

たくりん
森と漢方、命の託林

長野県 北相木村へき地診療所 所長
NPO 法人北相木りんねの森 代表
佐久総合病院 内科

松橋 和彦

森は「癒し」という大いなる機能を備えています。林野庁もこの機能に注目し、「森林セラピー」の確立に力を注いでいるようですが、今日は私が最近取り組み始めた「託林」という活動について紹介致します。

森は多面的な機能を持っています。もし全世界の森が消失したら、大気中の二酸化炭素濃度は今の4倍にもなるでしょう。温帯地方では世界一多雨といえるわが国の水害がその割に少ないのは、上流の森が天然のダム役割を果たしているからです。また日本の野生哺乳類のほとんどは、国土面積の67%を占める森の中に住んでいます。

私たち人間もこの森から多くの恵みを受けて生きてきました。つい数十年前まで建築材料や家庭燃料、田畑の肥料は里山の林の中から得られたものでした。漢方薬の原料となる生薬もほとんどが森の中にその起源があります。昨今ではまた林野庁が、“森の癒し機能”を取り上げ、「森林セラピー」の確立に力を注いでいるようです。人間は森を開いて居住地を築いてきたものの、生活の糧、癒しの糧を得るためには、やはりもう一度森の中に戻っていくということでしょうか。

森と同じように、人の身体も多面的です。一つの要素にのみ焦点を当てた管理はいずれバランスを欠くことになるでしょう。純粋に客観的であろうとする治療過程にのみこだわらず、「やまい」や「わずらい」といった患者さんの主観的な苦悩に焦点をあてて治療したいと考えたときに、治療手段は多くもっておく方が良く、選択できる方が心身を多面的に病んでいるものに近づける方法を得ることになると考えたことが、私の漢方への出発点でした。

最近、統合医療への流れが加速しつつあるのを見ても、人々の求めるものはむしろこの主観的過

程としての「癒し」にあることを反映しているのではないのでしょうか。

漢方外来にはさまざまな症状を持った方たちがいらっしゃいます。漢方を処方しながら皆さんのお話をうかがっていると、「この方はいっそのこと漢方薬の育つ場所、森の中で治療するのが一番良い」と思うことがあります。実際に私の主催する森づくりのNPO活動に参加していただくと、みるみる元気になれる方がいらっしゃいます。まさに森は命のふるさとです。

私はちかごろこのNPO活動の一環として、「託林」と名づけた新しい活動を始めました。大きな病気を抱えた方、家族を亡くされた方、人工流産や誕生死を経験した方、いじめや虐待など心の傷を抱えた方々が、それぞれの気持ちをこめて森の中に木を植えることを「託林」というのです。



集う人々それぞれが、かけがえのない生命を幼樹に託して森を育てます。鳥も飛ばなくなった針葉樹ばかりの人工林に、ドングリのなるミズナラの木を植えてもらいます。願わくはいつかその木々が立派な森となり、すがすがしい風を吹かせる森となり、清らかな露を降らせ、虫たち鳥たち動物たちの命を育み、住む人と訪れる人にとり再び幸いをもたらす、美しい「りんねの森」となりませうように。