

「苦は樂の種、樂は苦の種と知るべし」

つらく苦しいことがあっても、それを乗り越えようと努力していけば、やがて喜びが生まれ、しばしの安息を得ることができるという意味で、徳川光圀の言葉です。一方、楽しいことが長く続くことはなく、つらいことにも必ず終わりがあるということでもあります。つまり、苦と樂は背中合わせであり、苦労が目の前に現れたときは、やがてやってくる楽しみを感じて、自ら苦に挑んでいくことが、人生においてはとても大事な心構えであると光圀は述べています。

このような考え方が日常的にできるようになると、自分に自信を持てるようになります。また、どんな苦労でも乗り越えられるように思えます。しかし、苦難から逃げてばかりいて、また、できない理由ばかりを考えていると、自己の不足や失敗を肯定してしまい、周囲から浮いた存在になってしまいます。そうなると、自分を見失ってしまい、もはや自己成長は望めないだけでなく、社会に対して迷惑をかけてしまいます。

私は、どんなにつらいことに直面しても、それを正面から乗り越える勇気と、社会に対して責任をもって貢献する覚悟を持つことが、人間として正しい生き方だと思います。道を外れた言動は厳に戒めて、自分を律することができる人間を目指してください。そうでなければ、人間として社会に生かされている真の価値はないと思います。

永田 良一

“No pleasure without pain, no pain without pleasure.”

These are the words of Mitsukuni Tokugawa, the second general feudal lord of Mito, whose meaning is that even if you have a difficult time, as long as you take efforts to overcome, you will gain pleasure and some rest. On the other hand, they also mean that good times won't last forever, and bad times must come to an end. Thus, pain and pleasure are back to back. Mitsukuni stated that in one's life, it is important to believe that pleasure will come and accept the challenge when facing hard times.

When you become able to think like that, you will become confident in yourself. And you also feel like you can get through any difficulties. However, if you avoid difficulties and think of excuses not to address them, you admit your lack or

failure, and you' ll set yourself off from your surroundings. If that happens, you' ll lose yourself and you' ll cause troubles to the society.

I believe that even if you confront difficulties, it is a right way of living to have courage and squarely challenge difficulties and resolve to contribute to society by taking responsibility. Please aim to be a person who strictly disciplines oneself not to be aberrant. If not so, I believe, the person has no real value to live in this society as a human.

Ryoichi Nagata, MD, PhD