

ビハラーレポート

No.15

JULY

1995

CONTENTS

セミナー	山内政志	いのちの電話の活動について	2
特別寄稿	鈴木一誠	自殺予防活動に於ける仏教介入の余地について	9
Book Review	がんの痛み	心の痛み	16
INFORMATION			18

ビハラー Vihara

休養の場所、気晴らしをすること、僧院または寺院

『漢訳対照梵和大事典』

- 一、病人に供給す
- 二、病のために医薬の具を求む
- 三、病者のために看病人を求む
- 四、病者のために法を説く
- 五、余の比丘のために法を説く
- 六、法を聞いて教化す
- 七、大徳のものに供養し、恭敬するために
- 八、聖衆に供給するために
- 九、深経を読誦するがために
- 十、他に教えて深経を読みしむ

『十住毘婆沙論』卷第十六

ます。

元々は1953年にイギリスで「サマリタンズ」が発足しています。「サマリタンズ」はチャド・バラーさんというキリスト教の宣教師の方が始めたんですけれども、この組織を創設する以前からバラーさんが一人で電話によるカウンセリングを行っていたのですが、ひっきりなしに電話が掛かってきて食事をする暇もなかったそうです。この「サマリタンズ」の意味なんですけれども、これは聖書にでてくる親切なサマリヤ人に由来してまして、「よき隣人」というような意味です。

その後この電話相談活動は、ヨーロッパ諸国、仏教国、イスラム教国へと広がりました。「サマリタンズ」を含むヨーロッパ諸国の電話相談機関は、1960年以来「国際救急電話相談連盟」通称「イフォテース」(IFOTES)を組織して交流をしています。もっとも、「サマリタンズ」はこの組織の中核的存在を果たしてきたのですが、1984年に考え方の違いから脱退しています。

もう一方、シドニーで始まった活動に「ライフ・ライン」と言うのがあります。この創設者はアラン・ウォーカーという人で、この方もキリスト教の牧師なんですけれども、1963年のことです。この組織はその後オーストラリアをはじめ、ニュージーランド、北アメリカ、南

アフリカ、さらに日本、台湾、韓国など環太平洋諸国に広がっています。1966年には「国際ライフ・ライン」が組織されて、3年毎に持ち回りで総会を開いて、幅広く活動しています。

諸外国でいろんないのちの電話相談がありますが、国によっていろんな名称があります。例えばドイツは「テレホンゼールゾルゲ」、スイスでは「さしのべられた手」、ロシアの「信頼の電話」などです。

日本への影響

次に日本への影響についてです。日本における源流となったのは「サマリタンズ」と「ライフ・ライン」の二つです。サマリタンズは、その精神においては起源を有するが、キリスト教団体ではない。ボランティアは、その信仰がなんであろうとも、かけ手を改信させようとするいかなる試みも厳しくこれを禁ずる、というのが基本的な立場です。

ライフ・ラインはキリスト教を信条としています。日本はライフ・ラインから多くのことを学び、「いのちの電話」の名称もこれに由来して、開局まで至っています。そのため、当初はキリスト教的信条を明確にすべきだという意見もありましたが、この事業を理解する人々によって幅広く支援される市民運動とする

ために、特定の信条は持たないことになりました。このため、キリスト教的信条を掲げる「国際ライフ・ライン」には交流を持ちつつも加盟していません。

いのちの電話とは

日本には「心の電話」とか、警察の「やまびこ電話」などの電話相談があります。では「いのちの電話」とはどういうものなのか、ということですが、一口にいいますと、訓練された相談員が行なう電話によるボランティア活動である、ということです。電話の内容はどんな悩みでも構いません。相談員は秘密を守ることが義務付けられています。二つ目は、いかなる政治的・宗教的なものにも影響されない、ということです。これは先にも陳べたとおり、この事業を理解する人に幅広く支援される活動と位置づけられているからです。

次に「いのちの電話」の役割についてです。一つ目は、よき隣人として手をさしのべることであり、二つ目として、その根底にあるのは電話による自殺予防のための危機介入ということです。

専門家の一部からは、素人ができるのか、という声も聞こえますが、どんな優秀な専門家の方でも個々の価値観に関わる個人的な部分では、一面的な対応に終わってしまうとい

う状況があるそうです。そこで、何故ボランティアなのかということですが、チャド・バラーさんがサマリタンズを開設する前からいろんな方の相談を受け付けていたんですけれども、追い詰められた状態で自分のところに集まって来た人達と面接すると、その悩みがもう解消されていた。何故なんだろうと考えてみると、その人達が面接を待っている間に、コーヒーを出してくれたボランティアの人に話を聞いてもらっているうちに悩みが解消した、ということが分かったんです。

では、なぜ電話なのかという問題です。まず電話はみんなのうちにあって、いろんな方とすぐに話せる媒体であるということです。そして普段からよく使われるコミュニケーションのメディアである。また、面接して相談するとなると、名前をいって顔まで知られてしまうということがありますが、電話ですと匿名性が保証される。また緊急の場合の対応が可能だ、ということです。

相談員に求められるもの

相談員になるためには60時間の訓練が義務づけられています。なぜ訓練が必要なのかということです。それは、我々は素人による電話相談の専門家だという心を持つということです。それから相談者に求められる資質としては、暖かい心を持ってい

てほしい。誰でも自分なりの価値観を持っているが、その価値観を相手に押しつけるようなことはしない。感受性が豊かであり、相談者の背後にあるものを真摯な気持で聞くといったことです。

死にたいという深刻な悩みを聞くとき、相談員も戸惑いや恐怖と直面することになります。援助を必要としている見ず知らずの人とどのように接していくか、そのために訓練が必要なのです。

それから、電話のみによって関わる、という点です。会って話しをすれば相手の表情や身振りで色々なことが読み取れるということがありますが、ただ電話という線がつながって声だけを聞くということになると、そのへんがたいへん難しいんですね。電話によってのみ相手の悩みを理解するということは、訓練を要することなんですね。

それから、相談員としての役割において関わる、ということです。つまり、掛かってきた電話に対して、こんな電話は嫌だという事で切ってしまうようなことはできないわけです。それは相談員として責任なんですね。

最後に、自らの意志によって関わるということです。ボランティアというのは本来自らの意志で参加するという意味ですから、気まぐれでの参加ではなくて継続的で一貫性があり、他の大勢のボランティアとの共

同作業であるということ認識することが求められます。

それではどんな訓練をするのか、といいますと、1番目が人間関係基礎訓練です。これはどういうことかといいますと、人との関わりです。グループを共にしながら他のメンバーを心から理解し、受け入れる。その訓練で、これがあらゆる学習の基礎となります。2番目が講義です。電話相談の理論やカウンセリング理論などを学習します。3番目がロール・プレイングです。これはその場で相談員とクライアントに分かれて、実際にやってみるんです。4番目がスーパー・ビジョンです。実際に電話をとったあと、スーパー・バイザーと、その応答について検討したりかけ手についての理解を交換したりすることです。スーパー・バイザーは専門の指導者です。最後が継続訓練です。相談員の訓練を受けて認定されたから自分はこれで完全だよ、というんじゃなくて、訓練はずっと継続して受けていくんです。これらの訓練を通して、相談員になるために最も必要とされるのは「聞く」ということの訓練です。

次に相談員が陥りやすい傾向ということについて。これは私自身もそうだったんですけど、使命感に燃えて相手を助けてやりたいと思い過ぎてしまう。また、かけ手は答えを求めますね。こちらとしてはあ

あしなさい、こうしなさいといった
は駄目なんです。あくまでもクライ
エントが答えを見つけだすように導
いていくという方向で対応すること
が大事なんです。また、説教や忠
告、指示をしてしまう、技法にとら
われる、沈黙を守れない、相談者に
巻き込まれてしまうなどが挙げられ
ます。それから、相談はあくまでも
電話で受けて、その場限りなんです
よ、電話が切れればそれでおわりな

いのちの電話の運営

んです。

「いのちの電話」がどのように運
営されているか、ということに入り
ます。

基本的には維持会員による会費と
寄付によって資金を賄います。組織
としては理事会というものが活動を
統括するんですが、組織の代表が理
事長ということになります。理事会
のほかに評議委員会、研修委員会、
事務局などがあります。また活動の
金銭の面でバックアップしていこう
というので後援会というのがあります。

盛岡の場合ですと後援会長が岩手
銀行の頭取、副会長に岩手日報の専
務がなっています。盛岡の場合も、
今福祉法人をめざして資金を集めて
いるんです。法人化するとメリット
も大きいんですよ。税金の面での控

除とか、いろんな面でですね。

今後どのような形で進めていこう
か、ということですが、まず「いの
ちの電話を考える会」という形で勉
強会をしようということで読書会を
やって、この前の勉強会で6回目に
なります。会場は千秋公園のところ
の生涯学習センター、ジョイナスで
す。なかなか会員も増えない状況
で、今後はマスコミも活用していく
ことを検討しています。

現在は「アドラー心理学」という
本を読んでいるんですが、これは一
応終わって、次には「電話による援
助活動」という本を読むことになっ
ています。これは日本「いのちの電
話」連盟というところで作られた本
でですね、これには「いのちの電
話」の役割とか詳しい内容が載っ
ています。

当面の目標としては設立準備会が
発足できればと思っています。これ
は実際に開局するための準備会とい
うことになるんですけども、これ
ができれば次に発起人を募るとい
うことになります。連盟の規約では発
起人は100名以上ということになっ
ているんですけども、盛岡の場合
は300名以上が集まって連盟の方
に報告して開局ということになりま
した。秋田の場合は何名位集めれる
か分からないですけども。そして研

修カリキュラムの作成。発起人と研修カリキュラムをそろえて連盟への申請ということになります。申請して許可ができれば発起人総会を開いて、開局に向けての具体的な話し合いになります。そして、相談員を募集して研修を開始して開局と、一応このような形になります。このような方向で今後進めていければと思っています。しかし、なかなか会員も集まらないような状況で難しい面も

おわりに

あります。

全国に5000人以上の人が相談員として活動しています。参加すること、そして続けていくことは大変難しいことですが、ボランティアとして社会に関わり、活動を通して自分自身を見つめ直す機会として、是非参加をお願いします。

最後に一つ紹介したいんですけども、盛岡「いのちの電話」の機関誌に載ったある相談員の方の一文です。ちょっと読んでみます。

「一人の伯父がこんなことをいいました。『おれは誰の世話にもならず、自分一人の力ですべてを築いてきた。それがおれの誇りだ。』実業家として仕事も成功し、財も築き上げ、その努力は大きなことと認めながらも、それを聞く私の心は何かもの悲しいような気がした。誰の世話

にもならず生きている人がいるのでしょうか。はたして、いたとしても、それが誇るべき事なのでしょうか。と申しますのは、私はあまりにもその反対で、今は殆ど健康を取り戻し普通の生活をしているのですが、回りの支えの中に生きていることを思わずにはいられません。どんな人にも多かれ少なかれ悩みがあり、どうにも立ち上がれないほどの試練の日もあると思います。そこに一人でもそばに立つ人がいてくれたら、それだけでもどんなに力になり生きることの希望につながるか、はかりしれないと思うのです。入院中の或る日、医師が私にこう話しました。『完治するのは難しい。病気と共に静かに生きていきなさい。そんな生き方もあるのです。』その時は未来に何の望みもなくなったような錯覚に陥り、苦しみました。そんな時、夫は言いました。『なんにもできなくてもいい。寝ているだけでもいいのだから、帰ってくれよ。』その言葉はその時の私にとって救いの全てでした。私は一人では生きられない。支えあい、寄り添いあって生きるもの。そんなふうに思うのは、私が単に弱い人間だからなのでしょうか。」

質疑応答（要約）

フロアー；自殺を考えている人に、どのように「いのちの電話」の存在を知らせるのか？

山内；新聞等で行ないます。自殺ということを明言するのではなく、悩みがある方はお電話下さい、という形で。

フロアー；一度の電話で効果があるものか？

山内；効果については明言できない。常習的にかけてくる人もいる。

フロアー；他の電話相談との違いは？

山内；公的機関だと、時間や相談対象の制約があるが、「いのちの電話」はない。

フロアー；相談員はただ聞くだけなのか？

山内；基本的にはそうです。但し、相手を理解して受け入れることが大切。指示などは必要ない。

フロアー；電話相談によって悩みが解決されたかどうか分からないのでは？

山内；「聞く」ということを通して、悩んでいる人が自ら解決の糸口を見つけていくということが大事。

フロアー；相手の年齢や電話番号を聞くのか？

山内；一切聞かないが、大体何歳位というのは記録する。盛岡の例では女性40代、男性30代の相談が一番多い。相談内容は家族関係の問題が1番である。

フロアー；相談員の年齢は決まっているのか？

山内；各センターごとに決めている。盛岡では24歳以上60歳まで。

フロアー；これからの活動の見通しは？

山内；会としての受入体制を整えてから、マスコミを利用した呼びかけを考えている。設立準備会の発足を当面の目標とし、会長になっていただける方を探している状況。

山内；「いのちの電話」は秋田の県民性にあわないのではないかと問われるがどう思うか？

フロアー；例えば選挙の際、岩手県は候補者を回りが応援するので総理大臣も輩出しているが、秋田県はオレもやめるからオメもやめれと足を引っ張る県だと言われる。行政の相談員も学校の先生をやった人だからなどという理由で決められる。この人達が機能しないから「いのちの電話」のようなものが必要になるのだら

自殺予防活動に於ける仏教介入の余地について

鈴木一誠

曹洞宗教化研修所研究員

この論文は昨年(2018年)の第34回曹洞宗教化学大会で発表されたものを、鈴木氏の御了承を得て本リポートに掲載するものです。鈴木氏の御好意に感謝申し上げますとともに、改めて自殺とその予防について考えてみたいと思います。

はじめに

今日、日本に於ける自殺による死亡者数は年間平均二万人前後で、これは全死亡者数の死因順位でいうと、常に七位を下ることがない。またそれだけの自殺既遂者の陰には、数十倍の未遂者が存在し、更にその何倍かの人が自殺念慮、つまり真剣に死ぬことを考えているといわれている。つまり自殺の問題とは万人にとって身近に起こり得る可能性のある問題なのである。この問題の深刻さを改めて認識することは言うまでもないが、特に僧侶としては、この問題を如何に捉え、また対処していけば、現代社会に於てより良い存在

として定着することができるか、ということがこの研究のねらいである。

以下、筆者が実際に体験した自殺に関する事例と電話相談という形式で組織的に自殺予防活動に関与介入して地道に顕著な実績を上げている「いのちの電話」のレポートを参考に、教化学的視点とボランティア的視点をもって論を展開し、仏教と自殺問題の関係についてアプローチしてみたい。

自殺の是非と自殺予防活動

自殺問題を考えていく上で、ともすれば見過ごしがちなのが自殺の是非についてであろう。自殺は絶対的

に悪しき行為なのか。この問題に対する自己省察なくして自殺予防活動への関与はあり得ないと筆者は考えている。何故ならば、自殺否定の立場が自殺予防活動の原動力となり意義を与えるものとなることに対して、自殺肯定の立場は相手の苦しみを理解し、心を開かせるというカウンセリング的方法の過程に於ける最初のアプローチとして必要であり、どちらの立場も良く弁えてこそ独断と偏見に執らわれないバランスのとれた活動に繋がるからである。ただし、最終的には自殺の危機を回避するという目的が存在するので、自殺に対する偏見を捨てはしても自殺を容認することはできない。その辺の落ち着き所が微妙なのである。仏典に於いては、

或は死の美を讃歎し、或は死を勧めて「咄男子、この悪苦の生は汝にとりて何の用ぞ死は汝にとりて生に勝るべし」と云ひ、斯く心意ひ斯く決心し、種々の方便を以て死の美を讃歎し死を勧むれば、これ亦波羅夷にして共住すべからざるものなり

(『南伝』律藏 經分別 第三波羅夷)

とある。自殺を勧めることは罪であることを言及している。だが、自殺そのものを否定している訳ではない。やはり自殺は、まず本人の問題という所から出発する。では、自殺は何故否定すべきか、本人の意思よりも優先される確たる論理的根拠はどこにあるのか。

確かに現代では自殺は、悪しき現象と捉えるのが一般論として妄信的に通っている。また世界的に見ても、西欧諸国ではキリスト教の影響から論理性を欠いた宗教的、或は形而上学的な理由から自殺を戒めているし、儒教でも倫理観に基づいた道徳論で片づけている。日本での自殺否定は、これらの伝統的思想を総括した感情論によって、とでも言うべきか。とにかく、どれも本人の苦しみを二の次とした無責任な理論に思える。これらの理論では、真に自殺の危機に瀕している人の心に近づくことはできないであろう。

最近、その辺の曖昧な機微に業を煮やした者たちが、自殺の復権を唱えている。人生の選択肢の一つに自殺を設け、本人の意思によって生死を決定する権利を説いている。周囲への衝撃や迷惑を二の次とし、本人の苦しみの処理を最優先させた上での結論である。例えばベストセラーとなった『完全自殺マニュアル』(鶴見済著 太田出版)などが顕著な例で、この内容に対し世間は賛否両論であったが、その投書を見ると、賛成派の方が比較的理屈が通っていて、反対派の方が感情や一般常識に固執した上滑りな理由を言っているように思えた。極端な例を上げれば、自殺は弱い者のすることだ、死ぬ気でやればどうにでもなる、逃げないで強く生きるなどといった一見、正当な様でありながら

実はきわめて無責任な理由である。正に偏見以外の何物でもない。

では、結論としてはどうなのだ、と問われると、実は結局のところ答が出ない。自殺学でも自殺予防活動の現場でも論理的な根拠は見い出せない。ただ個々が真剣に考えることに意義があるのであり、必要なのである。

そして、このような重要なポイントであるのに曖昧な結論しか導き出せない状況に仏教の教理が、僧侶という立場と寺院という場を生かして何かしら補うことができないものであろうか、ということがこの研究の最大の目標である。

仏典に於ける自殺の事例

そこで仏典では自殺をどのように捉えているのかということを確認してみる。以下は、筆者が平易にするために簡潔な現代語に意識したものである。

尊者・闍陀が重い病に罹り、治る見込みもないまま苦しみにうちひしがれていた。そこに尊者・舍利弗らが見舞に訪れると、闍陀は「病は重くなるばかりでこれ以上この苦しみに耐えることができないので自ら刀によって命を断ちたい」ということを切り出す。舍利弗らは闍陀に病床にあって、何か不満、不都合なものはないかと尋ねるが、闍陀は食料、薬、看護人ともに十分に足りているという。ただ苦しいだけの生に執着

することが何もなくなってしまったのだと言う。そこで舍利弗たちはそのことを確かめると同時に仏教を正しく理解しているかどうかを試すために問答を交わす。まるで自殺が許されるか許されないかを決定するテストのようなものである。闍陀は、全ての問いに見事に答え自殺を決行した。後に舍利弗は世尊に事の経緯を話し、その是非を仰いでみたところ、涅槃の境地に至る者には肉体に執着する必要がなく、従って誤った行為ではないことを示された。

(雑阿含 卷第三十『闍陀經』より)

『闍陀經』とほぼ同じ状況と内容で、尊者・跋迦梨が主人公となる。異なるのは見舞いに行くのが舍利弗らではなく、世尊であり問答を交わし説法をした後、世尊は跋迦梨に自殺を許し、やはり結果として跋迦梨は自殺してしまうのである。そしてその行為の正当性を言及する。

(雑阿含 卷第三十『跋迦梨經』より)

の事例は、自殺というより、尊厳死の例であるが、重要なのは世尊が、解脱し般涅槃していれば、簡単な問答という形でのテストを通過した後、自殺(尊厳死)を認めたとのことである。

とある沙彌が出家して初めての托鉢で最初の一軒目の戸口から現われたのは十六歳の恋多き奔放な娘であった。娘は沙彌を誘惑したが、沙彌は発心時の決意を忘れることなく、誘いには頑として乗らなかった。しかしただ断るだけでは、プライドを傷つけられ怒った娘が、有ること無いことを吹聴し、教団に迷惑が及ぶ可

能性があり、かと言って戒を破る訳にもいかず、悩んだ挙げ句の果て、沙彌は自殺を選んだ。命懸けで戒を護持する姿勢が褒め讃えられている。

(賢愚經 卷の第五 二十四
沙彌、戒を守り自殺する品 第二十三)

の文中に沙彌が自殺を決意する過程に於いて、先人の死に様を回想する場面がある。例えば、山賊に遭遇して命は取られなかったものの、身ぐるみを剥がされ、しかも縄で縛られたまま山中に置き去りにされた比丘がいたが、彼は飢餓に苦しんでも、虫や植物を害することなく、餓死してしまう。或いは、乗っていた船が大破し、海に投げ出された比丘がいた。下座の比丘は、幸運にも板の切れ端を見つけ、それに掴まっているおかげで溺れなくてすんだ。ところが上座の比丘には、掴まれそうな物が何も見つからず、まさに海底に沈まんとした時に下座の比丘は掴まっていた板切れを上座の比丘に譲り、自らは海底に沈んでいった。

(と同様)

は、自殺と言えれば自殺ではあるが、いわゆる殉教に近いものである。

これらの例から考えられる仏教に於ける自殺の扱いは、空の実現の為、大欲の為であれば正当化され、また尊厳死に於いても解脱を条件に認められている。偏見がなく柔軟な対応であることは確かだが、果たしてこれが現代社会で通用するかは疑

問である。それほど現代社会は死についての形骸化が進み、生への絶対的なプラス要素にのみ執着するアンバランスな風潮が蔓延している。その結果、自殺の是非は例が少ないせいもあるが、仏教で現代社会にも受け入れやすいような説明をつけるのは、難しいと考えるに至った。

「いのちの電話」に於ける 自殺の是非

では、どう考えればいいのか、ということで「いのちの電話」のカウンセラーに聞いてみたところ、やはり答えは出なかった。しかし、そこからの展開の方法がしっかりと確立していることが感じられた。そこには、あくまで一緒に考えていくという形が出来ており質問に答えを提示して押しつけるのではなく応えて、お互いが対等な立場で理解を深めて行こうという姿勢がある。自殺の是非に限らず物事の答えは必ずしも絶対的な答えがあるとは限らず、相対的なものもまた多いということを彷彿とさせられた思いがした。

自殺予防活動の必要性

次に自殺を予防する必要や義務があるのか、そもそも他人が介入すべき領域にある問題なのかについてである。自殺の是非が相対的である以上、この問題もどちらともいえない難しい問題である。実際に自殺予

防活動を行なっていく上で、この問題に決着がつけられないということは、いかにも頼り無い様であるが、やはり道徳論や感情論に走らず、この問題に対峙していくことは大変意義深い。現在でも、根本的な理由づけは成されてはいないものの、自殺学という専門領域と自殺予防活動の実践現場から考えられる自殺予防活動の必要性の理由は次のものが上げられる。

自殺念慮は一時的なものが多く、例え慢性的に自殺念慮が生じたとしても、一回一回の自殺の危機は長期間持続するものではないことが多い。それは未遂者のほとんどが命を取り留めて生き延びたことを後で感謝していることに裏付けられる。

はっきりと自殺意図をもって決行する人も勿論いるが、多くの自殺企図者は「死んでしまいたい」希死願望とともに「生きたい」「助けてほしい」という希生願望も併有し、死に対する感情が両価的な状態をさまよっている場合が多い。

遺族をはじめとする周囲の人、特に遺児に与える自殺の衝撃、精神的影響は甚大なものであり、回復の難しい心理的な傷を与えるという事実。

死にたい人に死ぬ権利があったとしても、現在生きている人にとっては汚点や心の傷のない人生を生

きる権利があり、自殺者とも言ってもそれを侵害する権利がないこと。

自殺防止活動や危機介入を通して、その人の自己開発と成長を助けることができる可能性を多分に含んでいるということ。

自殺を選択すると考えている多くの人が、精神障害や人格障害に罹患していることが多く、その問題は現代の精神医学で治療可能のものが多という事実。

自殺企図には、ある特定の人物・事象に向けられたメッセージが存在することが多く、そのメッセージが事前に聞き入れられた場合、自殺を防ぐことがあるということ。

これらの問題はほとんどが...である場合が多い、と言った限定表現でしか表せず、あくまで現場での統計に過ぎないということである。しかし総じてみると自殺に至るにはまだ早い、考え直す余地があるというケースが多いことが察せられる。まず「ちょっと待て」と言うことが自殺予防活動の必要性の理由に当たるのではないだろうか。

自殺予防活動の現実

自殺の是非に関わらず、早まった行ないに「待った」をかけることが自殺予防活動の意義であるとしても、結局のところ自殺は死因の順位

が常に七位を下らないということはとりもなおさず有効な予防法が未だに確立されていないことの証明でもある。何故確固たる予防法が工夫されないのかという問題が当然ながら考えられる。これには様々な原因が考えられるが、端的に言って、それは自殺の原因とも言うべき理由が多岐に渡り、まさに百人百様の相を呈していることにある。つまり自殺の事例の数だけそれぞれ異なった事情が存在するからである。事情とは死を考えてしまうほどの苦しみに苛まれるということであり、また苦しみ自体もきわめて主観的な感覚概念であるから事例の全てがケース・バイ・ケースであるので、マニュアルは作成し得ない。つまり予防法としては、個人のカルテによってのみ作成せざるを得ない。それも複数の専門分野からの介入が連携しながら作成した一枚のカルテによってである。その専門分野の一つに宗教者としての僧侶が仏教教理を提供することで介入できないものか。

仏教介入の余地について

人の心は無常であるから様々な経験を重ねていく上で、どんなに固く閉ざした心であろうと絶対に開かないということはない。そこにどんな些細なことでもいいから、解決の糸口を探り当て身近に起こり得る悲劇を未然に防ぐ努力をしなければなら

ない。

自殺の危機とは、人権の一である生存権の侵害が死ぬ権利に転換する重大事である。教化者としての姿勢の根底に四無量心があり、行いの規範に四攝法がある限り、最も注目すべき問題である。特に慈悲心において、その反対概念を無関心と捉えらるとするならば、僧侶の危機介入の義務と必要性にも頷けよう。

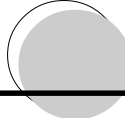
他者の痛みを理解し、分かち合おうとする気概、これこそ自殺念慮者を単に指導教化するのではなく、共に苦しみの生起する原因を考えていこう、という自殺予防活動に於けるカウンセリング的視点に立った基本的なポイントとなる。

希死願望、自殺念慮もひいては苦しみの生起に端を発するとするならば、苦について深く考察し、苦の生起する原因をつきとめ、それを滅する法を説く仏教は、自殺予防活動に有効な分野であると考えられる。特に、四諦、八正道、十二因縁などの根本理念は、苦しみの原因を理解する知恵を養わせ、苦しみから離れる道を実践させる、という教化的要素を多分に含み、ボランティア的活動である自殺予防活動に生かすことの出来る有効な、そして僧侶にとっては最大の武器といえるものである。常日頃からの教化姿勢として「もしかするとあなたの苦しみを理解し、解決の方法が見つかるかもしれない。我々はその力添えを惜しまない」と

いうことをアピールし、援助者としての立場も明確にして、ひらかれた寺院に発展させるのが一つの理想である。

ただし問題点もある。緊急を要する危機介入に於いては、理屈は通用しないということである。ロスアンゼルス自殺予防センターと協力して永年にわたって研究や診療に従事してきた精神分析医のリットマンは「危機が深いほど専門的ケアを必要としない」と定義づけた。「いのちの電話」にしても救急医療現場に於いても、聞いてみるとやはり答えは同じである。緊急の危機現場にあって仏教介入の必要はなく無意味である。必要なのは、生命の物理的確保と素朴な善意と新鮮な感性でひたすら相手の立場に立とうとする努力である。それが自殺を決意した人を正気に返らせ、生への意欲を再び沸き起こすことがある。仏教の教化的介入は、緊急の危機に至る以前、もしくは自殺企図後、とりあえず緊急の危機は回避されて、一時的な落ち着きを取り戻した時に初めて必要の機会を与えられる。それ以外の時間は、仏教は自らの活動の原動力として存在するだけで、介入の手段としては使えない。それには、自殺予防活動に於けるカウンセリング技術が大きな助けとなる。もし僧侶が本格的に自殺予防活動に携わっていくのであれば、カウンセリング技術は

必須のものである。その技術が自殺予防活動に於ける緊急の危機介入から仏教の教化的介入を結ぶパイプラインになるのではないかと考える。これを単に教化が目的の信仰の押しつけと捉えてはならない。信仰と救済は必ずしも一致するものではなく、救済の手段としての仏教の有用性を提唱するものであり、それが教化にまで発展するか否かは結果の問題でしかない。



おわりに

全ての自殺が予防可能であることなどないし僧侶が自殺予防活動にばかり目を向けている訳にもいかない。しかし自殺予防活動を契機としたカウンセリング技術の習得を促したい。自殺問題の背景には、現代社会の様々な問題、例えばいじめなど重大な人権侵害を伴う差別問題、尊厳死問題などが潜伏していることが多い。苦しみの存在する所には、必ず自殺問題が密接に関わると言っても過言ではなく、これらの問題に介入していくにあたり社会還元を見越した自己開発は、そのまま教化者としてのキャリアとなり、教化活動の一環として、対処できる問題の分野が拡大するからである。

『がんの痛の 心の痛み』

石垣靖子 著

家の光協会
1、300円

平成5年

著者は看護婦として、がん患者の心身両面にわたる“痛みの看護”に先駆的な道を拓いてきた人で、これに関する本を何冊か書いている。

「日本がん看護学会」理事、「ホスピスケア研究会」副代表。この本では、がんの痛みの本質と痛み治療の現状を見せてくれる。

がんの痛みは、がん病変や治療の副作用による身体的痛み、怒り、不安、うつ状態など心理的、社会的

要因が相互に影響し合ってその人自身が感じる“全人的な苦痛”（トータルペイン）となるという。これを踏まえた情緒面にも配慮した痛み緩和への治療法が、様々な患者のエピソードを通じて紹介されている。

抗生物質や抗がん剤治療などで発生する、口腔粘膜のトラブルには、おいしいシャーベット・ゼリー療法がある。“良薬は口に苦し”というけれど、吐き気で飲めぬ薬は効きよ

うがない。苦味も苦痛の一つである。今は味を楽しみながら治療できるのである。

音楽療法、遊びリテーション、様々な気晴らし療法、食事の工夫、その他個々の患者の症状に応じた種々の治療が行われている。そうした痛み緩和の手の内をたくさん持っていること、絶えず努力、工夫が続けられていることが、患者の安心感と痛みの孤立感からの解放につながるという。情緒的要素が大きく知覚に影響する人間の痛みには、心理的・社会的要因も考慮した全人的アプローチが必要である。

死に至る病、激しい苦痛を伴う病として恐れられているがんも、医学の進歩により根治治療、または病期をかなり遅らせることが可能になってきた。痛みについても、かなり緩和されるようになってきたという。しかしそれでも、がん患者は徐々に死を意識するようになる。それは他の病や老いについてもいえるかもしれないが。

人間の成長には、常に痛みがつきものである。死と対峙する苦痛もまた、人生をしめくくる最後の成熟の痛みであると著者は述べている。がんで死ぬということは、死に至るまでかなり長いプロセスがある。「人間は一人の人間として生まれてくる

まで10カ月かかります。誕生してから成人するまで20年かかるのです。それなら当然、人生の終わりを自分なりにしめくくるのに、それなりの時間があってもよいのではないのでしょうか。」

死に向かう人々の有形無形の言葉には、死のリアリティーが如実に表現され、そして又生きるヒントが隠されている。こうした人達を看護する者も又、同じく死のプロセスをたどる一人の人間として自分自身も生死にかかわる問いかけを続けていくことになる。

本書では、このような生と死、苦悩と成熟、告知、ホスピスケアなど、がんと関わってくる様々なことについて、患者とその家族の声、又は医療者、哲学者の言葉を引用しながら著者の見解が述べられている。「死が日常の中には入ってきた人たちは、私たちの計り知れない深い静かな<悲しみ>を体験しているのです。そのような人たちに私たちが出きる援助は何かぎりあることでしょう。しかし私たち自身もそのような存在として(同じ人間として)“ささえ”や“はげまし”ができるのかもしれません。」

(K.M)

次回ビハーラセミナー

おだやかに老いと死を迎えるために —— 生きていることは素晴らしいことだ ——

講師 弘前市 木村内科小児科医院長 木村然次郎氏

1995年7月22日 午後7時より

鷹巣町 広域交流センター第1研修室

「患者の痛みを分かち合える仏心をもち得てこそ真の医師たりうるものであり、仏心のない医療は、たんなる道具屋でしかあり得ないと思う。

磨かれる石の涙が見えぬのか 木念

(木村然次郎・三浦義弘共著 『白衣と僧衣』より)

弘前市では知らぬ人のいないほど有名なお医者さんです。先日お会いしてきましたが、何の気取りもない中に暖かさがジンワリと伝わってくる、昔はどこの町にもいたかかりつけのお医者さんという感じの方でした。一方で、川柳の大家としても有名で、本物を見抜く洞察力は厳しいものがありました。素晴らしいお話しが聞けること間違い無しです。是非聞きに来てください。

自らの命を断つことは許されざる行為だと説教するよりも、抱え込んでしまった悩みをゆっくりと聞くこと。様々な困難があるかも知れないが、自殺率の高い秋田には「いのちの電話」は是非とも必要な活動だと思う。自分のできる事で何かお手伝いしたいと考えている。オウム真理教の影に隠れてしまいましたが、阪神では今もボランティア活動が続いています。SVAより義援金の領収証と感謝の手紙が届きました。バザーに協力頂きました皆様に改めて感謝申し上げます。

ビハーラリポート

第15号 1995年7月13日発行

ビハーラリポート発行所

ビハーラ代表 兼能代山本地区事務局

藤里町月宗寺内 袴田俊英 0185-79-2468

大館地区事務局 越姓玄悦 0186-49-6957

比内地区事務局 小林匡俊 0186-55-1144

森吉地区事務局 奥山亮修 0186-72-4143

阿仁地区事務局 今井典夫 0186-82-2418

鷹巣地区事務局 佐藤俊晃 0186-66-2032