

第四回 がん哲学塾

ニュースレター

発行日：平成 29 年 2 月 3 日

神戸薬科大学 薬学臨床教育センター

E-mail:juku_0307@yahoo.co.jp

平成 29 年 1 月 21 日、樋野興夫先生の著書の中の一節
「八方塞がりでも天は開いている」を用いて、読書会という形で、
第四回がん哲学塾を開きました♪



「第四回がん哲学塾を開いて」

神戸薬科大学 臨床薬学教育センター

5 年生 朴聡美

2017 年 1 月 21 日土曜日、先週の大雪を伴った冷え込みからは少し寒さも和らぎ、空の青さが眩しいくらいのこの日に、私たちは、第 4 回がん哲学塾を開きました。

塾頭の沼田先生、副塾頭の横山先生、そして今回から参加の後輩 3 人を含めた、私たちゼミ生 5 人の計 7 人での開催となりました。今回は、学生がゼミ生だけということ、そして、次回からは後輩たちが哲学塾の開催を引き継いでいってくれるということもあり、前回に引き続いて、読書会という形をとりました。哲学塾を開くことになった経緯やどんなことをしてきたのか、開くにあたってどのような準備があるのかなどのお話も織り交ぜながら、約 2 時間、ゆっくりとお互いの話を聞き、いろんなことを感じ、そして言葉で伝え合いました。

図書も、樋野興夫先生の御著書である「いい覚悟で生きる」を引き続き用いました。いつも迷うのが、一節の選びよう。樋野先生の言葉は、どれもが、多くの人と共有したくなるものばかりで、迷ってしまいます。普段は、ゼミ生の中で、各々が最近感じたこと、経験したことを少し話し合い、それに沿った一節があると、採用されることが多いのですが、今回は、後輩が初めての参加ということもあり、初めての中でも、言葉を自分の中から発信しやすいテーマなのではないかと、第 1 章「ゆだねる」のなかの一節、「八方塞がりでも天は開いている」を選びました。

対話を重ねるにつれ、私に一つの疑問が投げかけられました。

—なんで、辛い経験や辛い日々の中でも、毎日、笑顔でいれるのですか？

限られた時間の中で、考え、返答するには、私にとっては難しい質問でした。失礼ながらも支離滅裂な返答しかできず、少しもどかしい思いが残ったため、改めて考える機会をもらったのだと、今、その質問と向き合っています。

私の今の笑顔は、作り笑いからでした。

考えてみると、思春期を迎えた辺りから、何をすることも他人の目を気にしがちで、自分の思考と行動のギャップにも悶々としていた私は、家の外で思いっきり笑うことが少なかったように思います。

そんな中、私が唯一、一緒になって心から笑うことができていた母を亡くしました。

小さい頃から私立に通わせてもらっていた私にとっては大きな決断であった退学、母が築いてきた実績がある職場への就職、家族を養う責任と干渉、親戚との考え方の違い、自分の手術後の体調変化、あらゆる出来事への圧倒的な知識不足、そして、母を見送らなければならない現実など、母が病気になってから向き合わなくてはならない問題は山積みでした。しかし、そんな私には、折に触れて手を差し伸べてくれた暖かい他人がいました。その人たちは、常に私の人間性を褒めてくれます。私が手を差し伸べてもらっているのに、私のほうこそ、支えてもらっているのに、私の頑張りを評価して、讃えてくれました。

感謝。そのとき私は、目の前のどれだけ些細で当たり前なことに対しても、感謝の気持ちを向けることの大切さを学びました。しかし、その時、感謝しているのに、その人たちに向けて、心から笑えなかった自分があります。当時、心の余裕がなかったのももちろんありますが、何か根本的に大事なものが欠けている気がしました。一心から笑うって何だろう？楽しいって何だろう？嬉しいって何だろう？

時間はかかりましたが、出た答えは、単純でした。感情の鈍麻。自分から湧き出る感情に素直になれなかったり、押し殺したりする時間があまりにも長かったのだということに気がつきました。

あらゆる感情に目をつぶって、無表情や作り笑いでやり過ごすことで、やっと立っていた私。泣くことさえも、悲しいって何かもわからなくなっていた私。

母がない今、私はこのままでいいのか？幸せとは何なのか？生きるとは何なのか？

そんなことを考えるようになってから、まず、泣ける機会がやってきました。母が亡くなって、2年以上経っていました。今まで触れることさえできなかった母の病気に関わる書物に触れることができたことも私にとっては第1歩でしたが、それ以上に、それを読んで泣けたことで、初めて、母の死と向き合えたような気がしました。

そして、次に、新たに、私と関わろうとしてくれる大切な人たちに出会うことができました。その時、私は、自分がその人たちと出会えた意味、そして、私が彼らにできることは何かあるのだろうか？と考えました。そして、自分が培ってきたことが役に立つのならば、彼らに何かあった時、相談してみようと思われる自分でいたいと感じ、相談しやすい環境を整えるためにも、常に笑顔でいることを決めました。

作り笑いは、今までの経験上、お手の物のはずでした。しかし、「常に」となると、感情のコントロールや、客観的に物事を把握するスキルなど、人として基本的だけれどなかなか身につけ難いことが必要とされることに気づきました。ですが、それにも増して私が気づけたこと。それは、笑顔でいると、前向きな思考や優しい思いになっていく自分がいるということ。そして、自然と心から笑えるようになっている自分がいるということです。

感情と表情は繋がっているのだと、こころとからだは繋がっているのだと実感しました。

今でも私は、母の死と折り合いをつけられていないことが多くあります。自分のことより、やはり愛情の対象であった母への思いで感情が揺れ動くことが多々あります。そのときは、素直に感情に任せて泣くこともあります。ですが、毎日を過ごすには、無表情より笑っているほうがずっといい。

笑顔は、自分も周りも幸せにする力があるのだから。

第四回 がん哲学塾を終えて

神戸薬科大学 薬学臨床教育センター

5年生 高橋佳孝

第四回のがん哲学塾は二回目と三回目と同様に、読書会形式での開催となった。樋野興夫先生の著書である『いい覚悟で生きる』から「八方塞がりでも天は開いている」という節を選択し、参加者で朗読し、各々の感じ方を共有した。

今回の節の中の男性は順調に進んでいた人生に突如がんと宣告され、絶望し、周りが何も見えなくなってしまったが、樋野先生の一言で、違う角度からがんというものを見ることが出来、向き合うことが出来たという方であった。

参加者の質問に「自身が、がんと宣告されて何故前を向いていけるのか？」といった質問があった。がんを患った方に対して「自身が予期せぬがん宣告を受けた際に、前を向いていくことはどのような心境なのだろうか」と、思ったことはこれまでも何度かあったが、答えを聞いたことはなかった。その答えは「自分が患ったことには何か意味がある」というものであった。自身の経験の中で、3年前に祖母ががんを患い、必死になってサポートしている父親を自分は見てきた。その3年の中で、様々なことを考え、人間性が変化してきたように思える。今では3年前のがんを患った祖母がいたからこそ、このようながん哲学塾に携わることが出来、自分の進まなければいけない道が見えてきた。自分は当事者でなくともこの様に思い、行動できるようになったのも全て祖母が与えてくれた“意味“なのかもしれない。

「出来事は全てオセロの様である。」と沼田先生が仰った。たとえ、がんではなくとも何か起きた一つの事柄を黒のオセロだとすると、関わっていく人々によって、その黒のオセロを白に変えることだってできる。人は一人ではなく人と関わりを持っているからこそ、状況を違う視点から考えることが出来、時には喜びを分かち合うことも出来る。一人では周りが見えなくとも、意味を見つけられなくても、その時の必然的な出会いで、事柄の“意味”を見いだせるのではないだろうか。

本日のがん哲学塾から新たに4回生の3人がメンバーに参加していただき、人数が増えたことで、それぞれの想いを共有し、今までよりも違う角度から考えることが出来た。少人数ながら、普段は話せないことを話し合えるこの場を、より大切にしていきたい。



顧問：樋野興夫

塾頭：沼田千賀子

副塾頭：横山郁子

塾生：浅田聖士、高橋佳孝、武七海、
朴聡美、青柿和樹、大林裕典、
川口真奈

第四回がん哲学塾感想文「笑顔の裏の葛藤」

神戸薬科大学 薬学臨床教育センター

4年生 青柿和樹

「だから、僕の尊敬するあの方々は笑顔なんだ。」そんな一見すぐ分かるようなことだが、ずっと僕の心の中に住みついていた、ひとつのもやもやが解消されていくのに気付いた。

僕は、これまで特殊な家庭環境で育ったことで悩むことが多かった。「なぜ自分だけこんなに苦しむことが多いのだろう。周りの子の当たり前が僕の家では当たり前ではない。」自分が前へ進むためには乗り越えないといけない課題だとは分かっているけど、簡単には乗り越えられない課題だった。そんな時、ガン哲学塾、メディカルカフェでの経験がヒントを与えてくれた。

きっかけは何気ない哲学塾での意見交換だった。たまたま癌が話題に挙がったので、以前から尊敬していた方々に思い切ってぶつけてみた。その方々は過去に大きな病気を経験されており、その方々に対しての僕の印象は“目には見えない恐怖と戦っている勇者”だった。しかし、その方々の顔を見るといつも表情が明るい。不思議だった。同時に、「自分も何かこの方々から吸収したい。」そう考えていたので、本当にいいタイミングだった。

解答はシンプルなのにも関わらず、胸に響いた。「たしかに、他の人と比べると、病気を経験しているから一見マイナスに見える。でも、病気を経験したから気付くことも多くあったし、こんな自分だからできることもあるんじゃないのかなと思う。笑顔も前向きに生きるために意識していること。」その方々の口からでた言葉だからこそ、とても胸を打った。メディカルカフェでも、小西先生が似たようなことを仰っていた。「辛い中でも、諦めずにろうそくの火を探すんだ。なるようにならないことが多いのが実情だ。しかし、矛盾しているようだが、それをなんとかかしていくのが人生だ。他人と比較する必要なんてない。」と。

「そうか。僕の目には勇者のように偉大で、到底真似できないような存在に写っていた方々も、毎日色んな葛藤と戦いながら、もがいているんだ。“自分にしかできない何か”に気付くためには、自分にしか分からない苦しみとともに生きて、それでも、その苦しみさえも、何か気付きを与えてくれる師のように利用しているんだ。なぜ自分だけ？それも当然なのかもしれない。自分にしかできないことを見つけるために、他の人には理解できないだろう苦しみを経験しているのかもしれない。すると、その苦しみにも何か意味があるのかもしれない。」今日1日を終え、僕はこんな風に思っていた。確かに、こうやって気付いたとしても、簡単にはいかないことがあるのも事実だ。苦しみを覚える場面に遭遇したとき、自分を悲劇のヒロインのように考え、「もういいや。」と諦めれば、現実から目を背けられる。しかし、それだと“生きてはいる”けど“生き生きとして”いない。苦しみがあるから、人は“それにさえも何か意味がある”と考えて背負い、自分に言い聞かせて生きている。だからこそ、ただの一時の気付きとして終えないよう、苦しい場面でも、自然と対応できるよう、自分の頭の中で、今日の経験を鮮明に思い描いて生きていきたい。

「だから、僕の尊敬するあの方々は笑顔なんだ。」そう、あの勇者達のように、僕も勇者になって“自分だけの苦しみを背負いながらも、それにあらがうように笑って”歩んでいきたい。