてきている。

しぶとく生きる、長さではなく太さ、死太い、太く死ぬことはなかなか死なないこと、そしてそれは、良く生きること。死ぬという大切な仕事に向けて、誰もがもっと熱心にならなければならない。何に命を使うか、それは、後に続く必ず死ぬ人たちへの大切な贈り物だから。長さではない、というところに不思議な気楽さがある。がんは私に“ぴったり”の病気かもしれない。

潮 良子



photos: Yukimon

### To die is an important task—Most certainly we die, the time we die is a probability

Man isn't decided to die because of cancer, but it was originally decided to die. However, treatment consultations with doctors and their options are always a set of life length and death probability. Perhaps my young, well-educated doctor does not threaten me with such numbers, despite my being the protagonist of this story, who is vulnerable in all respects. "Because it's important, you should take some time, talk to other people and be convinced of yourself," says he. He is good at dealing with me.

To live persistently and toughly focuses on thickness rather than length. And to die thickly and boldly means having a better life not easily dying. Everyone must be more enthusiastic about the important task of dying. What you spend your life on is an important gift for those who will surely die later. There is a mysterious comfort in that it is not the length. Cancer may be the "perfect" illness for me.

Ryoko Ushio



URL: <https://www.higashikurume-gantetsu.com/>

編集・発行: 東久留米がん哲学外来 in メディカル・カフェ

Edited/issued by Higashi-Kurume Cancer Philosophy Clinic in Medical Café

☆悲しいニュースが世界を駆け巡る毎日だが、どんな状況下にあろうと、一人ひとりが生き続けていることには変わりはない。自分に何ができるかは、これから出会う方たちによって違ってくるかもしれない。その時に、これまでに習得したことや経験が、その方たちのために生かせれば、幸せな人生になるのではないかと思う。

Sad news rushes around the world every day. but no matter what the circumstances we are under, each and every one of us is still living. What we can do may depend on the people we will meet. At that time, if the lessons and experiences we have learned so far can be put to good use for those people, we will have a happy life, I think.

Yukimon

