

# Messenger

Vol. 53

メッセンジャー

あのときがあつて、今がある。  
そして、未来がある。

自分の体は自分で治す

乳がん、白血病ステージIVからホノルルマラソンへの軌跡

# ステージIVから完全回復の軌跡

たか ほん かず や  
高原 和也



31歳で悪性度の高い「成人T細胞白血病」を発症。骨髄移植後、再発、再々発、骨転移し末期となり、余命は「早ければ2〜3週間かもしれない」との宣告を受ける。そこから、ある人にかけられた言葉でスイッチが入り、V字回復、現在発症より11年経過。その回復の力ギとなったこととは？

## ■優しいメッセージ

今から約19年前（当時22歳）の1999年5月12日、大学の授業の合間に時間を余していた私は、とくにあてもなく、構内を散歩していました。そのとき、献血バスが停まっているのがふと目に止まり、「ちょっとした健康診断にもなるし、人生初の献血をしてみよう！」と軽い気持ちで献血することにしました。

献血から2か月ほど経ったある日、日本赤十字社から1通の封筒がポストに届いていました。血液検査の結果は良好でしたが、それとは別に「HTLV-1（ヒトT細胞白血病ウイルス）とは」というパンフレットも同封されていました。

その資料から、「HTLV-1という母乳感染するウイルスが原因で、成人T細胞白血病（ATL）を発症することがある。九州沖縄の方にそのウイルスのキャリアが多い」ということを初めて知りました。私は沖縄在住です。

一通り内容を把握し、母や兄弟にも関わることでしたが、家族に余計なショックを与える必要はないと思い、自分の中にしまっておくことにしました。通知書には「あなたの血液は輸血には利用できませんが、このウイルスを保有していても、ほとんどの方が生涯を通じ健康を害することはありません」と書かれていたからです。

しかし、それから約10年後に白血病を発症。初めて家族にそのことを伝えました。その後、移植の適合を確認するための検査で、家族の誰もキャリアではないことが判明。私がウイルス感染したのは、出生時の病院での「もらい乳」による

ものだろうと推測されました。生まれてくる前に自分で選んだ運命としか言いようがない気がしています。

献血をしたときは今ほどネットから情報が得られる時代でもなかったたので、そのパンフレット以上の情報もなく、自分自身もそんなにシヨックを受けたわけではなかったのですが、その後もずっと検査結果の封筒一式を保管していました。しかも開封時に雑に破いた封筒もセロテープで修復していました。これまでに引越しも何度かしていて、普通なら捨ててしまいたいような物なのですが、残っているのも不思議です。もしかすると病気を乗り越えた後、今回『メッセンジャー』で伝えるために残していたのではないかと思えるくらいです。また、この出来事(献血)は、「心の準備をしておいてね」という優しいメッセージだったようにも感じています。



就職。結婚し、26歳で双子の娘に恵まれ、27歳でマイホームを購入。仕事に対しても大きな不満はなく、周りの先輩にも恵まれ、世間一般にいう順風満帆で恵まれた生活を送っているものだと思っていました。

2006年4月(30歳)には石垣島への転勤が決まり、家族4人で引越すことになり、私は石垣島の県立病院に勤務することになりました。石垣島は、沖縄本島以上に自然豊かで居心地良く、仕事は多少忙しくもありましたが、休日は同僚と野球やテニスをしたり、家族でピクニック、釣り、潮干狩り、クワガタ採りなどをしたり、石垣島ならではの生活を楽しんでいました。

そんな石垣島での生活にも慣れ、1年が経とうとしていた2007年2月末頃から体調のすぐれない日が続くようになりました。朝、元気に仕事に出かけ、夕方になると微熱が出て体がだるくなるという日々。最初は風邪かなという程度だったのですが、風邪薬を飲んでも変わらず、翌朝起きると布団までびっしょり濡れるほどの寝汗をかくという日が多くなっていきました。



症状が出始めていた頃

そんな状態が1か月ほど続くと、今度は首のリンパ節が腫れ出してきました。さすがにこれは何かおかしいとネットで情報収集してみると、悪性リンパ腫や白血病の症状にピッタリとあてはまっています。しだいに不安が募っていきました。もしかしたら「成人T細胞白血病(ATL)かもしれない」ということも脳裏をよぎりました。

まずは、自分が勤務していた病院で受診。そこではATLと同じような症状の「亜急性壊死性リンパ節炎」(自然治癒する病気)の可能性が高いとのこと、1ヶ月間経過観察することになりました。とてもホッとしたのを覚えています。

その後、小さくなっていくはずのリンパの腫れは日増しに大きくなり、初診から2週間程経った4月上旬には、首回りが1.5倍ほどに太くなり、食後には腹痛も出始めていました。やっぱりこれはおかしいと、次回検診予定日を待たず、再度、受診してエコー検査などを受けました。

その結果、お腹の中にも腫瘍らしき物があるということで、大至急、沖縄本島の総合病院で検査を受けるよう紹介状を持たされました。幼稚園の入園式を終えたばかりの娘たちを石垣島に残し、私は一人飛行機に乗り、沖縄本島の病院へ検査を受けにきました。

本島の病院ではCTなどの細かな検査を受け、付き添ってくれた両親を待合室に残し、その日のうちに一人で検査結果を聞くことになりました。

「悪性リンパ腫か白血病(ATL)の可能性が高い。いづれにしてもすでにステージIVであり、早急に抗がん剤治療をする必要がある」

医師から淡々と伝えられました。結果を聞いている間は、まだ実感がなく、感情が動くこともなく、全く涙は出ませんでした。しかし、診察室を出て両親の待つ待合室へ向かう途中、「ぼくは死んでしまうかもしれない」「まだ小さな娘たちの成長を見ることができない」

## 発症

大学を卒業した私は、安定した公務員という仕事に

のかもしれない」「娘たちにはぼくが味わったことのない悲しみを味あわせてしまうんだ」と思うと涙が止まなくなり、両親の目の前をそのまま通り過ぎていきました。私はトイレに入り、声を殺して一人で泣きました。その後過酷な治療が待っていました。病気を発症してから私が泣いたのは、このときだけだったように思います。

## ■骨髄移植

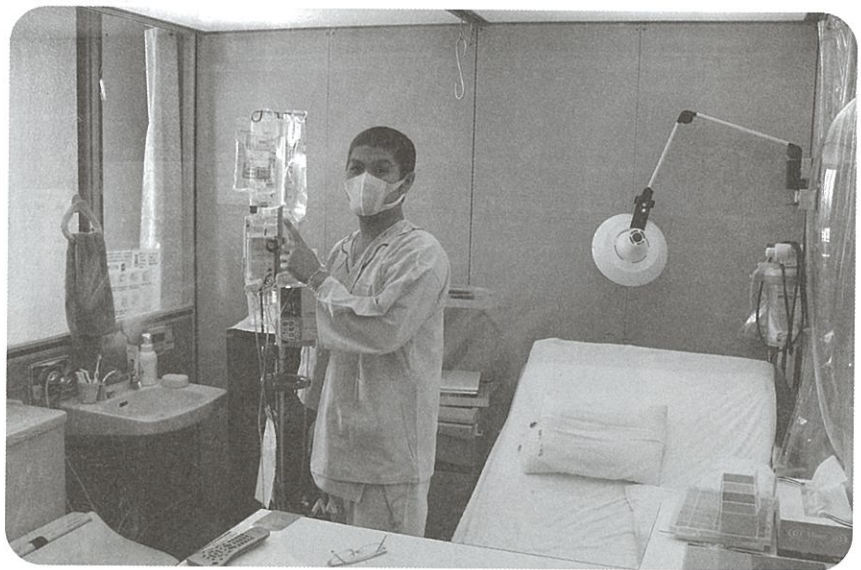
確定した診断名は成人T細胞白血病（ATL）。「抗がん剤治療をしても、生存期間中央値は1年以内である。治療としては最大強度の骨髄移植をしても完治することはなく、5年生存率もかなり低く、標準的治療方法も確立されていない。延命治療でしかない」という説明を受けました。

主治医に「先生が治療した患者さんの中に、移植をして元気になった方はいますか？」と聞いても、「数年は元気に過ごすことができた患者さんがいる」というのを聞いたことがある」という程度。「治る」という言葉は、最後まで主治医の口からは聞くことはできませんでした。

すぐに抗がん剤治療開始。治る見込みのない病気になった自分が悔しくて、誰にも会いたくなくて、母親に対しては病気の原因を押しつけていました。無菌室で弱っているときでさえ布団をかぶり、会話を拒絶し、顔を見せようとしませんでした。

病気の中にいる間は「被害者意識」全開。推測ですが、「もらい乳」に感染させられ、感染したとしてもわずかな確率なのに発症。そんな治る見込みのない病気にさせられた自分を哀れに思っていました。

抗がん剤治療により寛解に至りますが、当初の治療方針通り、延命のための骨髄移植の適合者を探すことになりました。骨髄移植が延命治療という、なんともハー



移植直前の無菌室にて

ドルの高い壁。家族間で移植の適合者は見つからず、骨髄バンクでドナー探しをしても思うことになりました。発症から6か月ほどたった頃、ようやく移植に同意してくれたドナーさんが見つかりました。待ちに待った移植日は2007年12月5日に決定。このときようやく「延命できる」とホッとしたのを覚えています。それでも短めの「延命」で、しかも骨髄移植が原因で死亡する可能性もあるという説明も受けました。

最初の抗がん剤治療の終了から一時は寛解していたものの、骨髄移植までの6か月の間には再発していて、部分寛解での移植となり、ベストの状態ではありませんでした。しかし、移植の前処置で自分の造血幹細胞(免

疫力)をゼロにするために、大量(一般的な量の約10倍)の抗がん剤治療を行うので、それで再発したがん細胞も叩けるので大丈夫でしょうとのこと。治療が始まると、がん細胞だけでなく、全身を叩きまくられ、無菌室ではずっとトイレに抱きついていました。

いよいよ骨髄移植当日。同じ日、関東の病院でドナーさんが私のために造血幹細胞を採取してくれていました。ドナーさんは関東在住の私より少し年下のO型の男性ということですが(特定できない仕組みになっています)。朝早く主治医が沖繩から飛行機に乗り、造血幹細胞を受け取るために関東の病院へと向かってくれました。夕方、主治医と共に到着した造血幹細胞は、新しい血液を造り出すため、ゆっくり、ゆっくりと数時間かけて、私の体に入ってくれました。見ず知らずの私のために時間を使ってくれて、痛い思いもしてくれただドナーさんへは、感謝の気持ちでいっぱいでした。

無事移植が終わっても、今度は新しい造血幹細胞が体に生着し、血液を造り出してくれるかという大きな山が待っていました。そして2週間ほど経過した頃、骨髄移植前の大量抗がん剤治療でゼロになっていた白血球の数値も徐々に上がり始め、血液型がAからOに変わり、生着が確認されました。免疫力は生まれたての赤ちゃんに戻ったのです。

## ■そして再発

移植後は、帯状疱疹を発症したりもしましたが、順調に体力は回復していきました。しかしその間も、再発という不安、恐怖はずっと持ち続けていました。「今はどうにか元気だけど、近いうちに再発するのだろうか」と。

元気になった喜びよりも、不安や怖れの日々を過ごしていて、過去の情報や世の中の常識とされている情報しか知らなかった私は、自分の病気は再発するもの

だと思い込んでいました。そして、骨髄移植から1年も経たず、常識通り、予定通り、思い通りに再発しました。

再発は右脇一箇所だけでしたので、放射線治療でとりあえず寛解状態に。そのときは、休職から約2年が経とうとしていたので、いずれ死ぬのは間違いないし、治っていなくても仕事をクビになる前に職場復帰し、少しでも長く家族を養おうと焦っていました。

結局、体力も戻らない中、再発時から約4か月後には職場復帰。「自分は病気にさせられ、もうすぐ死んでしまう病人だ」という被害者意識のままです。自分の体を大切にすることも、自分の想いに向き合うこともなく、人生における大切なことの優先順位は何も変わっていませんでした。

## ■余命宣告

職場復帰から3か月ほど経った、ある月曜日の朝、休日に動き過ぎたのかなという程度の痛みを右膝の横あたりに感じました。なかなか痛みは治まらず、日に足を引きずるようになっていきました。

そして、予定されていた整形外科での定期の受診日（2009年6月）、その初対面の整形外科医はあっさりと私に言いました。

「病的骨折です。再発でしょうね。そのうち神経までやられて歩けなくなるでしょう。内科で診てもらって下さいね」

思いやりも、気づかひも感じられない、再々発の告知でした。

結局、骨転移での再々発という形でまた休職することになりましたが、正直、今後はもう職場復帰することはないだろうと思いました。

最初は右足腓骨が少し痛む程度でしたが、だんだんと痛みが強くなり、家の中でもキャスター付きの椅子



再々発（腓骨骨折）での入院

でゆっくりとしか移動できなくなりました。首の骨も痛み始め、頭を動かすのもゆっくりと手で支えながら動かすという状態に。当初は通院時もゆっくり歩いていたのですが、1本杖から2本杖、最後は車椅子での通院となっていました。

そんなある日の受診日。

「病院でできる治療としては、もう効果は期待できない。やるとしても抗がん剤治療しか残されていないが、いづれにしても悪化していきます。もう家に帰ることはできないでしょう」

当然、絶望もショックもありましたが、病気発症当

時から、どんな治療をしても「治ることはない」「そのうち死ぬ」という情報しかなかったため、このときは開き直った部分もあったように思います。

もう家に帰れなくなると言われましたが、いい意味で主治医の予想を裏切り、なかなか悪化せず、なぜか悪いながらも状態が安定し、退院することになりました。退院できることは嬉しかったのですが、退院説明時に家族を呼ぶように言われ、ついにドラマや映画などで観たことのある「余命宣告」を受けることになりました。

「早ければ2〜3週間かもしれない。会いたい人に今のうちに会いに行ってください」

こんな絶望的な宣告を受けながらも、家族はまだまだ諦めず、「高額な治療でも受けたら治療があれば、受けていいんだよ。家売ってもいいから」「大丈夫！大丈夫！」と私に希望を与え続けてくれました。おかげで、精神的な安定を得られていたのだと思います。

実際に、父は定年退職後に新車で購入した趣味の大バイク（ハーレー）を内緒で売却し、治療費を捻出してくれていました。民間療法の高濃度ビタミンC、プラセンタ、大量のサプリメント、温熱療法など、金銭的なことを気にすることなく、受けたいだけ受けさせてもらいました。その民間療法の極め付きが、私が受けさせてもらった中では最も高額だった保険適用外の免疫療法（300万円ほど）。自分のNK細胞（ナチュラルキラー細胞）を採取、培養し、また自分の体に戻すという治療で、免疫療法の中では割りと新しい治療だったと思います。

主治医にその治療を受けてみるということを経験したところ、「それよりは旅行にでも行ったほうがいいんじゃないですか」と言われましたが、高額な免疫療法は、実際に効果があり、手で触れられる体の表面近くにあつた数か所の腫瘍が小さくなりました。



2009年、骨髄移植から2年後のクリスマス

## ■ターニングポイント

高額な免疫療法も、効果はあったものの根治には至らず、新たな腫瘍も出現し、ついに万策尽きたという状況になってしまいました。体に痛みもありましたが、入院することなく、死を待ちながら毎日家を家の中で過ごしていました。

そんなある日、家族が近所の方と立ち話で私の話になり、「なかなか治療がうまくいかない」といった内容を伝えたところ、沖繩では割りと身近な存在のユタ（霊能者）と言われるような方を紹介してもらいました。

病気発症当時にユタを紹介されて、いろいろなところに神頼みしたり、先祖供養が足りないからお墓参りやウガンジュ（拝所）にも行ったりしたので、それとはまた違う感じということだったので、是非会

いたいと思い、すぐに連絡してお会いすることができました。

私が紹介していただいたTさんは、以前に事故が原因で脳に障害が残り、目が見えなくなり、次第に体も動かせなくなり、寝たきりになったそうです。そんな状態で、あるとき救急で病院に運ばれ、心臓も止まって一度あの世を見て、再び戻ってくると健康体になっていたという方でした（受け入れにくい方はスルーして下さい）。

2010年4月29日、Tさんと初対面のときに、自分は悪性度の高い白血病であること、余命宣告も受けていることなど、これまでの治療の経緯などを話しました。

そんな話をして、見るからに、あきらかに、もうすぐ死にそんな私に対して、当然に返ってくる言葉として「これまでがんばったね」「大変だったね」などの慰めの言葉しか私の常識にはありませんでした。

生まれてすぐ他人の母乳を飲まされ、おそらくそのことでウイルスに感染して白血病を発症したこんな被害者としか言いようがない私に、骨髄移植というとても辛い治療を受けて体がボロボロになっても治らなかったとてもかわいそうな私に、Tさんはなんとこう言ったのです！

「死にたかったら、死んだらいいさ〜」

衝撃的でした。娘たちの前で言われました。

（なんてことを言うのだろうか、この人は！死にたかったら？ん？自分で死のうとしていいのか？）

（そうなのか…そうなのかもしれない。自分で選んできたのかもしいれない）

なぜかすぐに気づいたのです。さらに娘たちにこんな恥ずかしい生き様は見せられないと思いました。

「もう『被害者』を演じ続けるのはやめよう。生きていくんだ」

そして、お守りも、パワーストーンも、薬も全部サ

ヨナラして、神頼みすることもやめました。「あつ、もう大丈夫だ」となんとなく思えたのです。このとき治療のスイッチが入ったのだと思います。

このTさんとの出会いがあったおかげで、初めて心と体の深い繋がりや精神世界というものを知り、興味を持ち、学び始めました。それまでの私は超現実主義で精神世界など目に見えないものは、おろそかにしていました。

それから自分自身と向き合い、自分の当たり前や常識を見直す日々を過ごし、自分の中にある、いろいろな「すべき」も見直してみました。私は、男として、夫として、父親として、一家の大黒柱としての「すべきこと」を勝手に背負い過ぎ、職場や世間に認められるためにがんばってきました。そのことで自分でも気づかない怒りやストレスを溜め込んでいたことに気づいたのです。

ある日、当時小学校2年生だった双子の娘に対して、一緒にお風呂に入りながら「パパはもうすぐ死んでしまうからね」ということを伝えたことがありました。病気で治療中ということを隠す必要はないと思います。自分が死んでしまうという不安や怖れまで、まだ純粋で素直な娘たちを感じさせてしまっていました。

そんなある日、二女の胸が張っていることに家族が気づいて、小児科を受診することになりました。最初、小児科では「思春期早発症」（思春期が早く始まってしまふ症状）という診断でしたが、血液検査の結果、大腸病院の婦人科で検査を受けることになりました。

検査の結果、卵巣腫瘍があり手術する必要があるとのこと、2週間後に再度受診することになりました。パパの娘は素直に私の想いを受け取って、私と同化してしまっていたのだと思います。心と体の繋がりが、想いの力、言葉の持つ力などを知り、学び始め

ていた私は、二女に対して「パパと同じになる必要はないんだよ」「ごめんね」ということを伝え続けました。それですぐに治るとは思っていませんでしたが、なんと2週間後の受診日までの間に症状は収まり、再検査した結果、娘の卵巣腫瘍はきれいになくなり、血液も正常値になり手術する必要もなくなりました。

医師は「こんなこと（短期間で腫瘍がなくなることもあるのですね。勉強になりました）」と言われていました。

## ■自然退縮

私の体には数か所に腫瘍があり、特に右腕に5センチ以上の大きく盛り上がった腫瘍がありました。しかし、全く興味もなかった精神世界というものを知り、心は大きく変わり、死の恐怖、そして「死なないために生きている」という状態からは抜け出すことができました。ある意味、世の中にあふれる怪しい新興宗教と紙一重だったかもしれませんが、違いは「依存していないか」「すがっていかないか」「助けてもらおうとしないか」ではないかと思えます。

体と心のリセットするのに断食がいいという情報を耳にし、2010年11月11日、奈良県にある断食道場で本断食（水のみ）を経験してみることになりました。断食で病気を治そうということではなく、なんとなく経験してみたいという軽い気持ちでした。

断食が始まると、静かな環境で約2週間、ほとんど誰とも話さず、テレビを観ることもありません。私はただ、病気を受け入れ、辛い治療にも文句も言わずに耐え、人生のパートナーとして付き合ってくれている体たちに「ありがとう」と感謝の想いを伝え続けました。

断食開始前から風邪の症状があり、鼻水と痰は、断食合宿が始まってもずっと出続けました。驚くことに、その量に比例して、なんと

右腕にあった大きな腫瘍がみるみるしぼんでいったのです。右腕と鼻は繋がっているのかというくらいでした。

「体ってすごいー」と感動しました。

そして、約2週間の断食合宿を終えると、生検した傷跡は少し

残っていましたが、右腕に大きく盛り上がった腫瘍がなくなっていました。スッキリとした右腕を大きく振って沖繩へと帰ったのです。

この目に見えた変化があったおかげで、がんは治るもの、治せるものだと、大きな意識の変換が私の中に起きました。

断食出発前の沖繩ですでに風邪症状は始まっていましたし、断食で腫瘍が消えたということではなく、断食はあくまでも自然退縮を加速させてくれたものだと考えています。ちなみに、経口抗がん剤は断食の10か月前、ステロイドも含め他の薬は7か月前より使っていませんでした。

2011年1月14日、断食から帰ってきて初めての受診日。余命宣告をした主治医は私の右腕をまじまじと見つめています。

「……………無くなっていますね」（主治医）



「はい。もう大丈夫です。病院でできることはないと思うので、私はここに来る必要はないですよね」（私）  
「そうですね。でも、何かあればまた来てください」（主治医）

私は晴れて病院を卒業することになりました。ただ一つ反省する点があります。それは主治医に対し、「骨髄移植もやらなければよかった」という発言をしてしまったことです。今はすべて必要なことだったと思っているのですが、そのときは、なぜ医師なのに病気を治す方法を教えてくれなかったのか、こんなに体を痛めつける必要も、辛い思いをする必要もなかったのではないかとこの怒りがあつたのです。治療を受けることもすべて私が選んだことなのに。いつか主治医にも「ありがとうございます」を伝えたいと思っています。

私の場合は「被害者」をやめて、心と体の繋がりが、想いの力、言葉の持つ力などを学ぶ中で、より自分

らしくいられるようになるまでの間、がんは現れ続けました。がんが存在することでしか伝えられなかったこと、知り得なかったこと、その経験の中からもいろいろな感情を十分に味わって、がんの存在する必要がなくなったのが断食の時期だったのだと思います。

そして、すべて自分の目の前に起こる出来事や存在は必然であり、自分にとって必要な出来事しか起こり得ないと思っています。自分にとって不都合な出来事から逃げることもありですが、その出来事の中から湧き出てくる感情を無視すると、逃げた次の場所と同じような感情を味わうための出来事が起こるのではないかと思います。何も特別なことをしなくてもいいし、今いる場所で、日々起こる出来事の中から湧き出てくる想いや感情を見続けることが大切なのではないかと思っています。

病気が治ったのは、決して、私が善い人になっただけでもなく、感謝し続けられるようになったわけでもありません。ただ「被害者」をやめて、以前よりは自分に責任を持てるようになり、自分を大切にできるようになり、自分らしくなれただけなのではないかと思っています。

## ■がんサバイバーホノルルマラソン

病気発症から4年経った2011年5月、体も心も元気になり、職場復帰することができました。復帰後は、私の経験したことを伝えることで、がんなどの病気と向き合っている方の希望となればという想いからブログを書き続けていました。

どう伝えればうまく届くのかという想いがずっとある中で、2017年4月頃、ネットでがんサバイバーがホノルルマラソンにチャレンジしているという、チームメッセンジャーの存在を知りました。そして、チームリーダーの杉浦貴之さんのブログなども読み、とて

も共感し、骨髄移植から10年、職場復帰から6年となる、2017年12月10日のホノルルマラソンにチャレンジすることを決意しました。

病気が治ったとはいえ、フルマラソンなんて走れるものじゃないと思っています。そのこと自体、過去の病気を言い訳に自分自身を制限し続け、病気の自分を持ち続けている思考です。その想いも手放す時期なのだなと感じたのです。そして、ホノルルマラソンを走ること、余命宣告を受けても、絶望的な状態でも希望を持ち続け、どんな状態からでも元気になることを伝えたいし、そのことを自分自身も実感したいと思いました。

ホノルルマラソンに向けて走り始めた日、かつて右足腓骨に腫瘍ができた病的骨折したにも関わらず、また



2017年9月末、チームメッセンジャー伊勢合宿にて

こうして走ることができている自分の脚が愛おしくて、「ありがとう」と伝えながら、泣きそうになりながら走りました。徐々に走れる距離も伸びて、細くなっていた脚にも少しずつ筋肉が付き始め、12月の本番が近づくとつれ、ワクワクドキドキも増してきました。

制限時間もなく、プレッシャーもなかったのも、「完走はできる」という根拠のない自信も持ち始めていました。何よりも、チームメッセンジャーの仲間と一緒に走れるということが心強く、初海外旅行の私でもほとんど不安はありませんでした。

そして、いよいよホノルルマラソン当日、早朝5時、まだ真つ暗の中スタートしました。盛り上がる会場の雰囲気味わい、楽しみながら走り出し、体も軽く感じられ、調子良く走っていました。

次第に明るくなり始め、約10km地点のダイヤモンドヘッドが見えてきたときに「よくここまでがんばってきたね」と、こみ上げてくるものがありました。泣きそうになり、呼吸が苦しくなって「やばい」とちよつと冷静になり、自分に、体に「ありがとう」を伝え、呼吸を整えました。

途中、チームメッセンジャーの仲間とすれ違うときには、励まし合いながら力をもらっていました。

最後の約10kmはだんだんと疲れも出てきて、歩いたり、走ったりしながらでしたが、同じペースで走っていた仲間を見つけて、また、力が湧き出てきて5時間55分というタイムでゴールすることができました。

自分が予想していた以上に心地良く走れて、「ここまで元気になったんだな」ということを実感できました。同時に「一人ではここまで来られなかった」と、たくさんの支えてくれた方のことを思い、感謝の気持ちが湧き出てきました。





フルマラソンは今後も続けるかどうかはわかりませんが、仲間と楽しみながらできる範囲でやっていきたいなと思っています。

### ■答えは自分の中に

2011年4月、職場復帰の際に提出する診断書をもらうために病院を受診したのを最後に、それ以降は毎年、職場検診で健康状態を確認する程度です。ありがたいことにコレステロールがわずかに高いくらいで、体調は良好です。

自分が病気を治してきた道において、「これを治したから治った」という方法を特定することはできません。また、私が受けたどの治療も、「絶対」「必ず」という治療方法はなく、おススメすることはできません。なぜなら、自分以外の人の選択に私が責任を持つことができないからです。また、人それぞれに自分自身と向き合うのに適した治療方法は異なっていて、病院も含め他人ができることは、治療方法という選択

肢を提供するところまでなのではないかと感じています。

手術、抗がん剤治療、放射線治療などの現代医療で治る人、食事療法、温熱療法、サプリメントだけで治る人、またそれらを組み合わせ独自の方法で治る人など様々ですが、同じ病気でも絶対的な治療方法はなく、すべての治療はあくまでも病気が治るまでの間、あるいは、すべての人に備わっている自然治癒力のスイッチを入れるまでの間、私たちをサポートしてくれるものなのではないかと感じています。

なぜ病気をしたのか、その理由は見つけにくいもので、分からないものなのかも知れません。私自身もこれが原因で病気になったというのを特定することはできません。悪いことをしたから、悪人だから病気になったわけでもないですし、善人になれば病気が治るわけでもないような気がします。また、生活習慣が悪かったとか、タバコを吸っていたからとか、お酒を飲みすぎたからとか、その理由のもっとも前に原因はあって、なぜタバコを吸いたかったのか、お酒を飲みすぎたのか、そこに意識を向けてみたほうがいいのではないかと思います。

ただ、病気になったからこそ味わえた感情がたくさんあったと思います。喜びもいい、怒りもいい、悲しみもいい。もしかすると、ただ自分を見つめるため、感情を味わうために病気になったのかもしれない。これからも、私が生きている間は目の前に起こる出来事の中で、喜びや怒り、安心や不安などいろいろな感情を味わっていくと思います。

私の経験から感じていることですが、自分にとって困難で、問題だと思える出来事でさえ自分にとっては必要なことで、それを乗り越えるための方法はどこか遠くに探しにいかなくても、答えは一番近くの自分自身の中になんかあるということです。病気の治し方も、不

都合な問題や困難な出来事を乗り越える方法もすべて。これからもこうして私が生きて、いろいろな経験をしながら、健康を通じて真実を伝えることが何よりの恩返しになるのではないかと思っています。「骨髄移植後、再発、再々発しても、医学的には厳しい状態からでも治療することができるといふ事実、そしてそれらの経験がなければ伝えられなかったことを私なりの方法で伝え続けていきます。



高校2年生になった娘たちと

### ◇ 高原和也・プロフィール ◇

沖縄県浦添市出身、42歳。ニックネームはカーズ。〈趣味〉車、バイク、船など乗り物が好きです 〈好きな音楽〉音楽はこだわりなく、優しい歌詞の歌全般が好きです 〈好きな言葉〉「生きてるだけで丸儲け」「人間だもの」〈ブログ〉「いつもありがとう」 <http://uk81152.ti-da.net/>



*Congratulate*



「光のファンタジー」 撮影：大嶽幸廣