

## 寄り添う心は言葉を越える

樋野興夫著

いい覚悟で生きるより

基本に愛があれば、多くの言葉を必要としません。

言葉を交わす会話ではなく、心を交わす対話を大切にしましょう。

がん哲学外来を訪ねてくる人は、言葉によって、会話によって、傷ついた経験を持つ人がとても多いように感じます。

まず、患者さんは自身の病気や治療についての不安を診療に当たった医師に相談できずにいます。医師のちょっとした言動や表情に一喜一憂して、余計なことを聞いて気分を害したのではないかと不安になるのです。また、質問には答えても、エビデンス(薬や治療、検査方法の効きめといった世界中で実施される臨床研究などの科学的データ)の結果に基づいた確率の話がほとんどでしょう。そういった説明の言葉はどうしても冷たく聞こえるようです。今の医療者は忙しすぎて、お尻がイスから 5センチ浮いているような感じですからね。忙しそうにしている人には、誰も悩みを打ち明けようとは思いません。

また、家族のなにげないひと言が思いやりに欠けた言葉に聞こえたり、逆に周りの人の気を遣いすぎる言葉に傷ついたりすることもあります。

人はがんになると、今まででなんとも思わなかった周囲の言動に反応して心が傷つき、精神的に動揺するようです。「がん相談」の多くは、治療や社会保障制度などの情報提供が中心の会話ですから、人間関係の悩みは話しづらい印象があります。一方、カウンセリングは患者さんや家族の話の「傾聴」に終始するため、物足りなさを覚えるようです。

こうした経験をひと通りしてから、患者さんや家族は、がん哲学外来を訪ねるケースが多いのです。

がん哲学外来で処方箋に用いられる核となる言葉は数多くありますが、正直なところ、言葉の無力さを感じることも少なくありません。その人に代わって苦しみを引き受けることはできませんし、悩みから抜け出すためには、自分で答えを見つけることも必要でしょう。

どんな言葉をかけてもすっきりしない、納得できない人だっています。相手の気持ちが受け入れる状態になれば言葉は深く届きません。

そんなとき、私自身が学び、励まされる方法があります。

私はよく犬と猫が向き合っている写真を講演などで見せています。写真に写っている犬と猫は本当に仲良しかもしれませんが、もしかしたらいがみ合っているのかもしれない。真実はわかりません。

ところが、その写真を見た圧倒的多数の人は、ほほえましい、癒される、と言います。その瞬間はきっと、2匹の心が通じ合っているから、ほほえましく感じ、癒しをもたらされるのではないのでしょうか。

また、知人からもらった写真も私は紹介します。

それは、小さな子どもと大きなゾウが隣同士並んで座る後ろ姿の写真です。

小さな子どもがゾウを支えることは現実的にはできません。私たち大人でも同じです。けれども、子どもでもゾウに寄り添うことはできます。それはまさしくゾウに子どもが寄り添う写真なのです。見る人にとって、無条件にほほえましく、癒される一枚です。

言語を持たない動物と私たちは言葉で会話することはできません。けれども、言葉以上の慰めや心と心が通じ合う喜びをお互いの存在と寄り添うことで得られる、というのはとても象徴的だと思います。

1894年、新渡戸稲造は札幌農学校の教授時代に、貧しい家庭の子どもらを集めて無料の「遠友夜学校」を開設しています。そこで、新渡戸が生徒に教えた基本姿勢のひとつに、

「生活環境や言葉が違って心を通えば友達であり、心の通じ合う人と出会うことが人間の一番の楽しみである」ということがあります。

言語の違う外国人との交流をあげるまでもなく、言葉少なく寄り添うだけの関係や言語を持たない動物との交流でも、この教えに通じるのではないのでしょうか。

あなたの身近に苦しむ人がいたら、余計な言葉をかけることよりもまず、寄り添ってみてはいかがでしょうか。支えてあげる、などという大上段に構えるのではなく、隣にさりげなく寄り添えばいいのです。黙って寄り添うことならば、

どんなに微力な人でも病気の人でもできるはずです。寄り添う心には言葉を超える喜びを互いにもたらず力がきつとある。そのように私は感じているのです。

