

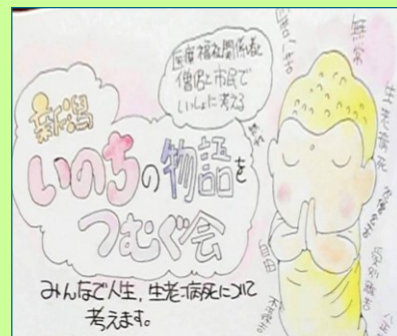
つむぐニューズレター

新潟いのちの物語をつむぐ会

事務局：〒940-0075 長岡市渡里町 1-2 長永寺（木曾 隆）

電話：0258-33-0804/Mail: info@tyouei.ji.com

<https://www.inochinomonogatari.com>



第10回上越柿崎例会特集



テーマ「がん告知の後で～病のむこうにみえてくるもの～」



2023年5月27日(土)の午後、上越市柿崎区にある浄福寺にて、第10回例会が開催されました。この5月8日から新型コロナウイルスが一般のインフルエンザと同様に第5分類区分となって初めての例会となりました。会場には50人を超える方々の参加がありました。

木曾さん、ほうさんによる話題提供、参加者全体での質疑応答・意見発表、そして会場寺院の住職でもある井上さんからの法話で締めくくられました。

話題提供者、参加者ともに長年胸に秘めた辛い体験やいのちを巡る熱い想いを語りあう充実したひと時となったのではないのでしょうか。本ニューズレターではその一端をご報告します。なお、話題提供のお二人からは当日お話しいただいた概要を直接ご寄稿いただきました。ありがとうございました。

◆がん告知の後で今思うこと～次の世代のため、未来のために～ 木曾 厚さん



なぜ自分は今を生きているのだろう

中学の時、祖父の死。高校の時、父の死。

多感な時期に肉親を亡くすことで、生と死を考えさせられた。

あらゆる生あるものは必ず死を迎える。

自己の存在を認識し、命のつながりを意識し、

改めて過去、未来に思いをめぐらす。

「なぜ自分がこの時代のこの場所で生きているのか」

過去に生きていた自分、未来に生きる自分

数え切れないほど多くの人びとが自己を意識している。

過去に生きていた人びとも、今生きている人びとも、

そして未来を生きていく人びとも。



自分はなぜそれらの人でないのか？
ふとした時、こんな思いが頭の中をよぎる。

二人に一人、がんは身近な病気

誰もががんになっても不思議でない時代
がんと告げられると考えることはやはり「生きること死ぬこと」である。
自分の命はあとどのくらいなのか その間、何ができるのか 何をすべきなのか

自分自身が死と向き合った 15 年前のこと、

ずいぶん前のそのことを振り返る機会を与えていただいたことに感謝したい。
災害や戦争で一瞬に失われる命を思えば
入院していた 6 ヶ月、退院して再発を考えながらの 3 年、
生と死と向き合う時間がとれたのは、とても貴重なことと思う。
しかしそのことも日常生活のなかで時の経過とともに忘れていった。

私たちの父や母、祖父や祖母が経験した

アジア太平洋戦争と呼ぶ、あるいは大東亜戦争と呼んだ戦争で
3 百万の日本人と 2 千万のアジアの人々の命が失われた。
第二次世界大戦としては、ヨーロッパとロシアを含め
5 千万から 8 千万の命が失われた。
世界中の多くの人々が死と向き合った時代
戦後 75 年が経過し、多くの日本人にとって遠い時代になっている。

それを現実に戻したのは

コロナウイルスによるパンデミックとウクライナ戦争であった。
さらにあらゆる生命に影響を及ぼしている地球温暖化
異常気象により世界中で頻発する災害を目にすれば、温暖化の影響は明らかである。

宇宙誕生から 138 億年、地球誕生から 46 億年、

現生人類は数万年前にアフリカから世界へ広がったといわれている。
その人類が、このわずか数百年の活動で、地球上の生命を危機に陥れている。

科学の進歩、経済発展が多くの人々に幸福をもたらしたのか？

豊かな生活を享受しているのは、地球 80 億人のうちの
ほんの一握りの人びとに過ぎない。

私たちは、そんな時代をこれからも生きていかなければならない。
次の世代のために、未来のために、
何ができるのか、何をなすべきなのか



◆ 「35年ぶりに再会した父と、死ぬまでの6日間」 ほう(法生)さん



【親は子の幸せを願い、子も親の幸せを願う】《35年会っていなかった父との再会と 死ぬまでの6日間》というお題でお話をさせていただきました。

小学3年の9歳から現在44歳になるまでの父との空白の35年、そしてお互い変わりすぎた姿で再会してから過ごした6日間 一体どこから話して良いものか。

私は民謡酒場の長女で生まれました。9歳までの父の記憶は微かに残っています。父は三味線を弾き民謡を歌い、母は料理を作る お客さんは日本酒を美味しそうにすすり、賑わう光景を毎日目にしていました。表向きでは賑わい笑いに溢れていましたが 裏側では怒鳴り声や叫び声や鳴き声だらけの家族だったのです。母への暴力・虐待・アル中・借金・女癖の悪さ 何拍子も揃ったろくで

なし親父でした。怖かった思い出の中にも優しい思い出もいくつかあります。遊びにつれていってくれたり川に行ったり工作をしたり。

しかし母に限界が訪れ父から逃げることになりました。大きな借金を抱えた母と私と弟の3人暮らしが始まり、母にも心と体の限界が訪れます。行き場のなさ苦しさしんどさ、休むことなく働く母は私と弟に当たるようになっていきます。母は今も元気に生きているので悪くは書かないでおきますね。(笑)

9歳で父と離れて母との暮らしが始まり、ろくでなし親父がいなくなっても 疲れてイラつき子育てで余裕がなく、お母さんは毎日毎日怒っていました。お母さんが笑うと安堵に満ちて、呼吸が深くなります。お母さんが怒っていると、胸が苦しくなって 息ができなくなります。とめどない怒りの感情は苦しいものです。怒りをぶつけられる方もぶつける方も、どちらも苦しくて辛い。私も弟も優しさとか愛情というものが一体なんなのか、わからなかったかもしれません。寂しさや温もりを求めていたかと思います。私自身自殺未遂や自傷行為の連続で、精神病棟に入院したこともありました。この家族は笑い合える家族になれないのか。

私が20歳になり赤ちゃんができました。結婚することになりました。一番初めに思ったこと、『お母さんが笑ってくれるかもしれない』『笑顔のある家族になるかもしれない』この子がもしかしたらお母さんに幸せをもたらしてくれるかもしれない。

妊娠3ヶ月、仲が悪く憎しみしかなかった弟が自殺をしました。高校1年生でした。『苦しい』とSOSをだしてきたことはありましたが、私は自分のことで精一杯、無視をし続けました。いじめ・恐喝・暴力・持病、家族という居場所の外で、彼は苦しんでいました。『学校の時間だから起きな』眠ってるような顔して首を吊っていました。行き場のないやり場のない生活をしていたのは、母だけでなく私だけでなく、弟もだったのです。どんなに後悔しても足をさすって謝っても、元に戻ることはありません。わけがわからなくなりました。お腹の赤ちゃんのことも考えられなくなりました。

人には安らぐ場が必要です。誰かの言葉は包んであげることできます。誰かの手は包んであげることできます。この後悔をどうしていったらいいのか。苦しみや痛みはどうしたら和らぐのか。わたしの出した答えは『子どもの幸せを願った時 お母さんがお父さんが幸せでいてほしい』でした。人を殴って気持ちがいい人なんているのでしょうか。人を傷つけて満足なんて、本当は苦しみの叫びなのではないのでしょうか。

弟の死をキッカケに、私はお寺に駆け込みました。常に自分に問い続けて、情けないことも恥ずかしいことも 受け入れていくしかない。作家になることを決意します。今では孫が生まれお母さんはひ孫がで

き、人生の中で一番穏やかな時間を過ごしています。

父との記憶も会ってみたいという気持ちも、全部箱に閉じ込めて鍵を閉めていたので 思い出すこともなかったのですが、今から3年前 父が新潟にいと市役所から連絡が入ります。『お父さんの生活の面倒をみてくれる方は私しかいないとのこと』私自身も生活で精一杯。ここで今更父の面倒など冗談じゃない。無視をしました。そして今年また市役所から手紙が届きます。余命が短いとのこと。初めて心が揺れ動きました。どんな生活してきたんだろ。孤独に生きてきたんだらうか。市役所に問い合わせます。肺がんと肝細胞がんの末期、あと3日の余命とのことです。



『閉じていた箱をあけよう』顔だけ見てこよう。でもいきなりいってもきっと誰かわからないだろうし。市役所の方に美穂に会いたいと聞いてもらえないかとお願いしました。父からの返事。『美穂か。なつかしいなあ。会いたい』と返事が来ます。余命もってもあと4日。これまでの過去がフラッシュバックし、はじめて涙がとまらなくなりました。リュック一つで仕事道具をもち神奈川から新潟へ。

ボロボロのアパート、一週間二千円の生活、ゴミ屋敷の部屋、真冬なのに冷たい布団、冷蔵庫の中はウジ虫の死骸、狭い部屋に介護ベットがあり、そこには父の面影一つもない老人が横になっていました。『お父さん美穂だよ久しぶりだねわかる?』『わかるよー』うそつけ!!です(笑) お父さんは私をヘルパーさんと間違えました。大急ぎで暖かい布団を買いに行きました。レッグウォーマーも靴下も買って父につけます。『オレより美穂の手が冷たいよお』と言われました。お父さんが自分の名前を呼んでくれたことが嬉しかったことは、今も記憶に残っています。

余命3日と言われていた父は何が起こったのか、食欲がで始めてしまいました。起き上がることもできずオムツなのに歩こうとします。カッコつけようとしたのでしょうか……。看護師さんもヘルパーさんもこの状態からの奇跡に驚きです。一緒に写真を撮ろうといいツーショットで写真も撮りました。顔も見たし話もできたし帰ろうと思ったのですが、『かえるね』と伝えると『さみしいな、また来てね』と答えたのです。看取ろう……。父が死ぬまでそばにすることにしました。2日目、3日目、コーヒー飲みたいとか、いちごジュース飲みたいとか、え?死ぬのやめたのかい?と突っ込みたくなるほど元気になり出した父。呼吸が精一杯なのでお話はあんまりできません。4日目、5日目、病はノンストップでした。全く動けなくなりました。

6日目、突然父の長年来の友人が、タバコを17箱もっていきなり現れたのです。父はこの6日で見せたことのない笑顔を見せました。空白の35年の情報を持つ友人でした。ろくでなしの父と優しくった父の少しの記憶しかなかったのですが、この友人が父をずっと世話したり遊んだり、老人ホームを回って一緒に民謡を歌ったり、料理人だったことを教えてくれたり、そして私のことや弟のことを気にかけていたことも話してくれました。また会いに来るからな!元気になるよ!

友人が部屋を後にした10分後、父の呼吸は乱れ始めました。ちょうど訪問看護師が到着です。『今夜が山かな……。』オムツを変えて看護師さんも部屋を後にします。そこから15分後、また呼吸が変わります。一回一回の呼吸と目を見て死が目の前とわかりました。『逝くんだね』『逝きます』阿吽の呼吸です。大好きな民謡を流し、手のマッサージ。ゆっくり息が絶えていき、目の光がゆっくりなくなっていく。『これからのことは安心してまかせてください お疲れ様でした、会えてうれしかったです』そう伝え、息をひきとりました。



このいのちの物語をつむぐ会の井上まゆみさんから こんなことを学んでいました。『人は死んでもしばらく声が聞こえるの。感触だってある。心電図ピピピーーが死ではないんだよ。ゆっくりゆっくり体中の臓器達もゆっくりゆっくり 一つ一つお役目を終わらせていくから』

しばらく二人の時間をすごし、どんだけ肌をさすっていたでしょうか……。たった6日だったのですが、最後に現れた友人が来て35年を話してくれて、安心していったのかなとか色々考えたらキリがないのですが。最後に。恨みたいことや、苦しかったこと、痛かったこと、怖かったこと たくさんあったかもしれない。でも温かい布団で死んでいったことが一番嬉しかったのです。

親は子どもの幸せを願う。でも子どもも親の幸せをねがっています。人のこの手や言葉や体は、誰かを殴ったり、傷つけるためにあるものではない。誰かを励ましたり、暖めたり包んだりするためにある。そう願っています。

◆参加者一人一人が紡いだいのちの物語 time＜全体会バージョン＞



これまではグループワーク形式での進行でしたが、今回は、木曾厚さん、ほうさんの体験談をお聞きした後、話題提供者のお二人と座長の井上陽雄さん、そして、会場の例会参加者を交えた意見交換、体験発表等の場として、『全体会』形式で行われました。

木曾さん、ほうさん、そして、ご自身のご家族の闘病を振り返り、その体験やご自身の思いを率直に語ってくださった参加者の皆様の声を、会場にいる全員が心を寄せて聞かせていただいた時間となりました。

◆座長の井上さんから、木曾さんに「病院で治療する中で心の葛藤はなかったか」という質問がありました。木曾さんから市役所の責任ある立場で仕事のことが気になりできるだけ早く復帰したいという気持ちが強かったこと、一方で職場からは、復帰するのは難しいだろうと異動の辞令をもらったときに「がっくりして涙が出た」と、当時の体験が語られました。その後治療が進み退院でき、15年が経過した今、自分にとって少しでも世の中にできることがあるということは、当時の体験にも意味があったのだと思うとおっしゃっていました。

◆ほうさんには、井上さんから、ご自身が大変だったときに「お寺に行って救われたか」という質問がありました。ほうさんは、「死」について考えたくてお寺に駆け込み、そこからどんどん興味をもってお寺に通い、そして、浄土真宗により考え方が変わったと語られました。ほうさんには、会場の参加者の方からも「どうしてそんなに強く生きられるのか」という問いかけがあり、ほうさんはご自身の気持ちを整理するのに時間がかかったこと、そのような自分の気持ちにとことん向き合い、いろんな話を聞いてもがき続けたということをお話されていました。



会場参加者の数名の方からも、ご家族が「がん」になられた際の体験が語られました。

◆ご主人のがんが5年生存率30%と言われ「がけっぶちに落とされた」ようだったと語られた女性は、その後、どうしたらがんを克服できるのかと、本を見つけ、いろんな情報を得ながら治療を探し、ご主人とともにがんに向き合ってきた経験を語られました。「いろんな情報を聞いて、生きる希望をもらった」と話されていました。

◆3年間に3人の身内をがんで亡くしたという男性は、母を看病していた義理の姉が自身に乳がんのステージⅣが見つかり、主治医から予後はあと半年と言われたこと、義理の姉は入退院を繰り返しながらも、自分でトイレに行き、朝晩歩行器で本堂までお参りに行くなどお参りすることで何か救いを求めていること、また最後にはビハーク病棟でよい時間を過ごすことができていたこと等を語られました。当時、一般病院ではコロナ禍でオンラインでの面会などが行われていた時期ではありましたが、ビハークでは直接面会することができました。「スマホの面会では会ったことにはならない。ビハークで直接手を握ることができてよかった」と話されていました。

◆悪性リンパ腫のご主人と「思い出作りをしたい」と、イタリアに旅行に行ったり、弘前の桜を見に行ったりしたことを語られた女性は、「病気だからこそ勇気をもっていろんなことができた」と、話されていました。

◆会場には、上越市でがん患者会を主催されている「RENの会」の方も参加されており、ピア(仲間)・サポートの活動をしていることが紹介されました。RENの会では、がん患者さんが1人で悩まずに、安心して悩みやさまざまなお話を語り合える場所をつくることを大切に活動されています。

◆一語法話「死は存在しない」

浄福寺住職 井上陽雄さん



第10回例会では、皆様から貴重な体験談を聞かせていただき、たくさんの勇気もらいました。

この会の顧問である黒岩卓夫さんに、「僧侶からは、死後の話をしてほしい。」と課題を言われていました。お釈迦様もお話しされていないものをどう話をしたらいいのかと思っていたところ、非常に興味深い本に出会いました。量子力学工学博士の田坂広志さんが書かれた『死は存在しない』という本です。浄土真宗の教えと共通点が多く、とても驚きました。その中で田坂さんも、「僧侶は、もう一度経典を読み直してほしい。それをもっとわかりやすく伝えてほしい。」とされています。

以前から、僧侶の取り組む大きな課題だと認識していましたが、この本は、その課題についての切り口になると思います。田坂さんは「この宇宙に存在する量子真空の中に『ゼロ・ポイント・フィールド』と呼ばれる場があり、この宇宙のすべての出来事やすべての情報が、波動情報としてプログラムされている。」と言い、そこは「無限の可能性を秘めており、それはまさに仏教でいう『極楽浄土』である」と言うのです。

また、「私達の肉体がある間は、自我意識という苦や不安、エゴなどに満ちた私であるが、死後その『自我意識』は徐々に消え、完全に自我意識がなくなった状態を『超自我意識』といい、至福の状態になる。それは、仏教で言う成仏といい、涅槃ともいう。」と仮説をたてておられます。

「自我意識」とは、仏教で言う煩惱のことで、「仏に成る」とは、その煩惱から解放されていくことを意味します。私達は死ぬのではなく、お浄土に生まれていくのです。それは、大いなる帰還ともいえるでしょう。ある方のお言葉に「思えばこの世は仮の宿慈悲の御親に手を引かれ慣れし故郷にいそいそ帰る我が身かな」とあります。田坂さんも、「真の私は死なないということを知るだけで、希望と安心を得ることができ、人

生の生き方が変わってくる。ポジティブに考えることによって、ゼロ・ポイント・フィールドよりいい運氣と繋がっていく。考え方を改め、心を変えるだけで、いい方向に向かう。それに必要な行為は、念ずる(合掌)

ということです。大いなるいのちを拠り所として、感謝し導いてもらうという行為が念ずるのである。それがいい方向に好転していく。」とされていますが、私も同感です。

『仏説阿弥陀経』の中に「ここより西の方に十万億土過ぎたところに極楽浄土があり、阿弥陀という仏様がおられ、今でも私達にお話しを下さっています。その教えを聞く者には苦しみがなく、いろいろ楽しみを得ることができます。」と示されていますが、田坂さんのお言葉は、これと

同じ意味です。

有名な映画『バック・トゥ・ザ・フューチャー』の主演俳優のマイケル・J・フォックスさんは、パーキンソン病を患い、大変な苦悩を抱えておられますが、決してネガティブにならず、ユーモアをもってポジティブに生きていらっしゃいます。彼は、「感謝の気持ちさえあればポジティブに生きることができる」と言われました。また、『ハムナプトラ』主演のブレンダン・フレイザーさんも、挫折や鬱病を経験されましたが、見事に復活を果たしました。彼もまた「光に向かっていけばきっといいことがおこる。」と言われました。

「心が変わる時『壁』は『扉』に変わる」ということなのですね。

私達のいのちは本当に不思議です。大いなるいのちに感謝し、生きてさえいればきっといい出会いに繋がります。皆さんと一緒に楽しい旅をしたいです。



つむぐ会例会終了後は、話題提供して下さったほうさん、実行委員会の井上陽雄さん、小出優子さん、小出千秋さん、酒井禎子さん、会場寺院坊守の井上桂子さんをはじめ世話人で記念撮影



新潟いのちの物語をつむぐ会は、本来、例会と例会終了後の懇親会はワンセットの考え方で開催しています。ところが新型コロナウイルス感染が始まって以来、懇親交流会を開催できずにいました。感染区分が5類になったこともあり、今回は話題提供者・世話人メンバー等とでクローズドに開催させていただき、交流しました。

第11回例会からは懇親交流会も、会員・一般参加者も含め、広く参加を募り「いのちの物語を」密度濃く交流したいと考えております。お気軽にご参加下さい。

長谷川拓 第11回新潟いのちの物語をつむぐ会新潟例会実行委員長からメッセージ

今回のテーマは「若者の【生きる】を考える」です。私は22歳の頃父を亡くし、一時期おばあちゃんのヤングケアラーでした。大学中退フリーターで収入も不安定。その時は「今」を生きることに価値を見出せず、人生を諦めていました。そんな私ですが、その時の担当ケアマネさんや色んな出会いに助けられ、その出会いの輪が希望の光になり、「今」を楽しめています。当時、私が助けられたように、この度の例会で、若い人たちの未来がもっと明るくワクワクするような時間になればと、心より願っております。

第11回例会 in 新潟 12月9日(土)14.00(受付 13.30~)

会場 光林寺 ●新潟市中央区西堀通5番町 856(旧三越隣)

懇親・交流会★17時30分~ 鳥の歌 ●新潟市中央区西堀前通1番町699 ☎025-228-3080

●テーマ「若者の【生きる】を考える」

- ご挨拶 伊南亮さん 光林寺住職
- 話題提供「身寄りなし問題と若者支援」 須貝秀昭さん NPO法人身寄りなし研究会代表
1971年生まれ。高齢福祉相談窓口の仕事をしているときに「身寄り」問題を感じ、2017年に有志で「身より無なし問題研究会」を発足。代表を務める。現在はLGBT、依存症、ACP、風俗、生活保護など様々な社会課題の発信に取り組んでいる。2023年3月に仕事を退職してNPO法人専属になる。仕事を辞めたのを機に「身寄り問題」をPRするために徒歩で日本縦断をして世論を喚起してきたつわもの。NPO法人代表、看護師、救命救急士、社会福祉士、主任介護支援専門員。そして新潟着物男子部部长
- メインスピーカー等といのちの物語をつむぐtime
- 朗読「進路は北へ杉内先生の言葉」など 谷藤幹枝さん ナレーターMCアートディレクター
乳がんステージ4、希少がんGist罹患、人工肛門の経験者。葬儀の司会、CMのナレーターなどマルチに活動。
- アウトサイダーアーティストのアート展示
木村真さん。アウトサイダーアーティスト。生まれて3ヶ月で里親に拾われ17歳まで育てられる。17歳で家を出て、アパート契約ができないなどの実よりなし問題に直面した時に身寄りなし問題研究会と出会う。現在は、アウトサイダーアーティストとして、絵の制作、絵画の出品を行う。最近では鈴木コーヒーとコラボするなど活躍の場を拡大中

申込 新潟いのちの物語をつむぐ会事務局

長岡市渡里町 1-2 長永寺内/電話 0258-33-0804

mail info@tyouejiji.com https

//www.inochinomonogatari.com

参加費 一般 1000円 会員 500円 学生無料
懇親・交流会 3000円、学生1500円、
高校生以下無料

編集後記 ●第10回例会はまさにいのちの問題に直面したお二人のお話が強烈に印象に残りました。とりわけほうさんのお話は第11回新潟例会のテーマにつながるお話でもあったような気がします。12月9日みなさんとお会いできるのを楽しみにしております(関谷)