

道 どうひょう 標

d o h y o

年間特集 「看取る」ということ、「看取られる」ということ

第四回・人生の最期に寄り添う 山本成樹さん

連載

あなたのいのちの物語 心あたたまり、悲しみを包む
習わしを科学する 食べる
道しるべ 名号—— 迎いの仏と名のりの仏

2018 秋季号



年間特集

「看取る」ということ、

「看取られる」ということ。

第四回

山本成樹さん

人生の最期に寄り添う

医療者にはできない関わりを

私が一般の急性期病院である三菱京都病院の緩和ケア病棟でビハラ僧として勤務をするきっかけとなったのは、緩和ケア内科部長吉岡亮医師の「医療と宗教の融合」への熱い思いからでした。

吉岡医師は当初から「山本さんに医療者にできない関わりをしても

らいたいです」という言葉を口にしてこられました。病気にフォーカスし、「患者」として接することが医療者の関わりです。宗教者としての関わりにおいても病状に十分注意を払う必要があることは言うまでもありませんが、それ以上に大切なのは、「患者役割からの解放」であると考えています。

患者さんは、病院に入院した途端「患者」となり、医療者から訊かれ

る問いかけや話題も、当然ながら病気に関することです。次第に病気の事ばかり考え、日常性を失っていきまます。病気はその人の一部なのに、病気がその人のすべてであるようになりまます。そんな中で、「私は病気の〇〇さんではなく、私の一部が病気になっただけなのだ、私は私の命の灯火を力いっぱい燃やして生きていくのだ」という日常性を少しでも回復してもらいたい、というのが宗教者としての私の願いです。

また、患者さんやご家族から自然にこぼれ出る思いを受けとめることも、宗教者として患者さんと関わる中で大切なことと考えています。臨床心理士さんのように、患者さんやご家族の思いを引き出したりしませんし、引き出す力も私にはありません。ごくごく身近なコミュニケーションをするなかで、患者さんやご家族からポツリとこぼれた言葉の一つひとつを、大切な贈り物を両手で受け取るように、丁寧を受けとめるようにしています。

今まで抗がん治療をしてこられた方が、突然余命数ヶ月と医師から告げられ「えっ、この私が…？」と頭が真っ白になることは少なくありません。そして多くの方は、今まで意識してこなかった人生の意味や罪悪感、死への恐れなど死生観に対する悩みに伴う苦痛を感じまます。お医者さんにも看護師さんにも言えない、家族にも心配をかけたくない、そんなやり場のない思いを受けとめる存在が必要とされているのではないのでしょうか。それはちょうど、屑籠のような存在です。田宮仁先生は仏教者屑籠論を提唱されました。屑籠は部屋の真ん中にあると邪魔になります。屑籠は、屑籠のようないでしやばらず、いつもそっと寄り添いと考えています。

「主語」は誰か

患者さんは勿論、ご家族も同じ苦痛を持たれます。

以前20代の患者さんとそのご家

屑籠のような存在であり続けたい

散る桜 残る桜も 散る桜

族に関わった時のことです。患者さんは話せる状態ではなく、私はその部屋から退室しました。その時、廊下でお母様から声を掛けられました。お母様は「息子から、『お母さん、僕生んで幸せだった?』『僕、何のために生まれてきたの?』と言われました」と涙されました。しばらくの沈黙の後「:で、どのようにお答えになられたのですか」と尋ねました。するとそのお母様は、私を睨みつけ「答えられる訳ないでしょ:何を答えるっていうんですか、何をどう答えろって言うんですかあ!」悲しいの越えて悔しいです」と泣き崩れました。暫くして「山本さん、すみません。すみません」とおっしゃって部屋に戻られました。どこのご家族も誰にも言えない辛い思いをお持ちの方がおられます。

死に直面した患者さんに日常性を回復してもらうことも、患者さんやご家族からこぼれ出る思いをうけとめることも、簡単なことではありません。挫けそうになるときもあります。そんなときには、「主語は誰か?」ということを思い出すようにしています。つまり、誰のための関

わりであるか、ということ。親は心から我が子のことを思いやったときに初めて親になり、教師は生徒のことを大切にしたときに初めて教師と呼ばれます。名前(存在)は、相反する存在を大切にしたり関わりを持つことよって与えられるのです。緩和ケア病棟においては、いつでも患者さんやご家族が主語であり、中心であることを心に留めています。

死にゆく命に教えられること

1951年には、家での看取りは80%を超えており日常でありました



が、現在ではほとんどの人が病院で看取られます。その意味でも、ひとつの命が終わっていく営みに出会うことが少なくなっています。そのよくな時代の流れの中で、死にゆく命と関わることで、気づかされることがあります。

「食事が入らなくなってきたなあ」「味覚がおかしくなってきたなあ」「眠気が強くなってきた:」といった患者さんの口から出るお言葉は、近い将来、この私の口から必ず出てくる言葉であり、目の前の患者さんのお姿は、そのままいつの日かの私の姿です。江戸時代の曹洞宗の僧侶で、歌人でもあった良寛和尚の辞世の句に「散る桜 残る桜も散る桜」とあります。「看取るということ」も「看取られるということ」も一如のことなのです。その意味で、患者さんは、身をもって死にゆく営みや死生観を私に教えて下さっている存在でもあります。

関わる中で何もできないと自分の弱さに出会うこともあります。自

分の弱さを認めることは、とても苦しいことです。何かをできる自分になりたいと思えば思うほど、できない自分を認めることが苦しく、困難になります。しかし多くの患者さんやご家族、スタッフから日々多くの学びや気づきを頂きながら、すべてのことができる強さではなく、自分のできないことを認めた上で、逃げないで最後まで関わり続ける力の大切さにも気づかされました。

多くの悲しみから、看取るのちも看取られるのちも、ともに仏さまの大悲に包まれていることの有難さを感じずにおれません。御称名

山本成樹(やまもとなるき)

1966年京生まれ。自営業を営む両親の四男として生を授かる。平安高校2年の時、母の怪我を機に得度。龍谷大学真宗学科卒業後、元々関心があつた作業療法士の資格を取得し約10年作業療法士として病院勤務。その後兄弟が住職を務める寺院で法務活動。2011年4月〜2018年3月まであそかびハハラ病院常駐僧侶として勤務。2015年2月より一般の急性期病院である三菱京都病院の要請を受け、ビハラ僧として週2回出向。2018年4月から「本願寺ビハラ医療福祉会」に所属。

Your Spiritual Stories
あなたのいのちの物語

4 話目

「心あたたまり、
悲しみを包む」

新美南吉

「花のき村と盗人たち」

村に盗人たちがやってきた。はじめて弟子
を持った「かしら」と、盗人ははじめての
新米弟子四人。弟子たちを偵察に行かせた
「かしら」の元に、村の子どもたちがやっ
てきて……。心洗われる一冊。



一九四三年に二九歳で亡くなっ
た新美南吉の童話は、閉じた心を
悔いあらためる主人公が出てくる
ことが多い。「花のき村と盗人た
ち」では五人の窃盗団が「花のき
村」にやってくるという話だ。村

の入り口にくると、緑の野原が広
がり子供や牛が遊んでいる。「こ
れだけを見ても、この村が平和な
村であることが、盗人たちにはわ
かりました。そして、こんな村に
は、お金やいい着物を持っていた
家があるに違いないと、もう喜ん
だのでありました。」

五人組というのは「かしら」
と四人の弟子だ。かしらは初めて
人に命令する立場になってほくそ
えんでいる。弟子たちは、これま
で釜師、錠前屋、角兵衛獅子、大
工という仕事をしてきた者で、皆、
どろぼうは初めてだ。村の入り口

の川ばたの藪で、かしらは四人に
命令し、下調べに出させる。とこ
ろが、皆、もとの仕事の興味にひ
きずられ、悪事を忘れてしまいか
しらに叱られる。

もう一度調べ直しに行かせ、
かしらはやることもない。そこへ
子どもたちが「ぬすとだッ」「そ
らやつちまえ」とやってきた。驚
いて姿をくります構えとなるが、
たわいのない「盗人ごっこ」だと
わかりほつとする。すると、うし
ろから草鞋を履いた七歳くらいの
男の子に「おじさん」と声をか
けられる。その子は牛の仔をつれ
ていて、「この牛、持っていてね」
と言って、他の子どもたちの後を
追って行ってしまふ。

牛の仔は持っているのがやっ
かいなものだが、「この牛の仔は
またたいそうおとなしく、ぬれた

うるんだ大きな眼をしばたたきな
がら、かしらのそばに無心に立っ
ているのでした」。何もせずに牛
の仔を手に入れたと弟子たちに自
慢できると笑いが浮かんでくる
が、それが涙になった。ところが
その涙がなかなか止まらない。子
どもと牛の仔が無条件に自分を信
用しているのがうれしかったのだ。

いつまでも子どもは帰ってこ
ない。帰ってきた弟子たちと子ど
もを探すが見つからない。村役人
のところに行くしかない。村役人
といえは今の駐在巡査のようなも
のだから躊躇するが、行くことに
する。ところがこの村役人が温和
ないいい人で酒をふるまわれ、かし
らはまた涙を流してしまふ。そ
して、とうとう盗人であること
を白状し、悔いあらためる。翌朝、
弟子たちはそれぞれ「よいかしら
であった」との思いを抱きながら、

それぞれの方向に去っていった。

牛の仔を連れてきた子どもは誰
か。村人たちはそれは土橋のたも
との小さなお地藏さんだろうとい
う。草鞋を履いていたのがその証
拠だ。村人たちが草鞋をあげるの
だが、それが良き報いを得たこと
になる。「花のき村の人々がみな
心の善い人だったので、地藏さん
が盗人から救ってくれた」のだ。

この物語の肝は、他者を信じ受
けられる人や生き物に出会い、心
が洗われるということにある。
人を警戒する心や悲しみをもたら
した記憶があたたかい心に包み込
まれていくかのようなのである。

島蘭進（しまどのすすむ）

1948年生れ。東京大学教授を経て、
現在、上智大学大学院実践宗教学研究科
教授、著書に、『日本人の死生観を読む』
（2012年、朝日新聞出版）、『現代宗教
とスピリチュアリティ』（2012年、弘
文堂）、『いのちを、つづけて。もいいで
すか』（2016年、NHK出版）、『宗教
を物語でほぐく』（2016年、NHK出版）
がある。

ユネスコ（国際連合教育科学文化機関）の無形文化遺産に「和食——日本人の伝統的な食文化」が登録されて、この十二日で満五年を迎えます。一時はちよつとした和食ブームもありましたが、あいかわらず和食の衰退は日を追って進行しています。第一、家庭で皆と一緒に食事をとることが少なくなってきたのですから、ことに若い世代のお家では、ほとんど和食は絶滅危惧種に近い存在です。

これを「口中調味」といっています。比較的淡泊な味のご飯と濃厚な味のお菜をませ合せて自分の好きな味わいを作って食べているのです。ですから日本の料理はご飯に合う味わいに作られています。

この食べ方によって、実は栄養バランスのよい食事ができます。必要なカロリー量のうち、炭水化物で約六〇〜六五%、たんぱく質で一五〜二〇%、脂肪で二〇〜二五%をとるのが理想的ですが、いつもご飯を

大であるかが医学的に証明されています。東北大学の都築毅先生によりますと、一九七五年ごろの和食が理想なのだそうです。先生は一九六〇



一九七五年型は二〇〇五年型より二割くらい延伸する傾向がありました。われわれの食事が欧米化することで健康に問題が生じているのです。

一九七五年ごろ、日本人の食生活が豊かになって栄養が十分になったにもかかわらず、ご飯を主食として一汁三菜の献立と口中調味が確実に継承されていたからこそ、こうした科学的なエビデンスが得られたのだと思われまます。

習わしを科学する

食べる

食べるということほど、人と人を強く結びつける習慣はありません。「同じ釜の飯を喰った仲」という言葉がありますように、共に食べ共に飲むことで人と人の絆は深まります。家庭の食卓の崩壊は家族の崩壊といわれる所以です。

われわれには知らず識らずのうちに、ご飯とお菜と一緒に食べる習慣があります。いつもご飯茶碗を左手に持って、ご飯を一口食べてから適当なお菜を口にします。栄養学者は

一口、お菜を一口、あるいは味噌汁を一口という食べ方をしていると、自然にこの栄養バランスの中におさまります。

最近、子供たちの間で「バックカシ食べ」といって一皿ずつお菜を食べつくし、最後に残ったご飯にふりかけをかけて食べる習慣が生れていません。これは西洋料理の影響かもしれませんが、たんぱく質、脂肪のとり過ぎにつながります。

和食がいかに健康に益するところ

年から一五年ごとに四パターンの食事を作りこれをラットに八か月間食べさせました。そうしましたら一九七五年型の食事をとったラットは一番食欲もあり活動的ですが体重は増えません。肝臓の中の中性脂肪量は二〇〇五年型の食事をとったラットより少ないこともわかりました。つまり脂肪肝になりにくいのです。また糖尿病の発症リスクも低いことが示されたといえます。

さらに寿命を考えると、

熊倉 功夫（くまくら いさお）

1943年東京生まれ。東京教育大学卒業、文学博士。筑波大学教授、国立民族学博物館教授、林原美術館館長、静岡文化芸術大学学長などを歴任し、現在 MIHO MUSEUM（三浦ミュージアム）館長、国立民族学博物館名誉教授。2013年、中日文化賞受賞。著書に『日本料理の歴史』、『茶の湯といけばなの歴史 日本の生活文化』、『後水尾天皇』、『文化としてのマナー』、『現代語訳 南方録』、『茶の湯日和 うんちくに遊ぶ』、『日本人のこころの言葉 千利休』、熊倉功夫著作集（全7巻）等多数。専門分野は日本文化史、茶道史。

名号

迎への仏と名のりの仏

多くの仏の中で阿弥陀仏がより多くの人びとから信仰されるようになった理由は、その浄土が西方の極楽浄土であったこと、臨終の来迎によって往生できることにあったと考えられる。

「死」という暗黒の淵に立つ者にとって、その彼方から光明燦然と輝き、紫雲をたなびかせ、阿弥陀仏が菩薩聖衆を伴って、妙なる音楽を奏しつつ来迎するという経説は、人びとを浄土信仰へと向かわしめていった。平安中期以来、数え切れないほどの聖衆来迎図が描き伝えられてきた。

中でも京都黒谷の金戒光明寺には、臨終に用いられた鎌倉時代の三つ折りの「枕本尊」が伝えられている。山越えの姿に描かれた阿弥陀三尊であるが、その阿弥陀仏の両手には五色の糸が残され、往生を願った人びとの切ないまでの心を感じしめる。

同じく東山の禅林寺（永観堂）にも「山越阿弥陀来迎図」が伝えられている。当寺は、「見かえりの阿弥陀仏」を本尊とされていることでも著名である。寺伝では永観律師を導かれた姿といわれている。それはそれとして、この像は「還り来迎像」とよばれ、阿弥陀仏が念仏者を迎えて浄土へ還るとき、ついてくるべき行者を確認される姿といわれる。仏の慈悲のこまやかさをあらわすためであろう。同様の阿弥陀仏像は同寺のほかにも伝えられている。

親鸞聖人は、人びとがこれほどに深く望んだ臨終来迎を否定された。それのみか、臨終来迎を願うことは阿弥陀仏への誤解であるとまで言い切られた。聖人にとって阿弥陀仏は「尽十方無碍光如来」(この世界中に阿弥陀仏の居ないところはない)と響きわたっておられる仏だった。人はこの名号の中を生死しているもので、仏とは名のりを通してのみ遇うことができると言われたのである。

編集後記

この一年は新しい執筆者を迎え、特集ページには「看取り」という年間テーマを設けさせてもらった。「死をどのように迎えるか？」ということについては古いも新しいもなく、人間にとって変わることはない重大かつ永遠のテーマである。しかし近年において、自宅よりも病院や施設にて「死を迎える」ことが圧倒的に増えていること、少子高齢化核家族化等、急速な社会の変化は、その「看取り」の様子を変えてしまってきているように思われる。

今回それぞれの立場から「看取り」に携われた方の生の声を聞かせていただいた。その従事されている方の献身的なお姿には敬服するばかりである。そして「看取る」という行為は実は「自己を学ぶ」ことなんだとそれぞれ言っておられるように思われた。『最大の教育は川の水源地から海への出口まで歩いてみる』こと、そして親の死に目に会うことだ」と聞いたことがある。まさに『いのちのバトンタッチ』今も昔も変わらぬいのちの営みの姿であり、そしてそれが本当に大事なことであるということを学ばせていただいた。

合掌

表紙の絵

行歩(部分)

今年の夏はとりわけ暑い夏でした。温暖化ではなく熱帯化しています。お陰で我が家の菩提樹とパパイア樹は元氣よく育っています。

私の子供の頃は八月の盆もすぎると涼風が入り、祖母が極楽の余り風とよく言っていました。今は十月に入らないと涼しくならないようです。あまりにも暑い時は思考力が低下します。空気がひんやりしてきますと月も冴え、その満ち欠けにより様々な感情が呼び起こされます。

インドでは釈尊の誕生、成道、初転法輪そして涅槃も全て満月の夜とされています。インドは今も太陰暦であり、それは農耕社会にはなじみます。満月の夜は必ずどこかでヒンドゥー教の祭りが執り行われています。

畠中光享(はたなか こうきょう)

日本画家／インド美術研究者
／真宗大谷派僧侶

仏壇仏具のことは
お気軽にお問い合わせ下さい

株式会社 廣瀬佛壇店

☎0120-81-7065 ☎06-6771-7007
タウンページ <http://nttbj.itp.ne.jp/0667717007/> (詳細地図有り)
〒543-0062 大阪市天王寺区達阪2丁目1-12
(四天王寺西門交差点 西へ30m)

天岸淨圓 (あまぎしじょうえん)

1949年(昭和24年)生まれ。本願寺派布教使。
行信教校講師、大阪教区東住吉組西光寺住職。