

# トピックス

## 癌と禅（２）

### 長 廻 紘



#### 診断・私はナニモノカ

一切衆生 悉有癌性といつてもそれは長い人類の歴史における一時的なもの。野生動物と源を同じくする人間は本来的には無癌性のはずである。正常細胞といういわば空に、文明という人類の悪エネルギーが充満して色に変じて生じたのが癌。生きた、長く生き悪しき習慣を続けてきた結果としての癌である。しかし、苦あれば楽あり。人類の歴史は苦の解決の歴史でもある。

「一切衆生 悉有仏性」を根本テーゼとする大乘仏教の流れを汲む禅宗ではよく無仏性という。個々の人間はそのもの自体でしかありえない、神や仏も余分なものである。考え・行動は自分から出たもので、他から与えられたものであつてはならない。冬菊のように、まとうは己の光のみ。自分で光る。それは普通の意味での仏性や悟りを超えた、人間が至りうる最高の境地である。癌という苦に対しては生活の改善と診断治療法の改善によつて解決・色即是空（無癌性）に向かつている。

## 1. 冬の菊

人は数々の死と再生を繰り返して成長する。普通には母胎からの出生のみを誕生という。その後も子供という被保護状態を脱して自分の力で生きようになるイニシエーション・成人は第二の誕生。社会の表面から去るが新しい価値観に挑戦を始める定年は第3の誕生。定年後も肉体的な力強さと一線を画し精神的な力を支えにさらなる成長が続く。

「中年やはるかに遠き夜の桃（三鬼）」

「冬菊のまとふはおのがひかりのみ（秋桜子）」

もちろん若い時代にも成長はあるが足が地についていない。死を見つめてしつかり視点の定まった人間へ向かつての成熟とはいいがたい。成人では子供の人格を去る。定年では社会人の人格を去り、真の自己を探り自己に目覚めその完成に向かう。誕生より成人までは体中に力が漂っている。

その力は青年期には頭に上り、だんだん下りて胸部へ、老年期には腹部（丹田）に集中し人間全体が静かにかつ安定してくる。何をしても矩を踏え

ず、様になっている。そこへたどり着くのに必要な健康長寿は人間の本分を尽くすことである。

われわれは時代や社会なかならず周囲の人と戦いながら生きてゆく。その中で若さゆえに他から理解しがたい言動や行動がどうしても出てくる。ジグソーパズルの片々のようにそれだけを取り出したのでは分かり難い。定年を過ぎ多くの空白が埋まってくる頃に、あああれはそういうことだったかと、初めて理解ができることも少くない。大きな人生ほど最初の頃には理解を超えた片々が見られる。時間がかかるができれば壮大である。とうとう完成しないのも下らないものもたくさんあるが。

定年は、停年でも諦念でもない。退場ではなく誕生である。成長から成熟へのターニング・ポイント。語呂合わせでテーニング・ポイント。現役時代に必要であった素速さや妥協で歪められた、必ずしも自分らしくはなかった生き方を軌道修正し、生を全うする始まり。なにものをも顧慮することなく自分の道を歩む。60〜80歳は、大病さえ

なければ壮年者と変わることなく健康で充実した生を送ることが出来る(森田潮「社会の構造」高齡者標準』に「09・4・17日本経済新聞」)。癌のことさえ解決すれば。

## 2. 定年と癌

癌は快適で便利な現代生活の影。あまりに増えたことを悉有癌性と表現した。だが本来無癌性、自然な生活をしていれば癌はない筈である。無癌性への道は生活改善と並んで治療。癌になっても治す。癌にはなっても命はある、癌はあつても心を乱されぬのも無癌性的一种。「人間は努力する限り悩む」。悩みがあればその解決に努める。努力する分有効寿命が延びる。現役時には多くのものを詰め込む色(しき)の世界。引退後はその詰め込まれたものを吐き出し身軽になる空々く(う)の世界。吐き出すにもエネルギーが要る。癌をなくすにもエネルギーが要る。空とは何も無い単なる無ではなく、エネルギーが凝縮されている。人の半分は生涯のうちで癌に罹る。その多くは

定年前後からで加齢とともに増えてゆく。定年はまた癌年齢の真つ盛り。癌罹患率・死亡率ともに年齢とともに加速度的に高くなり、癌死亡者の80%は60歳以上である。癌は他の生活習慣病と同じく基本的には老人の病である。よく因果というが、因・癌遺伝子だけでは果・癌は生じない。その間を結ぶ縁があつて初めて癌は結果する。縁とは生活習慣や長寿。老人の癌は悪性度が低く発育は遅いという特徴がある。高齢者では症状があつても他の原因とみなされ、受診が遅くなりやすい。比較的早期の癌は救命可能である。担癌者が多いことに留意して検診に力を入れれば見つけることは十分可能である。検診は因果をつなぐ縁を断つ。縁を明らかにし断つのも無癌性への道。癌は「死を垣間みせる」とはよくいわれるが、定年も同じだが死を見て負けなかった、打ちのめされなかった者は強い。癌も定年と同じように第3の誕生。癌を告知されても、今日は残された私の人生の最初の日と、気持ちを切り替える。癌は生活習慣病であるが、定年は生活の積み重ねの末に来るもの

だが病ではない。正しい、心をこめた生活を送ってきた者は、癌にも定年にも素直に対処できる。癌に対処するとはまず治す。治しながら自分を見つめ直す。定年に対処するとは、自分を見つめ直し（治し）気持ちを切り替えること。

### 3. 無癌性への道

遺伝子変異を起こさないような「正しい」生活習慣、という一次予防の重要性は胃癌によって実証された。多くの日本人のごく普通の生活が結果として胃癌につながり、胃癌時代が長く続いた。日本人の平均的食生活が胃癌と関係あることを誰も知らなかった。胃癌になりやすい生活習慣（塩分の多い食事や不衛生など）が分かり胃癌は減った。仏性は宗教的用語であり信じるか信じないかは各人の自由だが、癌性は科学的用語である。すなわち癌性は可変で、有ったり無かったりする。生活を変えるのも診断を洗練するのも無癌性への道。欲を抑えた仏僧の生活が長寿に繋がっている。腹式呼吸で大きな声で経を読む、心が穏やかに安

定している、精進料理などの自然に近い食、といったことによるという。

仏性は生得のものだが、磨かないと顕現しない。癌性も同じく生得のもので、癌遺伝子は正常細胞内にある。仏性とは逆に生活を悪い方向へ磨くときに遺伝子変異を通し癌が顕現する。一切衆生悉有癌性であるが無有変易ではない。生活習慣は可変である。生活を正すとは癌性を抑えること。自然な生活を送れば癌にはならないように人間はできている。すなわち一切衆生は悉有癌性ではなく本来無癌性。悉有仏性と語呂をあわせて悉有癌性といった。仏は正で癌は負だから、論理的整合性を重んずれば悉有ではなく（悉）無癌性。人は生来上等で仏になり得るように、癌にならないはず。有ではなく無癌性。習慣という怪物に食い散らかされ悉有癌性であるが、本来の姿である無癌性に回帰すべく努力しているのが人類の進歩史観。

無癌性の現代的意味は癌に罹っても死なない・治る、それと自己を見失わないこと。人類の進歩は科学面で著しい。その申し子が道具。道具が診

断力の向上をもたらしこの方面からも無癌性への道を拓く。癌を早期に発見し治すことが、より少ない侵襲のもとでできるようになった。早期癌は確実に治る。症状もないので病氣とすらいえない。

#### 4. 私はナニモノカ

癌は常に生じている。幸いなことにそれらの多くは育たないで死滅している。しかし無明・有愛という縁が働き続けると育ち、ある程度育つと後戻りしなくなる。病氣としての癌の誕生である。一個の細胞という極小のものが段々大きくなって、やがて眼に見えるようになる。癌が肉眼で見える程に育つと、医者は診断器機でそれを見つめる。数多く開発された診断器機の嚆矢が消化管内視鏡である。昔は胃癌を見つめるのは難しかったが、日本人の苦闘ともいつてよい努力で小さい胃癌が容易に見えてきたようになった。癌は小さくても何らかのサインを出している。そのサインをキャッチすることを「癌の声を聞く」と表現した (Clinician 59 年 6 月)。小さすぎるとは見ようとす

ても見えない、大きすぎれば見つけてもあまり意味はない。小さすぎず大きすぎずに見つけるのが診断というもの。

「花開くとき蝶来たり、蝶来るとき花開く」。色即是空とはいふものの現実には形や色(しき)はある。それらが認識されるのは空(くう)という背景があるから。無なる空間があるから形や色が有としてあり得る。色に囲まれていたら色は認識できない。同じものを見ても人によって見え方は違う。人によつては見えないこともある。診断は人間が下す。みなが簡単に「ある」「有」と言つてすましている現実の世界は、その「ある」のうち根拠を持っていない。「ある」は五感でとらえることのできない、充実しきつた「空」の内部から外に向かつて突き上がってくる力の動きの、その先端部分につながっている。潜在的な空間にはちきれんばかりに充滿している力が、現実世界の仕組みに触れて柔らかく崩れ落ち、広がっていく動きの中から、私たちがよく知っている「ある」の世界は生まれてくる。だから、「ある」の世界

は、空に根拠を持つている中沢新一『精霊の王』。

診断には二つの意味がある。何かがあることを知る・見つける（存在診断）と、そのものが何であるかいかなる性質のものかの判定（質的診断）と。胃癌を例に言えば、胃粘膜に正常でないものを見いだすのが前者。すぐ癌と分かることも色々な可能性を除外していつて最終的に癌と診断することもある。あるものを見て経験を積んだ内視鏡医はそれを癌と診断する、未熟なものは単に赤いとしか見えぬ、あるいは何にも見えぬかも知れない。胃の中にある赤い斑点を癌、癌ならざる背景粘膜を無なる空間、と言い得るまでには長い間の血と涙を要する。が、いずれにしても第一段階にすぎない。次の段階として大きさを深さなど治療や予後判定に資することも明らかにして初めて診断したことになる。

われわれは生きている限り出会うものを診断し続けている。診断の前に「これは何か」という問がある。これは犬だ、と単にレットルを貼って終わる程度のことが多い。根本的な問とは「自分は

ナニモノカ」。西洋でも同じで、哲学とはギリシヤ語で「知への愛」という意味。その知とは知識ではなく、自己の源を思い起こす（想起）、自己存在の根拠を知る。禅の根本趣旨は唐代禅の確立者・六祖慧能の「什麼物恁麼来（何物がこのようにやって来たのか）」だという。名前や職業はレットルにすぎず答えにならない。人間はいくらでもいる。お前はナニモノカ。存在の根源に対する問いかけである。自分が分からないと、他が分からないはずもない。診断もできない。

自分のことが分からないものの間では問答は成立しない。だが、未熟者も師匠から問われ続けている内に己事解明に至り得る。師匠はどこにでもいる。生きている限り続く問いかけと答え。はじめて会って「おや、この人は」といったような存在感のないような人は、多くの場合たいしたことではない。「是什麼物恁麼来」。ある人が教えを乞うて先生を訪ねた。師は部屋へ帰って戸を閉め弟子を入れなかつた。同じようなことが何度か繰り返された後、師が「君の名は」と問うた。「はい、

山田と言います」と答えた途端に弟子は悟った、という話が多くなると変奏曲を交えて伝わっている。

俺は山田なのだ、大事なことは他人に聞くものではない、自分で解決しなければ。従門入者不是家珍。外からやつてくるものは助けにならない。

自分のことが分かっていないと内視鏡診断のよくなっているものが何であるかを言うだけの一見単純なことでも最終的にはうまくゆかない。わたしは、なぜ内視鏡をやっているのか。いかに機器が進歩しても最後は人間の問題となる。小さい癌が見つかるようになればなるほど、癌と非癌の境は曖昧になる。空の中にあるから色は分かる。空・無の重要性を知ることがすなわち診断である。汝有我故 所以不見。お前は見えなと言いが、お前の「我」・誤った自信が邪魔しているのだ。応無所住 而生其心。何物にもとらわれない眼で見なくては、ものの本性は見えない。馬鹿になるとは、自分の眼で見ることを止めて、見られるものの眼で見る。我がなくなれば全てが自己となる。「聞くままにまた心なき身にしあれば

## まとめ

定年を出生、成年に続く第3の誕生ととらえることができる。人はそこで社会人の性格、習性を去り、真の自己探求に向かう。定年期はまた癌年齢でもある。第3の誕生を無にしないためには、まず癌の問題を解決してから。見つけ始末する。正しい生活は難しいから癌は一次予防を突破する。だが、診断や治療の進歩は二次・三次予防線を強固にして一次予防の破綻をカバーする。生活習慣改善だけで胃癌が減ったのではない。それに劣らず早期診断法の進歩も癌死の劇的減少に貢献した。診断能の向上は悉有癌性から無癌性へという理想を実現しつつある。治療が傍目には華々しく写るが、早期診断こそ無癌性への王道。科学技術の時代といわれるが、いかに機器が進歩しても診断もつまるところは人間の問題。内視鏡診断も自分のことが分かっていないと最終的にはうまくゆかない。わたしは、なぜ内視鏡をやっているのか。こ

の世は何事をも診断しつつ渡つてゆく場。診断とは終局的に己事解明。お前はなにものか、という問に答えつつ日々を生きてゆく。

### 即現癩身 而為説法

たまに悪いことをする人を悪人とはいわない。凡人という。することなすこと悪に非ざるなき人を悪人という。癌を有するだけの人を癌人といわない。頭の中を癌に占められている人が癌人。癌を中心に世の中が廻っている人の行動、愚痴・恨み辛みといった言が癌語。病人になれば気持ちは萎える。病人になつてしまえばやすやすと病の餌食になる。降伏という。癌になつても病人にはなるな。癌があつても、癌人になるな、降伏するな。降伏ではなく、「明け渡し（キューブラー・ロス）」を。癌を見据えることは、それまでの自分の人生を考へて、自分の生をまともなものに変えて行く努力の謂。

### 1. 癌の治療

癌と人類の関係には歴史がある。今という時点はその関係における大きな曲がり角。すなわち悉有癌性から無癌性へ。

癌を治療するとは、癌を1)完全に取り除く、2)取りきれなくても癌では死なせない、の2つである。癌本体に関してはそうだが、担癌者について3)癌と共生できる心の準備を助ける。癌は無から生じ、小から大に育つ。そのどの段階でも介入して排除することを治すという。癌を治す方法は、右記のごとく物理的にと心理的にと2つある。物理的に排除する、が叶わないとき心理的に云々が問題になる。すなわち癌があつても降伏しない（落ち込まず生きる）道がある。

一切衆生悉有癌性であるが、世間で想像されているより以上に癌は治っている。全癌の5年相対生存率は49%、すなわち癌と診断された人の半数が5年近く生きている。癌に罹りやすい生活が、例えばタバコや食塩のように明らかになりつつある。生活とはいえないがある種のウィルスと癌の

関係も分かつてきた。二次予防の点では人類は癌に対して対峙から反転攻勢に向かいつつある。科学面の諸進歩によってやられつばなしではなくなった。胃癌を例に取れば発癌に関する因子としてピロリ菌、食塩の関与とそれと冷蔵庫の普及、衛生面の全般的な改善、内視鏡による診断能（とくに早期癌の）の著しい進歩、手術法の進歩改良などがあつた。5年生存率は毎年1%程度ずつ向上し、ここ四半世紀ほどで20%の胃癌死の減少がもたらされた。しかし他の癌の死亡増加で癌死は増え続けている。19万人（1985年）から33万人（2005年）。これには高齢者の増加が大きく関与している。

## 2. 孫子の兵法

癌治療の歴史において、言葉は悪いが初期は攻めに徹し、攻めきれないと手を挙げるしかなかった。すなわち外科的切除一辺倒の時期がとくに日本では長く続いた。病氣治療の基本は内科的に、すなわち宿主を傷つけることなく上手にスマート

に治すことである。癌も例外ではないはずだが内科的には手を下すことができなかった。敗戦処理的に内科療法がなされるに過ぎなかった。医学、生物学の進歩によって、癌も治療の基本に戻る道が開けてきた。戦争の上手な勝ち方を説く『孫子』は癌との闘いにも通じるものがある。孫子は戦争も内科的に表面上の変化、双方の犠牲を極力少なくして勝つのがよいと説く。骨子は兵（メス）を用いず戦争に勝つことにある。孫子に則して癌治療を考えてみる。

開巻劈頭「戦争は国の命運を決する重大事なり。慎重でなければならぬ」とある。癌治療も国家間の戦争と同じく、無数の要素が絡まる巨大にして複雑極まりない事業であり、患者の運命を決する重大事である。同書中最も有名なフレーズが敵を知り己を知れば百戦して危うからず。そして危うからずの秘訣は、戦つてよい場合とよくない場合を知る、にある。戦争に勝つ秘訣については、「よく戦うものは、人を致すも人に致されず」。算（手段、手札）おおきは勝ち、算すくなきは敗

る。戦争と同じで癌治療も闇雲にただ攻めまくるのがよいわけではない。狡猾な癌に刀を振り回して勝てるものでもない。元を断つても遠いところで生き残っている（転移）。癌が人を知る以上に人は癌のことを知らなければ戦にならない。「始めは処女の如く後は脱兎」の如く、癌が人の弱点を小憎らしいほどよく知っているのに、人は暗中模索である点に癌治療の難しさはある。癌細胞は初期には正常細胞との差が極めて少ない。だんだん差はついてくるが、育つうちに人に警戒されないコツをよく学ぶ。

しかし、人も癌のことをよく学んでいる。世紀の変わり目あたりから、癌もなんとか対処し得る病となりつつある。「およそ用兵の法は、国を全うするを上となし、国を破るはこれに次ぐ」。癌はなくなっても生活の質を犠牲にしたのでは、善の善なるものではない。同じく「兵は勝つを貴びて、久しきを貴ばず」。消耗戦はよくない。外科手術、放射線治療などによって人体に負担をかける（欠損治療）ことなく、早期発見によって非侵

襲的に治し、進行したものに対しても効果的な抗癌剤を開発する道筋がついてきた。戦わずして人の兵を屈するは善の善なるものなり、であって、百戦百勝は善の善なるものに非らざるなり」。最後に「善く戦うものは、これを勢に求め、人に求めず」。全体で取り組み、特定の医療人の超人的な努力に頼らない。

勝兵はまず勝ちて（早期発見）しかる後に戦う（内視鏡的切除）。さらに第一線を突破されても持ちこたえることができるようになってきた。診断・治療の進歩の延長上に見えるのは、癌で死ぬのは椰子の実に当たって死ぬのと同じぐらい無駄な死とみなされる時代である。椰子の実の犠牲者は年間50人ぐらいという。

### 3. 癌に姿を変えて説法す

治すとは取り除くことだけではない、救済することでもある。徹底的に向き合えば、癌はわれわれの本当の姿、本来の自己を見せてくれる鏡となる。死ぬ目に合って初めて真実が分かる（髑髏前

験始知真)。そのことを「癩、我をわれならしむ」。法華経普門品（観音経）には、観音さまは人を救う（得度する）とき、対象となる人に合わせて色々な姿を現して説法するとある。仏様をありがたがる人には、応に仏身得度者 即現仏身而為説法の仏のように仏の姿で現れて救ってくれる。同じように、33の姿が例として挙げられている。効果的であれば姿は竜虎や裸の女など何でもよいわけである。救うことの根本は、人にその人本来の姿を分からせること。身体の病、心の歪みのなかつた赤ちゃんの天上天下唯我独尊の姿に返す。いやもつと前、父母未生以前の姿に返すことである。そうであるとするれば、観音さまが癩に姿を変えて現れることがあってもよいわけだ。応に癩身得度者即現癩身而為説法。

病気はあつても病人にはなるな。癩になつても癩人にはなるな。降伏するな。癩は前中後ともその人をよく示す。癩に罹らないような生活。罹つたら治す。治らないと分かっても立派に生きる。毛髪ではなく癩のことをよく考えて生きていく。

自分のことが分かっている人は、「正しい」「アクセルと」「これでいいのだ」というブレーキが働く。癌医療の進歩によつて癌イコール死ではなくなつた。癌は想像以上に多い病気であるが、また想像されているよりはるかに多く治っている、少なくとも直ぐには死亡とはつながらない。癌の今はストレプトマイシン直前の結核に相当する。すなわち癌に対する理解（結核における環境改善）は進み外堀は埋まりつつある。

「寒暑到来 如何迴避。何不向無寒暑処去。如何是无寒暑処。寒時寒殺閻黎 熱時熱殺閻黎」碧巖録<sup>43</sup>則）。癩（寒暑）がやつて来たらどうすればよいか（如何迴避）と弟子（閻黎）に問われた先生が、徹底的に向き合え、逃げると捕まる、と。

#### 4. 癩を生きる

癩は長く付き合う病気である。診断後5年未満の短期生存者が137万人、5年以上の長期生存者が161万人、計300万人弱。2015年には533万人に達すると予測されている（厚生省

山口班の推計、2002年)。癌の罹病率が高くなったが、幸いにもその診断治療法が進歩した。癌に対する考え方はとうぜん違ってくる。

最近「癌サバイバー」ないし「癌サバイバーシップ」という表現がよく用いられる。必ずしも定義は一定しないが、広義には癌の治療後に生存している人。患者家族を含むこともある。生存期間が長くなったからこそこういう表現が用いられる。医師であり癌経験のあるミュランが初めて使った言葉で(1985, New Engl J Med)。彼は治療後のプロセスを1)急性期を生きる2)延長期を生きる3)長期的に安定した時期を生きる、と分類している。アメリカでは「癌サバイバーシップ連合」が結成され、医療の中で受動的な立場にあった患者が主体性を持って行動できるよう期している。癌はあるが生きたいという意志がその人の世界を拓いて行く。

## 5. 風性常住

修行して特別のことが起こるわけではない。ではなぜ修行が必要か。仏性とは自分自身のことだ

から、人に聞いても「それはおまえ自身のことではないか、山田君。自分で分かるしかない」。何が正しいかは自分の問題だ。癌もお前の生活の結果ではないか。癌の原因も診断法も分かっている分かっていることを実際になし得るようになるのが修行。真理は外から来るのではなく自己の中にある。そのことに気づくのが修行。分別心をなくす、すなわち我を去り、対象そのものと一体になれること。ブッダは明星を見て悟ったといわれるが、そのとき言ったのが「アツ、わたしが光っている」。

宝徹禅師、扇を使うちなみに、僧きたりて問う、「風性常住、無処不周なり、なにをもてかさらに和尚扇を使う」。師「汝たゞ風性常住を知れりとも、いまだ処として至らずと言ふことなき道理をしらず」。僧「いかならんかこれ無処不周底の道理」。ときに師、扇をつかつのみなり、「正法眼蔵」(仏性)。師匠が暑い日に扇で涼を取っていると、弟子が「風はどこでも吹くものなのに、なぜ扇を使うのですか」と絡んだ。悉有仏性なら修行しな

くても仏になれる、のヴァリエーション。お前は風性常住・悉有仏性の表面の意味しか知らないからそんなことを言う。扇を使わなければ風は涼しく吹いてはくれない。悉有仏性の意味は分かるよ。だが、その深い意味が分かっている。いまここで扇を使わなければ風性常住無処不周が生きてこない。同じように「随所乾坤」という。乾坤(天地)はどこにでもある、しかし実際問題として、あなたのそれはここにしかない。癌は生活習慣病でどこにでもある。だが、その生活を癌に向けているのはお前ではないか。扇を使うときに涼しくなるように、生活を見つめ直すときに癌は遠くなる。先生がどのほど扇を使ってみせた(師、扇をつかうのみなり)が鈍い生徒は分かっただろうか。

### まとめ

定年は人生の成熟に向かう第3の誕生と考えることができる。定年期は癌に罹りやすい時期。成熟に向かうには、まず癌の問題を解決してから。

癌もスマートに治療できるようになり、その治療成績は著しく向上した。その要諦を「孫子」に準じて述べた。癌になっても治れば無癌性。さらにまた、仮に治らなくても癌と共生できればそれをも無癌性に見なし得る。癌は本来の自己を取り戻させる手段として、観音さまが癌という姿で現れてわれわれに説法しているとしても、あなたが牽強附会とのみはいえまい。人はいずれ死ぬが、早い遅いは本質的なことではない。かけがえのない自己に目覚め得たか。

生活習慣病である癌は人生のある意味での決算である。しっかりと解決してからでないと次へ、生の成熟期へ進むわけにはいかない。癌に背を向けず徹底的に向き合えば、平凡に終始し今また平凡に終わらんとしている人生を別の新しいものにしてくれる。癌の臨床に関しては、いまはまだ扇を使う程度だがそのうちに扇風機いやクーラーが使えるようになる。

(前東京女子医科大学 客員教授)