

生の指標

—人間どう生きればよいのか—

高田 国夫

はじめに

我々人類は、医療の分野に於いて目覚ましい進歩を遂げて来た。その結果、手に入れたものとして、世界の長寿国である日本は、100歳を超える人口が80,000人¹⁾を突破しており、2050年には100万人に達するという国連の予測がある。また日本人の平均寿命が50歳を超えたのは1947年であり、現在は男女ともに80歳²⁾を超えており、さらに寿命は伸び続けている。ただしこれは、人間の体内にある寿命という老化時計を管理する生物学的遺伝子のテロメアが進化した訳ではなく、あくまでも我々の生活環境が整備された結果である。しかし少しでも長く生きること、永遠の命を手に入れるため、人類はこれから先も飽くなき追求をしていくことが考えられる。ジャンケレヴィッチは「医者が病人の生命をいわば限りなくのばす自由はまったく許されているのだ。もし一般に死というものが不可避だとしても、個々の死は、それぞれ、そのいまここにおいては、避けることもできたらう。延長に延長を重ね、継続して蘇生させてゆけば、寿命はしだいに延びて、ついには極致で不死に辿りつかないとだれが知ろう。病気を治し平均寿命を長め、運命の時を遅らせることによって、われわれの治療術が運命そのものを回避するに至らない、とはだれが知ろう。時を稼ぐことによって、われわれは、死ぬことを忘れて、いつのまにか永遠を獲得しないとだれが知ろう」³⁾と言う。しかし、「終わりのない生涯、終焉なき実存という観念には、なにか不条理なもの、多少怪物を思わせるものさえある。だが、その点では、われわれの無限主義を、不可解にも、乱暴に打ち消す死それ自体もこれに劣らず不条理だ」⁴⁾と指摘し、有限の存在に対する死の必然ということに対して疑問を呈し、必然というよりはむしろ超経験界の《宿命》であり、経験界の不幸な出来事ではないと断言している。

林はある日の学塾で「我々は死んだらどうなるのか？」とその日の参加者ひとりひとりに質問をした。筆者は物理的な肉体の消滅とは別に、そこに宿るであろう魂の存続を願いつつ、全くの無に帰するのか、そのまま存続するのかは分からないと答えた。林は「しかしそれにしても、我々の身体は死ぬ。どうあがいてみても、我々の身体は死ぬ。いつ、どこで死ぬかはわからないし、また自殺か他殺か心中か、それとも病死か事故死か戦死かはわからないけれども、とにかく我々の身体は死ぬ。では死ねば、我々の欲望もまた死ぬのか。それについては、よくわからない。(中略) かりに存続するとして、一個の個物的欲望として存続するのか、またどのような仕方存続するのか。極楽浄土なり天国におもむくのか。あるいは地下深く地獄行きなのか。あるいはそれとも新たに別の身体に入り込んで、この世に再生するのか。それともこの世に再生することはなく、来世を次々と遍歴して行くのか。あるいはそれとも、個物的欲望としては死滅し、大いなる宇宙的欲望(宇宙的生命としての宇宙的欲望)としての神(あるいは仏)に返って行くのか。その他、さまざまに思いをはせることはできるが、しかし本当のところはよくわからないのである」⁵⁾としながらも、一個の個物

的欲望として、どのような仕方で存続するかはわからないが、とにかく存続すると考える。しかし永遠に存続するわけではなく、その個物的欲望にもまた寿命があり、その寿命が尽きれば、大いなる宇宙的欲望としての神に返って行く。「しかもその宇宙的欲望としての神（あるいは仏）にはいかなる実体もなく、「有にして無、無にして有」の絶対の無（絶対の空）なのである」⁶⁾と説明する。およそいかなるものにも実体はない。神や仏などの究極の最高実在というものにも実体はない。すべては「有無相対」を超えた絶対の無（絶対の空）であり、しかもすべてはその絶対の無から生まれ、絶対の無にあり、絶対の無へと返って行くと考えている。

林は著書『人間、その光と闇』の中で、執着について以下のように指摘する。我々はずねに何ものかに執着している。しかもそのように何ものかに執着することは決して何ものかのためではなく、自己自身に執着することであり、自殺することすら自己執着である。ではこの執着とどう付き合えばよいのか。いかなる執着にも実態がないと見切ることである。どうすれば見切ることができるのか。瞑想や祈りと言ってもよいが、自己の奥底に向かって超越していくことである。つまり無の信仰に超え包まれる時はじめて、何ものかに執着しつつ、同時にその何ものかに執着することのない自立性を確保することになる。

林は西田幾多郎の哲学と坂口安吾の文学につよく魅かれる自身を、真っ当な人間かそれともブレの大きい人間かわからないけれど、どうしても魅かれてしまうと説明する。狂気には実体がないことを、西田は見切っていたが、安吾はそれを見切ることはなかった。林は真っ当過ぎるほど狂気に憧れた人間だったのではないか。

林はさらに無について以下のように言明する。我々はまことに矛盾した生きものであり、このどうしようもない自己矛盾の深淵から、自己矛盾においてある自己への強い執着が立ち現れてくる。いったいどうすればよいのか。自己矛盾や自己執着には実体がないと見切ることである。「無の安らぎ」あるいは「空の安らぎ」とでも言うべき深い心の安らぎに超え包まれるであろう。さまざまに思い悩みながらも、凡夫は凡夫なりに、人を信じ愛する、自分の仕事に専心することが真に自立することであり、我々がこの世に生まれてきたことの真の証しであると説明する。

林が大学まで電車で通うようになり、通勤の車内で他者のことについて書かれた次のような一文がある。「一般に新幹線のような特急列車は別にして、通勤電車のような普通の乗り合い電車は乗客が向かい合って座る座席が多い。満員電車だと、座るところではないけれども、とにかく四人がけの座席だけでなく、数人が通路をはさんで向かい合って座るようになっている場合が多い。そうして座り、リズミカルに揺られながら、若い学生、サラリーマン、職人らしき人、家庭の主婦、老若男女その他、実に千差万別の周りの乗客を見るときも見ていないと、ふと、ここにこうして何気なく座っている乗客一人一人にもそれぞれ、それなりの人生があるのだという思いにとらわれる」⁷⁾と、たまたま同じ電車に乗り合わせた人々に対しての思いを綴っている。そして地球全体だと何十億人が、それぞれの生活がありそれぞれの人生を生活している。「人間どう生きればよいのか」という問いも億人億色の応答があり、自身の生き方と重ね合わせながら、問わずにおれないのであると述べている。その億人億色のひとつである筆者自身の人生について、「人間どう生きればよいのか」を考えてみたい。

第一節 諦めについて

ある日あなたの寿命はあと数ヶ月であり、抗がん剤などの薬物治療を受けたとしても、せいぜい何ヶ月か命が伸びるだけだと知らされたらどうなるのだろうか。日本人の場合、三分の一が何らかの癌で死亡している。我々もまったく他人事ではない現実がある。しかし、あくまでも、自分自身や家族にそのことがふりかからないかぎり、やはりどこか他人事なのである。だから常に死を意識することなく毎日を生きられるのだろう。そこには何の確証や裏付けもないが、ただ、自分は大丈夫であるというオプティミスティックな考えが支配している。そして、ことが自分の身にふりかかり、初めて慌てふためき、現実のものとしての死を自覚するのである。そうかといってまったく知らぬと言うことでもなく、本当は分かっているのに気付かぬふりをしているのか。我々も病気であるか否かに関わらず、明日やもしれぬ命なのかもしれない。しかし、そんなことはやはり他人事なのだ。本当はこうして日々生きていることは、奇跡に近いことなのだろう。また死に対する恐怖から逃れるために、神や宗教等の信仰という形のなかにその先の世界を想像するのだろう。それは未知なるものへのおおいなる不安を隠す行為であったりする。それこそ神秘的なベールに包まれればなおさら、何かそこに根源的なものがあるかのごとく信じてしまうものなのだろう。

死が生きとし生けるものの当然の出来事であることは承知しているが、いざ自分が現実の死というものに向き合わなくてはならなくなった時、我々はどうやって自分の死を受け入れるのだろうか。この無常とも思える出来事に煩悶し、時にはこれら懊悩することに疲れ、自暴自棄となり思いもよらない行動を起こすことも考えられる。その反応については、各自の置かれている状況により様々であり、そこでは今まで生きてきたその人の人生そのものが問われることになる。このような出来事は、特にめずらしいことではなく、世界の各地で今この瞬間にも死の宣告を受けている人がいる。生あるものはいつか必ず死を迎えることになる。自ら自分の命を絶たない限り、どのような形で死を迎えるかは誰にもわからない。だから我々は死ぬことが分かっている、日常の連綿の中に生きていけるのかもしれない。そしてそれは今日明日ではなくいつかなのである。また事故や災害などにより、ある日突然に死が訪れることもある。この場合は自身のなかで煩悶する機会さえも与えられずに命が絶たれることになる。

事故や災害等により、家族や大事な人の命が突然奪われたり、回復不能な障害を負わされたりした場合、たとえそこに何らかの原因や因果関係が見出されたとしても、結局「なぜ私なのか」「なぜ私の家族なのか」という問いは果てしなく続いていくことになる。つまりこれらの出来事の原因や因果関係が、いくら詳細に判明したとしても「他の人でも有り得たのに」「なぜ私でなければならなかったのか」「なぜ私の家族でなければならなかったのか」というそのなぜに対する目的や理由が解明されない限り、この問いは繰り返えされるのである。そしてこの出来事が可能性の少ない偶然であればあるほど、「なぜ」はさらに強く意識されることになる。そして何らかの目的や理由が示されたとしても、素直に納得や受容が出来るものでもない。これは理論や理屈ではなくそういうものなのである。

突発的な事故や病気などにより人生の半ばで障害者となった脊髄損傷者の語りをもとに、その障害を負ってからの心理的変容を障害受容過程としてまとめた報告がある。小嶋によると、「障害によりショックを受けた状態から受容に至るまでの心の葛藤のプロセスが、図6に紹介されている。このプロセスは、必ずしも全ての患者が同じ順序をたどるということではなく、比較的現れやすい順

序を時系列に配置したものである。また直線的に次の状態像に移行するというわけでもなく、実際は行きつ戻りつしながら経過するものである」。⁸⁾

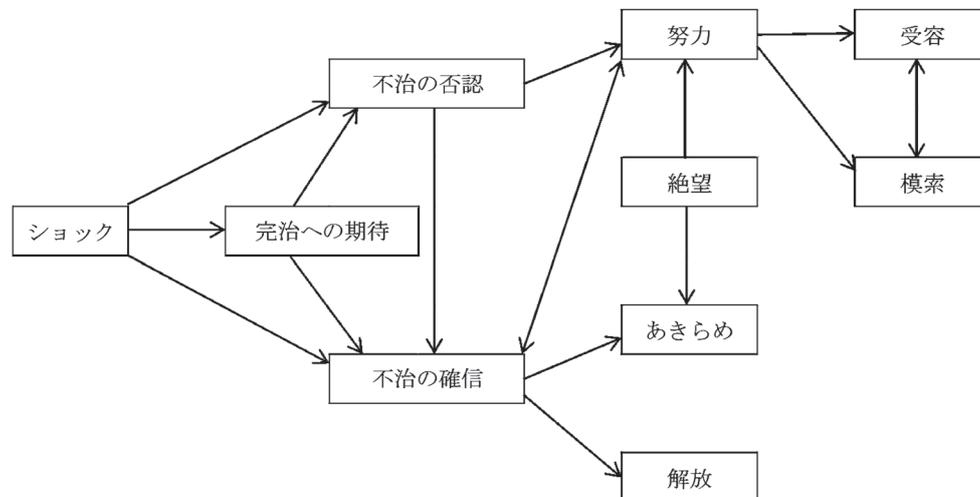


図6 脊髄損傷者の障害受容過程 (小嶋、2004)

まず最初に損傷直後の急性期に体験されるのが「ショック」の状態であり、身体的な治療が優先される時期である。心理的にはどちらかという鈍磨な状態である。次に身体状態が安定してくる段階で生じる「完治への期待」。その後、医師や家族から障害が残ることを知らされるも、納得出来ずリハビリ等で治ることを期待する「不治の否認」。そして障害が残ることを自覚する段階の「不治の確信」。さらに最も心理的混乱が強い時期の「絶望」。そして実際のリハビリの開始により「努力」の段階へ移行する。しかし有能感や活力の回復がなく慢性的な無力感や抑うつ感に支配され「あきらめ」の状態となる。また、社会的役割の再獲得などの葛藤を回避する「解放」の状態も見られる。それに対して、退院後の社会や他者との関わりの中で思考錯誤する「模索」の状態像がある。そして自己肯定感や安定感が得られる「受容」へ移行していくことになる。ここでは「受容」に至る前の「あきらめ」についての心理的変容について再考する。

この「あきらめ」の段階は、リハビリなどに一生懸命取り組んでも、これ以上の回復は認められず、結局障害を抱えたまま生きていかなくてはならないという現実を突きつけられ、人生の希望が見出せない状況を表している。地震などの災害や事故などにより、家族や友人など最愛の人を失った場合も、残された者の心理状態として、同じくこの「あきらめ」の状況が想定される。江戸時代の曹洞宗の僧侶良寛(1758-1831)が、71歳の時に友人の酒造家に送った書簡がある。その友人は1828年の「三条の大震」と呼ばれ、現在の新潟県の三条市を中心に震度7相当と推定される大地震により、吾が子を失い失意の状態にあった。そんな友人に宛て以下の短い手紙を送っている。

地しんは信に大変に候。野僧草庵ハ何事なく、親るい中、死人もなく、めで度存候。うちつけに
しなばしなずてながらへてかゝるうきめを見るがはびしさ。しかし災難に逢時節には、災難に逢が
よく候。死ぬ時節には、死ぬがよく候。是ハこれ災難をのがるゝ妙法にて候。かしこ⁹⁾

この手紙の中で良寛は「災難に逢時節には、災難に逢がよく候。死ぬ時節には、死ぬがよく候。是ハこれ災難をのがるゝ妙法にて候」と言っている。我が子を亡くし失意に暮れる友人に宛てた手紙

の内容としては、少し厳しすぎるのではないかとの意見もある。しかし親しい友であればこそ、一時の慰めの言葉ではなく、自然の出来事に抗うことなく、そのまま受け入れるしかないとし、災難に逢う時は災難に逢い、死ぬ時がきたら死ねばよく、そうすることが結局は災難から逃れる良い方法となると説いている。つまり災難に逢ったり死ぬような事態が起きたら、あわてふためくことなく「諦めよ」と言っているのではないだろうか。しかしこの「諦め」は、現在使われているネガティブな意味ではなく、仏教語の「明らめ」であり、災害などの不条理な出来事に対して、明らかに真実を見ろという意を含んでいる。我々はこのような地震などの災害や病気、事故などにより回復不能な状況に置かれた場合、良寛の言う「明らめ」の境地に達することができるだろうか。

九鬼は『「いき」の構造』の中で、意識現象としての「いき」の存在を会得するためには、まず「いき」の意味内容を形成する徴表を内包的〔intension; connotation〕概念の適用される範囲（外延）に属する諸事物が共通に有する徴表（性質）の全体とし、「いき」の徴表として「媚態」「意気地」「諦め」の三つを提示している。ここでの「諦め」とはどういうことなのか、「いき」の内包的構造の中から、その意味を説明すると、「諦め」とは「運命に対する知見に基いて執着を離脱した無関心である」¹⁰と九鬼は言う。この諦めは「いき」の三つの徴表の契機として説明しているため、男女の関係において未練がましくなく、野暮でなく、垢抜けしている様子を指している。つまり物事にとらわれないでいさぎよいという意味であろうと思われる。このことは、災害や事故などに逢った時にも同じことが言えるのではないだろうか。この「諦め」が「明らめ」であり、不条理な現実を不条理のまま受け入れることによってしか見えない真実を捉えることができる。そしてその体験が次の段階へ、未来に向かっての生きる力になるのではないだろうか。

第二節 無常について

人間は誰しも死を免れない事実として認識しているが、現実生命が脅かされる事態にならないと、この奇跡にも近い生を意識しないで日常を過ごしているのだろう。かく言う筆者自身も、この最大なる人生の疑惑に対し、毎日の些細な出来事が優先されてしまうことに、特に驚きもせず日々生活を送っているのである。しかし、ひとたび死が身近に感じられるような出来事が起こると、次の刹那「死」が、現実の最大関心事となり、待ち構えていた恐怖に襲われる。この出来事が自分自身の考えの及ばない超越的なものとして受け入れることも可能であるが、生物の無常としての消滅について、死を否定的に捉えるのではなく、生きる条件として肯定することができないだろうか。

極めて正常な出来事としての人の死を通して、ジャンケレヴィッチは「死んでいく人間が存在して久しいのに、どういう次第で、死すべき者は、この自然な、とはいってもつねに偶有的な出来事にまだ慣れていないのだろう」¹¹と指摘する。我々は人間の「生」が有限であることは分かっているつもりであるが、自分達の身近で起きた他者の死を通して、はじめて現身の「死」と遭遇するのである。生きている者、死すべき者が、存在していたこの世界から消失してしまうことを、その時になって現実のものとして捉えるのである。

我々は新聞やテレビ等を通して、毎日誰かの死を見聞きしている。しかしそれはあくまでも第三人称の死であり、つまり頭の中では死が不可避であると分かっているが、自分には直接関係のない

ところで起こっている出来事のように捉えている。ジャンケレヴィッチは「この自分だけはこの正当化しがたい暗黙裡の例外化が、自己の死の隠蔽に役を演ずる」¹²⁾と言う。しかし「死」は各人において生者の定めであるからこそ、「死とは何か」という問いを、その度ごとに我々に投げかけているのではないだろうか。そして第二人称の死、つまり近しい人の死を通して、ようやくこの次は私の番であると言う現実の死を自覚し、死すべき者としての人間の究極的な真理を確認するのである。

生の終焉は、残念なことに、生の目標ではなかった。まるでそんなところではない。むしろ逆が真実だ。生の終焉は、生の目的を否認する。存在の終焉である非存在は、存在の存在理由ではまったくなかった。《生きる理由》が生にその価値を与えるように存在にその価値を与えるこれらの存在理由を、非存在がわれわれから取り去ってしまうようにみえる。非存在が最後に生の非意味を確認、成就する。¹³⁾

筆者は生の終わりが生きる意味を見つける一つの手がかりになるのではないかと考えていたが、ジャンケレヴィッチは、存在の終焉は必ずしも存在理由をわれわれに与えてくれるものではなく、それどころか非存在が生非意味を確認することになると説明する。ジャンケレヴィッチは「生きているものは、生まれた瞬間から、死ぬことになっているということだ。始めから、体質組織、存在のリズムそのもの、一生の間の年齢の継続、身体的主要な生物学的変異は、人類に与えられた限られた持続に調律されている」¹⁴⁾と述べ、人間の有限性について、具体的な消滅としての身体的・生物学的な変異にまで言及している。

人生は成長であると同時に衰頹であり、誕生と同時に老化が始まっている。「老化はまったく特殊な感受性を発展させ、人は極度に過敏になり、ほんの少しの変化も危機の兆候、疑わしく、やっかいな、そして、無限の影響を及ぼしうる兆候とする。幼児の最初の乳歯が、これを見るすべての人々にとって、成人の広い未来を予告しているように、そのように、成人の最初の白髪はその成人自身に死で脅かされた未来を告げる」¹⁵⁾。一本の髪の色が変わるといふ、なんでもないちょっとした表面的な変化が、老化という意識の中に隠された意味と予感と苦悶の一つの世界を背負っている。このちょっとしたことでわれわれは老いを感じることもある。その一つに鏡の中の自分の顔がある。白髪一本でも発見した時に、死を感じるまでには至らないものの老いを実感する。ジャンケレヴィッチは「この一本の髪がわれわれの運命の予言あるいは前駆の兆候、人間の条件の要約、そしていわば象徴となる。感性で把えられたこの数字の深さは、そこまで掘り下げた時、死と呼ばれる」¹⁶⁾と言及する。

その他、人にもものを聞かれて言葉に詰まったり、名前が出てこなかったりする場面が多くなるなど、物忘れが増えることで脳の老化を感じることもある。例えば認知症の場合、今まで奇異な言動をしていた人が、急に真顔になる瞬間がある。その時は、何でこんなことをしているのか、何でここにいるのだろうかと考えている様に見える。認知症の人の素に戻る瞬間、ほんの一瞬のため、見過ごしてしまうことが多い。アルツハイマーや脳血管性の認知症など、機能的には判断が難しいかもしれないが、確かにそのように見える瞬間がある。その後「今何を考えていたの」といくら聞いても、もちろん期待するような反応はない。そんなことがもし可能なのであれば、その瞬間に死を考えることもありうるのだろうか。ジャンケレヴィッチの言うように、「意味と予感と苦悶の一つの

世界を背負っている」¹⁷⁾ そんな姿に見えてくる。

Aさん 80歳。90歳の夫との二人暮らし。長年夫婦で地域の老人クラブやサロンなどで、他の参加者の世話をする役員となり、積極的に活動を行ってきた。そのAさんが最近は特に物忘れが多くなり、近医の専門医を受診しアルツハイマー型認知症の診断を受けた。Aさん自身はもともと社交的な性格で、家でじっとしているよりは、外に出て他者との交流の場を楽しみに暮らしていた。そんなAさんと一緒にご主人も、囲碁や将棋やグランドゴルフなど自分の趣味を生かして、生きがいを持って生活していた。事情によりしばらく実家を訪れずにいた娘たちが、母親の物忘れの進行状況に驚き、慌てて相談にきた。特に必要はないのに不安にかられ何度も病院を受診したり、同じことを何度も繰り返したり、今まで出来ていた買い物や掃除や炊事などの家事が疎かになるなど、認知機能の低下による症状が顕著となる。本人自身も物忘れを自覚しており、家族共に悩んでの相談であった。

介護を必要とする高齢者やその家族の相談の形態としては、直接事務所に来る場合もあるが、まずは電話での相談が第一報となる。相談者の割合としては、対象者の息子や娘、配偶者などの家族からの相談が大半であり、次に病院や地域の役員などの医療や福祉の関係者からの相談となっている。その他にマンションの管理人や家主、友人や職場の同僚や経営者などから相談が持ち込まれることがある。その中でも親と一緒に暮らす同居の家族ではなく、親と離れて暮らす別居の息子や娘たちからの相談が多いことが特徴として上げられる。具体的には癌などの内臓疾患や転倒による骨折や認知症や高齢者のうつ病などの精神疾患などにより、今までのような独立した生活が送れなくなるなど、双方にとっての著しい生活スタイルの変化に戸惑う相談が多い。

それぞれの家族にとって、いつかは親の介護が現実の問題となり、その対応に迫られる状況になると分かっている、目の前にことが起こらなければ、一時的に介護の問題はエポケーし、目先の出来事に紛らわせてしまうのが現状である。とりあえずは今すぐに対応しなければならない状況にはないということで、その問題は棚上げしつつ、どこかで今の生活が、そのまま継続するとの希望的観測のもと、ややもするとそのまま変わらないと錯覚してしまい、事が起きて初めて慌ててしまう事態をまねいてしまうことになる。

「ゆく河の流れは絶えずして、しかももとの水にあらず。よどみに浮かぶうたかたは、かつ消えかつ結びて、久しくとゞまりたるためしなし。世中にある人と栖と、又かくのごとし。—中略— 朝に死に、夕に生るゝならひ、たゞ水の泡にぞ似たりける。不知、生れ死ぬる人、いつかたより来りて、いつかたへか去る」¹⁸⁾

人はいつまでも変わらずにいられるものではない。老いることもしかりであり、川の流れに人の世の無常を説いた鴨長明の人生論が心に響く。自分はなぜ生まれてきたのか。どんなふう生きて死んで行くのか。若い頃によく考えたことがある。しかし、いつもその答えが見つけれずに途中で考えることを諦めていた。その後も人生の転機が訪れる度に、この問いが頭のなかを擡げ、さらに何のために生きるのかという問いも加わり、ますます混乱の度合いを深めていくことになった。特に「何のために生まれてきたのか」という自己存在への問い、この自分自身のあり方や、死が不可避の事象であるという人間の有限性について、その限られた時制に対する不安と、それに伴うむなしさなどの虚無感に襲われることも度々であった。西田は「昔アングロサクソンの或る王が暗澹た

る冬の日には高僧と人生の話をして居た所へ、忽ち一羽の小鳥が一方の窓より飛び来りて一方の窓へ逃れ去った。高僧は之を見て人生も此の如きものだと云ったという話がある。生は何処より来たり死は何処へ去るのであるか、人は何の為に生き何の為に働き何の為に死するのであるか、これが最大最深なる人心の疑惑である」¹⁹⁾と人間の生死を問うている。

そして西田は人生が望み通りで満足している時でも、一度この疑惑にかかれば、心の中は愁雲に蔽われたようにもだえ苦しみ、人の心の平和を奪い去ると言う。自然を美しいと感じ、毎日仕事をして、家族と一緒に生活をし、ついには老いて死んでいく人生は、このような疑惑も不平もないはずであるが、人の心の奥底には、このように信じ、このように楽しんで死んでいくことを許さないものがある。人心の疑惑というのは「知識的要求に本づく哲学的問題ではなくて、我等が情意の上に於て天地人生に對する關係を定めんとする實地の要求より来るのである。(中略)これらは血と涙とを以て決すべき生命の問題である」²⁰⁾とし、この人生の問題は、我々の日常からかけ離れた役に立たない研究ではなく、極めて我々にとって痛切な研究であり、さらにこの研究をするには、学問や才能といったものは必要とせず、ただ純粹で正直な心をもってすればよいのであると言っている。

第三節 生きる意味について

自分のなすべきことを行っていると感じている時は、確かに生きる意味や張り合いを感じていることが多いと思われる。例えば医療や看護、介護の現場においては、それこそ人間の生と死を日常的に体験する場であり、人間の尊厳や生きる意味とは何かをつきつけられる場面に遭遇することがある。そういったある種緊張感のある環境においては、かえって生きることへの虚しさみたいなものはあまり感じないかも知れない。翻って自宅で家族を看取るということが限られた事象となった日本の社会においては、特に人の「死」そのものが概念化され現実感を欠いたものとなる恐れもある。家族やよほど親しい人の死であっても、最終的には病院での対面ということになり、死化粧を施されマネキンと化したその人と対面することになるのである。この儀式化された流れの中では、生きる意味を考える隙はないかもしれない。むしろそれをよしとしているところも伺える。そんな現実の世の中では、生きることへの虚しさが蔓延しても何ら不思議ではないのかもしれない。

人間的な次元の中では、人間は、生きる意味を探求する存在として立ち現れてくるはずだ。しかし、意味を探求することが取るに足らないことのように思えていること、そこにこそ私たちの時代の多くの不幸を説明してくれる何かがあるのではないだろうか。生きる意味を求めて叫んでいるクライアントを目前しながら、あたまからそのような声には一切耳を片傾けようとしないセラピストたち。そんな彼らに、今日の集団神経症を理解することが本当にできるのだろうか。²¹⁾

我々はどうせ死すべき定めにあるのだから、生きることに意味を求めても、それこそ何の意味があるのだろう。ゆえに一個の個体としての生命の終わりに虚しさを持ってしまわないだろうか。しかしここで考えなければならないのは、フランクルの言う自己超越性である。つまり、私という存在は自分だけのものではなく、他者に対して影響を与えているものであり、自分自身とは違う誰かに向かって存在するのだということ。このことを自覚し生きていく限りにおいて、人は本当

の意味での人間となり、自分となるのである。この自己超越性のなかに生きる意味を見いだすことが必要となる。

「人は常に生きる意味を探し求めている。いつも意味の探究に向かっているのである」²²⁾。 فرانクルは「意味への意思」を、人間の根本動機とみなし、「人間の高い目標や意欲、つまり意味への意思のようなものの存在に気づけば、それらと呼び集め、動かすこともできる。意味への意思は、単なる信仰の問題であるばかりか、一つの事実でもある」²³⁾とし、人生には無条件に意味があり、人生は、文字通り、その生の最後の瞬間まで意味で満たされていると説いている。

フランクルは「人生の意味を探求するということが人間的なことだけではなく、人生に意味など果たして存在するのかと疑うことも含めて、それは人間にしかできない業なのではないだろうか」²⁴⁾とも言っている。筆者の中で「生きがい」ということばに捕われていた時期があった。例えば介護の予防プランを作成するために、生きる目標を定め、その具体的な手段や方法として予防プランを作成する。そこに生きる意味など存在するのかとの問いは含まれていなかった。あくまでも生きる意味が先行し、その否定的な考察には至らなかった。そのような意味合いから言えば、表面的で皮相的なプランになっていたと考える。

フランクルは、意味への意思は「生き残る価値 survival value」を持った概念であり、アウシュビッツとダッハウでの三年間の体験の中で学んだ教訓であったとしている。この凄まじい強制収容所での体験から、人間を支える何かが存在したとすれば、それは「人生に満たされるべき意味がある。今は分からないかもしれないが、いつの日か満たされるべき意味が、人生にはあるのだ」²⁵⁾という未来に向かっての自覚である。しかし、このことを自覚しているにも関わらず、何万もの多くの人たちが死んでいったのは、その意味や目的は、生き残るためのただの必要条件に過ぎず、十分条件ではなかったと付け加えている。さらにフランクルは、アウシュビッツのような状況下においても、人間には意味を満たす力があり、人生は無条件で意味を持っているのだと肯定付ける。つまり、いろいろな条件や時と場所を選ばず、人生には生きる意味があり、人間には無用な者などなく、他者に必要とされる何かの意味が備わっているのだと、人間存在の意義を説明している。

高齢者との会話の中で、他者に依存しなければ生きていけないなら死んだ方がましとの発言が聞かれることがある。日々弱っていく自分自身の肉体に不安をもちながら、ただ長生きをしているだけで、特に何かをしているわけでもないと嘆く。精神的な生きる意味の喪失と物理的な肉体の衰えが同時進行している。このような心と身体のバランスが崩れ、長生きすることが苦痛となっている場合はどうなのだろうか。

フランクルは「人生の本質的なはかなさに思い至ることは、人生の意味を満たす可能性、つまり何かを創造し、何かを体験し、意味のある苦悩をすることにつながる。(中略)一度その可能性が実現してしまえば、それはもうはかないものではなくなる。それは過ぎ去ったもの、過去で「ある」のだ」²⁶⁾と語る。意味のある人生の体験は、過去の一部として現に存在し、永遠の記録として残るのである。つまり生から死を迎えることで、その人の人生が完結するのであり、意味ある人生を全うするならば、人生は決してはかないものではなく、過去として、生きた事実は永遠に存続し続けるのである。無為に長生きをすることに否定的な高齢者を含め、現在の超高齢化社会における、老後の生き方を探究する上で、このフランクルの考え方は一つの方向性を提示していると考ええる。生きがい作りのための生きがい探しではなく、人生を意味あるものとして、意味への意思をもって生活することで、自ずと見えてくる生き方ができれば、フランクルの過去を肯定する生き方の実践がで

きるのではないだろうか。

フランクルの言う人生からの問いは、我々が生活しているこの実存の世界の中に、生きる道筋がすでに引かれているのではないか。ただし、その道をどう歩んでいくのかはひとりひとりによって違うばかりでなく、その歩み方がここで問われているのである。我々を必要としている誰かが存在し、我々によって実現されることを待っている何かがあり、それを見つけて実践していくことが、人生から問われていることに対する答えなのである。我々はそれらの求められていることに対して、真摯に受け止め、それらに答えていくことで、「人生とは何か」という問いに、言葉ではなく、自らの人生を生きることによって答えを返していくのである。例えばフランクルの「人生のコペルニクス的転回」は、強制収容所内で人生に失望し自殺企図をはかった二人に対し予防的な措置として行なわれた。一人は、最愛の子供が外国で自分を待っていることに気付かされ、もう一人は、科学者としてある本の執筆途中であり、それを書き上げる仕事が待っていることに気付いた。「もはや人生から何ものも期待できない」としていた二人には、愛する人やかけがえのない仕事が待っており、人生からその答えを問われていることに気付いたのである。

このようにフランクルは、現在の動機理論の人間観に対して、「実際に人がしていることは、「反応」や「解放」というより、むしろ「応答 (responding)」なのではないか。つまり、人は、人生がその人に問いかけてくる問いに応答しようとし、それに応答することによって、人生が差し出してくれる意味を満たしているのではないだろうか」(前掲書、33-34頁)と言っている。このことに対しては、事実ではなく信仰であるとの議論や人間をあまりにも過大評価しているとの批判的な意見もあるが、人間の潜在力の「最善の形」が実際に存在し、それを現実のものにできるということを、私たちは信じなければならないとフランクルは説明している。

この応答するということに関しては、ブーバーも「一切のものを感覚、知覚で感受しようとして遠くの方にまでわたしは自己を開放した。(中略)すると、遠くからではなく、わたしの身近かなまわりの大気から、声とはならない応答がやってくるようになった。本来この応答はやって来たのではなく、そこに存在していたのだ」²⁷⁾と<我一汝>関係において示している。まさにこのような身近なところから呼びかけてくるものの存在が、フランクルの言う人生から問われているということに繋がるのであろうか。そこには当然宗教的な意味合いを感じ取ることは否めないが、生きる意味についてや生きることに對する考え方の一助として捉えることができる。

第四節 生きがいについて

神谷は「人間がいきいきと生きていくために、生きがいほど必要なものはない。それゆえに人間から生きがいをうばうほど残酷なことはなく、人間に生きがいをあたえるほど大きな愛はない。何が生きがいになりうるかの問いにはできあいの答えはひとつもない」²⁸⁾と言っている。例えば生きる意味を失ったとして自らの命を絶つ人達がいる。自殺対策に取り組む僧侶の会では「自死の問い・お坊さんとの往復書簡」と題し、手紙を通して自殺希求のある相談者の気持ちに寄り添う活動を行っている。私は生きていても何の役にもたっていないのではないか、こんな人生に生きる意味があるのだろうか、もう生きることに疲れたと、職場での人間関係、企業の倒産、家庭不和、金銭問題など、たとえきっかけは一つでも、さまざまな要因の連鎖により自殺に至る道筋がある。そのどれも

が、最終的には生きる意味の喪失に繋がっている。何度かの手紙のやり取りの中で「死にたい」との相談者の声に「死んで欲しくありません」との素直な気持ちを伝え、救われたケースが紹介されていた。このたった一言が、相談者の存在価値や生きることの意味を見出すヒントになったものと思われる。

神谷は「生きがいをうしなしたひとに対して新しい生存目標をもたらせてくれるものは、何にせよ、だれにせよ、天来の使者のようなものである。君は決して無用者ではないのだ。君にはどうしても生きていてもらわなければ困る。君でなくてはできないことがあるのだ。ほら、ここに君の手を、君の存在を、待っているものがある」²⁹⁾と、こういう呼びかけをしてもらえる何らかの出会いがあれば、自分にもまだ生きている意味があるのだと自覚し精神的な死から生へとよみがえらせてくれると言っている。人生における様々な障害にぶつかったとき、それを乗り越えられる人もいれば、そこで挫折し、どうせ生きていても何の意味もないと生きる意味を喪失しニヒリズムに陥る人たちがいる。そうした人たちにとって、宗教による人生の新たな意味体系が示されたとき、そこに救いを求めることがあっても何ら不思議ではない。もともと宗教とは「経験的・合理的に理解し制御することができないような現象や存在に対し積極的な意味と価値を与えようとする信念・行動・制度の体系」³⁰⁾であると定義されている。そういう意味で神谷は、呼びかけの天来の使者なるものをここで取り上げているのだろう。

神谷は「長い一生の間には、ふと立ちどまって自分の生きがいは何であろうか、と考えてみたり、自分の存在意義について思い悩んだりすることが出てくる。この時期は明らかに認識上の問題となる」³¹⁾と述べ、次の四つの問いを上げている。

- 一、自分の生存は何かのため、またはだれかのために必要であるか。
- 二、自分固有の生きていく目標は何か。あるとすれば、それに忠実に生きているか。
- 三、以上あるいはその他から判断して自分は生きている資格があるか。
- 四、一般に人生というものは生きるのに値するものであるか。

理論上は第四の問いの生きる価値がクリアできなければ他の問いも成り立たないと前置きをしながら、現実の生活では他の問いのどれかが肯定できれば比較的楽に生きていける。そして、老年期の悲哀の大きな部分は、第一の問いに充分確信をもって答えられなくなることにあると述べている。たしかに、早くお迎えに来てほしいと話す高齢者の言葉の裏には、誰にも相手にされない、頼りにされないといった存在意義の否定があり、そこから先の人生を生きることの、そこはかとない寂しい感情が読み取れる。

以前担当していたNさん91歳男性の訃報が入った。その時Nさんは郊外の老人保健施設に入所していた。施設の相談員からの報告によると、5階の部屋のベランダにいつもNさんが使用している歩行器が置いて在り、そこから庭に飛び降りた様子であった。発見された時はまだ息もあったが、意識はなく病院に搬送されそのまま息を引き取ったとのことだった。Nさんは長い間小学校の教諭をしていた。特に校長になってからも熱血教師として、子どもたちやその家族、そして同僚の若い先生たちからも絶大の信頼を得ていた。Nさんは日常生活も几帳面で根っからの教師というタイプであった。そのNさんが介護保険のサービスを利用するようになったのは、脳梗塞で倒れた奥さんの介護がきっかけだった。自宅で奥さんを看取り、その後Nさん自身も足腰が弱り、ヘルパーの家事支援を受けるようになった。Nさんはひとりで暮らしていた。Nさんの寝室には畳半畳もある仏壇があり、そこに奥さんの遺影とともに位牌が祀られていた。Nさんは毎日その仏壇に向かい奥さ

んと話をしていた。私は日々の状況確認のため定期的にNさんの自宅を訪問しそれらの近況報告を受けていた。Nさんはとても几帳面で毎日その日の出来事を日記に記帳していた。またカレンダーには、人との約束事など記入し、私が訪問するたびに今後の予定を教えてくれた。毎年教え子たちが集まり、Nさんを囲んで同窓会を開催していた。「教え子と言うてもみんな還暦を過ぎているし、病気の子もいてな。あまり無理をさせられないと思っている」と、60を過ぎてもNさんにとってはいつまでも子であった。今年はどこそこのレストランで会を行うことになっており、家まで車で迎えに来てもらうことになっていると楽しそうに話しを始めた。Nさんの近所にも教え子のひとりが住んでおり、緊急の時にはすぐ来てくれることになっていた。Nさんには二人の子どもがあったが、長女は海外に住んでおり、長男も何百キロも離れた他府県に住んでいた。それぞれがお盆の時期や正月などに帰省したり、本人も長女の住む海外へ渡航することもあった。ひとり暮らしのさみしさなど感じさせない活動的な生活を送っていた。

ある日、ヘルパーが自宅を訪問すると、いつもは事前に開錠している玄関が閉まっており、インターホンにも応答がなかった。知らせを受けて自宅を訪問し、玄関に取り付けたキーボックスから合鍵を使い部屋の中へ入り、奥の寝室のベッドで横になっているNさんを発見する。声かけに応答がないため近付いてみると、左手をベッドから下に垂らした状態で、シーツには赤いしみがにじんでいた。枕元には調理用の包丁が置いてあった。弱いながらも呼吸はあるものの呼名反応がないため、すぐに緊急通報を行い救急隊により病院へ搬送された。その時は幸いにも命には別状がなかったが、はじめてNさんの激しい孤独感を知るようになった。

しばらく病院に入院し経過をみるようになった。退院後は当然娘や息子が引き取るものと想定をしていたが、家族にはその気はなく、次の施設を探してほしいとの相談が寄せられた。治療がすんだら本人はすぐにでも自宅に帰りたいとの希望を示していたが、ひとり暮らしは難しく、自宅へ帰ることなく老人保健施設へ入所となった。病院から施設に移る際も排泄に介助が必要な状態であり、ひとりでできないことに対する失望と時には苛立つ様子が見られた。Nさんは教師とはこうあるべきものであるというひとつの姿勢を崩すことなく、自身にその教師としてのペルソナをかぶせて生きてきたのではないだろうか。家庭内においても同様であり、娘や息子にとって、そんな教育者としての父親が、自分たちの庇護のもとに入ることは考えられず、心の奥にある激しい孤独感までは理解できなかったのではないだろうか。後日息子からの連絡も詳しい死亡の経緯はなく、ただ簡潔に亡くなったことの報告で終わった。何事に対しても用意周到に準備を重ねてきたNさんにとって、今までの教育者としての生き方を、これから先は維持することが出来ないことを悟り、自身の生きる意味を喪失し、現実の世界での生きることを諦め、奥さんが待つ世界へと挑んでいったのかもしれない。

生きがいをうばい去るものとして、ひとつには近しい人の死がある。その受けるダメージは深く、大きな生きがいの喪失となることが考えられる。そういった場合、一般的には時間が解決するということが言われる。しかし時間による忘却は、完全にそのこと自体を忘れてしまうことではない。事実に対する根本的な解決にはならない。ただそのショックを和らげてくれる一つの形でしかない。そうだとしたら、人はどうやって新しく生きがいを見つけていくのだろうか。このような実存的空虚の中に埋没している人にとって、自分は誰かのために、そして何かのために、必要とされる存在であるという確信が持てることが必要であり、存在することそのものが生きる意味をもっているということを伝えなければならないと考える。

おわりに

空気の澄んだ冬の夜空を眺めて見ると、数多くの星を確認することができる。そのひとつひとつの星は何億光年という気の遠くなるような距離から放たれた光のエネルギーである。超新星爆発も含めて宇宙から届くこれらのエネルギーは、ニュートリノと呼ばれる素粒子によって成立している。それらが降り注ぐエネルギーに満ちたこの地球で生活する我々人間も、原子核や電子を包摂する原子の集合体である。これら我々の身体も含めてあらゆる物体は原子でできている。さらに現代物理学では、自然界に存在する物体の根源的なものとして、磁場や電場といった空間としての「場」を想定し、我々人間の身体や物体を作っているのは、この空間としての「場」ではないかと言っている。このように物理学として、物体の存在を解明する理論化がなされようとしている。しかしそこには、なぜ我々が生まれてきたのか、そして死んでいくのか。その物体としての存在の意味を問うことはしていない。物理学では解明できないこれらの問いかけに対し、我々は懊悩を繰り返してきた。

林は「我々一人一人はほんのちっぽけな宇宙の微粒子にすぎないのではないか。なかには聖人君子、英雄豪傑、天才的な詩人や作家や芸術家と持ち上げられ、歴史にその名をとどめている者もあるけれども、それも所詮は我々人間の仲間内だけの話であって、そもそも人類そのものが宇宙の微粒子にすぎないのではないか。しかしそれでも我々は生きる意味を求め、求めずにはおれない。我々人間はそうした悲しいまでに切ない生きものなのである」³²⁾と、生物としての人間の生き方を追求する。その一人の人間として、生の指標を求めて、人間どう生きればよいのかを考えてきた。

ジャンケレヴィッチは「有限生という谷間での何十年かの見習いはどういう意味があるだろう。此岸という牧場での始めも終わりもないこの滞在はなんの意味があるのだろう」³³⁾と言う。人間はなぜ永遠に非存在のままではなく、ある日存在したものが、またある日存在することをやめなければならないのか、この不条理なことの成り行きや、これらの目的とするものは何なのかと疑問を投げかける。そして、生の中での意味が、「生きたという事実の無償な性格そのものが、急激な転換によって超自然的なことづくつて変わったのだ」³⁴⁾と彼は言う。生きる意味をその存在の事実性に求め、非存在になることの不条理さはあるものの、人間がこの世に存在したと言う純粹なるその事実が、超自然的な意味をなしている。また同時に、人生に意味や価値を求めることが、最初から備わっている我々人間の欲求であるとも述べている。

またフランクは、人間は意味というものを絶えず探し求める存在であり、「人は敢えて苦しむことも覚悟のうえで、意味へ向かおうとするものなのである」³⁵⁾と言っている。自己の内面にあるこの強い使命感によって支えられた意味行動は、生きることへの力強いダイナミクスとして、我々を根底からつき動かす源になっている。

そして神谷は「ひとたび生きがいをうしなした人が、新しい生きがいを精神の世界にみいだす場合、心の世界のくみかえが多少とも必然的に起こる」³⁶⁾と言う。このくみかえは、本人も気付かず起こる場合もあれば、突然、急激に起こる場合もある。特に急激に起こる場合は、他者から見た場合ある種の神秘体験として捉えられる場合がある。神谷はこのことを「変革体験」と呼んでいる。自己の生が何か大いなるものによって生かされているという感覚であり、生きる上での生き方そのものを変えていくことにもなる。そしてそこには多かれ少なかれ責任感や使命感が備わっているのであるが、ここでの責任感や使命感は、外から強いられたものではなく、自己の内面から自然に発

生してきたものである。

林は「いったい自分はどこから生まれ、どこへ消えていくのか、このどうしようもなく矛盾だらけの人生をどう生きていけばよいのか」という問に対して、西田哲学の究極の課題である宗教論を読みときつつその手がかりを求める。「生と死の相克、神的なるものと悪魔的なるものとの相克等々、実践理性としての道徳的自己ではどうすることもできない人生の悲哀においてある自己矛盾的存在としての自己を深く見つめることにより、はじめて宗教的自己は出てくるのである」³⁷⁾と、このように宗教的自己が個人的自己の根底にあることを西田に倣い説明する。そして我々が自己の自己矛盾的存在たることを自覚した時、我々の自己の存在そのものが問題となるのであり、最も根源的な自己矛盾として「死」がある。我々是我々の自己がかけがえのない唯一無二の個であることを知る。すなわちそれが真に自己の死を知ることであり死を自覚することにほかならない。我々是我々の自己を対象的に見ることができるが、しかしそれは単なる主客対立的対象化ではなく、いったん対象化自体を徹底的に放棄した矛盾的自己同一的对象化でなければならないと林は言う。

さらに林は「人は必ずしも充実した人生を送れるわけではない。送れないのが普通である。心から愛せる人が欲しい。全力で打ち込める仕事が欲しい。しかしそれが見つからない。人はそうして生きている。老いも若きも、男も女も。そして見つからなくて、空しくなって自殺する人もいる。人は自殺するときは自殺する。誰が止めても無駄である。ただ言えることは、人は人を愛しているかぎり、自殺することはない。たとえいろいろ悩みはあっても、である」³⁸⁾と、他となって感じ考え為すということの「自他合一愛」に生きること、そこにこそ生きてあることの真のあかしがあると説明する。筆者自身がどう生きるかは、それこそ億人億色の生き方があるが、林の言う「自他合一愛」に生きることもそのひとつであり、自身を見失うことなくこれからの人生を生きていきたいと考える。

注

- 1) 厚生労働省 令和2年9月15日発表 百歳以上の高齢者の数は、老人福祉法が制定された昭和38年には全国で153人でしたが、昭和56年に千人を超え、平成10年に1万人を超えました。平成24年に5万人を超え、今年(令和2年)は80,450人(前年比+9,176人)です。また、百歳以上の高齢者のうち女性は70,975人(全体の約88%)です。
- 2) 厚生労働省 平成30年簡易生命表によると、男の平均寿命は81.25年、女の平均寿命は87.32年となり前年と比較して男は0.16年、女は0.05年上回っている。平均寿命の男女差は、6.06年で前年より0.11年減少している。また、主な年齢の平均余命をみると、男女とも全年齢で前年を上回っている。
- 3) 『死』、ヴラジミール・ジャンケレヴィッチ、仲沢紀雄訳、みすず書房、1988年、173-174頁
- 4) 前掲書、177頁
- 5) 『人間、その光と闇』、林信弘、晃洋書房、2016年、16-17頁
- 6) 前掲書、17頁
- 7) 前掲書、185-186頁
- 8) 「脊髄損傷者の障害受容過程—受傷時の発達段階との関連から」、小嶋由香、心理臨床研究、22、2004年、289-298頁
- 9) 『良寛全集下巻』、東郷豊治編著、東京創元社、1959年、368頁
- 10) 『九鬼周造全集第一巻』、九鬼周造、岩波書店、2011年、19頁
- 11) 『死』、ヴラジミール・ジャンケレヴィッチ、仲沢紀雄訳、みすず書房、1988年、4頁
- 12) 前掲書、6頁
- 13) 前掲書、75頁
- 14) 前掲書、98頁

- 15) 前掲書、232 頁
- 16) 前掲書、232 頁
- 17) 前掲書、232 頁
- 18) 『新訂方丈記』、鴨長明、市古貞次校注、岩波書店、1989 年、9-10 頁
- 19) 『西田幾多郎全集第十三巻』、西田幾多郎、岩波書店、1979 年、86-87 頁
- 20) 前掲書、88 頁
- 21) 『〈生きる意味〉を求めて』、ヴィクトール・E・フランクル、諸富祥彦監訳 上嶋洋一・松岡世利子訳、春秋社、2003 年、11-12 頁
- 22) 前掲書、33 頁
- 23) 前掲書、37 頁
- 24) 前掲書、142 頁
- 25) 前掲書、191 頁
- 26) 前掲書、170 頁
- 27) 『我と汝・対話』、マルティン・ブーバー、植田重雄訳、岩波書店、1979 年、173 頁
- 28) 『生きがいについて』、神谷美恵子、みすず書房、1994 年、11 頁
- 29) 前掲書、176 頁
- 30) 「大辞林」、三省堂
- 31) 『生きがいについて』、神谷美恵子、みすず書房、1994 年、33 頁
- 32) 『人間、その光と闇』、林信弘、晃洋書房、2016 年、iii - iv 頁
- 33) 『死』、ヴラジミール・ジャンケレヴィッチ、仲沢紀雄訳、みすず書房、1988 年、505 頁
- 34) 前掲書、506 頁
- 35) 『〈生きる意味〉を求めて』、ヴィクトール・E・フランクル諸富祥彦監訳 上嶋洋一・松岡世利子訳、春秋社、2003 年、15 頁
- 36) 『生きがいについて』、神谷美恵子みすず書房、1994 年、234 頁
- 37) 『人間、その光と闇』、林信弘、晃洋書房、2016 年、137 頁
- 38) 前掲書、194 頁

(京都市社会福祉協議会介護支援専門員)