

寄りそう思いやり



以前、目の前におぼれそうな子供が川に流されているのを見つけ、泳ぎが得意でないのに飛び込んで助けようとし、共に流されてしまった男性の新聞記事を読んだことがあります。目の前に窮地に陥っている人がいたら、自分の力では助けられないとわかってでも何かをせずにいられないのが命を大切にする人の心ではないでしょうか。

だめと知っても知恵を絞ってなんとか助ける手段をつくり、結果はわからずともやってみる。パトリシア・マドソン氏の記事にある趙州禅僧の公案は私たちができないことに対してできることを探す知恵が求められているようです。弟子の僧の行動から、窮地にある人と似た思いが湧くようその窮地に飛び込む、そっと寄り添う、言葉なしに相手を慈しむことがせいぜいできることなのかもしれません。CLではコントロールできないこと一激痛や深い

悲しみ、絶望感、苦悩一に襲われている人に直接助けられなくとも私たちができることは？のテーマで皆さんの日常経験を寄せていただきました。

癌になった友人に気を紛らわしてもらうこと

小木 晴代 h-ogis8docl@tbz.t-com.ne.jp

体操の先生をしている友人に大腸癌が見つかり手術を受けました。私にとって大事な友人の一人です。もしもの時はと考えると辛く、いたたまれない気持ちになりました。でもそれは自己中心です。私が辛いのは、彼女がいなくなったら寂しいというまったく個人の感情です。

そんな自己中心のまま、とにかく元気でいてほしい、そのために私にできることは？

彼女にはとにかく気を紛らわしてもらいたい、そのために知恵をしぼりだす。

ベランダに細々と咲いていたラベンダーを摘んで束にして持って行きました。お風呂に浮かべてゆったりと入浴してね。

入院中は病院には来ないでと言われていたので、彼女の息子に様態だけを聞きました。

退院してきた日に、ヒマワリの花束と蜂蜜を持って行きました。ヒマワリは元気が出るような気がしたので。

その後、以前に道ばたに咲いている花を摘んで食卓に飾る彼女をみていたので、うちのベランダからセージとバラを摘んで持って行きました。小さなカップに活けて何日も枯れずに楽しんだと報告を受けました。こういうのを思いやりといえるかどうか、でも私にできる精いっぱいのことを考える、繰り返し。今は彼女を思いながら、プレゼントのバッグを作成しています。

彼女は抗がん剤を勧められても断ると言っていました。現実を受け入れて生きているので、命を永らえることやむやみに悲観して嘆き悲しむことはしない人だから、私も特別扱いをしないようにします。できるだけ日常の延長で接する、毎日祈り続けながら…。私が辛いから死なないでと自己中心を捨てきれず祈ります。

(千葉県千葉市CLインストラクター)

被災地に物を送ることの難しさ

C. S.

—2011年3月—東日本大震災の被災地に住む者として—



大船渡市日頃市町(ひころ)

『物より現金』

被災地の市役所宛に物を送ると、仕分け作業に追われ、被災地にとって第二の災害になるということは、耳に馴染んでいらっしやると思います。

津波から半年も経ってから、山側の町内会には、大量の割り箸が配給になったそうです。避難されていた方々が体育館から仮設住宅に移られて、不要になった割り箸なのかもしれません。

震災の翌年、仮設住宅の方々に、ミネラルウォーターが箱で配給になったそうです。ところが、賞味期限は1年前。

それでは、お金をとということになるのですが、『ふるさと納税』は職責の任事が増えるため、被災地の各市町村の義援金窓口を送るのがいいそうです。必ず被災した方に届けて下さるとの自治体職員の方の話です。

『必要な物は刻々変わる』

個人に援助物資を送るという場合は、被災後、連絡が取れるようになり「電池が欲しい」「ロウソクを送って」と被災者からお願いされたなら、すぐに送って下さい。被災地で不足する物は、刻々と変化するからです。

私の場合、友人から「不足している物があれば送るから」と言って貰えたのに甘え「ラジオと、ガムテープ」と言ってしまいました。

首都圏に住む友人ですから、ガムテープはすぐにも買えたそうです。ラジオは、秋葉原の量販店ならあるはずと、わざわざ出掛けて下さったそうですが『ラジオはありません』との貼り紙を見つけた時はガッカリしたそうです。

しばらく経ってから、ようやく入荷したからと、ポケットサイズのラジカセが届きました。ガムテープも2巻同梱されていましたが、ラジオの入荷を待つうちに、被災地の店頭にもガムテープが並ぶようになっていました。

友人の善意はととても有り難く受け取りましたが、この先、私が被災地に物を送るときは、入手できた分、すぐに発送しようと思いました。

『定形外郵便』

送る手段ですが、宅配が動いていなくても大丈夫です。宅郵便よりずっと早い時期に、郵便物の配達が開かれます。手紙を送れるようになりましたら、定形外郵便で、『60サイズ』位の小さな小包を送ることができます。定形外郵便は、とても助かりました。

『キャットフード』

人間の食料が不足しているときに「キャットフード」という単語は口にできない雰囲気でした。

四国に住むメル友さんが「私にキャットフードを送らせて」と繰り返し定形外郵便で送って下さいました。家族にペットがいらっしやる方は、どれほど有り難いことか。

癌になった友人との優しい時間

—再掲載(前号掲載—一部略)

看護師 吉岡 順子 megujun@ma.wainet.ne.jp

二十数年来の友人Hさんが、肝臓を50%切除する大手術を受けました。(略)

手術は大成功でした。

彼女の床頭台の上には、プレゼントしたCL絵本「心は今のままでいい」が今も置いてあります。癌の疑いから告知、手術を受けるまで、CLの教えが彼女の行動を支えました。お見舞いのたびにハグをして涙ぐみながら笑顔でお互いのぬくもりを感じました。癌になったことは、嬉しいことではありませんが、癌になったおかげで彼女とかけがえのない優しい時間を共有しています。だれも明日の命ことはコントロールできません。今生きている事実に向け、必要な行動をすることが、どれほど生きることに役に立つことなのかを実感します。(略)

先日、お見舞いに行くと少し元気がありません。

「入院生活が長くなり退屈で仕方ない」と言います。「何冊も本を持ってきたけど、読んでしまったし、パズルも飽きてきたし…」と言うのです。私は、翌日、本屋さんと手芸店に行き、「大人のぬり絵」と「ミサガの簡単キット」を買い求め、入院先の病院へ送りました。

「大人のぬり絵」は、左側に見本の絵が描いてあり、右側には、下絵だけが描いてあるので水彩色鉛筆で見本の通りに色を塗って、塗り終わって切り離せば絵葉書になるのです。一冊が30枚、二冊購入したので60枚。

「ミサガの簡単キット」は、いろいろの編み方ができるように、糸を組み合わせるキットが入っているので初心者向き。色の組み合わせも楽しめるように12色の糸も添えました。

最近彼女からは「ぬり絵の色のぼかし方に技を磨いています」「ミサガの三つ編みを覚えました」「完成したら送るので気を長くして待っていてください」というメールが届きます。どうやら退屈な時間は減っているようです。

入院生活が長引き、これからの抗がん剤の治療のことなど不安をいっぱい感じながら、ぬり絵やミサガ作りを頑張っている彼女のところに、今度の日曜日お見舞いに行行ってハグしてきます。

その後友人は退院して、現在は仕事に戻り精を出しています。

(宮崎県延岡市CLインストラクター)

遠間美保子 amhotm@gmail.com

温かかった手のひら

2002年8/25、前日もいつも通りに料理を作って過ごしていた母が脳溢血で急死しました。二日後の葬儀のとき、義弟が悲しみに泣いている私の背にそっと手のひらを当ててくれた温もりが今でも心に残っています。何よりの慰めになった記憶です。

交通事故で長期の入院に耐える友人

CLの生徒さんでもあり、半世紀近く書道の先生をしている友人が今年一月末交通事故にあいました。両膝、左上肢を骨折、気を失ったまま救急車で運ばれ、手術を受けました。事故と手術の記憶がないのが、不幸中の幸いでした(と言えるかどうか)。2月から約半年間は療養とリハビリで入院生活。7月に退院してから82歳の彼女は、週6日デイサービスに通いリハビリを受けました。

一ヶ月後の検診で再手術を受けることになり、事故直後の病院で再手術、リハビリで一ヶ月近く入院し、また、長期に入院した病院に移り、リハビリ療養入院です。

活動的でいろいろな帽子をかぶったお洒落な人です。80才になっても孫とジェットコースターを乗り回すレイノルズ先生とは反対の高いところが大好きで、70才のときにスカイダイビングを経験し、80才の目標は許されるならバンジージャンプと話していました。

事故後の手術後、早めのリハビリが始まったとき見舞いました。大怪我をした人とは見えないほど、痛みはなくいつも通りで、入院はお産のとき以来、生まれて初めてで、退屈が困るとのこと。見せてくれた傷跡は両足3か所もあって痛々しいのですが、医療の進歩を目の当たりにするほどきれいだし

た。その後2週間に一度面会を続けています。

すでに、入院生活8ヶ月近く、これからさらに1, 2ヶ月続くとのこと。活発な友人にはどれほど苦痛なことか。会えば、必ず早く退院したいと言います。気長にならざるを得ない友人の状況には、私も定期的に面会を続けようと思います。長期の療養は以前より彼女と話す機会が増えました。退屈しのぎは読書が一番とのことで私が持参する本は積み重ねて返しません。30年来の友人に手助けはもとより、よりそうことにもなりません、祈り、気に掛ける者がいるだけで長期の入院生活を続ける気晴らしになればと願います。(千葉県市川市インストラクター)

※ 参考資料

津波てんでんこ <https://ja.wikipedia.org/wiki/>

災害多発の日本では公案の僧の行動とは逆に、緊急の状況下でまず自分の命は自分で守る教訓があります。

2011年の東日本大震災で「釜石の奇跡」と呼ばれる事例では、「津波てんでんこ」を標語に防災訓練を受けていた岩手県釜石市内の小中学生らのうち、当日学校に登校していた生徒全員が生存し、話題となった。小中学生らは、地震の直後から教師の指示を待たずに避難を開始。「津波が来るぞ、逃げるぞ」と周囲に知らせながら、保育園児のベビーカーを押し、お年寄りの手を引いて高台に向かって走り続け、全員無事に避難することができた。

震災後の2011年12月に87歳で亡くなった大船渡市の津波研究家山下文男さんが命名した。てんでばらばらに逃げろという意味だ。

「一瞬の迷いが犠牲を生む」「自分だけ助かっても悪くない」。三陸地方を度々襲った津波の被災体験から導き出された、共倒れを防ぐ「哀(かな)しい教え」(山下さん)だった。

 [目次へ戻る](#)