

言葉の処方箋

いい覚悟で生きる 樋野 興夫 P19

ユーモアとはユー・モアなり 「あなたを、もっと大切に」

つらいときこそ、あなたがあなたであるためにほほえみを、そして、ユーモアを思い起こしましょう。

がん哲学外来にやって来る患者さんの多くは、「がん」によって心が折れた人たちです。余命告知を受けたり、転移・再発をしたりして、自分ではどうにもできない不安を抱えて来ます\*

部屋に入って来るとき、その人の顔はたいい暗く沈んでいます。初対面の挨拶をなんとかにこやかにしたいと心がけているのに、表情がこわばっている人がほとんどです\*

最初の20分ぐらいは、私は暇げな風貌で、何も言わずにただ相手の話をひたすら聞きます。「どうしてここに来られたのか」「誰かの紹介か」などを問うくらいで、ひたすら傾聴するのです\*

話しながら思い余って涙を流す人が少なくありません。がん患者という立場の理不尽さに憤り、怒る人もいます。そうかと思えば、少数ですが、空元気を出して強がっている人もいます。しかし、言うまでもなく空気は自然な状態ではありません。無理な元気です\*

私は病理学者として、がん細胞の風貌を顕微鏡で見、その細胞について知ることを専門としていますので、同じように、がん哲学外来にやって来た人の言葉や様子を見ることで相手を知ろうとします。そして、相手にどのような言葉の処方箋を語るができるのか熟考するのです\*

時に、どんな言葉をかければいいのか皆目わからない、なんの言葉もかけられない、という場合もあります。そんなときは、無理に言葉をかけるのではなく、困ったな、という顔でひと口、お茶を飲むことにしています。少しの間、沈黙が続きます。そしてまた、相手がぽつりぽつり話し出すと、私はそれに耳を傾けるのです\*

このとき、「みんなも同じ思いでいるんですよ。あなただけじゃありません」とか、「もっとつらい思いをしている人もいますよ」などというのは禁句です\*

また、こちらばかりがしゃべっていても、患者さんは弱音やつらいという気持ちを吐き出すことができなくなってしまう。困ったら、お茶を飲む。そして、沈黙を恐れるのではなく、「沈黙を一緒に過ごす」というのががん哲学外来の基本です\*

人というのは30分も話続ければ、ひと息つきます。相手の話を聞いたあとは、今度は私が語ります。後半20分ぐらいはほとんど私が話していると言えるでしょう。そして最後は心を許した友のように互いに言葉を交わすのです\*

これが、がん哲学外来が一般的な「相手の話を傾聴する」カウンセリングとは異なるところで、「対話」と称しているゆえんです。お互いが言葉を交わす会話とは違い、たとえどちらかが一方的に話し、一方が沈黙を通すだけでも、同じ時間を共有する、それが対話なのです\*

「ユーモア(humor)とはユー・モア『you more=あなたを、もっと大切に』ということですよ」

こう言うと、「先生、それはだじゃれですか?」と患者さんの表情はちよつとほころびます。

「そのほほえみが、きつとあなたらしい表情ですね。『あなたを、もっと大切に』、いい言葉じゃないですか」\*

そう続けると、患者さんはなんとも素晴らしい笑顔になり、来たときとはまったく別人の顔に変わります

対話に欠かせないものが、ユーモアだと私は思っています。かといって、何か特別な小咄を考えなさい、というようなことではありません\*

たとえば、ただ「お節介」と言っただけでは聞き流してしまいがちですが、お節介に「偉大な」とつくだけで耳を澄まし、次の瞬間、表情がちよつとほころびます。「暇げな風貌」と言えば、くすつと笑いがもれます。「ユーモアとはユー・モアなり」は、以前、知人から聞いて印象的だった言葉を処方箋に選んだものです。こうした身近なユーモアでいいのです\*

主催 岡倉天心記念 がん哲学外来・巣鴨カフェ「桜」

後援 一般社団法人がん哲学外来

