

生きるということ

——ターミナルケアと死生観——

長 倉 伯 博

はじめに

こんにちは。ご紹介いただきました長倉と申します。

昨年もこの講座でお話させていただきました。もう二度とないだろうと思っていました。一郷先生から又お声かけいただきました。図々しくもここに立つことになりました。なんだ、またあいつか、と思われた方はどうかお許し下さい。

さて、今日は病院にいる坊さんのことをお話させていただきます。

二十年ほど前になりますが、わたしの所属する西本願寺でビハラと名付けられた研修が始まりました。形だけの葬儀や法事を営むだけではなくて、世の中には老、病、死の問題で悩む人も多い、だったらお寺や僧侶ももっと何かできないかという課題を持つ研修でした。正直に申しますと、軽い気持ちで参加したのですが、胸に火をつけられてしまったのです。二泊三日を年に四回二年間、講義と実習で構成された研修で、目からうろこという思いを何度もしたのですが、中でも医師であり牧師様でもあり、日本で最初にホスピスケアをされた方からの言葉が胸に響きました。

「私の所はキリスト教系の病院だけど、仏教の患者さん多いんだよ。どうして日本のお坊さんは死んでからばかりなの。患者さんやご家族が一番苦しんでいるときになぜ寄り添ってくれないの。縁起でもないと言われるかもしれないけど、本当は待っているんだよ。確かに理解者は少ないと思うけど、宗教家として大切な仕事でしょう。」この言葉に励まされて、いくつかのホスピスを訪ねて多くのことを学びました。ただ、鹿児島でいざ実践しようとしても、病院から門前払い。衣姿で病院に行くと、つまみだされたり、案内されて着いた先は遺体安置所だったりという、笑うに笑えない

生きるということ

ことも経験しました。これが当時の実情でした。それから二十年、時代もある程度変わりました。京都光華女子大学という仏教の大学に看護学科が計画され、大きな期待を集めていると聞いています。私の話がそれほどお役に立つとは思えませんが、今まで出遇った患者さんやご家族のことをお伝えして役目を果たしたいと思います。

ただ、こういうときは筋道立ててお話するのが良いのですが、話が前後するかもしれません。ベッドサイドにいるときは私の心はいつも揺れています。それは大方私の未熟さに起因するのですが、それも含めて聞いていただくとありがたいと思います。

お父さん格好よかったよ

のっけから辛い話になります。四十才の男性患者さんと三十代の奥様、小学三年生のご家族の話です。肝臓がんでした。診断されてからは、手術や放射線治療、化学療法が一般的になされます。末期だけが辛いのではなくて、副作用もあってどの治療も

辛いのです。患者さんはその治療の間も懸命に耐えます。これ以上は無理だと判断せざるを得ない時が来ました。

ちよつと横道にそれますが、こんなとき「もうあなたには何もすることがありません。」などと、残酷な言い方をする困った医師がいます。聞いた側がどれほどショックを受けるか想像できるでしょう。絶望させる言葉です。それに対して「あなたの体力を温存する最善の治療を選択したいと思えますが、いかがでしょう。」と話したら患者さんの受け止め方は随分変わります。単なる言葉のあやと思われるかもしれませんが、ベッドサイドはそれほど敏感なのです。この説明で「よろしくお願いします。」と答えた方を多く見ました。

さて、この後数ヶ月経ちました。まだ廊下も自力で歩けるし、外見には元気に過ごしておられます。しかし、奥さんは違います。夫の命が長くないと感じているので、廊下を歩くとき泣いています。病室で涙ぐむときも多いようです。

こんな奥さんを見て最初のうちは、患者さんは「死ぬのはオレだよ。お前何泣いてんだ。困ったやつだ。」と笑っていました。

生きるということ

しかし、体力が落ちてくると「泣くのだったら病室に来るな、気分が悪くなる。」
というような言い合いが始まりました。

医師、看護師の依頼で私の出番です。訪室しました。入ると奥さんはベッドの向こうで泣いています。後で聞くと、坊さんが来るといので泣いていたとわかり大笑いになりましたが、自己紹介の後、私の方から問いかけました。

「お会いするのは今日が初めてなので、少し質問していいですか。お二人は結婚して何年ですか。」

病棟のカンファレンスで打ち合わせは出来ていたので、ご夫婦のことからうかがうことにしました。

「十三年。」

「奥さん、もし良かったら、ご主人は奥さんから見てどんな人。」

すると、泣きながら答えてくれました。

「こないいい人はいません。私はおしゃべりの、でしゃばりで、いつも愚痴ばかり。そんな私に言葉を荒げたことはありません。この人が私に手を挙げたのは二回し

かありません。」

私は心の中で、うちだったたら、二回手を挙げたらきつと出て行くな、なんて思いながら聞いていました。(笑い)

「優しいご主人ですね。」一応相づちを打ちました。そして、「ところで、ついですから、ご主人から見たら、奥さんはどんな人？」とたずねてみました。すると、

「本当にお前はおしゃべりの、でしゃばりだったな。」というのです。奥さんが思わず、「私せっかく誉めたのに、そんな言い方しなくても……。」

二人が苦笑しています。病室の空気が緩みました。その後は夫婦の人生を馴れ初めから聞かせてもらいました。

私はプロではありませんが、簡単なライフレビューを行ったのです。病気のことだけを話題にするのではなくて、人生の物語を語っていただくということでしょうか。

ご主人が、

「そうだな、オレたち十四年前に出会って、結婚して子供が産まれて、いろんなことがあったな。」言った後、改まった顔で、

生きるということ

「子供が小さいのにこんなことになってすまん、お前に苦勞かけることになったな。許してくれ。」

奥さんが首を振りながら、ご主人の手を取り、涙を流しています。じっと見つめ合っている二人を見ながら、私ももらい泣きしそうです。

役目は終わったかなと考えていると、相談があるとご主人がいうのです。

「うちの小学三年のチビ、オレが病気だつてことはわかっているけど、もうすぐ死ぬつてことは知らないんだよ。どうしたらいいんだろう。ちゃんと話したらあいつがショックを受けそうで……。」

私はうなずきながら、言葉を待ちます。

「でもさ、死んだ日はもつとショックだろうな。」

「ああ、逃げ道ないのかあ……。」とためいきをつきます。私は、

「逃げ道は確かにありません。でもちよつと違いがあります。亡くなった日は息子さんを抱いてやれないけれど、今ならショックを受けた彼を抱けますよ。」

顔に決意が浮かびました。そして、息子に伝える作戦を立てることにして、医師や

看護師に協力を依頼しました。

元気な頃、よくキャッチボールをしていたといっているので、クラブとボールを準備して、病院の屋上で、真似ごとをしてから父親みずから語ります。

「ちょっと疲れたよ。お父さんな、お前とずつとこうしていたいけど。もうしばらくしたら一緒にいられなくなる。」すると息子が、

「お父さん死ぬの。」

子供はわかっていたのです。だって大好きなお父さんのことですから。大人たちの会話に耳をすませていたといえます。父親が話します。

「お父さん、最後まで頑張るからな。見てくれよ。お話できなくなってもお前とお母さんの名前を呼び続けるから、ちゃんと聞いてくれよ。それから、お父さんは死んでも遠くに行かないよ。お坊さんに聞いたよ。仏さんになったら自由になれるんだ。どんな時でもお前のそばにいるから、そう思ってくれよ。」

わかった、と言いながらお父さんに抱きついて泣きます。父親もしっかり抱き締めています。

亡くなる日のことです。

臨終数時間前に、父親は自力でトイレに行きます。そして出血がありました。回りに詰めかけている大人たちは、まだ若いのに、かわいそうに、気の毒に、という言葉が飛び交います。でもこの子は違いました。

「何言うの。お父さん最後まで頑張ってくれたよ。お父さん格好よかったよ。」
彼にとつて、哀れな姿ではなく、懸命に頑張った父親だったのです。

あなた往く人、私少し遅れて往く人

生きるということ
この症例にはライフレビューというキーワードもありましたが、特に強調したいのは、人は可哀想に、気の毒に、残念に死ぬのかということ。もちろん、そんな気持ちになってはならないというわけではありません。しかし、生まれてきたいのちが死ぬことは不思議なことではなく、当たり前のことです。大切なことはどう生きたかなのです。

ある患者さんの言葉です。

「僕はまだ若いから、お通夜で、残念だというやつが一杯くるだろうけど、人生の最後をそんな言葉で締めくくって欲しくない。精一杯生きたんだから誉めて欲しいよ。」

私はこの患者さんとの約束を守っています。お葬式でも、気の毒や残念は止めにしてよと呼びかけています。

また、病室のドアを開けるときの私の心構えがあります。

「あなた往く人、私少し遅れて往く人、共に浄土に歩む人」

私この世に残る人、という思いで見舞いする人は自分は絶対に死なないと思ってるのかしらと逆に不思議に思います。

いつか会わせていただくからこそ、自分の一番いい顔で病室に伺いたいです。だって、後で（お浄土で）あの時いい顔で来てくれたな、といわれたいですから。

生きるということ

ビハーラということ

先ほど、ビハーラという研修を受けたと申しましたが、このことについて少し触れておきたいと思います。

ビハーラとは古いインドの言葉、お経に書かれた言葉と言ってもよいと思います。この言葉を使った活動が始まったのは、一九八五年のことです。それまでは、仏教ホスピス運動と言っていたようです。諸外国やキリスト教に触発された心ある仏教者たちが、老病死の現実に関わろうとしたのです。その過程で仏教らしい言葉を模索するうちにこの言葉が定着しました。私の所属する西本願寺は、京都府城陽市に、あそかビハーラクリニクとビハーラ本願寺といふ二つの施設を立ち上げました。前者は緩和ケアのクリニク、後者は特別養護老人ホームです。他の仏教教団もいろいろな展開を見せていると聞いています。

ビハーラは、安住、安住処、寺院などと漢訳されています。四苦八苦を抱えて生き

る私達が、身も心も安らかに生きるようにという願いが込められています。私に引き寄せて言えば、歳とるのもいや、病気もいや、死ぬのなんかもつといや、逃げられなけれどそれでもなお生まれてきて良かった、生きてきた甲斐があったというのが安らかなの意味する所だと考えます。

京都光華女子大学は仏教を背景とした学校です。皆さんがここで多くの知識や智慧や温もりを学び、社会に歩み出す前に、生まれてきてよかったという人生の考え方を身につけていただいたら建学の意味があったといえるのではないのでしょうか。だって仏教は苦難の人生を生きる私達の応援歌だと私は考えます。老病死も私の人生です。ピハールは医療や福祉と協力しながら仏教が現実と向き合う活動だといってよいでしょう。

お寺は何のために？

ここで、現在のお寺のイメージとはだいぶ違う古いお寺のことを紹介します。今か

生きるということ

ら、約一八五〇年ぐらい前、龍樹という方が書いたという「十住毘婆沙論」という本に、当時のお寺のイメージを表す面白い記述があります。

「お寺って何のためにあるの。」という問いに、「病人のためにある。」と答えているのです。今、病気になったからお寺に行こうという方はいません。病院に行きます。

ただ、私の所には、うちのお父ちゃんが入院したとか、病気のことです不安だ、というような相談があります。それは、私がビハーラの活動をしていると知っている方からですが、特殊なことでしょう。普通は亡くなってから枕経の依頼という所でしょう。

次に、「医薬の具」を求めるとあります。これは治療を受け、薬をもらうということとです。さらに、治療に当る人、今で言う医師や看護師がいると続きます。

東大寺に施薬院という所があったと、高校の日本史の授業で習いましたが、奈良時代にはその雰囲気があったということでしょう。

ここまでは、お寺に病院としての機能があったともいえます。

そして、四番目に、「病気の方のために仏の教えが説かれる」とあります。このこ

とは、仏教と医療の接点として大切なことですが、今病気になったからお寺に行こうという人はほとんどいないのが実情です。四苦八苦の辛いとき、お寺は頼りになる場所のはずですが、残念ながら生きているときはお医者さん、死んでから坊さんみたいになってしまっているのです。

ビハラー活動は、当初は仏教ホスピス運動とあって、外国のホスピスの仏教版みたいな名称でしたが、仏教らしい言葉としてビハラーが提唱され、今では少し市民権を得たといえるでしょう。しかし、まだまだ仏教側の努力が待たれます。

緩和ケアということ

次に仏教徒と医療が協働することを考える糸口に、緩和ケアということを紹介します。

一九六〇年頃から、病気の痛みについて関心が持たれるようになりました。どの病気も辛いのですが、とりわけ現在の死因の三分の一を占めるがんの痛みについてなん

生きるということ

とかしようにという機運が高まります。以前は、今からすると考えられないことですが、病気の治療については熱心な医療も、痛みについては、病気だから痛いのは当たり前だといって、痛み対策に不熱心だったのです。患者さんは、のた打ち回って命を終える状況でした。皆さんのお父さんやお母さん、お爺ちゃんやおばあちゃんたちにたずねてみて下さい。きつと、がんだけは嫌だというはずです。痛い、痛いと呼び続け、最後には殺してくれとまでいいながら亡くなった方を身近に経験していらつしやるのです。病気は治癒できなくても、人生の最期がこんなことではあまりに悲惨です。なんとかできないかと考えるようになりました。

イギリスのソンダースという女性医師、「聖クリストファーホスピス」を設立した有名な方ですが、彼女は普通の鎮痛薬に加えて麻薬の有効な用法を考えました。麻薬というと中毒が大変恐い気がしますが、その通りですが、がんの痛みを軽減するのに有効だとわかりました。簡単にいうと、中毒の起らない使い方によって、患者さんがとても楽になり、場合によっては、がんの末期に旅行さえできたりするようになったのです。私の出会った患者さんも、だいたい進行した状態で奥様と一週間の北海道旅

行ができました。

一九八五頃になるとWHO（世界保健機関）は「がんの痛みからの解放」を発表し、どこに住んでいても適切な疼痛対策が取れるようなモデルを提唱します。

さらに研究は進み、今は麻薬を使った点滴や飲み薬、座薬どころか張り薬まであるから驚きます。私がビハークラ活動を始めた二十年前からしても格段の進歩です。

私は鹿児島県に住んでいます。離島が多い県です。都市部の病院でなくても痛み対策が取れる時代になりました。住み慣れた所で過ごすことができるというわけです。ただ、在宅が一気にできるかというと、看護や介護の問題があるのですぐには実現できませんが、痛みについては解決可能になったといえるでしょう。もちろん、麻薬が有効でない痛みもありますが、それについての研究も進んでいます。

さて、痛みについては研究は以上の通りですが、今お話した痛みは、身体の痛みについてでした。痛みはそれだけでしょいか。

ここで、WHOが一九九〇年に発表した緩和ケアの定義を紹介します。

生きるということ

「もはや治療しても治癒する見込みのない疾病に冒されている患者に対して、積極的で全人的なケアをすることであり、痛みやその他の症状をコントロールすること、心理面、社会面、精神面（スピリチュアル）なもんだいをコントロールすることを最優先課題とする。緩和ケアの目標は、患者と家族にとつての最良のQOLを実現することである。」

ここには、解決すべきものとして、身体面、心理面、社会面さらにはスピリチュアルな問題があると指摘しています。

心理面の苦痛は容易に想像できます。がんでなくても、例えば歯が痛いだけでもイライラしませんか。怒りっぽくなったり、落ち込んだり、周囲との関係も悪化します。

また、私は患者さんに「今一番辛いことはなんですか。」と質問します。少し、横道に逸れますが、「何が辛いですか。」とは言いません。患者さんは辛いことがいっぱいあるのです。たくさんある中で、どれが一番辛いかたずねます。自分で辛いこと、

解決したい問題も優先順位を整理していただくのです。

すると、返ってくる答えは、生活のこと、具体的にはお金のことが多いのです。特に働き盛りの方は尚更です。入ってくるお金は減り、出るお金は増える。何より心配です。

それから、仕事のこと。仕事は生活のためにしているには違いありませんが、一方で人生の多くの時間を費やしています。農家の方がたは田の心配をします。

また、家族への思いもあります。ある幼い子を持つ母親は、子供のことと言った後、とめどなく涙を流しました。

このような痛みを社会的痛みといいます。

最後のスピリチュアルな痛みは適当な訳がないのですが、根源的痛みという場合もあります。私の経験でお話すると、何のために生まれてきたの？私の人生って何だったの？何のために今日まで生きてきたの？死ぬってどういうこと？死んだらどうなるの？火葬場で焼かれるのいやだよ。というような訴えがそれに当たります。

以上のように、多くの痛みを抱えてベッドにいますということですが。

生きるということ

緩和ケアとは、患者さんやご家族の痛みを適切に把握することから始まります。患者さんの心に耳を傾け、共感し、対策を考えます。

定義で、積極的に全人的なケアを行うとあります。決して諦めのケアではないのです。だれしもいつかは命を終えます。最期まで生き抜くことを支えるケアといっています。

あるとき、丁度同じ頃に末期を迎えた二人の方がいました。お二人とも娘さんの結婚式が近付いています。最初は出席はできないものと諦めておられました。しかし、緩和ケアチームで検討の結果、その日の容体次第だけれど不可能ではないと考え、患者さんに提案してみました。お二人ともできるものなら出たいといえます。私たちは目標を設定しました。結婚式も披露宴も出る、それが無理なら、式だけ、それも無理なら、新郎新婦に着替えを早めてもらって病院に来ていただく。

休みの看護師さんが私が付き沿うと申し出てくれました。医師も自宅で待機しているから、いつでも連絡可能といってくれました。

目標を持ったからでしょうか、お二人とも生き生きとしてきました。

さて、当日になり、一人の方は式だけ出席できました。最期までよかった、よかったと繰り返しながら、それから数日後に臨終を迎えました。

もう一人の方は、結局出席しませんでした。当日の朝になって、「オレ、悪いけど行かないから」と言いました。体力はあったのにです。どうして、と聞いてみると「せっかく準備してもらって置いて悪いけど、オレが行ったらオレが主役になってしまふ」と言うのです。本当は出席したいはずですが、でも自分が出席したら多くの人が自分に注目してしまうだろう。今日は娘の晴れ姿、みんなに娘を見て欲しいというのです。

お二人どちらも娘を愛する父親の姿です。私たちはどちらも無駄とは思いません。お二人は、人生最期の数日を充実して過ごしてくれましたから。そして私たちのささやかな思いを温かく受け取って下さったから。お礼を言いたいのはこちらです。

こうしたことも緩和ケアだと考えています。その結果、社会的痛みにも分類する内容であっても、他に痛みにも良い影響を及ぼす、換言すると乗り越えようとする力が湧いてくるようです。

QOLについて

定義の中に、最良のQOLを実現するとありました。ここでこのことについて少しふれておきます。

ご承知の方も多いと思いますが、QOLとは「Quality Of Life」のことです。いろいろな説明の仕方があると考えますが、私自身は、人生いろんなことがあったけれど生まれてきて良かった、生きてきて良かったと思えたら、QOLが向上したと言ってもよいと思います。

また、評価についても、数字にこだわるよりも、今日どんな顔をなさってたかぐらいでいいと思います。大丈夫と言いながら辛そうだったり、症状は悪くても元気そうということもあります。

私のこんな話を聞いて下さる皆さんだって、もっと聞きたいか、もういい加減にやめろよ、は表情である程度察しがつきます。

さて、二〇〇二年にこの定義が改定されました。生を脅かす疾病ということがいわれます。当初は終末期が緩和ケアの対象だったのですが、考えてみるとがんと診断されたときから、大きな不安に襲われます。診断時からケアを始めるべきだと考えるようになったのです。また、「早い時期に識別し、誤りなく評価して、苦痛を予防もしくは軽減するというさらに積極的な関わりが求められるようになりました。

国立鹿兒島医療センターは急性期の病院で、緩和ケア病棟はありませんが、緩和ケアチームはあります。チームは緩和ケアの医師、がん専門の認定看護師、薬剤師、栄養士、理学療法士、MSW（メディカルソーシャルワーカー）、臨床心理士、チャプレンで構成されています。様々な専門職が協力して患者さんや家族の多様な苦悩を支えます。基本的には病棟の主治医や担当看護師をバックアップしますが、必要に応じてベッドサイドにも伺います。

患者さんにとって、食事は治療だけではなく、楽しみでもあります。大きな病院ですから、それほど要求に応えることはできない中で、重い患者さんがお鮎のうにを食べたいと話されました。病院にそんな食材はないし、予算ありません。でも市場で

生きるということ

少し購入しました。この患者さんほとんど喉を通らないことも承知のうえです。たった一個の軍艦巻きで笑顔が生まれました。なめたけでしたが。

薬剤師さんも薬の相談に病室を回ります。理学療法士さんも偉大な存在です。骨に転移があつて、折れても不思議ではない状態、動かすのは無理とわかっていきます。たださすっているだけ。それでも患者さんは。ありがとう、痛みが止まったよと。

専門職として技術的にはたいそうなケアではありませんが、温もりが伝わるので
す。

私に対する相談もあります。そのことについては、次の患者さんとの出会いの中で紹介します。

もう私治らないのかな

その方は四十代の頸部の食道がんで入院して来ました。入院する前日は、大好きなカラオケで朝まで歌っていたそうです。

診断の結果、手術は適応ではなくて、放射線治療と化学療法を併用しました。十二月半ばの入院から約一月、縮小したのですが、二月になって大きくなってしまいました。そして食道が塞がってしまいました。喉を通らないので、胃に直接食べ物を通すように胃を作りました。

この頃から、「もう私治らないのかな、助からないのかな」という言葉が聞かれるようになりました。

チームで検討の結果、私もベッドサイドに伺うことになりました。ある年の三月七日に初めてお会いしました。亡くなられたのは五月十日ですから、約二ヶ月間のお付き合いです。

病室に伺う前にカンファレンスである程度情報の整理をします。これからの症状の変化、予後（余命の予想）、本人の心の状態（それを表すような言葉）、周囲の状況（家族や友人との関係）などを把握します。

余命はおよそ二ヶ月、しばらくすると腫瘍が大きくなって、食道を塞ぎ、呼吸の問題が生じたら切開する、患部からの出血も考えられる。しかし、しばらくは落ち着い

生きるということ

た状態で推移すると思うから、したいことがあったら今のうちにとというのが主治医の見解です。

本人へは病名や症状については説明してあるが危機的であることは伝えてないの
で、症状についての心配はあるが、差し迫っているとは思っていない、漠然とした不
安を抱えている状態だということです。

これまでの人生はというと、三十才ぐらいまでは銀行員、その後はこつこつ貯蓄し
て、自分のお店を持つために頑張り、念願かなってやっと開店したのが入院の二ヶ月
前、残念ながら人手に渡して失意の状態、でも又病が癒えたら新たなお店を始めたい
という夢はある。

ご家族については、独り暮らしで、父親は幼いときに交通事故で亡くなっている、
母親は別の病院で闘病中、だいぶ重篤で、結果的に本人より四十日程度前に亡くなら
れ、彼女はお葬儀に参列するのが精一杯でした。兄がいるが、こちらも身体が弱く、
連絡も取り辛い状態でした。看病できる家族はいないという問題がありました。しか
も未婚で子供さんいません。

ではだれが付き添ってくれているかというのと、すごいですね、友人たち五人でした。しかも恋人というわけではありません。大人になってからの食事仲間というぐらゐの関係なのに身内以上に世話をしてくれました。男性と女性、交替で泊まり込みしながら、最期の日までどころか葬儀や後の法事までしてくれたのです。

お見舞いのこと

ここでお見舞いのことについてふれておきます。それは病室訪問の心構えにもつながるからです。

この他にも大勢の友人がいたことは、葬儀のときわかりましたが、病室には面会謝絶の札がかけてあります。面会ができないぐらい容体が悪いわけではありません。それでも面会謝絶。入室できるのは医療スタッフを除けば基本的に先ほどの友人五人だけです。

一言でいうと、お見舞い対策なのです。来てくれてうれしいお見舞いとそうではな

生きるということ

いお見舞いがあるようです。

心身ともに元気で、都合のいい時に友人が訪ねてくれるのはそれはうれしいでしょう。でも入院しているのですから、体調は悪い、しかも身繕いも人に会うのにふさわしい格好もしていないことも多いのです。寝起きのときにお客様が来たら普段でも困ります。こんな姿を見られたくないと考えても不思議ではありません。そんな姿でも患者さんが会いたいと思うのは、きつとかねてから心許せる関係ができている方だけでしょう。お見舞いの方を嫌っているのではなくて、今日は人に会いたくない気分だ、ということもわかってあげてください。それなのに、一目だけでも無理をい方もいます。そんな時は黙って帰るのもお見舞いです。また来ますと伝えてもらえばいいのです。次回は、この前は悪いことをしたな、それでも又きてくれたんだとうれしくなる可能性もあります。また折り悪しく眠っていらっしやる時もあります。そんなとき、私は、起こさずに時間の許す限り黙ってベッドサイドに座っています。もし起きなくても、誰かが必ず伝えてくれますから。だって、自分の知らない間に、見守ってくれていたなんてうれしくありませんか。あとで温かい気分に包まれます。私

にとつて、仏様はそんな方です。少し真似してもいいでしょう。

困ったお見舞いに、詮索好きというのがあります。「いつからだったの?」「今、どんな具合なの?」「お医者さんは何ていってるの?」等々です。患者さんからすると、一番口にしたくないことです。これに答えても、その方が対策を講じてくれるわけではなく、気の毒がって顔をしかめて下さるのが落ちです。とても元気は出ません。病気についての詮索は病院のスタッフにお任せください。できる限り対策をたえますから。ただし、詮索ではなくて、患者さんの方から話し始めたらそれこそ傾聴して下さい。辛いことを共感してくれる方はうれしいのです。微妙な違いですがとても大切なことです。

さらに「頑張つて」と言う方の多いこと。確かに頑張れはうれしい励ましにもなるでしょう。でも時として、お前まだ頑張りが足りないぞと聞こえるかもしれません。お見舞いが帰った後、ある患者さんがベッドで涙を流しています。

「また、ガンバレが来たよ。おれが何にも出来ずに寝ているだけで、一円の稼ぎもないから頑張れというんだらうね。手術も、放射線もしたよ。化学療法で髪も抜ける

生きるということ

ほど薬も飲んだよ。頑張る気持ちもあるけど、どうやったら死なずにすむかいやっはいないよ。ただ頑張れ、頑張れは辛いよ。」

患者さんは頑張ってなかったり、頑張り方が足りなくて症状が悪化しているのではありません。精一杯頑張っている方なのです。頑張り過ぎるほど頑張っている人に頑張れというのは残酷です。私たちは、あなたはゆっくりして下さい、私たちが頑張りますから、というようにしています。この言葉を聞いて、うれし泣きした患者さん、ご家族もいらつしやいました。

義理で行く方を除いて（患者さんは見破りますが）、お見舞いは元氣を出していただくこうという思いで行きます。でも、時としてこちらの気持ちの押しつけになってしまふ恐れがあることも心しておく必要があります。押しつけはとても辛いのです。やはり、受容的に傾聴が基本です。実際はそれが難しいのですが。

最初の面談

お見舞いの話が長くなってしまいました。女性患者さんの話に戻します。

まず入室前にどんな格好で来て欲しいか、看護師さんを通じて確かめておきます。私は僧侶ですから日常は衣姿ですが、坊さん姿はいやだという方がいてもおかしくはありません。だって病院の中ですから。相手のご希望です。別にお説教に行くわけではありません。まずお友だちになれたらと思います。そこから出發して、私にできることがあつたら、お手伝いするだけです。どんな格好でも中身は僧侶に違いありませんから。ただ何回かあつていると、本当に坊さん？一回衣姿でおいでよ、ということもままあります。すると、似合っているよ、でもお経は読めないだろうなんていたずらっぽく言います。一応これでも住職だからね、とさわりを披露すると、本物だと笑ってくれます。その後、実はと深刻な相談が始まるのです。私を受け容れてくれたときなのでしょう。

生きるということ

この患者さんは、洋服姿でということでした。そして、入室したら、本当にお坊さん？とほっとされたようでした。厳しそうなくかつめらしい人がくると思い込んでいたようです。その日は私の病院での役目をお話することから始めました。自分からは、好きな音楽を聴いたり、ファッション雑誌や 飲めないけれどワインの本を読んだりしているけど、手持ち無沙汰だと軽い愚痴が出ました。時折、かすかに悲しそうな顔をしますが、すぐに消してしまふ表情を見ながら、何もできない辛さを感じたのは私の思い込みでしょうか。少し、投げやりに、こうなってはどうしようもない、と淋しそうに笑いました。私は、そうですね、とうなずくだけでした。

別れ際に、「私でよかったら、また伺いませうか。」たずねたら、「楽しいからまた来て。」と喋ってくれました。

ナースステーションに戻って、医師、看護師とすぐに検討です。予後二ヶ月をどう過ごすか、何ができるか、を考えます。ただ単に見守るだけではなく、押しつけにならないように注意しながら、積極的な過ごし方を提案することも大切なケアとします。もし、嫌だとおっしゃったら、提案に固執せずいつでも引き返す勇氣も必要です

が。

時は丁度三月、鹿児島では月末になると桜の季節を迎えます。お花見は無理かなとチームのメンバーに相談しました。だって、このままだと、面会謝絶のまま病室の白い壁を見ながら命の最期を迎えることになります。それに、一般に患者さんは自分にしばりをかけていることも多く、病人だから何にもしてはいけない、じっとしてなければならぬと思ひ込んでいます。医師や看護師が少し援助すればできることもあります。

例えば、亡くなる二ヶ月前に北海道旅行をしたご夫婦もいます。もちろん、旅行先の病院とも連携をとるという準備もして出かけます。予後は変わりませんでしたが、最期までその時の写真を見ながらうれしそうに過ごされました。ささやかでも希望を実現することは自信になりますし、希望を見出し、それに近づくプロセスも大切です。最終的にお浄土に生まれる希望につながることもあるのです。死に向き合う力にもなります。

チームで相談の結果、まず本人の意思を聞くことになりました。

生きるということ

「桜が咲いたらお花見に行ってみませんか。」

「だって、これだもん。」といって首を指差しました。頸部に腫瘤が目立ちます。

「大丈夫、スカーフで充分隠せるよ。それにパジャマ姿で行くんじゃないよ。だれかにお家から春の服を取って来てもらおうよ。」

「でも身体は大丈夫かな、具合が悪くならないかな。」心配そうです。

「先生も今の状態なら大丈夫といってくれたよ。」

「うーん、考えてみる。」

ところが、それから十日後、患部から出血してしまい、呼吸困難になりました。急をきいて駆けつけると、医師が気管切開をしたといいます。病室に入ると、青白い顔で、筆談になってしまいました。こうなると花見どころじゃないかと考えていたら、紙に、お花見行きたい、一緒に行ってくれるでしょ と書きました。わかりました、みんなで準備しますと応じて、チームで検討です。

まず、日程です。土曜日なら病棟も参加しやすい。四月七日に決定。医師が僕も行くよといってくれました。非番の看護師さんも一〇人程参加したいと申し出てくれま

した。後は管理職の許可が必要です。案の定最初は渋りました。気持ちはわかりません。もし、出かけた先で具合が悪くなったら病院の責任です。さらにお願いしました。最後は気持ちは充分わかります、ただし条件をつけます。いざというときの対応ができるように万全の準備を整えていってほしいということです。医師も二人、一人はお酒は我慢する、一台の車には必要な治療器具を積み込むことになりました。大変なことには違いありませんが、こつそりいうと、病棟のメンバーは少しは楽しんでいくのです。花見自体は楽しいことですし、しかも患者さんの喜ぶ顔が見られるかもしれません。深刻に考えることだけがケアではありません。このメンバーの他に、看病してくれている友人たち。結構大人数です。

ひとつ心配もあります。患者さんだけが、食物や飲み物が喉を通りません。若手の看護師さんが気を遣います。それで、本人にたずねました。すると大笑いするので、

「だって、二〇人くらいの花見グループが飲まず食わずで、黙って花を眺めていたら、周囲の人たちはなんて思うかしら。」

遠慮せずにもみんなで楽しいお花見しましょうといってくれ、ありがとうとお礼をい
いました。

「私にとっては人生最後の桜」

いよいよ当日になりました。雨よ、降らないでとの願い通りに爽やかな花見日和で
す。場所も若い看護師が先発して取っておいてくれます。鹿兒島でも有名な花見の名
所です。時速二十キロで具合が悪くならないようにゆつくり走りました。

満開の公園の入口で車椅子に乗り替えます。それを除けば、病人には見えません。
おしゃれな帽子を被り、首にはスカーフ、春の装いです。

ゆつくり歩いていると、筆談用の紙に一言、「風が気持ちいい」私たちはうれしく
なりました。

お料理を並べ、飲み物を注ぎました。彼女も飲み込むことは出来ませんが、紙コッ
プを手に入れています。そして乾杯。

しばらくして、紙にペンを走らせています。そして、私に手渡しました。読むと、「私にとっては人生最後の桜、あなたにはまだお花見がありますね。うらやましい。」

とありました。息を飲みました。のぞき込んだ看護師さんたちも沈黙です。

こんな時、そんな弱気にならずに、来年もお花見できるようにがんばろう、とでも返すのでしょうか。

私にはそれは安っぽいその場しのぎの励ましに思えます。しばらくして容体が悪化して、あの時あいつたけど、本当は悪いこと知ってたのでしよう、そんなわざとらしいことをいう人は信頼できない、となる恐れもあります。いや、あなたのことを思っただけでと弁解に過ぎません。嘘の励ましは信頼を裏切ってしまうように思えます。

私は「ごめんね。」とまずいいました。続けて、「人生何が起こるか分からないけど、このままいけば、確かに僕には来年のお花見はありそう、うらやましいよね、ごめんさい。」彼女は、違う、そんなことじゃないというようにかぶりを振りまし

生きるということ

た。

私は彼女の紙とペンを借りて、古今和歌集のある和歌を書きました。

「春ごとに花のさかりはありなめど あひみんことはいのちなりけり」

渡すと、どんな意味？口と動かします。

毎年春になると桜は満開になる、私の生まれる前も、そして命終えた後も。でも、今この時にいのちをいただいていたからこそ今年の桜に会えたのだと思う。

「僕はあなたにお礼をいいたいです。聞いたところでは、お父さん小さいときに亡くなってるよね。その後ずいぶん苦労したみたいですね。銀行を辞めて、努力してやっと念願のお店を持ってたらこの病氣。お母さんも数日前に亡くなった。他にもいろんな苦労があったでしょ。それでも今日まで生きてきてくれました。ようこそ生まれ生きてくれました。おかげで今日一緒に花見ができました。ほんとうにありがとう。」

そして続けて、僕もほめてくれないかな。僕もいろいろあったんだよ。小学校二年の四月一日から八ヶ月学校を病氣でやすんでるんだよ。難病だったみたい。十一月三十日にやっと学校へ行っているよ、と医師が言ってくれたけど、医師と父のひそひそ

話が偶然耳に入ってしまった。再発するだろうから十五才までの命だと聞こえた。このことだれにも言えなかったし、知らない振りで生きてきた。中学ぐらいまで余病と友達だった。その他にも生きていたくないな。と思う日もあったけど、生きてきた。だから一緒に今日お花見できたんだ。

彼女は黙って真剣に聞いてくれました。そして、私は言葉を続けました。

「今、あなたは人生最後の花見って書いたね。ほくにとっても人生最後の花見なんだけどな。」彼女は、どうして?という顔をしています。

「あなたと一緒にする花見はほくにとってもこれが最後。来年はあなたのいないお花見をほくたちはすることに。」

私たちは常日頃、お通夜や葬儀の時、あの人と会ったのはあれが最後だった、こんなことならもつと話しておけばよかったとかいいませんか。それをちよつと早目に言っただけです。

話し終えた私を、彼女はじつと見て、涙をひとしずく流しました。そして、笑顔を浮かべ満開の桜を見上げながら、きれいきれいと言った。温かいお花見に

なりました。少し風が吹いて、花びらが舞っています。

右に坊さん、左にお医者さん

歌ったり手拍子したり楽しい時間はあつという間に過ぎてゆきます。三時間程経つて、名残惜しかったのですが、「そろそろ病院に帰りましょうか。」声をかけると、首を振って、「温泉に行きたい。」と言いました。無理ではないのですが、器具の準備がありません。それで、足湯で我慢してと頼みました。鹿児島は温泉地です。丁度、錦江湾越しに桜島を望む素敵な足湯があります。みんなでそこに出かけました。スラックスをたくし上げて、彼女を真中にして右に私、左に医師。私と医師は焼酎と焼鳥でいい気分です。そんな私達を交互に見比べて、彼女はペンを走らせました。

「右に坊さん、左にお医者さん、途中で何があつても心配ない。でもこの二人はちよつと危ない。」

いたずらっぽく紙を渡します。みんなで読んで大爆笑。彼女もお腹を抱えて笑い転

げています。

私は、医療と仏教の協働という課題を持つて生きてきましたが、こんな協働もありかなと思います。

南無阿弥陀仏ってどんな意味？

このお花見の後、彼女に少し変化がありました。病棟への信頼は前にも増したのも事実ですし、看病する友人たちともずいぶん打ち解けた関係になりました。私に対しても、だれかに買ってもらったという仏教の漫画本を示し、これ読んでもよといまます。彼女は仏教の家庭で育ったものではありません。神道でした。熱心な信者でもないのですが、勧めもしないのに、仏教に関心を示してくれたのはちよつとうれしいことでした。

そして、ある日、私に、お坊さんだからもちろん仏教でしょう。南無阿弥陀仏ってどんな意味と尋ねるのです。もちろん筆談ですが。

生きるということ

そこで、少し仏教の話をしてみることにしました。

「南無阿弥陀仏って呪文じゃないんだよ。仏教はインドで起こった宗教だから、そのことばの影響を受けている。南無は、まいったなあって意味もあってね、阿弥陀仏っていう仏様に参ったなあといってる。南無の後に恋人の名前をつけても言葉としてはおかしくはない。例えば南無太郎というと、太郎さんあなたが私のことをこんなに愛してくれているなんて参ったなあということになる。あなたに私のことおまかせします、という心にもなる。これが阿弥陀仏だから、阿弥陀様、あなたがこんな私のことを生まれる前からそして生きている間も、また命終えても、ずっと温かく見守って下さっているなんて参ったなあ、あなたに私のこのいのちをおまかせしますと唱えているんです。そして、私がこんな気持ちになるなんて、私が気が付く前から私のことを気に掛けてくださっていたのですね。私のこんな心もあなたからのいただきものだったのですね、ありがとう。これが南無阿弥陀仏の意味ですよ。」

概ね、こんな話をしました。彼女の感想です。

「だったら、お坊さんのあなたがこの病室に来てくれたのも、阿弥陀様の仕業か

な。」

彼女は照れくさかったのか、私の前では亡くなるまでついぞそんな姿は見せませんでした。友人の前では、ナム、ナム、ナムと手を合わせていたと後で聞きました。

彼女のこの問いは、自分のいのちの行方を見つめる中での問いといってもいいでしょう。

押し付けのようなお説教を病室ですることはありませんが、信頼の積み重ねの中で、このようなスピリチュアルといつてよい問いが生まれてきます。これは病棟の僧侶の大きな課題なのです。

臨 終

五月七日でした。その日の夕方、彼女の部屋をたずねました。

「明日から京都に会議で出かけます。九日の夕方帰って来ます。」とあいさつしました。彼女は、「気を付けて」口を動かしてくれました。ありがとう、と答えて病室を

生きるということ

出ようとすると、ベッドから起き上がりました。そして、送る、というのです。足元をみると、ふらついてもないので、玄関まで一緒に歩きました。今度は、待つてる、といって手をふってくださいます。振り返るとまだ立って見送ってくれています。うれしいと同時に、少しだけ不安がよぎりました。でもまさかと思いい直してもう一度私も手を振り返りました。

五月九日午後三時頃、私は大阪の伊丹空港で便を待っていました。携帯電話に病棟からの連絡が入りました。

患部から大出血、危篤、鹿児島空港に着いたら病院へ直行してくれ、それでも間に合わないかもしれないとのことでした。

病院に着いたら、呼吸はあるが意識はもうないといえます。病室に飛び込むと友人たちが場所を空けてくれました。ただいま今帰ったよ、と呼びかけると、うれしいことに少し目を開けてくれました。口がお帰りと動きました。そして、書く物を捜すようにてを動かしたので、看護師が急いでペンと紙を渡しました。そこに、

「どうもありがとう、もう……」と震える字で綴って、ペンを落としました。この

時、最高の笑顔が浮かんだのです。「もう」の後には文字はないのですが、だめだという感じではありません。「もう充分生きた」と受け取りました。周囲で見守っていた人たちも口を揃えます。だってあの笑顔ですから。

これが彼女がこの世に残した最後の言葉です。

突然、仏式の葬儀へ

病院で見送るまでが私たちの仕事です。こんな時、スタッフは物思いに沈みたくないので、医師や看護師は業務に追われます。私は少し放心します。ケアの反省も大事ですが、それは数日後のデスクースカンファレンスにゆずります。(私たちは必要に応じて、臨終後も今後のために反省会をしています。)

しばらくして、彼女の友人の一人から電話が入りました。友人たち五人で葬式は出すつもりだけど、私に導師をしてくれというのです。神道じゃなかったの、とたずねると、あいつはあなたの衣装を見たがってたし、お経も聞きたがってたんだ、それに

生きるということ

ナムナムと喋ってたでしょう、身内も親戚もだれも来ないから是非といいます。

わたしは、了解したうえで、あなたたちが割り勘でするんだらうから、私も割り勘仲間に入れてくれと頼みました。

夜になって、困ったのは葬儀屋さん、神主さんが来ると思っていたら坊さん、慌てて飾り直しです。

小人数と思っていたら、お供えの生花だけで四十並び参列者も百五十人になりました。だれかに連絡したら、みんなに伝わったのだそうです。仕事を終えた医師や看護師も参列して大がかりなお通夜、葬儀になりました。悲しみもありますが、懸命に生きた人へのねぎらいの方が大きかった印象です。

わたしは、短いお付き合いを振り返りながら、南無の話を伝え、また会える浄土の法話をしました。

次の日の葬儀の後、みんなが香典を持ってきてくれたので、受け取ってくれと友人の一人がお布施を持ってきてくれました。今回は私もみんなの仲間だからと辞退しました。数日してから改めて、衣買ってくれと喋って持ってきてくれました。今、私の

衣の一枚には彼女の命日と釋明麗という文字が刺繡されています。友人たちが一緒に旅をしてくれと笑っています。坊守(僧侶の妻のことです)が少し嫉妬しそうですが、そこは相手が仏様、笑って許してくれています。

最後

皆様、病棟にいる僧侶の話、どのようにお聞きになったでしょうか。

せっかくこの世に生まれてきたいのち、それを、かわいそう、気の毒、残念だで終わらせたくないのです。確かにお釈迦様は、この世は辛いところ、四苦八苦だとおっしゃいました。だからこそ仏になる道を説いて下さいました。それは、生まれてきた甲斐があったと味わえる道でもあります。

京都光華女子大学は仏教、浄土真宗の教えを基盤にした大学です。いのちを本当に大切にすることを目的としているのです。自分の人生を精一杯生き切る基礎をこの大学で学んでいただきたいと思えます。

生きるということ

すでにこの世の命を終え、今は仏様として大活躍中の、私の出会った患者さんたちのいのちも皆様の人生で生かしていただけたら、紹介したものとすれしく思います。

ご静聴ありがとうございました。

*注1 当日の講演に加筆訂正しました。省略した分の一部を法話の形で、付録として後掲します。

*注2 本講演とそれを元にした本文は、文部科学省科学研究費の助成を受けています。

法話 「往くすがた、還るすがた」

往くすがた

ある病院の昼下がりの廊下です。顔見知りの小学二年生の女の子が、私を呼び止めました。見ると目が真っ赤です。どうしたの、と問いかけると、

「人は死んだら終わりなの。」

と真剣な顔でいうのです。どうしてそんなことを考えたの、とあらためて問うと、「だって大人は生きてるうちが花だ、死んだら終わりだというでしょう。うちの祖母さんも死んだら終わりなの。」

この子の母親は、末期のがんで闘病しています。大人たちの会話を耳にしながら小さな胸を痛めていたのです。私たち医療チームは、こんな時、心配しなくていいよな

生きるということ

どと安易な慰めはしません。逆効果だと経験が教えています。患者である母親と相談のうえで、この子と向き合うことにしました。そしてこんなお話をしました。

君のおかあさんね、かぐや姫さんみたいなんだよ。お月様に帰る日が近付いてる。かぐや姫さん、お月様に帰る時、育ててくれたおじいちゃんやおばあちゃんに、これからも見守ってるから元気に暮らしてね、っていうよね。

と話すと、この子は病室に走って行きました。すると母親が、お月様に帰るにはもう少し日があるから、今のうちにいっぱいお話ししようね、と言いました。残された時間を精一杯使うという母の切なる願いです。この日が母の胸に抱かれて寝た最後の夜になりました。そして、臨終まで精一杯看病してくれたのです。

それからしばらくして、この子に会ったら、

「うちに来たお坊さんはお浄土に往ったというし、あるおじいちゃんは天国に行った、隣のお姉ちゃんはお星様になったといったよ。草むら(草葉の陰?)という人もいたよ。本当はどこに行ったの。」

と、いたずらっぽくたずねるのです。私が困った顔を見ると、自分の胸を軽く押さ

えて

「大丈夫だよ、ここにいろもん。」

と、にっこり笑いました。

そうです。淋しいけれど、これからもいつも一緒だと受け取ってくれたのです。自分の称える南無阿弥陀仏になった母親に会うのもそう遠い日ではないでしょう。

還るすがた

今度は、五十才で人生を終えた父親を看取った高校二年生の男の子のことです。お通夜のお勤めが終わった後、控え室を訪ねてきた彼がこう切り出しました。明日の葬式で弔辞をしたいということです。もちろん私も聞かせていただくよ、と返事しました。翌日、大股で尊前に進み出て、南無阿弥陀仏と大きく一声称えた彼は父に話し始めました。

「僕が小さい時、少年野球チームに入ったのは、お父さんとキャッチボールをした

生きるということ

かったからで、本当いうとあんまり野球好きじゃなかったんだよ。知らなかったですよ。四年生の時、初めてピッチャーをして大負けしたね。良く頑張ったと誉めてくれたんで、僕、お父さんの胸に飛び込んで大泣きしたよ。悔しがつてると思ったんですよ。違うよ。お父さんの胸の中、あつたかくて気持ち良かったんだよ。」

ここまで話した彼は、しばらく声が詰まってしまいました。しばらくして、
「今日から、その胸がないよー。」

と、号泣しました。武場からもすすり泣きが聞こえます。私もその一人です。しゃくりあげながら、彼は続けます。

「でもさ、お父さん死んだんじゃないよね。仏さんになるんだよね。僕たちいつもそう聞いてたよ。お父さん、仏さんになったら忙しいんだってね。みんなを助けるのがこれからの仕事だろ。身体は弱かったけど、仕事大好きだったから大丈夫だね。今度は病気もないし。お父さん、そっちで頑張れよ。僕もこっちで頑張るから。そして、だいが先になると思うけど、僕もそっち往くから、そんな時一度でいいから僕を抱いてよね。約束だよ、ありがとう。」

期せずして、彼に合わせてお念仏が式場にあふれました。

この時、私は思い当たりました。そういえば、親戚の法事にこの家族はいつも座っていました。長くないのちを自覚していた父親の切ないプレゼントだったのです。

——二〇一〇年五月二八日——