

【自主発表】

死に方からの学び

I. 発表資料

人は必ず死ぬ。どんな権力者も宗教家も必ず死ぬ。人は死に臨むとき、その者の生きてきた生き様が問われる。誰もが幸せな逝き方をしたわけではない。むしろ、こんな死に方をするとは思っていなかったという人も多かろう。では、自分はどんな死に方になるのだろうか。安楽死でない限り、いつ・どのように死ぬのか、死に方は選べない。生きている者にとっては常に今が余生であり、「ありがとう」と言って死ぬことが善逝であるならば、いつ訪れるかも知れない自分の死について思いを馳せておくことは重要である。

いかに余生を生きるかを古今東西の他者の死から学びを得ることができる。山田風太郎『人間臨終図巻(上巻)』、サイモン・クリッチリー著、杉本隆久・國領桂樹訳『哲学者190人の死にかた』にはさまざまな人たちの死の様子が記されている。ここではその中から数例を引用して紹介するが、割愛している部分も多々あるため、詳細については原著を読まれることをお勧めします。

〈17歳の死〉

天草四郎(1621～1638)

寛永14年の秋に、虐政によって勃発した島原の乱の百姓一揆は、幕府軍12万4千をもってしても、一揆軍の立てこもった原城を陥れるのに足かけ5ヵ月を要し、老中松平伊豆守信綱みずから出動するほどの大乱となったが、痩せ衰えた百姓軍がこれほど驚くべき抵抗を示した原動力の一つは、切支丹信仰と、その首領であり、シンボルである天草四郎時貞という少年への信仰のゆえであった。

しかし、その原城もついに翌寛永15年2月28日に陥落し、城兵は文字通り全滅した。四郎はすでに手を負って死んでいたのを、細川家の侍、陣佐左衛門という侍が首をとったといわれる。四郎の母、教名マルタは前から幕府方に捕らえられていたが、このとき城から運ばれてきた四郎と同じ年ごろの少年の首をいくつか見せられても、「四郎は天から遣わされた子です。どうして首をとられることがありましよう。きっと天に昇ってしまったか、南蛮にのがれていったに相違ございません」と首をふっていたが、佐左衛門の持ってきた首を見ると、「やれ、こんなに痩せてしまったか、可哀や、さぞ苦勞したことであろう」と、その首を抱きしめて泣いた。それではじめて天草四郎の死が確認されたといわれる。

彼の首は長崎へ送られ、さらし首になった。

幕府が一揆方の記録をすべて抹殺したために、天草四郎の名は伝説の世界の妖星のような印象を残したが、彼が実在してこれほどの大乱の中心人物であったことは事実である。（『臨終図巻』 3頁）

〈32歳の死〉

キリスト(前4頃～28・推定)

イエス誕生の年を西暦元年としたということになっているのだが、実際にキリストが生まれたのは紀元前4年という。死んだ年も西暦30年という説もある。あいまいなること日本の「紀元節」と五十歩百歩である。

とにかく、エルサレムでパリサイ党や祭司階級の宗教を批判し、ユダに密告されて捕らえられ、4月7日昼過ぎ、ゴルゴダの丘の上で、十字架にかけられ、午後3時ごろ死んだ。

「昼の12時より地の上のあまねく暗くなって3時に及ぶ。3時ごろイエスが大声に叫びて、『エリ、エリ、レマ、サバクタニ』と言ひ給えり。わが神、わが神、なんぞ我を見棄て給いし、との意なり(中略)イエス再び大声に呼わりて息絶え給う」（『マタイ伝』）

この人物の「臨終」については、「異教徒」にとってまことに書くことが難しい。（『臨終図巻』 52頁）

〈33歳の死〉

アレキサンダー大王(前356～前323)

このヨーロッパのアジア侵略の開祖は、アラビア遠征の準備中、バビロンで熱病にかかり、10日間苦しんだのち、前323年6月13日の夕刻に死んだ。

死ぬ前に將軍たちが、帝国はだれにゆずるべきか、と尋ねたら、アレキサンダーは答えた。

「最もそれに値する者に」

アレキサンダー大王にしては、何だかつまらない遺言である。

死の2日前、すでに大王死すという風評が伝わって兵士たちが騒いだので、病室の扉を開け、兵士たちに武器を捨てさせて下着のまま、一人ずつ枕頭を通過させて、彼がまだ生きていることを見せた。（『臨終図巻』 55～56頁）

〈38歳の死〉

マリー・アントアネット(1755～1793)

オーストリアの女帝マリア・テレサの娘として15歳のとき、フランスのルイ16世の妃となり、やがて皇后となったおてんば娘マリー・アントアネットは、フランス革命が起ると、生来の天真爛漫な言動が、かえって民衆の憎しみの標的となった。

飢えている民衆があるということを聞いて、「パンがなければお菓子を食えばいいのに」といったような風評が伝えられたのはその好例である。悪意はないにしろ、彼女はたしかに誤解を受けるような軽桃な性格の持主であり、かつ遊び好きのぜいたくやであった。

しかるに革命勃発後の1791年、オーストリアに逃れようとして捕らえられ、1793年夫ルイ16世が処刑され、自分もまた断頭台の運命が近づくや、彼女はマリア・テレサの娘

にふさわしい剛毅な態度を発揮しはじめた。

1793年10月16日、革命広場(いまのコンコルド広場)の刑場へ向かう馬車の上で、悪罵する群衆を、彼女は冷然と見下ろしていた。

彼女はその前の70日間のコンシェルジュリイ幽囚の間に、まだ38歳であったのに、髪は真っ白になり、子宮出血症のために悩まされて、さながら老婆のように変わっていた。

断頭台に上るとき、偶然処刑人サンソンの足を踏み、サンソンが「痛い」とさげふと、彼女はふりむいて、「ごめんあそばせ、ムッシュウ、わざとしたわけじゃありません」といった。

シュテファン・ツヴァイクは書く。

「……王者はすべての助けをしりぞけながらも、断頭台の木の階段を上っていく。かつてヴェルサイユの大理石の階段を上った時とまったく同じに軽やかに弾みをつけて、黒編子のハイヒールの靴で、最後の階段を上ってゆく。いとわしい群衆の頭上はるかに、今日彼女の前なる大空にうつろな一瞥を与えるばかりである。……何人も死にゆく人の最後の思いを知らない。刑吏たちは彼女をうしろざまにつかんで、首を刃の下に、身体を板の上にさっと投げる。縄をひく。閃光一閃、刃は落下し、にぶい音をたてる。すでにサンソンは血のしたたる首の髪の毛をひきつかんで、広場の上に高々とさしあげる」(高橋禎二、秋山英夫訳)(『臨終図巻』 93～94頁)

〈39歳の死〉

ブレイズ・パスカル(1623～1662)

死後に出版された『パンセ』の中で、パスカルは以下のように書いている。

ここに幾人かの人々が鎖につながれているのを想像しよう。みな死刑を宣告されている。そのなかの何人かが毎日他の人たちの目の前で殺されていく。残った者は、自分たちの運命もその仲間たちと同じであることを悟り、悲しみと絶望とのうちに互いに顔を見合わせながら、自分の番がくるのを待っている。これが人間の状態を描いた図なのである。

(略) パスカルは彼の最初の数学の論文を16歳のときに書いた。この2、3年後、彼は徴税官をしていた父を助けるために、最初の計算機を発明した。また、彼は真空の本性に関する実験的な研究と理論的な研究の最先端にいた。この真空の研究は、当時の偉人たちを夢中にさせたトピックでもあった。死の直前に、彼は多くの座席を備えた大きな馬車を発明したが、それはパリを横切って乗客を運ぶ世界初の路線バスであることが証明されている。そして彼の死後、その栄光を表して、コンピュータ・プログラミング言語に彼の名がつけられている。(略)

不健康な生涯を送ったパスカルは、腸の壊疽と脳血栓を患った後、39歳の若さでこの世を去った。(『哲学者190人の死にかた』 189～191頁)

パスカルは考える葦のように心やさしく、身体が弱かった。(略)かつて『パンセ』で「それまでの場面がどんなに美しくても、最後の幕は血にまみれている。最後に、頭上からばらばらと土をかけられて、それで永遠におさらばとなる」と書いたパスカルだが――。それでも「聖体拝受」のために主任司祭がやって来たとき、彼はさげんだ。

願わくば、神、永遠にわれを見捨て給わざらんことを!

それから24時間にわたって、一瞬もやまない痙攣の苦痛にさいなまれたのち、8月19日午前1時に息をひきとった。（『臨終図巻』 102頁）

〈48歳の死〉

聖徳太子(574～622)

推古29年12月に、太子の母が死に、翌推古30年正月、太子も病み、さらにその看病にあたっていた膳姫も病んで、2月11日その妃の方が先に死に、翌22日に太子も歿した。この相つぐ死は何か急性の伝染病によるものと思われるが、たしかなことは不明である。

不明といえ、太子の行蹟そのものすべて伝説の煙につつまれていて、例の「十七条の憲法」や「日出つるところの天子」云々の国書をはじめ不確かなことが多い。紙幣の肖像もあてにならないといわれる。しかし、当時一世から讃仰された賢明な太子であったことはまちがいないらしい。

しかし、それにもかかわらず、太子の死から21年後、その子山背大兄王とその一族は、蘇我入鹿のためにみな殺しの悲運に逢った。さらに2年後、その入鹿も、中大兄皇子とその懐刀中臣連鎌子すなわちのちの藤原鎌足のクーデターによって倒されるのだが、入鹿による山背大兄王の死そのものも鎌足の陰謀であって、法隆寺は、その陰謀のために滅んだ聖徳太子及びその一族の怨霊のたたりを鎮めるために、藤原氏によって再建された、というのが梅原猛氏の『隠された十字架』の見解であるが……。 （『臨終図巻』 189頁）

〈49歳の死〉

秦の始皇帝(前259～前210)

はじめて中国を統一し、万里の長城を築き、阿房宮を作り、焚書坑儒という独裁者の先例を生んだ始皇帝は、一方で徐市という道士に不老不死の薬を求めて船出させたが、老いと死はついにふせげなかった。いや、老いの来る前に死の運命を迎えねばならなかった。

皇帝の位にあること10年、揚子江沿いの南支一帯を巡遊し、都の咸陽へ帰る途中、山東の平原津で死病にかかった。コレラのような急激な時疫ではなかったかといわれる。

史記に、「始皇は、死を言うを悪んだので群臣あえて死のことを言うものなし」とある。

始皇帝はなお病をおして旅をつづけたが、7月、沙丘の平台で歿した。

天下大乱を怖れた帷幄の臣は、その喪を伏せ、輜輶車と名づける一種の箱馬車に遺骸をのせ、奏事、食事、生けるものに対するようにして旅をつづけたが、九原あたりから屍体の悪臭甚だしく、車に1石の干魚をつんでその匂いをごまかして、やっと咸陽に帰還した。

その埋葬に際しては、彼の愛妾にして子なき者はことごとく墳墓に生き埋めにされ、この秘事を知っている工匠たちもまた生き埋めにされた。

始皇帝の死後四年にして、秦は滅んだ。

近年に至り、始皇帝陵をめぐるおびただしい兵馬俑が発掘され、その数と精巧さは人々を驚倒させた。（『臨終図巻』 198頁）

〈56歳の死〉

ヒトラー(1889～1945)

1945年4月27日、ベルリンはソ連軍に完全包囲された。

28日、遠雷のような市街戦の音がひびいて来る総統官邸地下壕で、ヒトラーは愛人エヴァ・ブラウンと結婚式をあげた。そして、部下のゲッペルスとボルマンにいった。

「妻と私は降伏の恥辱を避けるために死を選ぶ」

29日、彼は盟友ムソリーニがパルチザンにつかまり、処刑され、逆さ吊りになったというニュースを聞いた。

4月30日、ヒトラーは昼食に軽いソースをかけたスパゲティをとった。

午後3時30分、ヒトラーはワルサー拳銃をとって自室にはいっていった。そこには、その直前毒をのんだ「妻」のエヴァ・ブラウンが、すでに長椅子の肘によりかかるようにして、横になっていた。

ヒトラーはテーブルに向かった椅子に坐り、銃口を口にあててひきがねをひいた。身体は前のめりになり、そのときテーブルの花瓶が倒れて、飛び散った水がエヴァの屍体をぬらした。

側近のオットー・ギュンシェ大佐はいう。

「ボルマンが真っ先にはいってゆきました。それから私は執事のリングのあとからはいりました。ヒトラーは椅子に坐っていました。エヴァは寝椅子に横たわっていました。彼女は靴をぬぎ、それを寝椅子の端にキチンと揃えていました。ヒトラーの顔は血に覆われていました。エヴァは白い襟と袖口のついた青いドレスを着ていました。彼女の眼は大きく見ひらかれていました。青酸物の強い匂いがしました」

しばらくして、二人の屍体は毛布につつまれ、掩蔽壕の入口の前の窪地に置かれ、自動車からぬきとったガソリンがそそがれた。この間にもソ連軍の砲弾はあちこち落下して、処理人たちは何度も避難しなければならなかった。しかし、この屍体に火はつけられた。

ベルリンの大火の前ではくらべものにならないほど小さな炎でしかなかったが、何物にも劣らないほどの怖ろしい眺めであった。ヒトラーの運転手ケンプはいう。「それはベーコンの焼けているような匂いでした」

東条英機がいなくても太平洋戦争は起こったろう。しかしヒトラーという存在がなかったら、太平洋戦争は起こらなかつたにちがいない。これほど全日本人の運命に——子々孫々にわたって——激甚な影響を与えた異国人はほかにない。いや、日本人にもいない。(『臨終図巻』 291～292頁)

〈60歳の死〉

ジンギスカン(1167～1227)

1226年秋、ジンギスカンは西夏国を征服するために軍を發したが、翌年甘肅省清水県で狩猟中落馬し、そのときの負傷が悪化して陣歿した。1227年8月18日という。遺骸は蒙古本土に運ばれた。

彼はかつて蒙古のオノン河畔のブルハン山中に狩りをして、うっそうと茂る大樹の下で休んだとき、「われ死せばこの樹の下に埋めよ」と遺言したので、その地に葬られたが、元来蒙古族は遊牧民として墓は作らないので、まもなく彼の埋葬場所もわからなくなっ

てしまったという。(略)(『臨終図巻』 336～337頁)

〈60歳の死〉

日蓮(1222～1282)

文永11年蒙古襲来の年(ジンギスカンの死後47年目)から日蓮は甲州身延山にはいり、以来7年目の弘安4年夏、ふたたび蒙古襲来した年もまだ身延にいたが、このころから身体の不調をおぼえはじめた。

その年の12月の手紙に、春ごろからやせ病が起こり、秋が過ぎ冬になるにつれて日一日と衰弱をまし、この十余日は食事もとまり、身体は石のごとく胸は氷のように冷たい、と訴えている。

下痢が慢性になっていたというから、消化器系の潰瘍かガンではなかったかと思われる。

翌年の9月、ついに見延山の寒気を避けて、常陸へ湯治にゆくべく、8日下山し、18日武蔵国荏原郡池上にある弟子、池上右衛門の家に泊まり、ここでふたたび起きつ能わざること覚悟した。

そして、10月13日午前8時ごろ、枕頭につめかけた弟子たちとともに法華経を読誦しながら、入寂した。

「竜ノ口法難」をはじめ、いくたびも襲う迫害に嵐の中に南無妙法蓮華教を雄叫びつづけた戦闘的な彼にしては、意外に静かな死であった。(『臨終図巻』 337頁)

〈61歳の死〉

マホメット(571頃～632)

40歳でアッラーの神の最初の啓示に接したといわれるマホメット(ムハンマド)は、以後片手にコーラン、片手に剣をふりかざしてイスラム教を流布し、アラビア半島をはじめて統一し、632年メッカへの最後の巡礼を終えてからサウジアラビアのメディナの回教寺院で病床についた。

彼は苦痛のため病床をころげまわった。妻の一人アイーシャ(マホメットには12人の妻があった)は、お護りの呪文をとねえながら、彼の顔に唾を吐きかけ、彼の身体に革袋の水をそそぎかけ、彼をたしなめた。「もし私たちがそんなにあばれたら、あなたはひどくお叱りになるでしょうに」

死の日、マホメットは寺院の中庭に面する帳をかかげさせて立った。その顔色は羊皮紙のようであったが、信者たちは彼がよくなりつつあるものと信じた。

しかし、ふたたびベッドに戻ると、最後の苦悶がはじまった。彼は突然起きあがって、手をあげて、

「アッラーよ、然り、最も崇高な友とともに……」

といったが、そこでアイーシャの肩にもたれて息絶えた。病名不詳。

20世紀後半に至り、コーラン、剣に石油が加わることにより、イスラムは世界を震撼させた。(『臨終図巻』 360～361頁)

〈61歳の死〉

藤原道長(966～1027)

「この世をばわが世と思ふ望月のかけたることのなしと思へば」と詠んだ52歳のころから、しかし道長はひどい糖尿病にかかっていたが、やがて年とともに昂進し、ついには、おそらく同病による視力障害を起し、最後には背中に乳房ほどの癰が出来た。医師が針を刺して膿を出すと彼は悲鳴をあげ、2日目の万寿4年12月4日午前10時ごろ死んだ。『栄華物語』にいう。「されどお胸より上はまだ同じように温かにおわします。……夜半過ぎてぞ冷えはてさせ給いける」

癰とは化膿菌による皮膚ないし皮下組織の化膿性炎症だが、化学療法や外科手術の未開な昔には、意外にこれで死に至る人間が多かった。糖尿病患者がかかり易く、かつ悪性のものになり易いが、道長などはその典型的症例であったといえる。（『臨終図巻』362頁）

〈62歳の死〉

玄奘三蔵 (602～664)

唐の貞観3年(629年)の秋8.月、遠くインドへ仏教の原典を求めて長安を出発した27歳の青年僧玄奘は、いわゆるシルクロードを通して、翌年の冬ようやくインドにはいり、巡礼、修行の日々を過ごすこと12年(この間にアラビアではマホメットが死ぬ)、貞観十五年帰国の途につき、また4年の歳月をついやして貞観19年1月9日に長安に帰った。ときに彼は43歳になっていた。この「大冒険旅行」が後年小説『西遊記』のネタとなる。

以来彼は、インドから持ち帰ったおびただしい仏典の翻訳に生涯をついやした。

その晩年は、怖るべき則天武後の時代となっていたが、武后は玄奘を信寵し、玄奘も武后のために加持祈祷など行った。孫悟空がいたらどうしたろう。

彼は若いときの刻苦の旅のせいか、呼吸器の持病があった。老年にはいるとこれが高じたが、竜朔元年(661年)には、インドから持ち帰った仏典はすべて翻訳し終わった。

麟徳元年(664年)1月8日、弟子の一人が、昨夜高い塔が崩れるという不吉な夢を見たことをしゃべると、玄奘は、それはお前の身の上のことではない、私が世を去る前兆だ、といった。

その日の夕刻、彼の住む玉華寺の後庭の溝を越えようとして転び、13日から床につき昏睡するようになった。

2月4日の夜半から、彼は右を下にし、右手であごをささえ、左手を胸においた姿勢のまま動かなかつたが、5日の夜半、愛弟子が「和尚さま、和尚さまは来世はきっと弥勒菩薩のもとにお生まれになるでしょう」というと、「生れよう」と答えた。それから呼吸がかすかになり、やがて眠るように息をひきとった。

そのころ唐は新羅を助けて百済を攻め、百済から救援を求められた日本は、阿倍比羅夫を将として援軍を送ったが、いわゆる白村江の戦いに敗れたのが、この前年のことである。（『臨終図巻』 382頁）

〈65歳の死〉

カール・マルクス (1818～1883)

マルクスは長い間、病のために苦しい思いをしていたようである。『資本論』を書いたとき、彼はさまざまな書簡のなかで「忌まわしいカタル、眼の炎症、胆汁嘔吐、リウマチ、急性肝臓痛、くしゃみ、眩暈、持続性の咳、そして危険な癰」と書いていたものを

患っていた。癱は極めて「ものすごい痛み」を引き起こし、彼がなくなったときには、「死体全体」を覆いつくしていた。それは毒性のため、とりわけ生殖行為において問題となり、そのことで明らかに彼は悩んでいたようだ。(略)

最後の年に、彼は政治的にもだんだん偏屈になり、全力で仕事に打ち込むことができないほど元気をなくしていた。1881年に最愛の妻イエニーを失い、マルクスは悲嘆に暮れていたのである。そして、自らの死の二ヶ月前には、「イエニーヒェン」と愛称をつけるほどお気に入りだった長女を亡くしている。ところが、彼の最期は十分穏やかであった。彼は安楽椅子で眠ったままに二度と戻ることはなかった。エンゲルスは追悼演説で、このことを次のように述べている。しかも、意図したわけではない過度の感傷に浸りながら。

3月14日の午後3時15分前に、今なお生きている最も偉大な思想家は思索を中断した。

マルクスは北ロンドンのハイゲート墓地にある妻と同じ墓に埋葬された。長い間、巡礼の地であった彼の墓は、11のフォイエルバッハに関するテーゼと金文字で飾られている。

哲学者たちはこれまで世界をさまざまに解釈してきただけである。

だが、肝心なのは世界を変えることである。

(『哲学者190人の死にかた』 263～265頁)

〈78歳の死〉

ガリレオ・ガリレイ (1564～1642)

異端審問での拷問を恐れて、地動説を撤回した。伝説では、その撤回宣言のあと、彼はこうつぶやいた。「それでも地球は動いている」と。地球は動いているのであり、宇宙の中心の不動点ではないのである。

ガリレオは実験観察の向上と、哲学からの物理学の独立に相当貢献したが、その彼が1623年の『賈金鑑識官』で、こう書いている。「哲学はこの大いなる書物、すなわち宇宙に記されている。それは絶え間ないわれわれのまなざしにも耐えうるものである」と。ガリレオは晩年の8年間、失明して望遠鏡での観測に終止符がうたれるまで自宅監禁状態で過ごした。彼は「じわじわとくる発熱」と表現されたものが原因で死んだ。(『哲学者190人の死にかた』 176頁)

〈83歳の死〉

ジークムント・フロイト (1856～1939)

亡くなった年に書かれた書簡のなかで、フロイトは「16年間私の存在を共有してきた、愛しい昔なじみの癌の再発」について話している。1923年の4月から死ぬまでのあいだに、フロイトは口やあごや口蓋にできた癌の手術を何度も受けてきた。手術は22回から23回にも及んでいる。原因は多量の喫煙であり、彼は1日に20本の煙草を吸っていた。フロイトは煙草を吸わないと考えることも、書くこともできなかったため、決して禁煙することはなかった。

フロイトは絶えざる痛みと共に暮らしていたが、死の直前まで飲んでいた薬は2、3の

アスピリンだけであった。彼の葬儀で弔辞を述べることになるシュテファン・ツヴァイクに向けて、彼は「まったく考えることができなくなるよりも、苦痛のなかで考えることを好む」と手紙に書いている。最後の何ヶ月かでフロイトの頬の癌は進行し、彼のお気に入りだった犬のチャウチャウが部屋の角で縮こまり、近くに寄り付かなくなるほど不快なおいを発していた。癌の進行が頬を貫通するほど蝕んだ後、食べることもできなくなったためやせ衰えた彼は信頼を置いていた医者マックス・シュールに対して、次のように言った。

親愛なるシュール、私たちがはじめて会話したときのことをあなたは覚えているだろうか。そのとき、あなたは私に約束してくれましたね。私が生き続けるのに疲れ果てたならば、そのときあなたが助けてくれると。生きることは今の私にとって、拷問以外のなにものでもありません。生きることはもはやいかなる意味も持ちえないのです。

シュールはフロイトにモルヒネを与え、彼は穏やかな眠りに就いた。そして次の日から、彼は死んだような状態になった。(略)(『哲学者190人の死にかた』 271～272頁)

自分が死ねば、自分のことをしばらくは思い出してくれるだろうが、そのうち吹く風に乗ってどこかに消えていき、忘れ去られていく。時は巡り、自分はまた生まれる前の、自分が存在しなかった根源の世界に戻っていく。そのことはどんな歴史上の人物も市井の人も同じであり、それを全て良しとすることだ。

〈引用文献〉

- ・サイモン・クリッチリー著、杉本隆久・國領桂樹訳『哲学者190人の死にかた』河出書房新社、2018年
- ・山田風太郎『人間臨終図巻(上巻)』徳間書店、1987年

【資料】 ワーク 「最期まで輝くために」

高齢や病気になるとだんだん弱ってきて、もっている力がどんどん失われていきます。だが、失われていくなかで、今まで見えなかったものが見えてくるものもあります。生に限界を自覚すると、かえって、そこに限りない深いものを築きたいという意欲が高まってくる。新しい生の充実を図ろうとする努力が生まれてくる。

人生において大事なことを振り返ることで、意外に一番大切なことに時間を費やしていなかったりすることに気づきます。本当にやりたいこと実際にやっていることのギャップに気づくと、少しでもよいからやりたいことをする時間を増やしていくことができます。このワークは、これまでの人生を振り返り、これからの人生をまだまだ最期まで輝かせるためのお手伝いをします。

① 余命わずか! あなたは何をしたいですか?

次の項目にしたがって振り返ってみましょう。また、誰かに聞いてみるのも、語り合うのもよいでしょう。自分の人生を見つめ直すと何を大切にして生きてきたかが分かります。語り合うことで、その人が大切にしていることが分かります。相手の語りを聴くときには質問をしてもよいが、批判はしないようにしましょう。

①内 観……それぞれいくつか思い出してみましょう。

・お世話になった人

〔

〕

・迷惑をかけたこと

〔

〕

・これからして返せること

〔

〕

・楽しかったこと

〔

〕

・辛かった・嫌だった・悔しかったこと

〔

〕

・感謝している人

〔

〕

・誰かの役に立つとしたら、誰の何に役立ちたいか?

〔

〕

②転 生……生まれ変わったら、こうしたい!

〔

〕

③目 的……自分は〇〇のために生れてきた!

〔

〕

④価 値……私は〇〇を大切にして生きてきた!

〔

〕

⑤自 慢……(ちっちゃなことかもしれないが)〇〇だけは自慢に思う!

〔

〕

⑥別 れ……

・大切な人にお別れの挨拶をするとしたら、誰に何と言いたいですか?

〔

〕

・自分の思いを聴いてくれる人が欲しいとしたら、誰に聴いて欲しいか?

〔

〕

⑦計 画……せっかく生れてきたのだから、まだ死ぬまでにやってみたいこと。

〔

〕

② 「大事なものを手放さないといけない」過程

(1) 今、大事にしているものを3つずつカードに書き出してみましょう。

①姿・形のある大切なもの……

(

)

(

)

②姿・形のある大切な活動……

(

)

(

)

③姿・形のある大切な人……例:母

() () ()

④姿・形のない大切なもの……例:感謝、愛

() () ()

(2) 次に、そのカードを一つずつ手放していきましょう。

死期が近づくことは手元にあるものを手放していくことです。1枚ずつ手放しながら本当に大切なものは何かを考えましょう。形のある大切なものでは、携帯、スマホなどがあつたかもしれませんが、それは早い段階で無くなる。

姿・形のある大切な人では、母があがるかもしれませんが。姿・形のない大切なものでは、感謝、愛といったことがあがるかもしれません。それらを1枚ずつ手放していくのです。そのときの気持ちを語り合しましょう。自分を支えてくれるものは、目に見えないものばかり。それは自分が獲得したり作り出したりしたものではなく、全て与えられたもの…。自分は生かされてきた。

(3) 最後に、自分以外のもの(者・物)に感謝を伝えましょう。

[]

小さいものに感謝しましょう。相手の言葉や振る舞いを貴重なものと捉え、心の中で大切にするのは、大きな感謝でなくてもよい。感謝する姿は人生をより豊かにし、より満ち足りたものにします。

③ 最期の整理

人生の最期を語ることはタブー視していたところもありますが、医師が本人の意思が分かってないと、どのような治療に向かっているか分かりません。何度も話し合い、明確にしておくことが大事です。

① 人生の最期に大切にしたいことは?

[]

(例)・家族や友人の傍にいたいこと

- ・仕事や社会的な役割が続けられること
- ・できる限りの治療が受けられること
- ・痛みや苦しみが少ないこと

② 自分の意思を伝え、その人が自分の代わりになってくれる人は?

[]

(例):配偶者子どもきょうだい親戚友人

③ 医療についてどのようなことを望みますか?

[]

家族が医師、介護関係者など医療・ケアチームと話し合い、結果を共有できることで本人も家族も安心できます。幸福な死には「人間関係の中でどう死を迎えるか」が重要です。家族や友人・知人が看取りのときには手をとったりしながら「ありがとう」「あなたがいてよかった」と思える温かい関係性があるかどうか、独りで逝く場合も思い出の

中で感謝と喜びがあるかどうか問われます。人生の苦楽は人間関係にありますから、最期を温かくすることで幸福な死を迎えることができます。笑顔で死にたい。

〈参考〉

- ・アルフォンス・デーケン『よく生きよく笑いよき死と出会う』新潮社、2003年

Ⅱ. 討 論 内 容

- 1) いつものことながら、発表者は、数多くの本（とくに宗教・人生など）を読破し、あっといふ間に見事に自分のものとし、それをまとめ、発表される。今回は事情により3～4日前にテーマ変更されたが、それでも、これだけの内容にまとめ上げられておられる。感服至極である。
- 2) 16人を選んだ基準は？
 - ・自分が学んだり・本を読んだりして知った人で、有名人、一世を風靡した人。彼らはどんな死に方をしたのかを知りたかった。大概はいい死に方をしていないように思えた。
- 3) 人はいつかは必ず死ぬ。→→→ そんな自分はどう死ぬだろうか
また、死を前にした本人の心情はいかばかりか
- 4) ・人の寿命というものは、考えようによれば「はかないもの」で、それだけに、大事にし、いつも感謝しながら生きたい。
 - ・人間の命は永遠なるものではない。それ故に「永遠」に憧れる。それは「竹取物語」、「秦の始皇帝の不老不死の霊薬」に通じるものがある。
「竹取物語」…成長した娘が、求婚者たちに「永遠のものを探してきてくれたら、その人と結婚をする」といった。次の徐福伝説の「東の海に蓬莱という山あるなり」と記されている。
「始皇帝の命による『徐福伝説』」…始皇帝の命により東方に船出した。そして到着したのが、日本の「熊野」（三重県熊野市波田須町）または和歌山県新宮町、佐賀県佐賀市、京都府伊根町などに到着した、という伝承がある。
- 5) 蓮如による話 「人はなぜ生きるのか → 高貴な人の生きる姿(?) 信じるものこそ救われる → それは大きな舟に乗ること＝(大乘)だ」
- 6) 他人(ヒト)のために尽くすこと → 仏教で考えると、そうでもないのでは……とも思われる。最終的には“ひとり”である。人の死はいつか忘れられていく。しかし、人の心に残っているものであり、それは後に生きる人の「生」に影響し、DNAの中にも残っていくものである。いろいろな人の生き様が影響されて、今日に至っているのである。
何か「永遠なるもの」と繋がっていたい。「無」の世界に生きていくことでもある。自分の「生」を考えることは辛いことでもある。
- 7) 死を考えると「怖い」と思うことがある。しかし、友人や縁者の死に顔を拝ませてもらったところ、安らかに、何もかもを乗り越え清しさを思わせるような顔をしておられた。きっと極楽へと旅立たれたのだらうと思ったこともある。暗黒の世界へではなく、本当に生ききったといえる人は、心安らかな世界へと行けるのだらうと思ったこともある。

〈関連本〉

- 1) E・キューブラー・ロス(著)／川口正吉(訳)『死ぬ瞬間』——死にゆく人々との対話 1971 読売新聞社(『続・死ぬ瞬間』『死ぬ瞬間の対話』『新・死ぬ瞬間』などあり)
- 2) 立花隆『心理体験(上・下)』1994 文藝春秋
- 3) 立花隆『死はこわくない』2015 文藝春秋 などがある。