

令和3年2月13日

言葉の処方箋 いい覚悟で生きる 樋野 興夫 P46

いい覚悟を持って生きる

がんや病気と向き合う「ふつうの覚悟」ではなく、自分の役割意識と使命感を持って生きる決意、それが「いい覚悟」です。

「覚悟」という言葉に、あなたはどのようなイメージを持ちますか。

一般には、がんなのだから、病気なのだから、その事実をしつかり受け止めて、病気と向き合う覚悟、病気とともに生きる覚悟をしなさい、ということだと思ってしまう。

でも、それは「ふつうの覚悟」でしかないのです。あくまでも病気が先にある、つまり病気が主人公の覚悟でしかありません。

「いい覚悟」とは、主人公は病気ではなく、あなた自身が人として成長していくために持つものです。その違いはとても大きいと思います。

がんや病気で苦しんでいる人は、自分はもう一生この病気と向き合うしかないのだと思うでしょう。そして、がんや病気になってしまった自分にできることは限られている、周囲ももうこれまでの自分と同じようには接してくれないと思っているのではありませんか。しかし、そう思うのはあなただけ、強いていうならば、「自分の人生に期待ばかりしている」あなただけです。あなたは「人生から期待されている」にもかかわらず気づかずにいるのです。

生きている限りは、人は役割と使命感を持っていると私は思います。そこでは、病気だから、がんだから、体が不自由だから、という言い訳は通じません。これまで人生に期待するばかりだったとしたら、これからの自分は人生から何を期待されているのかを、ぜひ謙虚な気持ちになって問うてみてください。

それで苦しみが消えることはおそらくありません。病気という問題が解決されることもありません。けれども、苦難をとおしてこそ気づく、自分の役割意識と使命感があると思うのです。

今の自分にはどんな役割が与えられているのか、他者のために使える能力は何か残っていないのか。病気の自分を病人としてではなく、ありのままのあなたとして生きるための使命感を見つけたならば、必ず「その人らしいものが発動」してきます。他者に関心を持ち、人とつながることで人としての成長を続ける「いい覚悟」が芽生え、つきまとう苦悩を少しずつ忘れることができるはずです。

「いい覚悟を持って生きる」ことは、がん患者さん自身に限ったことではありません。身近な人ががんになったとき、自分がこれまでいかに生きてきたか、これからどう生きるのか、死ぬまでに何をなすべきかを真剣に考える、誰にとってもいい機会になるのです。

令和3年になってはじめてのカフェ、気持ちを新たに、樋野先生の本のタイトルにもなっている言葉の処方箋を今一度とりあげさせていただきました。この冬、私自身心や体と向き合う時間が増えました。stay home は、自身に向き合い、見直すよい時なのかもしれないと感じています。



岡倉天心記念 がん哲学外来・巣鴨カフェ「桜」

代表 山本 ひろみ

gantetu_sakura@yahoo.co.jp

090-8501-0826

<https://sugamo-sakura.com/>



後援：一般社団法人がん哲学外来

<http://www.gantetsugaku.org>