店頭から「こんにちは」
第102回

自然を描いた画集で心が癒されていく
落ち込んだときは自然に触れる

一緒にスキーへ行ったこともある、30年来のおつき合いがある近所の男性。
定年退職したあと、風景を題材とした水彩画を描いておられます。

絵を見てイキイキと

男性は毎年、個展を開いておられ、作品を集めた画集『みちのく風景スケッチ』シリーズのファンは増加中で、ブログも好評です。

画集『みちのく風景スケッチ・3』をいただいた翌日のことです。

老人性うつ症の87歳の女性が来局を。開口一番、「早く死にたい」と。「死にたくない人がたくさんいるのに、そんなこといわないの」と応じると、「こんな命でよければ交代してあげたい」と、ますます落ち込む様子。

何気なく、上述の水彩画を見せてあげました。すると、「あ〜っ、何だか昔に見た風景だ」と。

「茅葺き屋根の家の、離れのほうに、私たち家族は住んでいて、ガラス戸はなく、障子の外は雨戸だけ。朝、起きたら雨戸を開けて、廊下の雑巾掛けをしていたの。すると、すぐに廊下が凍り出すの」

イキイキとしたお顔になり、うれしそうに、最初から最後まで、ご覧になっていました。

すると、「死にたい」という気持ちが遠のいていったようです。

「この画集を見ていると、心がホンワカしてくるから、欲しいですね」とのこと。

山で心が晴れやかに

早速、男性に連絡をとり、持って来ていただきました。

老人性うつ症の見ごとな回復劇をお話しすると、「私の絵にそんな効果があるとは、うれしいですね」と。結果、「何冊か置いていきますので、お役に立ててください」と、喜んで帰られました。

うつ状態の若者が相談に来ると、私は必ず、「山や海へ行くなど、自然に触れあうことをしなさい」と助言します。

実際、自分だけでは行けない人を、山へ連れて行ってあげて、うつ状態がよくなった例が。

ヒトは心が落ち込んだとき、自然の美しさを感じる心の余裕がどこかにあれば、ふと元に戻るのではないかと感じたのでした。

宮川薬局(宮城県仙台市)代表
薬学博士・薬剤師
みやがわとし じ
宮川季士先生

プロフィール

1976(昭和51)年、東北薬科大学(現・東北医科薬科大学)卒業。'78(同53)年、同大学大学院修士課程修了。'87(同62)年、薬学博士学位。地域に根ざしたおクスリ屋さんとして、多くのファンが。

「自然を愛でてください」

※ブログ『みちのく風景スケッチ』のアドレスは、次のとおり。http://0313.cocolog-nifty.com/