

人の“生老病死”と

仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

藤 腹 明 子

今回の宗教講座の本題「豊かな人間性を目指して」に関連しまして、少し長くなりましたが「人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性」という題目で、お話をさせていただきます。

私は、個々人の「生死観^{しやうじかん}」は、生き様を含め、その人が望むその人らしい最期を迎えるうえで、とても大切なものであると同時に、老い方、病み方の在りようをも左右するのではないかと思っております。看護者として、いろいろな方のいのちの“生老病死”を見つめてまいりました。今回は、そのような看護や看取りの体験を通じて、その人の生死観が、なぜいのちの生老病死の在りようを左右するのか、なぜそれが、

豊かな人間性につながっていくのかについて、仏教看護を標榜しております立場からお話したいと思います。

〈生死観／死生観／(豊かな)人間性とは何か〉

最初に、生死観、死生観、人間性とは何か、ということについて考えてみたいと思います。理論研究の出発点は、「定義」をする作業であるとよくいわれます。定義ができれば、その学問の概念化の第一歩が始まるからです。

辞書には、定義とは「物事の意味内容を他と区別できるように、言葉で明確に限定すること」、あるいは、「一事物に関する概念の範囲を明確に説明することをいう」とあります。つまり、ある概念の内容を構成する本質的特性を明らかにし、他の概念から区別することをいうわけです。

そして概念とは、「物事の概括的な意味内容」のことであり、あらゆる事象は概念に置き換えることができます。たとえば、この会場、宗教講座、参加者、人、人間

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

性、仏教、死、恐れ、不安、安心、信頼など、概念はそれが具体的であれ、抽象的であれ、言語によって表されます。概念は他の似たようなものと、今、扱おうとするものがどう違うのかをはっきりさせてくれます。たとえば、看護と介護、看護学と医学、あるいは人間性と人間観とはどこがどのように違うのか等を明らかにしてくれま

す。
ところで、学問の世界では何かの定義をする場合、その内容に必ず含まれていなくてはならない三つの要素があるといわれています。それは対象、目的、方法です。場合によっては、主体や場を含めることもできます。これらの要素は、その概念の概括的な意味内容をとらえるうえで重要になってきます。看護の世界では、看護を实践するうえで、その定義はとても大事なものとなります。

何故ならば、看護とは、誰が、誰に対して、どこで、どのような目的のもとに、どのような方法で行うものであるのかが明らかにされなければ、具体的な看護の実践へとおりにいくことができないからです。看護の定義には、それらが簡潔に記されることとなります。本大学には、キャリア形成学部、健康科学部という学部があるようで

すが、「キャリア形成」「健康科学」も一つ概念ですから、その学部で学んでいる方は、まずは、それらの概念をきちんと知っていることが前提となって、その学部での学びが進んでいくのではないかと思います。

したがって、生死観がなぜいのちの生老病死の在りようを左右するのか、なぜ豊かな人間性に繋がるものなのかを考える場合、「生死観」や「人間性」の概念はとても大切になってきます。話す側からしましても、概念規定をきちんとしておかないと、テーマに添った内容を皆さんにお伝えすることができなくなります。私は、先ほどから、生死観を「ショウジカン」と読んで使っております。それには、それなりの意味があるということになります。

つまり、生死観(シセイカン)、生死観(セイシカン)、生死観(ショウジカン)という概念は同じなのか、異なるのか、異なるのであればどこが違うのかをわかったうえで使うことが大事になってきます。それぞれの用語の概念についてちよつと調べてみますと……。

「死生」については、一般的にシセイと読まれ、「死ぬことと生きること」とありま

人の「生老病死」と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

す。「生死」はセイシあるいはショウジと読まれ、その読み方によって意味が少し異なってくるようです。たとえば、セイシの場合は「①生きることと死ぬこと。②生まれることと死ぬこと」とあり、ショウジの場合は「(仏)生・老・病・死の四相のうちの前後を挙げた語。生死を繰り返す迷いの世界。輪廻」(『新大辞典』講談社)とあります。ショウジと読む場合には、すでに仏教的な価値観が入っているようです。少なくとも仏教的な意味合いを離れて使う場合は、「死生^{しせい}」あるいは「生死^{せいし}」の方がよいのかもしれませんが。しかし、どちらも「死」のみの観、「生」のみの観ではなくて、生死を表裏一体のものとしてワンセットで捉えることに意味があるのではないかと思います。

簡単にいえば、生死観や死生観とは生と死についての自身の考え方、受け止め方と言ってもいいでしょう。もう少し具体的にいえば、「人は必ず死ぬ存在であり、自身もいつか必ず死ぬ」ということを前提として、「人はどこから、どのような目的をもって生まれてきたのか、そして死んだらどうなるのか、どこへいくのか」について考えることにより、「人生をいかに生き、どのような最期を迎えたいのか」という

自身の考え方や受け止め方、価値観を明らかにしたものがその基となっているように思われます。

山折哲雄先生は、「生死」と「死生」の違いについて、「生死観とは『人間はいかに生きいかに死ぬか』ということであり、死生観とは『自分が死に直面したときにいかに生きようとするか』ということだ、と一応は考えられるかと思う」(NHKカルチャーアワー生きる知恵『日本の心、日本人の心下』日本放送出版協会 六二頁)とおっしゃっています。いずれにしても、生死一如というとらえ方をするのが大事ではないかと思えます。

また、「人間性」とは、辞書には「人間としての本性。人間らしさ」とあります。本講座のテーマには、「豊かな人間性」とありますが、この「豊」という漢字には、「大いに満ち足りること。大いにゆつたりとして満ちること」等の意味があります。皆さんは、この「豊かな人間性」をどのように概念規定されるでしょうか。また、われわれが人間として生まれついて持っている豊かな性質とは何だとお考えでしょうか。一度考えてみていただけますか。

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

さて、このように見てきますと、死生観、生死観には、人間のいのちの生老病死のあらゆる事がらが視野に入っており、その考え方の基となるものであるように思われます。たとえば、人間とは、生命とは、人生とは、生きる意味・目的とは、老いるとは、死ぬということとはどういうことなのか。さらには、死後、あの世・来世はあるのかどうかなどについても問いかけることが含まれております。当然それらは、われわれの生老病死を含む、人生そのものに対する考え方や事がらに影響してきます。言葉を変えれば、生死観は、その人のいのちの生老病死の在りようを左右し、その人が大切にしたいと考えている人間性や生き方、人生そのものにも影響するものであると考えることができます。

そこで、皆さんに生死観がわれわれのいのちの生老病死の在りようにならぬ形で影響したり、関係するのにかについて少しイメージしていただくために、看護現場における事例をご紹介しますと思います。

《いのちの“生老病死”と生死観―生に関する事例》

生老病死それぞれに関連する事例をすべて取り挙げてお話しする時間はないかと思えますので、その中から「生」と「病」に関する事例を取り上げたいと思います。

まず、生に関する事例ですが、《妊娠中の羊水検査によって、胎児の先天異常がわかり悩む両親の事例》です。39歳で第二子を妊娠したAさんは、年齢的なこともあり、悩んだ末に妊娠16週の時期に思い切って羊水検査を受けました。検査の結果、胎児に染色体異常があることが判明し、医師からダウン症候群であると告げられました。

ダウン症候群については、ご存知の方も多いかと思いますが、Aさんもこのような染色体異常のある胎児には、たとえば、知的発達の遅延、先天性の心疾患、筋力の弱さ、眼科的な問題などの先天的特徴があり得ることなどの情報を得ていました。Aさんは夫にこのことを告げ、このまま妊娠を継続していくべきか、それとも胎児をあ

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

きらめるべきかについて話し合ったそうですが、いずれかを選択できるような判断にまでは至りませんでした。

夫は、たとえダウン症候群であったとしても、中絶はすべきではなく、それは罪のない生命を奪うことになるから、二人で力を併せて育てたいという考えであり、Aさん自身は、子どもの遠い将来のことを考えると、最後まで見てやれない可能性もあり、妊娠の継続にはためらいがありました。

ダウン症候群は、遺伝子疾患および染色体異常の中では最も頻度が高く、誰にでも一定の確率で起こり得るものです。ここにいらつしやる皆さんにも将来起き得る可能性があります。出生前検査によって、胎児がダウン症候群と診断されても、母体保護法によって、胎児の問題だけで人工妊娠中絶の適用とはなりません。しかし、母体保護法の条文に「妊娠の継続又は分娩が身体的又は経済的理由により母体の健康を著しく害するおそれのあるもの」をもって、「母体としての精神的問題が著しい」とか「精神的問題によって母体の健康障害が著しい」とされれば、妊娠22週未満であれば一般に人工妊娠中絶が行なわれる場合があります。

このような状況に立たされたとき、その人の生死観は、その選択的中絶の判断を左右することになるかと思えます。その人の生死観、価値観がどのようにそれに影響するのかということなのですが…。

一つには、選択的中絶は、産む側の考えに基づいて行われるものと言ってもいいかもしれません。たとえ生まれてくる胎児の立場に立って考え、判断し、実施したとしても、それは胎児自身の意思ではないからです。つまり、選択的中絶を論じる場合、「生命は誰のものか」という視点を忘れてはならないように思います。そのことによってその判断は大いに異なってきます。

また、選択的中絶には、人間はいつから人間になるのかという考え方がかわっています。「人間の生命は卵子と精子の受精の瞬間から始まる」と考える人と、「母体から分離して誕生したときから始まる」と考える人とは、胎児観が異なります。日本の民法では、生まれた時から人としての権利が与えられることになっていますが、生命の始まりのとらえ方は、人によって異なる場合もあります。

その人の、生命観、人間観、胎児観、倫理観、価値観などが「出生前診断→選択的

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

中絶」に対する判断・決意・行動を左右するように思います。つまり、その人の生き死にに対する考え方である「生死観」が左右すると言ってもいいでしょう。ただし、選択的中絶が正しいとか、間違っているというのとらえ方はできないように思います。大切なことは、その現実にきちんと向き合い、自分はどのような考え方のもとに、納得してどちらを選択するかということが大切なのだと思います。

おそらく、Aさんとご主人が、いずれの判断を下したとしても、ご夫婦には、後悔、罪悪感、悲しみ、不安などが伴うことがあるでしょうし、その後の夫婦関係や親子関係にも微妙な影を落すことがあるかもしれません。宗教の教えは（ここでは仏教を取り上げますが）、判断をする際に迷いが生じたようなときに、納得をして決断できるようにしてくれるのではないかと思っております。

もしも、選択的中絶に対して判断する際に、仏教の教えに学ぶとするならば、「人はみな、得がたいいのちを生きている」ということを挙げることができます。仏教では、人間として生まれること、すなわち「出生」ということの意味を何よりも重視しています。一方では、この世における人のいのちには苦悩が伴っているにもかかわら

ず、生を受けることは有難いことなのだとあります。一見、矛盾しているようにも感じられます。どれほど科学や医学が発達しても、人間にはさまざまな喜怒哀楽がつきまとい、病を得、いつかは老いて死んでいかねばなりません。

ダウン症候群は遺伝病であるため、根本的な治療法や治療薬はありません。それでもなお、この人間世界に生を受けることは有難いという教えをそのまま受け止めるとするならば、おそらくそのことに大きな意味と目的があるからなのではないかと思うのです。逆に言えば、その意味と目的を見出すために、大いなる善によって、私たちはこの世に生を受けるのかもしれない。

また、仏典には「『人々はわがものである』と執着しよくじやくした物のために悲しむ。(自己の)所有しているものは常在ではないからである」「人が『これはわがものである』と考える物、―それは(その人の)死によって失われる。われに従う人は、賢明にこの理ことわりを知って、わがものという觀念に屈してはならない」(『スッタニパータ』八〇五・八〇六偈)という教えがあります。このように、仏教では、我執を捨てることの大切さが説かれています。「わたくしのもの」とか「私の所有である」という考え方を

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

捨てなさい、というのです。子どももその対象になるのだと思います。「わがもの」という感覚から、愁いや悲しみが生じるのだとしたら、「わがもの」という我執を捨てることにより、どのような条件を抱えた生命であっても、相対的な愛を超えた愛情を注ぐことができるのかもしれませんが。「わたくしは、だれよりもかけがえのない生を得て、ここに生まれてきた」ということは、これから生まれてくる子どもたちにもいえることではないかと思えます。

また、仏典では、人の出生が父母の和合などのさまざまな因縁（物事はすべて、その起原〈因〉と、果を結ばせる作用〈縁〉によって定められている運命）によることが述べられています。人間としての「生」は出生からではなく、受胎の直後から始まることも説き示されています。人間としての一生の始まりが受胎直後からとらえられていることは興味深いことです。

このように仏教の教えが生死観の在りように影響し、それが人の誕生に伴う場面や問題に対して、方向性を与えてくれることがあります。生死観はその人の人間性にも重なるように思えます。

《いのちの“生老病死”と生死観―病に関する事例》

次に、《透析療法を受ける患者さんの事例》を紹介したいと思います。

Hさんは、今から一八年前に実のお母さま（88歳）、お姉さま（67歳）、そして姪御さん（42歳）を交通事故で一度に亡くされ、身も心も耐えられないようなストレスフルな状況下に置かれました。そして事故から四カ月後にネフローゼ症候群を発症し、薬物療法や食事療法を受けることになりましたが、八年後に医師から透析療法の必要性を申し渡されます。皆さんもご存知かと思いますが、何らかの疾患により腎不全に陥った人は、腹膜透析にしろ、血液透析にしろ、それらを導入しなければ生きていくことはできません。

Hさんの場合、ネフローゼ症候群という腎疾患に罹ったことにより、結果的には、尿毒症になるのを防止するために、外的な手段によって血液の老廃物を除去し、電解質や水分量の維持を行わなければ生きていくことはできないわけです。このように体

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

の血液を浄化する働きを腎臓に代わってやってくれる人工的な方法が透析療法なのです。

その時、Hさんは自分のいのちを生きることの選択に当たって、透析療法を受けないで「このままで自分の寿命を終わりたい」と考えたそうです。しかし、家族は透析療法を受けることを望み、病院サイドからも当然の如く透析療法を言い渡され、そのためのレクチャーも受けたそうです。しかし、Hさん自身は、血液透析は心情的にどうしても受け入れられず、独り悶々と日々を過ごし、ベッドで座禅を組み、瞑想して自己との対話を試みたといっています。

世の中には、人工的な機械や人工臓器に頼らなければ生命を維持できない病を抱えた人たちがいます。皆さんやご家族にも、絶対にこのようなことは起こらないとはいえません。そのような時、自分だったらどうするか、家族に対してだったらどう対応できるかということです。おそらく、Hさんのいのちに対する考え方、つまり生死観が人工透析を拒否するという態度につながったのだと思います。そこには、Hさんの「いのち」に対する考え方が表れています。

かつて、短期大学で看護教育に携わっていたことがあります。私のゼミの学生ではありませんでしたが、ある学生が取り組んだ卒業研究論文(小松千鶴・田宮仁)「いのち・自然・看護」『いのち』観に関する一考察」飯田女子短期大学看護学科年報(第3号)の中で、その学生は「自然ないのち」と「いのちの自然」について概念規定をしておりました。どのような概念規定かといいますと、「自然ないのち」は科学的であれ、人為的であれ他からの操作がされていない、あるがままのいのちのことを指し、「いのちの自然」は、あるいのちに生ずる自然な出来事。たとえば生老病死などのことであり、そのいのち自体が存在することを意味する、というものです。

この概念規定からしますと、その種類、程度の差はあったとしても、現代人の「いのちの自然」は、「自然ないのち」のままでは健康を維持し、長生きできないことも多くなつてきております。健康を回復するための手術も、一時、機械の操作を受けなければなりません。インスリンを打ち続けなければ生きていくことができない糖尿病の人、ペースメーカーを入れて生命を維持している心臓病の人もいます。現代においては、「生老病死」という「いのちの自然」な営みの過程において、科学的、医学

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

的、人為的な操作が加わった状態での「いのちの自然」の方が、むしろ、普通であるようにも思われます。

しかし、Hさんが最初に透析療法を受け入れられず、「このままで自分の寿命を終りたい」と思われた「いのち観」は、自らの身体に起きた腎不全という「いのちの自然」に対して、「自然ないのち」でありたいという「いのち観」に支えられたものでありました。このようないのち観を肯定することについては、さまざまなお意見、ご批判もあるかもしれませんが、そのようないのち観も否定すべきではないように思います。

生死観も、人間性も、その在りようは、個人によって異なります。つまり、私はどのような生死観の元に、どのような人生を送り、どのような人間性を大切にしたいか、ということが大事なことでありまして、それは、いのちの生老病死のあらゆる場面において、その在りようを左右し、影響します。大切なことは、皆さま一人ひとりがご自身の生死観を育み、それをご自身の豊かな人間性につなげていってほしいということです。

《ブツダの教えに学ぶ生死観／人間性の原点》

続いて、ブツダの教えに学ぶ生死観／人間性の原点について考えてみたいと思います。一つには、先ほど取り上げました「人はみな、得がたいいのちをきている」ということですが、二つには「老病死は自然ないのちの営みの過程である」ということです。ブツダは八十歳の最晩年に住み慣れた王舎城から北に向かって最後の旅に生まれ、途中、クシナーラの地でお亡くなりになるのですが、経典には次のような教えがあります。

「牛飼いが棒をもって牛どもを駆り立てて牧場に到着させるように、老いと死とは諸の病いをもつて人々の寿命を終らせる。昼夜は過ぎ行き、生命はそこなわれ、人間の寿命は尽きる。——小川の水のように」

(中村元訳「ブツダの真理のことは感興のことは」岩波文庫一六三頁)

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

「生まれたものどもは、死を遁れる道がない。老いに達しては、死ぬ。実に生あるものどもの定めは、このとおりである」

(中村元訳 『ブッダのことば』岩波文庫 五七五頁)

〔前略〕『愛しく気に入っているすべての人々とも、やがては生別し、死別し、(死後には生存の場所を) 異にするに至る』と。アーナンダよ。生じ、生存し、つくられ、壊滅する性質のものが、(実は) 壊滅しないように、ということが、この世でどうして有り得ようか?このような道理は存在しない(後略)』

(中村元訳 『ブッダ最後の旅』岩波文庫 九四頁)

「初めから、この世界にはいろいろの災いがあり、そのうえ、老いと病と死とを避けることができないから、悲しみや苦しみがある。」

(『和英対照仏教聖典』仏教伝道協会 八五頁)

「つくられたものは実に無常であり、生じては滅びるきまりのものである。生じては滅びる。これら(つくられたもの)のやすらいが安楽である」

(中村元訳 『ブッダ最後の旅』岩波文庫 一六〇—一六一頁)

「わたしは若い』と、思っている、死すべきはずの人間は、誰が（自分の）生命をあてにしていてよいだろうか？若い人々でも死んで行くのだ。―男でも女でも、次から次へと―」（中村元訳『ブッダの真理のことば感興のことば』岩波文庫 一六二頁）

これらの教えに記されていますように、人間はこの世に生を受けた以上、必ず死を迎えなければならぬ存在であるという現実を、まずは素直に受け入れたいと思います。ブッダといえども、死は避けることのできないものでした。人間がこの世に生を受けたことの中に、死が包含されており、生まれながらにして死への存在であるということ、死は自然ないのちの営みの一過程であるという生死観を大切にしたいと思えます。ある意味では、健康的な病み方、老い方、死に方があるといってもいいのかもしれない、かもしれません。

また、「生死一如」^{しやうじいちぢう}、「無常迅速」^{むじょうじゆんそく}という仏教用語がありますが、この二つの概念も生死観を育むうえでその基本に据えたいと思います。無常迅速とは「人間の世の移り変わりはたちまちの間に起こること。人の命はいつなくなるかわからないこと」をい

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

います。今日本では、年間およそ一四万人の方が亡くなっていますが、その内、老衰死と病死が全体の八十五パーセント位です。老衰死や病死を「平常死」といいますが、それ以外の死はある意味では、「横死」と言ってもいいのかもしれませんが。横死とは、殺害されたり、災禍などによる不慮の死や非業の死のことです。たとえば不慮の死には、交通事故死、爆死、溺死、遭難死、ショック死、転落死、焼死、医療事故死などがあります。これらの死は、性別、年齢を問わず、誰にでも起き得るものであり、人生の幕はいつこのような形で降りてくるかわかりません。このことも、いのちを考えるうえで認識しておきたいと思います。

このように、老病死がいのちの自然であると考えるならば、死を忌み嫌い、敵対視する姿勢から、最期まで前向きに生きようとする方向に、人を変えてくれるのではないかと思います。三つには、「人は死を意識し、自覚できる存在である」ということです。このことは、生死観を育むうえでその基となるものです。經典には、次のような教えがあります。

「われらは、ここにあって死ぬはずのものである」と覚悟をしよう。—このことを他の人々は知っていない。しかし、このことわりを知る人々があれば、争はずまる」

(中村元訳『ブツダの真理のことは感興のことは』岩波文庫 一一頁)

「そこで尊師は修行僧たちに告げられた。『さあ、修行僧たちよ、わたしはいまお前たちに告げよう、——もろもろの事象は過ぎ去るものである。怠けることなく修行を完成なさい。久しからずして修行完成者は亡くなるだろう。これから三ヶ月過ぎたのちに、修行完成者は亡くなるだろう』と」

(中村元訳『ブツダ最後の旅』岩波文庫 九六―九七頁)

教えからもわかるように、修行完成者としてのブツダは、ご自身の死を自覚され、それを周囲の者に予告しておられました。たいていの人は、ブツダのように自分の寿命や死期を予期することは難しいことかと思えます。しかし、いつかは死すべき存在であることを意識し、自覚できる存在であるはずで、人間が、避けて通ることのできない自身の死を意識し、自覚することによって、初めて、望ましい自分の「生死」

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

のありようを追求できるのではないかと思えます。

ただし、小学校に上がるまでの子どもには、死の認識や自覚は難しいかもしれませ
ん。一般的には、小学校二、三年にかけて、死に対する認識が身についていくよう
です。したがって、それ以上の成長発達段階にあるものならば、少なからず、「われら
は、ここにあつて死ぬはずのものである」と自覚でき、その自覚から、いかに生きて
いくかということが明らかになり、どのような最期を迎えたいかという生死観につな
がっていくものと考えたいと思います。そのような意味において、成長発達段階にあ
わせた家庭や学校における「いのち教育」はとても大事なものではないかと考えてお
ります。四つには、「この世で一番愛しい存在は自分自身である」ということです。
経典に、次のような教えがあります。

「どの方向に心でさがし求めてみても、自分よりもさらに愛いとしいものをどこにも見
出さなかった。そのように、他人にとつてもそれぞれの自己がいとしいのである。
それ故に、自分のために他人を害してはならない」

(中村元訳「ブツダの真理のことは感興のことは」岩波文庫 一七九頁)

「すべての者は暴力におびえている。すべての(生きもの)にとって生命が愛しい。己が身にひきくらべて、殺してはならぬ。殺さしめてはならぬ」 (同上)

經典に、「この世で一番愛しい存在は自分自身である」と書いてあることになんたかほっとする思いが致します。人間は本来自己中心に考え、行動する生き物なのだということを素直に認めたくなくて、常にわが身に引き比べて他人のいのち、自身のいのち、また看護者として看取りや看護を考えられる自分自身でありたいと思っております。

最近では、毎日のように、いのちを巡る悲しいニュースを耳にし、目に致します。他人同士ではなく、親が子を殺し、子が親を殺すということが起きております。小さな子どもや老人が虐待を受け亡くなっています。小学生から高校生に至るまで、いじめを受けて自死している人がいます。この教えを深く受け止めることができるならば、このような事件は少なくなるはずで、また医療事故、医療過誤などによる死も

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

少なくなることでしよう。生死観を育む上で、その基としたい教えであります。

五つには、「生老病死に伴う苦しみを機縁として道を求めることは大切なことである」ということです。仏教語辞典には、「苦はせまり悩ます、という意。苦しみ。悩み。思いどおりにならぬこと。心身を悩まされて不安な状態。この苦しみには四種類（四苦）、または八種類（八苦）があるという」（中村元著『広説佛敎語大辞典』東京書籍）とあります。四苦とは、「生老病死」に伴う苦であり、八苦はこれらに「愛別離苦」「怨憎会苦」「求不得苦」「五蘊盛苦」の四つの苦が加わったものです。

愛別離苦は、愛する者と別れる苦しみであり、怨憎会苦は、この世の中で怨み憎む者とも会わなければならぬ苦しみです。求不得苦は、欲して求めてもなかなか物事を得ることのできない苦しみであり、五蘊盛苦は、人間の心身を形成する五つの要素から生じる苦しみが盛んに起こることをいいます。

われわれの人生には、多かれ少なかれ、これら四苦八苦の苦しみが伴います。中には、その苦しみから遁れたくて自ら命を絶つ人もいます。しかし、仏教では、このよくな苦しみを機縁として、人として大切な道理・道徳、踏み行うべき道を求めること

が大切なのだと教えています。道を求めることによって、生老病死に伴うさまざまな苦しみを解決できると考えてもいいのではないのでしょうか。仏典には、次のような教えがあります。

「宇宙が永遠であろうとなかろうと、限りがあろうとなかろうと、生と老と病と死、愁い、悲しみ、苦しみ、悩みの火は、現に人の身におし迫っている。人はまづ、この迫っているものを払いのけるために、道を修めなければならない」

〔和英対照仏教聖典〕 仏教伝道協会 二九九頁

「まず最初に、人はこの世の生と死の根本的な性質を心に留めなければならない」「人はまず問題を選ばなければならない。自分にとって何が第一の問題であるか、何が自分にもっともおし迫っているものであるかを知って、自分の心をととのえることから始めなければならない」

(同上、三〇三、三〇一頁)

これらの教えから、四苦八苦に伴うさまざまな苦しみに対峙したとき、その苦しみ

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

から解放されるためのヒントを与えられるような気が致します。皆さまの中には、欲して求めてもなかなか得られない苦しみに悩んでいる方もおられるかもしれません。ブランド物のお洋服やバッグが欲しくてもお金がない、恋人が欲しいのに素敵な人と出会えない、試験でいい評価がほしいのにもらえない等。日常生活の中にもその類の苦しみはたくさんあることでしょう。

しかし、自身の生き死にの問題にきちんと対峙し、自身の生死観を育む過程において、価値観の転換がはかれることがあります。また、生き死にに伴うある体験が、自身の生死観に大きく影響することもあります。このような教えに自身の人生を重ね合わせ、ご自分の抱えている苦しみを通じて、大事なものに出会っていただきたいなど願っております。

〈スピリチュアルケアと生死観〉

さて、最近流行っておりますことばに「スピリチュアル」とか「スピリチュアルケ

ア」などがあります。医療・看護関係の学会、研究会などの講演やシンポジウムのテーマとしてもよく取り上げられていますし、研究発表も多くされております。特に末期にあるご病人やそのご家族のケアを考える場合に、よく取り上げられます。実は、このスピリチュアルな事がらと生死観はとても深いかわりがあるように思います。

スピリチュアル *spiritual* の名詞形であるスピリチュアリティ *spirituality* は、スピリット *spirit* に由来する言葉で、スピリットには「人間の生命力の根源、人間の霊的部分、死んだとき肉体から分離するとみなされる魂・霊魂、精神、心」などの意味があります。その語源は「息」を意味するラテン語のスピリティウスにさかのぼるようです。

窪寺俊之先生は、ご著書(『スピリチュアルケア学序説』三輪書店、二〇〇四年)の中で、スピリチュアルペインとは、人生を支えていた生きる意味や目的が、死や病の接近によって脅かされて経験する、全存在的苦痛であること。特に死の接近によって「わたし」意識がもつとも意識され、感情的、哲学的、宗教的問題が顕著になると定義しておられます。そのうえで、心理的ペインは、特に心の苦痛の中でも、人と

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

人との関係の中で経験される苦痛として分類でき、宗教的ペインは多少とも、日常生活の中で特定の宗教をもち、その宗教の教えを学び、宗教礼典に参加している中で起きる苦痛である、としておられます。

医療現場では、末期患者やその家族の体験する苦しみを「身体的」「精神的」「社会的」「スピリチュアル」の四つの側面から捉え、ケアをしていこうとするのが一般的です。この四つの苦しみは、一九六七年、イギリスのロンドン郊外にセントクリストファー・ホスピスを開設したシシリー・ソンドース博士の提唱に基づいています。ソンドース博士は、末期患者とのかかわりを通じて、患者が経験する苦しみを四つの側面から捉え、それらを全人的苦痛としてケアの重要性を説かれました。

スピリチュアルケアの定義は、定義する人がどのような立場に立つ人であるのかによっても違いがあります。たとえば、宗教学者、哲学者、医療関係者、社会学者、心理学者などによって、その定義には多様性があります。

看護者の立場からになりますが、具体的に、末期にある患者やその家族のスピリチュアルな苦しみを理解していただくために、医療・看護の研究会や学会における発

表、専門誌、新聞などに掲載されているさまざまな事例から、スピリチュアルな事から、疑問、苦しみなどを抽出し、それらを類似する項目ごとにまとめてみました。グループピングしたそれぞれの内容に見出しをつけたものが、次の六項目です。

一つ目は、《この世に生を受け、存在することの意味に関すること》です。

これは、自分がこの世に生を受け存在することを肯定できない苦しみや、いよいよ人生の幕が降りようとするとき、それまでの自身の人生を受け入れられない感情や苦しみです。これらの苦しみは、たとえば、「なぜ生きているのだろうか」「生まれてこなければよかった」「一体自分の人生は何だったのか」「こんな人生もう二度と送りたい」「私の人生はどんな意義があったのだろうか」などの言葉で表現されることがあります。また「死ねない」「なぜ私は今死んでいかねばならないのか」「もう一度人生をやり直したい」「遣り残したことがいっぱいある」と表現される場合もあります。

二つ目は《生きる意味・目的・価値に関すること》です。

予後不良の病を告げられ、残り時間を意識せざるを得ない状況下に置かれたとき、改めて自身の人生における生きる意味・目的・価値などに向き合うことによって生じ

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

る疑問や苦しみのことです。最初に取り上げた項目の内容にも重なりますが、さまざまな側面の苦しみが交ぜになって生じることが多く、過去や現在、さらには今後の人生に対する意味を問う形で発せられる苦しみのようです。

たとえば、「こんな状態で生きているのは辛い」「このまま生きていても迷惑をかけるだけ。早く終りにしたい」「人の世話になって生きているのは辛く、心苦しい」「生きていくことに疲れた」「生きていく意味がない」などの言葉で表現されます。また、死を意識することにより、生きる意味・目的・希望を失い、早く死んでしまいたいと思わせる言動が見られることもあります。たとえば、「早く死にたい、死なせてください」「楽になりたい」「何も考えたくない」「早く逝きたい」などの言葉で表現されています。

三つ目は、『病気体験・苦難の意味に関すること』です。

不慮の事故などで命を落とす人も少なくありませんが、多くの人たちは病や老衰で亡くなっています。この苦しみは、長寿を全うして亡くなっていく人の場合は比較的少ない苦しみのかもしれません。とくに、若くして、あるいは人生半ばで死を余儀な

くされるような場合に、より多く生じる疑問や苦しみではないかと思えます。今、体験している病氣や苦難の意味を問う形で発せられる言動が多く、その現実には受け入れがたい理不尽さや不条理感が伴い、疑問、怒り、反発の感情をもって表れることが多いようです。

「なぜこんな病氣に、何も悪いことはしていないのに」という言葉はよく聞かれます。他にも「なぜ自分だけが、どうしてこんなに苦しまなくてはならないのか」「なぜ私はこんな病氣になり、死んでいかねばならないのだろう」などがあります。また、苦しみが高じて、「こんなに苦しいのなら、早く死んで楽になりたい」「こんなに辛いのなら死んだ方がましだ」「安楽死させて欲しい」などのことばに変わっていくことがあります。

四つ目は《死や死後・来世に対する不安・恐怖に関すること》です。

大抵の人間が、一度は経験する疑問・苦しみではないかと思えます。平生はあまり考えなかった人でも、予後不良の病を告げられ、死を意識せざるを得ない状況下に置かれたならば、死や死後、来世に対する不安や恐怖は自ずと湧いてくることでしょ

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

う。これらに伴う苦しみや疑問は、たとえば「なぜ人間は死ぬのか」「死ぬことが怖い」「死にたくない」「死ぬことを考えると眠れない」「死んだらどこへ行くのか」「死後の世界は存在するのか」「あの世はあるのだろうか」「死んで無になるのが怖い」「地獄に落ちるのではないか」などの言葉で表現されるようです。

五つ目は、『宗教的疑問・罪の意識に関すること』です。

宗教的疑問や罪の意識に伴う苦しみは、特定の宗教に対する信仰のある人に多く見られるようです。信仰の対象があり、神仏を信心しているにもかかわらず、教えに対する期待や希望と、現実との間に齟齬がある場合に少なからず生じる苦しみのです。それらは、怒り、自責の念、疑い、後悔、反省、恥ずかしさ、悔しさなどの感情となって表れます。

たとえば、「この世には神も仏もないのか」「なぜ神は私にこんな試練を与えるのだろうか」「私の病気は、罪に対する罰として与えられたものなのか」「信仰心がなかったから罰があたったのだろうか」「なぜ神は、私の人生にこのようなことを引き起したのか」「死んだら地獄に落ちるような気がする」「死んだらお浄土に往けるのだら

うか」などの言葉は、宗教的側面の苦しみの表れであるかと思えます。もちろん、予後不良の病を体験し、死を意識することによって、初めて宗教に関連する苦しみが生じ、宗教的側面のニーズが生じる人もあります。

最後は、『生まれ変わりへの関心・期待に関すること』です。

末期にある病人の中には、過去・現在・未来の人生と関連づけて、人間は輪廻転生をしているのではないか、生まれ変わりの人生を生きているのではないかと考える人もいます。生まれ変わりへの関心や期待に関することは、スピリチュアルな事の中から入ると思います。患者さんから発せられる、「人間は生まれ変わると思う?」とか「もう一度生まれ変われるのなら…」とか、「死が自分の終りではないような気がする」などの言葉は、スピリチュアルなニーズの表れだと思われまます。

これらスピリチュアルな事がらに關する苦しみやニーズだと思われるものは、生死観の身に重なつてきます。生死観を育む中で求めてきたものや価値観は、このようなスピリチュアルな事がら対して、ある種の答えを与えてくれる場合があります。そのような意味合いにおいて、スピリチュアルペイン、スピリチュアルニードに關する

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

ことと生死観は深く関係しているように思います。

私は小学校低学年ころから、少し変わっていたのかしれませんが、スピリチュアルな事がらに対する疑問や不安を持っていたように思います。「人はどこから来るんだろうか」、「死んだらどうなるのだろうか」ということを子ども心にもよく考えておりましたし、夜、死ぬことを考えますと、とても怖くなることがありました。中学生になりますと、人は何のために生きているのだろうか、ということを実剣に考えるようになりました。

これらのことは、私の人生においてとても大事な問いかけであり、自ら納得のいく答えを見出すためにずっと探し続けていることでもあります。小学生の頃から、漠然とではありましたが、その答えのヒントは宗教の教えにあるようにも感じておりました。伝統宗教であるキリスト教、仏教、さらには新宗教の類の教えにも触れてきました。教えの中には、納得のいく答えもありましたし、そうでないものもあつたように思います。

最後に、飯田史彦氏の著書『生きがいの創造Ⅱ』の中にありました、「魂を救う五

つの仮説」をご紹介したいと思います。飯田氏は宗教家でも、特定の宗教を信心する方でもないようですが、少し、特殊な能力をお持ちの方のようです。少年時代を経て成人するまでは神仏にも関心がなく、魂の存在もまったく信じていなかったそうですが、大学生のとき、ある日高熱を出してから「目には映っていないが、心では見えている」という感じを体験するようになったそうです。簡単に言えば、亡くなった方が、飯田氏の心にメッセージを送ってこられるということ、ご自身でも信じられない体験に、戸惑いを覚えられたそうです。

このようなことについては、信じる方もいらっしゃれば、そうでない方もおられることと思いますが、現実には、飯田氏は人間の価値観やメンタルヘルスについて研究する経営心理学者で、経営学の博士でもあり、長く国立大学で教鞭をとられた方です。

飯田氏は、スピリチュアルケアは、人生についての根本的疑問に対して、理路整然と説明し、納得を得なければならぬとし、スピリチュアルなものの概念には、曖昧なものが多いからこそ、逆に、曖昧なままで放っておくのではなく、理路整然と説明

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

しなければならぬということ、また、誰かをケアする本人（自分自身）が、きちんとした宇宙観・人間観・人生観を持ち、「救われて」いなければならない、としておられます。自分自身が救われていない（理解していない）のに、他人を救う（きちんと説明して納得を得る）ことなどできないからだ、と、ご本には書いてあります。

で、スピリチュアルケアとは、飯田氏の「生きがい論」の観点から見ると、五つの仮説をきちんと説明することによって達成されるとしています。これらの諸仮説は、ユング心理学、トランスパーソナル心理学などと呼ばれる研究をベースとして、退行催眠（生まれる前や過去の人生の記憶を蘇らせて分析する医学的治療方法）を用いた研究を中心としながら、臨死体験（死にかけて生き返った人の証言）や、生まれる前の記憶を持つ子どもたちの証言に関する研究、愛する故人からのメッセージに関する研究などに基づき、これらの研究にたずさわる大学教官・医師・研究者たちから、一定の枠内で、ほぼ共通する仮説として指摘されているものです。

私もこれらの本は読んでおります。また、他の書籍を通じて得た情報などからも、確かにこれらの仮説をきちんと説明することができれば、そして、それを納得する人

がいるならば、生死観の内容に伴うさまざまな疑問に対する答えが得られるのではないかと思います。魂を救う五つの仮説とは、次のようなものです。(飯田史彦著『生きがいの創造Ⅱ』PHP文庫 三八―五〇頁)

仮説1…人間は、トランスパーソナルな(物質としての自分を越えた精神的な)存在であり、その意味で、人間の生命は永遠である。

(死後生仮説: life after death hypothesis)

仮説2…人間の本質は、肉体に宿っている(つながっている)意識体(spirit/soul)であり、修行の場(学校)である物質世界を訪れては、生と死を繰り返しながら成長している。

(生まれ変わり仮説: reincarnation hypothesis)

仮説3…人生とは、死・病気・人間関係などの様々な試練や経験を通じて学び、成長するための学校(修行の機会)であり、自分自身で計画した問題集である。したがって、人生で直面するすべての事象には意味や価値があり、すべての体験は、予定通りに順調な学びの過程なのである。

(ライフレッスン仮説: life lesson hypothesis)

人の“生老病死”と仏教の教えに学ぶ生死観と人間性

仮説4…人生では、「自分が発した感情や言動が、巡り巡って自分に返ってくる」という、因果関係の法則が働いている。この法則を活用して、愛のある創造的な言動を心がければ、自分の未来は、自分の意志と努力によって変えることができる。

(因果関係仮説：the law of causality hypothesis)

仮説5…人間は、自分に最適な両親(修行環境)を選んで生まれており、夫婦や家族のような身近な人々は、「ソウルメイト」として、過去や未来の数多くの人生でも、立場を交代しながら身近で生きる。

(ソウルメイト仮説：soul mate hypothesis)

人間であれば、誰もが抱くであろうと思われるさまざまなスピリチュアルな疑問に対して、自らその答えを探し、納得するものに出会えるとするならば、生老病死に伴う苦しみを解決し、豊かな人間性を具えつつ、人生を送れるのではないか。そして、いつ、どこで、どのような形で人生の幕が降りてきたとしても、それまでの自身の人生に対して「いい人生だった、思い残すことはない」と肯定できるのではないかと思

っております。生死観を育むことの意味がここにあると考えています。

スピリチュアルな事から、生死観の中身については、この世に生を受けた私たち一人ひとりが答え探しをするべき性質のものであり、それは人間としての務めではないかと考えております。

ここにいらつしやる皆さまお一人おひとりが、豊かな人間性につながる生死観を育んでいただくことを心から願っております。ありがとうございました。

——二〇一〇年十二月一日——