

# 「受容と新たな一歩」

ビハーラ会員 高橋 鈴子氏

2005年7月28日 鷹巣中央公民館

ビハーラの仲間の高橋さんの講演でした。お話を聞いたというよりみんなで語り合った、とても暖かさのある会でした。図らずも、かねてから何度も提案されていた会員の皆さんによる語り合いの会がここに実現しました。

## オストメイトと般若心経

こんばんは。私はビハーラ会員の一人として、今日は当番が当たったと思って役目を果たしたいと思えます。

38年間、共に暮らしてきた夫婦というよりも、同士。特に平成2年に直腸がんを手術してからの9年間は戦友といった関係のほうが良い、主人と私でした。

振り返ると、主人が40歳のときに糖尿病になり、以来26年間、食事療法を続けてきました。私が主人との関係を「同士」といい始めたのがこの頃からです。そしてがんが見つかり手術。二つの病気との闘いは、潔癖な主人のやるせない気持ちをどう受け止めていいのか。また、結

果があまり良いと言われない状態でしたので、いつ置いていかれるのかなという不安との戦いも始まりました。

少し話しは戻りますが、平成2年9月、急激な体の変調があり検査。直腸がんであることを、本人には知らせないように、私だけに告知がされました。知識として何も持ち合わせていない人ならごまかすことが出来るでしょうが、事前に調べていた主人は私に対して不信感を持ち、よそよそしい態度を示しまして、手術の前日、ナースステーションに行ったとき、人工肛門の位置になるであろう所に印をつけた腹部を私に見せ、「やっぱりな」と悲しい瞳をしました。

オストメイトというのは人工肛門・人工膀胱をもっている人のこと

で、コロストミーというのは肛門のほう、ウロストミーというのは膀胱のほうのことを言います。この人工的に作られた肛門によって、生きることができるのはとてもうれしくてありがたいのですが、リハビリというのがありまして、このリハビリが生活のリズムに合うまでが、本人はもちろんですけれども、家族にとっても大変なことなんです。幸いにも、良好とはいえないというのが思いのほかうまくいきまして、9年命がありました。

精神的に落ちていく主人から目が離せずに、ずっと心の線がピンとはっていて、誰に助けを求めたらいいのか思考が狭くなったときに、書店で一冊の本に出会いました。松原泰道氏の「般若心経入門」でした。私はテレビで仏教のお話しをする高田好胤氏という方が大好きだったんですよ。だいぶ前のことですが、よくテレビに出ていましたよね。それで、その本のカバーの内側に氏の推薦文があったのも、この「般若心経入門」を買った理由のひとつでした。この本から、何事も自然体が一番良いのではと思えるようになり、病人だからと相手に優しさを押し付けて、自分一人で悩むことをやめました。今までと同じくも何でも話し合う生活を続けていこう、同じ思いを持つなら生きるため

に戦う戦友となって、最後を迎えようと決めました。

## 夫の死と仏教との出会い

平成10年9月に三日間出血が続き、貧血と吐き気があり覚悟しましたが、そのときの検査では異常なしでした。それから12月14日、やはり体の変調がありまして、大腸のエコー検査の結果、再発が考えられると言われました。23日にふらつきがあつて入院しましたが、これが糖尿病との合併症による脳梗塞でした。年明けを待って盛岡へ行き手術を受ける予定でしたが、1月4日に心筋梗塞。平成11年1月6日朝、逝くということを納得して、笑顔で旅立ちました。生前よく話し合った、どっちが先に逝っても残されたほうにどうして欲しいか。私が実行することになりました。主人の希望通りの葬式の準備をして、このセレモニーを消化することで、このあとの私の生き方が決められると思っておりました。悲しいことに我が家では家を継ぐ子どもがいないので、無縁仏となることを承知していただいた上で檀家にしてくださるお寺、幸せなことに今の徳昌寺の住職さんが理解を示されて、快く檀家として迎えてくださりまして、現在

に至っております。

納得して送ったつもりでした。でも心の奥のほうでは私も一緒に逝きたいという誘惑が聞こえてくるんです。二人の娘たちも、それぞれの生活に帰っていきました。遺影と遺骨と私。主人と約束したことで泣きません。正直に言えば、涙が出なかったというのが本当の気持ちです。頭の中では納得していたつもりでも、心では受け入れていなかったのでしょう。退職して10年もなるのに、宿直勤務で今日は泊まりだと思えるようになり、朝は帰宅を待ち、夕方は庭に出て車を待つようになりました。自分としては、本当に虚しい闇に逃げていた時期だなと、今も思い出します。

主人の書いた文章を見ますと、決して平坦な毎日ではなかった。精神的に不安定で、残される女房、嫁に行った二人の娘と孫と、苦悩の心をちらりと見せています。この頃でしょうか。お寺のことで「困った、困った」とよく言っていたのを思い出します。「藤里の若い僧侶たちがビハーラという会を作って活動しているようだし、一回聞きに行きたいね。死んでも行く寺も墓も決められないものな」と。このときは本当に切なくて泣きました。

寂しく悲しい思い出ばかりの中で、七日ごとにお参りいただく住職

が最後にお唱えくださる聖号に心が洗われるように癒されていきました。日を重ねて忌明けを迎えた頃から、ようやく気持ちが静かになり、釈迦如来のお唱えが気になり、住職のお誘いもあり、梅花講に入れていただきました。月三回の練習日に、住職が読んでくださる仏教の本から学び、写経する日々を送ることから、主人は常に私の心の中に生きていることを知り、不安が消えていきました。

### 生きる力としての仏教

私の信条は、「今自分にできることは躊躇せずに実行する」を目標として生きてきましたので、これからどう生きていこうかとこれまでの生き方を否定するよりも、この38年、二人でどう生きてきたかに、これからの自分を積み重ねていこうと決めました。

全てのものは縁に従って起こるものである。縁に従って生じるから、縁に従って滅びるものであるという釈尊の教えのまま、私が縁に従って滅びるその日まで、自分のできることを、何かのお役に立てればと思っています。考えるだけでなく、実行するからこそ仏道になると、大本山永平寺の貫首であられる104

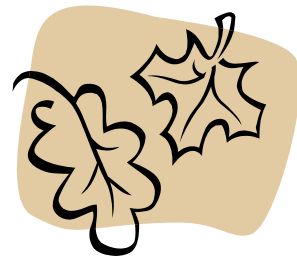
歳の宮崎奕保管長の言葉を胸に、今もこれからも必要とされる人として、皆さんからいただきました優しさ、また生かされているということをお忘れずに、主人の望んでいた「月命日に花っこ持って墓参りに来てほしなあ」を実行しています。

人の前で話すのだから努めてさらっとした感じで話しましたが、不思議なことに春彼岸になると気持ちが不安定になります。6年になった今でも同じです。フラッシュバックというんだそうですけれども、主人が息を引き取るときに私が言った一言「もう頑張らなくていいよ。家に帰ってゆっくりしようね」、この言葉が心の中で後悔のような形となって現れます。この言葉を主人に死を押し付けたのではないか、生きるというのはこのような負を背負っていくものなのではないでしょうか。これも釈尊の教えである「全てのものは縁に従って」なのではないでしょうか。

これから先、何事にもネバーギブアップの精神で生きていきます。このようなチャンスをいただきましたことを感謝申し上げます。稚拙な私の話にお付き合いくださいまして、本当にありがとうございました。お礼に誰が誰のために作ったのかわかりませんが、一遍の詩をプレゼントさせていただきます。

「千の風になって」  
私のお墓の前で泣かないでください  
そこに私はいません  
眠ってなんかいません  
千の風に  
千の風になって  
あの大きな空を吹き渡っていき  
ず  
秋には光になって畑にふりそそぐ  
冬はダイヤのようにきらめく雪  
になる  
朝は鳥になってあなたを目覚め  
させる  
夜は星になってあなたを見守る  
私のお墓の前で泣かないでください  
そこに私はいません  
死んでなんかいません  
千の風に  
千の風になって  
あの大きな空を吹き渡っていき  
ず

ありがとうございます。終わります。



## 質 疑 応 答

【フロア】 いっぱい聞きたいことがあるんですけども、だんなさんが亡くなって、その後の気持ちをどう整理したのか。春彼岸になると心が揺れるということは、それまでも大変だったのではないかなと思うのですがいかがでしょうか。

【講師】 まず、主人ががんを手術したあと、自殺というような行動を、実行はしませんでしたけれどもちよくちよくと口にも出しましたし、精神的にまいっていたときに「死んだら楽になるだろうな」ということで私が目を離せないという年月が3年間続いたんです。

人工肛門というのは自分で全部処理するんですけども、ポスパックという袋をつけまして、そこに便を受けるという方法をする人と、洗腸といって腸の中にぬるま湯を入れて洗い流して便が出ないようにする方法をする人がいます。その方法をやっても、洗腸したあとでも大腸だけではなくて小腸のほうに水が入っていったときに、小腸から抜けてくる間の時間がありますので、

その時間、1時間なり2時間、体を動かしている間、軟便みたいな形で出てくるんです。これで体を汚すものですから、神経質になって、すぐにポスパックという袋をつけていたんです。

潔癖な人でしたので、それがもう我慢できない。自分が匂うということは他人も匂うだろうということで、もうこれだったら生きていてもしょうがないと、自殺ということは何回か考えていたようです。私は割腹自殺ということが一番恐れたんですよ。そういうこともちよくちよく話しをしていました。

そういうことで目が離せない。3年間、体のことはほとんど主人にやらせないで、全て私がしていました。そうすることによって、自分ができないと頼るしかないですよ。そうすると目が離れるということもありませんので、どこに行くのにも一緒。その時間が一番きつかったです。私も精神的にまいってきまして、ストレスが過食という形で出ました。ぶくぶく太る。太るというのと、太ることによって疲れやすよね。精神も疲れる、体も疲れると言う形でした。

主人の病状は3年もつかなとお医者さんに言われておりましたので、3年過ぎたあたりで徐々に、「実は3年もつかなと言われたんだよ。でも3年超えたじゃない」と。「大

腸というのは5年超えるともっと長生きできるんだって」ということで、そこからお医者さんたちとの勉強会、オストミークラブというのがありまして、お医者さんが来て説明してくださるんです。手術道具なども持ってきてくださって、今はこういう手術をするという話しをしてくださったりするので、そういう勉強会に二人で出て歩くようになりまして、自分だけではない、世の中に人工肛門、あるいは人工膀胱と二つ、また病気の状態によっては、三つも袋を下げて生活している人がいるということ、自分よりも苦渋が二つも多いわけですね。そこから主人の立ち直りが始まりました。こうしてはいられないということで、3年くらいしかないかもしれないと言われた命が、3年過ぎたのであれば「儲けたな」ということで、旅行にも歩くようになりました。そこから徐々に私も、「こうだったんだよ」「ああだったんだよ」ということで、お医者さんから聞いたこととか、「この病気はこういうんだって」という話しとかするようになりまして、本人も精神的に落ちついてきたという感じです。

そこから、今度私がほっとしたんです。本人が納得して生きるという力をもったところで。3年もつかなと言われたのが、3年過ぎたあたり

から、私の中では今度は別のものが目を覚まし始めたと言いますか、いつ置いていかれるだろうか。3年もたないかもしれないというものが3年もった。これが5年もつのだろうか。明日逝くのだろうか。あと3年もつんだらうかという日が積み重なっていくわけです。置いていかれる不安。

これが3年間、主人と一緒に、生きるということを目標にして本人の気持ちを高めていくということよりももっとつらかったです。だんなさんを亡くした方はたくさんいらっしゃるけれども、長生きして3年かなと言われたものが9年生きただけども、あとの6年、明日置いていかれるかという気持ちを引きずって生きていくというのは、ものすごいものがありました。泣けなくなったというのはこの6年間です。置いていかれても泣いてはいられない。主人とも泣かないでねと約束しましたし。それで泣けないのではなくて泣かない。我慢しているうちに涙を出すのを忘れたというような形。お葬式のときはそうでした。施主なのに、人の葬式をやっているような感じで、お寺さんからこっちから回るんだよと言われても耳に入らないという形でね。お葬式の間中、このセレモニーという形を自分の中で形成してしまって、この形を終

えることによってまずひとつの荷が下りるとのことしか考えていませんでした。

自分では納得して主人を見送っているんです。もう頑張らなくてもいいよって。息ふきかえすような形になると「もう頑張らなくていいよ、うちに帰ってゆっくりしようね」と言ったら「うん」とにっこり笑って亡くなったんです。だからそれもフラッシュバックという形で春彼岸に出ます。不思議なことに秋彼岸はでません。あれは私が主人に「逝け」「死ね」と言ったのかなと負い目に思ってしまう。きれいな言葉で言えば負い目ですけれども、はっきり言えば「もういいじゃない。私も九年みたんだから」と、そういう気持ちが正直に言ってなかったといえは嘘になります。ここでまた生きて、これからまた何年も寝たきりで、脳梗塞で障害が残った形で、これからまた新たな苦勞、人工肛門とプラスチックがついた生活というのは、もうその時点で神経がぷつんと切れそうな状態でした。だからそういう自分の気持ちの中で「もういい」という、そういう気持ちを主人に対して「死んでもいいよ」と言い渡した負い目が今出てくるんだなと思います。

**【フロア】** 十分看病してあげたか

ら、そう思うのでは？

**【講師】** 皆さん、そうおっしゃってくださいます。話しすれば。娘もそういいます。

「母さんどご見でれば、前の3年、お風呂に入るのも一緒できちっと人工肛門を世話してやって、どんな状態でもきちっとやったじゃない。だからもういいんじゃないの。お父さんだって死にたくないといって死んだわけではないんだし」と。

9年間、死んだあとにどうして欲しいかということはずっと話し合ってきたんですよ。その中で、跡継ぎがいないと檀家にしてくれないということが、手術のあとでお寺さんに聞いてもらったら、そういうふうには断られているんですよ。娘が二人いるんですけれども、よその長男に嫁に行っているものですから、高橋という家は私が死んだ時点でなくなるわけです。そういう家は無縁仏になるから檀家にはできない。当時ですので、今は違うみたいですがけれども、平成3年ですね。3年の春のあたりに聞いたときにそう言われているんです。そこから、死んでもいくところがないというのが、本人の気持ちの中では大きくて、それでビハーラが立ち上がったというのを新聞か何かで読んだみたいで、一回そのお墓の件とか、ど

うして檀家にはできないのかというのを聞いてみたいし、ビハーラというのは何をやるのかということに興味があるということで、行きたいなと思ってはいましたが、どこでやっているか当時はわからなかったもので、そのままに流れていってしまいました。

【フロア】私も主人を亡くして、ちょうど3年が過ぎたんですけれども、同じことを私も言ったんですよ。肺がんでした。見つかったときはあと3ヶ月といわれましたけれども、3年ちょっともたせてもらって。肺がんですので、一旦入院すると3ヶ月帰ってこられないんです。それで、それを五回繰り返しまして、最後のとき、頭のほうに転移しまして脳梗塞みたいになり、右半身が動かなくなって、いろいろな機械をたくさんつけられて、私のほうが苦しくて苦しくて、早く家に帰してくれと言ったんです。そのとき、私のほうをジロっと睨んだんです。それがいつも心から離れなくて、娘に言っても「それだばなんも、母さん思う必要ない」って言うけれども、それがいつも離れなくて、どうしたら気持ちが晴れるものだろうかと思っています。

だから、私と同じ気持ちなんだろうなと思いながら聞かせていただ

きました。ありがとうございます。いいお話しを聞かせてもらいました。

【フロア】奥さんがご主人を介護して、いろんな悩みを抱えますよね。そのとき、何か悩みを相談したり、何かを頼ったり、そういうことってあるもんなんですか。立ち直りといいますか、精神的にまいったときに。

お伺いしますと、核家族のようですし、そういうときはどのようにして立ち直ったものですか。私も1月に主人の母を看取りました。前の日まで元気にお話ししていたのに。そのときもなかなか立ち直れなくて、私自身がすごく気持ちの上で弱いものですから、いったいどうやって立ち直ったらいいものかと思ひまして。

私は合川なんですけれども、今日はこういう会があるというものですから、とってもいいお話しを聞かせていただきました。

【講師】お友達にお話しできる性格の人、それからそういうケアしているところに行って相談できる性格の人というのがいると思うんです。ただ、私の場合は不幸なことに、自分のことは自分で解決するという性格なもので、人に自分の弱さを出さない、そういう頑固なところが



ある性格を持ち合わせておりますので、他人に相談するということがなく、自分の中で消化するんです。だから、私は仏教というものにすがっていきました。一番最初買ったのは「般若心経入門」です。その解説などを読みながら、自然の中という感じで自分の気持ちを抑えるようにして行って、忌明けのときに、住職さんが来てくれて、その住職さんは私より二歳下で地域が一緒なんです。そういうので、話しができるといふ気安さがあったもので、聖号と南無本師などがわからなくて、それで忌明けのときに思い切って聞いたら、和讃に入ってみないかと入れていただいたところから、自分の気持ちの建て直しというのはいっぱい仏教だったんじゃないかなと思っています。

梅花を通じて仏教というものの教え、深くはわかりませんが、私の中で解釈できる範囲で、自分の気持ちを浄化していくという、月三回の勉強会ですけれども、梅花をお唱えしながら、常に気持ちの中には主人がいるんだ、共に今も生きているんだと思えるようになりました。

今年の春彼岸のときは、不安定なところもありましたけれども、お墓を拭きながら「お父さん、お墓もできたしね。これでよかったんだよ

ね」と、逆を考えてみるように、今はしています。主人がああ状態で今元気でいて、もし私が看病の途中で大病を患って亡くなったりとか、または耐え切れずに死んでしまったと仮定すれば、残された主人はどういう気持ちでどんな生き方をしていたんだろうかということを考えるようにしています。そうすると、私だから耐えられるのであって、主人は脳梗塞の後遺症と生きていたと仮定すれば、人工肛門というリスクをもって一人で生活していくことはできないわけですよ。他人の手を借りるということが一番嫌いな人だったので、たぶん生きていることはできなかったんだろうなということを考えれば、順番、年の順番で見送るということで、まずセレモニーをきちっとやり終えて供養して、日々を送らせてもらっているのが、私にとっては幸せなんじゃないのだからと考えるように、今はしています。

仏教というのが私を立ち直らせてくれた基礎であり、今の生活を積み重ねていくには絶対切り離せないものとなっております。

**【フロア】**私も父が亡くなるときに感じたことがあったんですけども、病院に見舞いに来ている親族、周りにいる近しかった人たちが「頑

張れ、頑張れ」といいながら、励ましてくれる。それはうれしいんだけど、どちらかというとき静かに送ってあげるといような雰囲気ではなかったんです、

最後を看取るときに、なんで「頑張ったね」とか「ありがとう」とかを言えないで終わったのかというところが、私の中では悔いなんです。

その最後の言葉でだんなさんに「家に帰ってゆっくりしましょう」と言った言葉というのは負い目にとらえられていると言っていました。すが、すごくいい言葉なのではないかなと思います。「もう頑張らなくていいよ」、「家に帰ってゆっくりしましょうよ」という言葉というのは、思いの中ではいろんな、自分が容易でないという思いがあったと言っておられましたが、そういう意味でいうとすごくいい見送り方をされたのではないかなと思います。

**【講師】** うちの場合は1月4日に心筋梗塞というのが出まして、私がずっとそばについていたので、ちょっとおかしくなったのを見つけていましたので蘇生させられたんです。心停止がありまして、脳外科に入院しているのに循環器で死ぬわけです。それだとお医者さんの的にはまずいんだそうです。科が違う。そ

れで、どうしても蘇生させたいということで、うちは尊厳死という会に入っていましたので、それはお断りするとお話ししたんですけれども、先生のほうから一回でいいから蘇生の努力をしたいという、そしてうまい具合に蘇生できたんです。本当は家族は出て欲しいといわれたんですけれども、やるんだったら立ち会いたいということで、蘇生の場に立会いました。一回目、二回目ぐらまでいったら先生がやりにくいということで出されてしまいましたけれども、うまい具合に蘇生ができました。普通、蘇生できた場合は言語が出ないんだそうですけれども、うちの場合は幸いなことに話せまして、点滴二袋をつけられたまま、集中治療室に移された時にいろんな話しをしたんです。東京の娘は年末に来て看病させましたので、お正月は家に帰ったほうが良いということで帰してやりましたけれども、上の娘が能代に嫁いで市内におりますので、その子と主人と三人で会話ができるような状態で、「お父さん、小さいとき何したの」とか「おれ、じゃんけんつえがったんだ」という話しをしてじゃんけんして遊んだり、そしたらすうっと意識がなくなるようなことが二、三回ありました。でもまた戻ってくるんですよ。娘が「お父さん、どこに行って

あったの？」と聞いたら、「友達のところに行ってきた」と言うんです。「友達って誰？」と聞いたら「おめがた知らね、高校のときの友達だ」ということで「あんまり歩くとみんな恐がるからいがねほいいよ」という話しをして、それで12時半過ぎに娘が「お母さん、もうだめみたいだから。点滴も終わりそうだしどうする」というんです。すると主人が聞きつけて「点滴、あとやらねてもいい」ということで先生が来たんです。「高橋さん、血管が柔らかくなる注射をまたやりますか」と聞いたの。そしたら主人が「もうたくさんだから、治療は全部お断りしたい。帰れって言えば今すぐ帰ります」と。要するに、治療がない患者は病院では置かないですからね。「点滴が終わったら全部はずしてください」という言葉が本人の口から出たんです。そしたら幸いなことに、七海医師が、「いいよ、ゆっくりしてってください」と言って全部はずしてくださいました。12時40分ぐらいで全部はずれましたので、そこから娘が「ここから先、私が、子どもがいると、お父さんとお母さんの間で話したいこともあるだろうし、娘に聞かれないようなこともしゃべるかもしれないから、私は遠慮させてもらおう」と、娘は帰りました。ちょうど孫も高校受験の年でし

たので。

そこからあと、6時10何分までの間ですけれども、背中が痛いといえば背中のところをもんだり、腹水がたまってくるからお腹痛い、ガスが出れば楽になるだろうなという会話をしながら、だんだん言葉が少なくなっていくと、手を握って、私が語りかけると手を握り返すということで会話をずっとしていました。そのときに、「幸せでした」とか「ありがとうございました」ということを私は言えなかったんですよね。たった一言「今まで楽しかったよね」と言ったんですよ。そしたら主人が「うん」と頷いて手をぎゅうっと握ってくれたの。だから、ああ同じ思いだと感じて、これで満足しなければ罰が当たるのかなと思ったりして。

本当に逝く何分前ぐらいに、先ほどのずっと負い目になっている「もう頑張らなくてもいいよ」が出てしまったんですよね。死ぬんだなとわかっているけど、またこれが復活されると、私がもうここからは耐えられないと思ったんです。

亡くなったあとは看護婦さんたちが体を拭いてくれますよね。それはやってもらいましたけれども、人工肛門については全て私がやらせていただいて、看護婦さんには手を

かけさせないで最後まできちっとやりました。だからその辺は納得しているんですよ、私の中では。でもなかなか受け入れられないものがある。それがやっぱり、生きている人の業かなと思ったりします。

心筋梗塞で心停止になったのが4日の夕方でしたので、5日、6日の朝までは本当に飲まず食わずで、眠れないんですよ。でもやっぱり瞬間的に眠っているのかもしれない。

死というのはやっぱり大変なことだと思いました。体中に残っている水分を全て出すんですよ。最後まで私、本当に息を吹き返さなくなったときにお医者さん呼びましたので、完全に二人きりでがやがやしていないだけ、私はまだ幸せだったんだなと思います。

体中に残っている水分が全て汗となって出るといえばいいのか、あんなに残っているものなのですね。心停止のあとで蘇生させられたので腎停止がきたんです。腎臓の働きが全てなくなったので、体中の水分がいっぺんにおしっこになり、二回にわたっておしっこのパックが満杯になりました。体中の水分が抜けているはずなのに、なおその二日あともなっても、体の汗はそうでもないけど、顔の汗がすごかったです。脳梗塞だったから、残っている左脳

のほうに汗をかくんですよ。ハンカチ、タオルでふき取ってもふき取っても汗がでましたね。汗が出なくなったのが最後でした。その人によって症状が違うでしょうけれども、点滴をやっていましたが、おしっこが一滴もでませんでしたね。それが結局汗になって出たのかもしれない。

**【フロア】** もうひとつ、どうしてもちょっと引かかって聞いておかなければいけないなと思っているんですけど、跡継ぎがないと檀家にはできないよというふうなお話しを、その当時されていたと。やっぱり、相当だんなさんも高橋さんも不安になったものですか。

**【講師】** 私の不安は、お葬式ができるのだろうかということでした。どこからも檀家にはできないと言われるんだろうなということを考えたとき、私たちが直接聞くことをしたわけではなくて、人を介して聞いてもらったんです。そしたら、跡継ぎがないお宅は無縁仏さんになるので檀家さんにはできないと。平成3年のときに、二箇所ぐらいにそう言われました。

そのときの私の不安は、死んだときにどこでお葬式をしたらいいのだろうかということでした。お葬式が

できないでしょう。葬式だけのお寺さんってあるのかなあということも考えましたけれども、なにしろ何も知らないもので、断られるということは葬式ができないんだということだと思い、不安に思いました。そしてお骨を一生家に置いておかなければいけないのかなと。

同じ不安が主人にもあったと思います。死んでも墓もないしという話しをしょっちゅうしていましたもの。実家はありますけれども、岩見三内が実家なんです。実家の菩提寺が干手院さんというところなんですけれども、そこに行けばなんとかなるかなと思ったけれども、次男坊ですし、兄さんが生きてるとか兄弟がほかにいればいいんですけども、両親はもちろん亡くなっていましたし、兄弟もみんな早死になんです。一人だけ残っていた人なんです。だから一番上の兄さんの子どもさん、甥っ子さんのところに頭を下げて墓に入れてくださいというのは絶対できないと言ったので、本人のプライドもあるんですよ。お墓に関しては。

そのときは何も知らないから、まだ死んでいるわけでもないし。ただ、あまり良好ではないという話しかから、死んだときのことを、本人が自分の体のことだから一番わかるんです。このままで生きていくのかな

ということ。だから死にたい、死にたいと言ったんだと思うんです。

【フロア】高橋さんのように、これからの人なんかはますます多いのではないのでしょうか。どこに相談に行ったらいいの。ビハーラの袴田さんに行きなさいと。

【ビハーラ】跡継ぎがないという場合は、高橋さんのときにはかなり神経質になっていたのだと思います。特に能代では墓地公園になっているところで無縁仏が増えてきたんですよ。ところが墓地公園だから、お寺で勝手にやるというシステムとはちょっと違うんです。全部お寺に返してくださいというふうにしてやるときに、墓地公園になっているというネックがあったんですよ。今はやっぱり変わってきました。多くなってきたので、供養をお寺が引き受けますよ、何年間の間はお寺のほうで供養していきますということで、それを承諾してもらって、それをまとまったお墓なんだけれども、一人ひとりの戒名が石塔に書かれてあるとか、そこのお寺によって違うんだけど、今までの一件一基ではない形のお墓が、今はできてきています。多くなったから、お寺のほうも今までのように一件

に一つのお墓ではもっていけないことがわかってきたので、能代では変わってきております。

**【講師】** 亡くなって、誰かわからない人たちと一緒にいて「俺がどこにいるかわかるか」と言われるよりは、やっぱりここだよという墓があって、そこに自分がいるからお花を持って、月命日ごとに来てくれるとうれしいなというのが、生前の本人の希望でした。

私たちも元気なときでしたので気にしないで、親子は親子なんだけれども、親は親、子どもは子どもの人生というように、わりと割り切った、そういう考え方で子育てをしてきましたので、子どもの幸せが即親の幸せというような感じ方で、子どもが行きたいのであればいいだろうと。どうしても高橋の姓を継いでもらわなければ困るというほどの財産もないし。だからこだわらずに、あなたが幸せであればあなたの人生だからと送り出したわけです。

**【フロア】** 若いときからお墓のことは頭の隅においておかなければいけないということですね。

**【講師】** そうでしょうね。でも若いときってそういうものとは無縁ですものね。

正直、自分がどこのお墓に入ることなのか、本当に考えていませんでした。でも、両親のお墓参りには、毎月、月命日といえば、お花を持ってお参りにいきましたし、父のあと、母が亡くなったあとはどちらかの日に月一回行っていましたので、そこら辺から、主人の「毎月墓参りに来て」という言葉が出たんだと思います。

無宗教だったんです。直面してから初めて気がつくという、遅かったなと思うんですけれども、そうならないと考えるものですね。

**【フロア】** 「頑張らなくてもいい」と言って後悔したという。みんな、おそらく誰かを送ったことのある人は少しずついろんな後悔があると思うんですけれども、そういう後悔がないと、まるっきり一つも後悔することがないとすると、亡くなった人がどんどん遠くに行ってしまうんですよね。いろんな後悔があるから、いつまでもそばに感じていられるんです。だから、もしも後悔がないんだったら、頑張っても後悔することを作ったほうが、私はいいと思うし、そういうことがあるからこそ、今までの38年間に、これからの自分を重ねていくエネルギーになる。それも後悔があるからこそだと思うんで、私はいろんな後悔を

大事にしていったほうが、人間らしいなと思います。

後悔することで思い出すことがあるのだから。

【講師】月命日に、能代にいる長女が毎月来てくれるんですよ。そうすると必ず毎月一回は親子でお父さんの話しが出るわけです。お父さんが小さいときの話しなど、それがまたひとつの供養で、私のいつまでもしがみつきたいというところが浄化されていっているひとつと最近考えるようにしています。

【ビハーク】ほかにご質問ありませんか。すごく重い話しを聞いたんだろうと思います。たぶん思い出して、もう一回えぐるような質問をしたと思いますけれども、これが本当の遺族の思いですよというところを聞かせてもらったような気がします。

今日の演題で「受容と新たな一歩」という副題がつきましたが、まだ受け入れられていないという思い、それから、それこそお墓がないことへの不安は片方であって、けれどもそれを受け入れてくれて、お参りにきて梅花と出会って、今すぐるものが仏教だと言っていたら。最初はたぶん、お墓がないということ、跡継ぎがないと断られたということは結構不信感もあったと思

うんですけれども、その後はこうやって支えになったというところを聞かせてもらって、そうなんだなと、こっちはお坊さんとして思いました。

建前としては、仏教というのは生きていて人のためだ、悲しみを癒す役割もあるはずだと普段しゃべっているんですけれども、実質のところではお墓のことやお葬式のことというのはいろいろ、今日も言われましたが、制度があるわけです。そのところではぶつからなきゃいけないし。気持ちの部分でも負い目というものがあって、なかなか受容できない。本当に本音のところを聞かせていただいたような気がします。

今日は若干いつもより時間は短いんですけれども、濃かったような気がしています。本当につらいお話しをこれだけ聞かせていただけてありがたかったと思っております。どうもありがとうございました。



本来は中島美枝子さんのお話を先に掲載するはずでしたが、編集の関係上次回に差し替えさせていただきました。どうぞご了承ください。

## ビハーラ研修旅行

### 松本・諏訪中央病院をたずねて

ビハーラ副代表 中嶋 美枝子

<はじめに>

どうしても、ここでこの研修旅行に参加するきっかけというか、「思い」について少し触れたいのですが、昨年の高橋先生のご講演でした。旧町の福祉のありかたに疑問を持ちながら、自らも医療、福祉の現場で働き、様々な苦い体験をとおして、現在の体制に軌道修正されたことは良いことだと考えていたところ、先生の「ケアタウン鷹巣を参考にした、ケアタウン浅間温泉」という言葉に愕然としてしまったのです。お話の内容はすばらしいもので、けっして似たものでもすらなかったのですが、どうしても「自分の目で確かめたい」という衝動にかられました。またお話の中でたびたび出てくる、テレビでも見ていた鎌田先生のお話を、ぜひ聞きたいということだったのです。

<神宮寺に着いて>

とにかく高橋先生はきさくに、さわやかに私たちを迎えてくださり、自分がとても小さく感じ、時間を忘れるほどスピード感のある、それで

きました。私は一般人なので、むずかしい仏教のお話は分からないのですが、先生の並々ならぬ信念というか、魂のようなものを感じると共に、IT時代ならではの活動（組織づくり、各種フォーマットの作成、活動の言語化、イベントの開催）などに自分の研修旅行参加の動機など、恥ずかしいものに思えてきました。

そして「NPO法人 ケアタウン浅間温泉」へ。そこはどこにでもあるような、ひなびた温泉旅館街にありました。バリアフリーでもなく、すばらしいヨーロッパの花瓶や、絵画があるわけではなく、古い畳、襖、昔なつかしい古い温泉旅館でした。しかし整備されたお風呂や、働く方達のやさしさが溢れていたように思います。

高橋先生に「先生の活動の底にあるものは何ですか？」と質問した際「支えのこころ」とおっしゃいましたが、そのこころが見た目ではない「真のコミュニティーケア」を築い



ているのだと感じました。(先生の著書の中にはもっと沢山の先生の思いが書かれているのですが・・・)

#### <諏訪中央病院へ>

翌日鎌田先生の病院へ行き、最初の先生の一言「何しにきたの？」これにはビックリ！新川さんが緊張しながら説明をして下さり、名古屋からのボランティアの方達と一緒にのお話を聞き、事務長さんが病院内を案内して下さいました。午後からは「ほろ酔い勉強会」という病院主催の研修会にも参加させていただきました。内容は地元住民、市民のためにある研修会ということが伝わってくるものでした。病院の基本理念の「やさしく、あたたかい、たしかな医療を目指す」を感じるものでした。

#### <ボランティア活動>

病院がすばらしかったのはもちろんですが、なによりも感動したのはこの病院でボランティア活動をしている方達でした。鎌田先生は皆さんをまるで家族を見るような優しいまなざしで紹介して下さいました。どの方も「私たちの病院、できることを、できるときにやるだけなんですよ」「みなさんとお話したり、ボランティアをしている、と気負わないでいることがいいんですよ」「みなさんからいろんなこと

が聞けて勉強になるんですよ」と話され、とにかく明るく、やさしさが溢れていたように思えたのは、私だけではなかったと思います。自分の住む地域にもこのようなボランティア活動があれば(頑張っている方もいますが・・・)とうらやましく思いました。お昼には広い庭で手作りのランチをご馳走して下さいましたが、とにかくどれもおいしくて、地元の物を沢山使って、説明をして下さったり、オカリナの演奏があったりと、楽しい時間を過ごすことができました。鎌田先生の優しいまなざしの理由が分かりますよね！皆さんで病院を支えているのが伝わってきました。

ご一緒した亀谷先生(なんとお呼びしたらよいのか分かりませんが、私にとっては先生なので、このように書きました)が建物だけ良くても中身だね、ソフト面が一番むずかしい、新しい病院頑張ってくださいと励まして下さり、「なにより人、こころなのだ」と弾む気持ちになりました。

#### <夜の宿>

余談？いえ、とても大切なことです。高橋先生、鎌田先生がすばらしかったのは当然ですが、ご一緒した皆さんと2日間、とても初対面の方と思えぬ、こころを開いてのお話ができ、「ビハーラだなあ」と実感し

たことです。「智慧のわ」をいただいたり、秋田以外の活動のお話が聞けたり、沢山のことを教えていただきました。帰ってきて、亀谷先生からお葉書をいただいたときは、ラブレターでもいただいたようなうれしさでした。

<おわりに>

本当に引率？企画して下さった新川さん、ご苦労さまでした。学んだことはこのままにせず、きっと何かに役立てたいと思っています。今回行けなかった方達も今度はぜひ一緒にしましょう。

### ビハーラ入会案内

随時入会できます。

各地区事務局までご連絡下さい。

年会費 2000 円

郵便振替 02580-5-50937

## ビハーラ公開講座

# 「生のひろがり、命のつながり」



講師:芥川賞作家

玄侑 宗久師

#### プロフィール

1956年、福島県三春町生まれ。

安積高校卒業後、慶應義塾大学中国文学科卒。

さまざまな仕事を経験した後、京都、天龍寺専門道場に入門。現在は臨済宗妙心寺派、福聚寺副住職。福島県警通訳（英語・中国語）など。

11月13日（月）

開場:午後6時 開演:午後7時

北秋田市文化会館  
(旧称 ファルコン)

入場料	会員	500円	前売	1000円
	前売		当日	1200円

問い合わせ先 ビハーラ事務局(宝昌寺) 0185-79-1022

### 年会費納入のお願い

会員の皆様にはいつも多大なるご支援・ご協力をいただきありがとうございます。さて、引き続き年会費の納入をお願いしたいと思います。つきましては振込用紙を同封いたしましたので、お手数ではございますがよろしく願いいたします。

#### 各地区事務局

能代地区	袴田俊英	0185-79-2468 (月宗寺)
藤里地区	新川泰道	0185-79-1522 (宝昌寺)
二ツ井地区	木村高寛	0185-73-2755 (梅林寺)
鷹巣地区	佐藤俊晃	0186-66-2032 (龍泉寺)
大館地区	越姓玄悦	0186-49-6957 (源守院)
森吉地区	奥山亮修	0186-72-4143 (龍淵寺)
阿仁地区	今井典夫	0186-82-2418 (善勝寺)
上小阿仁地区	保坂康雄	0186-77-2750 (福昌寺)
合川地区	亀谷隆道	0186-78-2344 (太平寺)
比内地区	小林匡俊	0186-55-1144 (正覚寺)
田代地区	小林泰成	0186-54-2241 (観音寺)
男鹿地区	三浦賢翁	0185-24-3546 (大龍寺)
鹿角地区	桜田勝心	0186-32-2672 (大徳寺)

皆様からのご意見・ご感想、情報・案内などお待ちしております。

どうぞお寄せください。

藤里町藤琴 宝昌寺(新川) TEL 0185-79-1522 FAX 0185-79-1539

Eメール [taido@shirakami.or.jp](mailto:taido@shirakami.or.jp)