

的外

みのる法律事務所便り
第331号
平成29年11月



みのる法律事務所
弁護士 千田 實
〒021-0853
岩手県一関市字相去57番地5
TEL : 0191-23-8960
FAX : 0191-23-8950

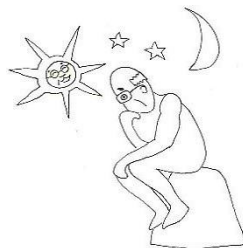
みのる法律事務所 <http://www.minoru-law.com/> ✉ minoru@minoru-law.com



いなべん だべんく
田舎弁護士の駄弁句

⑩

なぜなのか
どうしてなのか
伺うてみて
はじめでわかる
もののすじみち



知識があることも計算ができることも大事ですが、それだけでいいのでしょうか。政権担当者、国会議員の先生方、市長さん、地方議会の議員の先生方、ジャーナリストの皆様、医師の先生方、そして裁判官・弁護士仲間などに接したり、観たりしていますと、知識と計算能力は凄いのですが、常識と心と感性が足りないと思える方が、少なくない気がします。

子供の頃から、知識と計算能力だけを叩き込む偏差値教育から生まれた、エリートと言われる人々の成れの果てです。誰もが持っていない常識と、思い遣りの心と、感じとる心を軽視ないし捨ててしまっているのです。知識と計算能力で、身も心も一杯となり、感性や疑問が、湧く余地がなくなっているのです。

ある会合で、感じた印象です。

平成29年10月28日

田舎弁護士の駄弁句 ⑪

やれるうち
ワクワク書いて
楽しむぞ
できればいなあ
味噌汁の味



後期高齢者の仲間入りができました。平成 29 年 10 月 10 日にいなべんの駄弁本 100 冊目の発刊ができました。10 月 31 日には、101 冊目の原稿を入稿しました。

これからも、やれるうちは書くことを楽しみます。書いていると、自分で思ってもいないことが湧いてきたりし、ワクワクします。それを楽しむだけで十分なのですが、読んでくれる方が楽しく、面白く、温かい気持ちになるような味噌汁のような本が生まれてくれたらと願っています。

平成 29 年 10 月 31 日

『いなべん駄弁本100冊発刊記念感謝の集い』



を終えて。

平成 29 (2017) 年 10 月 21 日、一関文化センター小ホールで、『いなべんの駄弁本 100 冊発刊記念感謝の集い』を開催しました。極限られた、近くに住んでいる身内の方々にお集まり戴きました。御遠方の方や、御多忙で御迷惑をお掛けしそうな方には、ご案内を差し上げませんでした。

細やかな集まりでしたが温かい集いとなりました。感謝を申し上げる目的でしたのに、身に余るお祝いを頂戴する結果となり、恐縮してしまいました。「感謝の言葉」と、「100 冊の本で何を申し上げたかったかという思い」を述べることができ、私としては思った以上に有意義な時間となりました。最高の 3 時間でした。

この事務所便りをお読み戴いている皆様には、全員にご案内を差し上げたかったのですが、前記の通り、御迷惑をお掛けすることになると考え、近くに住む、身内の方だけにご案内させて戴きました。

この事務所便りを差し上げている皆様には、「感謝の言葉」と「100 冊の本で、何を申し上げたかったかという思い」を是非知っていただきたく、感謝の集いの「次第」と「記念講演のレジュメ」を同封させて戴くことにします。お目を通して戴ければ幸いです。

『いなべんの駄弁本』100 冊の発刊は、この事務所便り、『的外』をお読みくださっている皆様のお陰であることを心底より感謝申し上げます、『感謝の集い』の報告をさせて戴きます。

本当にありがとうございました。



癌 私感 (その4)

～がん患者の心～



私は、平成 23 (2011) 年 12 月 12 日に、東京女子医科大学病院 (以下、「女子医大」と略称します) で、直腸癌切除手術と人工肛門造設手術を受けました。

みのる法律事務所の事務局の担当者と家内が、それに関連する詳細な記録を取って置いてくれました。その記録に目を通してみますと、何事においてもそうだと思いますが、「気の持ち方」というか、「心」の大切さを改めて痛感します。今回は、『いなべんの癌私感』の第4弾として、『がん患者の心』と題し、がん患者の心の持ち方について、自分の体験から感じたことを述べてみます。

記録に目を通していましたら、医療記録と関係のない、私のメモが混在していました。その多くは、その時々私の気持ちを手近にあった診断書や薬袋等書きなぐったものです。退院後に整理したり、手を入れたりしていないもので、その当時のまま保管されていました。

それを読み返してみますと、その当時の心境が思い出されます。「あんな気持ちだったんだ」と心の迷いと、その修正の紆余曲折を思うと同時に、健康を取り戻し、やりたいことをやらせてもらっている現在の状況のありがたさが身に染みて、感無量です。涙が滲んできます。

今回は、そのメモを見て当時の事を思い出しながら、且つその後の現在までの体験から知った生きる知恵をプラスして、「癌患者の心の持ち方の大事さ」について、『がん患者の心』と題して述べてみます。

一言で言えば、癌患者の心の持ち方も仏教の教える「諦念観」に尽きると思います。「諦念」とは、角川必携国語辞典では、「道理をさとる心。」

または諦^{あきら}めの気持ち」とコメント（解説）しています。広辞苑も、全く同じで、「道理をさとる心。また、あきらめの気持ち」と解説しています。仏教の専門家ではない一般大衆としては、諦念観をこの程度に理解した上で話を進めさせて戴くことにします。

「諦める」を見ますと、角川は、「望んでいたことが実現できないことを知り、思い切る」とあり、広辞苑は、「思い切る。仕方がないと断念したり、悪い状態を受け入れたりする」とあります。

これらによりますと、「諦める」という言葉の意味は、どちらかというとながティブ（消極的）なニュアンス（意味合い）となります。世間一般では、「諦める」という言葉には、ネガティブな意味で使われているように思われます。

癌宣告されると、これまでは、「もう長くは生きられない」と思い込む人が多かったようです。ステージ4の癌と言われれば、「もう先はない」と死んだような気持ちになります。ネガティブな意味での諦めの心が湧いてきます。それが普通です。誰だつてがっかりします。

ですが、広辞苑の最後のコメントには、「悪い状態を受け入れる」とあります。これこそ、仏教の教える真の諦念観だと思います。つまり受け容れることが大事なのだと思います。受け容れるから、前向きに進めるのです。

ある仏教研究家は、^{あきら}『諦める』という字は本来^{あきら}『明める』と書く。真実や事実を知ることと言うのだ」と語っています。

癌宣告、ステージ4の宣告は、そういう事実を知らされたのであり、患者はそういう事実を知ったのです。問題は、そういう事実を知った患者の心の持ち方です。受け容れるしかないのです。受け容れて、次に進むことが大事なのです。それが諦念観です。癌患者には、そういう意味での諦念観が不可欠だと確信します。



その先生は、「事実を知ったうえで、それを受け容れ、これからどう進むべきかを決めることが極めて重要なことだ。事実を明らかにし、次に進むのだから、『諦念』という言葉は、ネガティブどころかポジティブ（積極的）なニュアンスの言葉なのだ」と語っています。

私は、前記の通り、直腸癌切除手術をはじめとして、62の厄年から約10年間で、10回の手術を受け、人工透析などのため入退院を繰り返しました。その体験を経て、この言葉には、心底より共鳴します。「諦め」は「明め」であり、事実を知る事なのです。

癌患者の心の持ち方は、「事実を知り、その事実の持つ意味や内容のすじみちを理解し、それを受け容れ、納得し、この先どう進むべきかを自ら決する」ことだと確信するに至りました。

それでも、どんなに考えても分からないことはあります。そこでも、「仕方がない」と思い切れればいいのです。お釈迦様は、「どんなに考えても分からないことは考えるな」と教えているそうです。その意味では、「諦念」という言葉には、ネガティブな面が付きまといますが、「それはそれとして、進めばいい」と考えれば、ポジティブな心に変えられるのです。これもつまりは、心の持ち方です。

私がこのような心境に至った経過を、私の癌体験メモを見返しながら述べてみます。結論は、癌の疑い→癌宣告→内視鏡で取れず切除手術しかなないと進む度、その局面毎にネガティブになりましたが、その都度気を取り直して、心をポジティブに切り替えたのがよかったということに尽きます。

つまり、癌患者の心の持ち方は、ポジティブでなければならないという事になります。このような心境に至った患者は、私以外にも少なくありません。むしろ、そういう人が多いと思います。私の身の回りには、心の持ち方で癌に打ち勝った人が大勢います。



気仙沼市で開業していた頃のある団体のトップだった方が、何度かの癌手術を乗り越え、「癌切除手術を終えた患者が、6人部屋にいた。よくしゃべり、よく笑っていた人は、5年経過した現在も生残している。しゃべることも、笑う事もしなかった人は、皆死んだ。明るい人の方が助かるようだ」と語っていました。同じような話を、他の癌手術体験患者からも一度ならず聞いたことがあります。先日も、いなべんの駄弁本100冊発刊感謝の集いに横浜から駆けつけてくれた、小・中学時代の同級生も、自らの体験を通じ同じようなことを繰り返し述べていました。

癌私感（その1）で紹介したR子さんは、今年5月にステージ4の宣告を受けました。その娘さんは、私の側で私の仕事を支えてくれています。その娘さんから、その報告を受けた時には、慰めの言葉も見付からずがっかりしました。正直なところ、年内の命がいいところだと思いました。

とてもポジティブな気持ちにはなれませんでした。旦那さんも娘さんも、そのお姉さんも、^{まわり}周囲の人は皆落ち込みました。

「その宣告を受けたお母さんはどのようにしているか」と聞いたところ、「生きている限り、『一瞬一瞬を楽しみ切るだけ』と語っています。案外明るい感じですよ」という娘さんの返事でした。私は、「それはいい。必ず助かる」と断言しました。

その直後に、免疫細胞療法を紹介し、抗癌剤治療と併行して行ったところ、5月には29kgまで下がった体重は、10月には37kgまで回復し、グラウンドゴルフなどを楽しみ、健常者と変わらぬ生活をしています。癌マーカーも正常値となり、腹膜に見えていた癌もCT写真では見えなくなりました。



これは、免疫細胞療法の効果なのか、抗癌剤治療の効果なのか、それとも両方の効果なのかは分かりません。それはそれとして、R子さんの

前向きな姿勢は評価されるべきだと確信します。医学専門的な事や、科学理論的なことは分かりません。科学的証明は出来ませんが、心の問題は、病気治療においても重要な意味がありそうな気がするのです。

癌患者の心の持ち方は、ポジティブでなければならないことは間違いありません。昔の人は、「病は気から」と言いましたが、的を射た言葉です。癌になろうとなるまいと、いずれは死ぬ身です。癌宣告を受けたからと言って、落ち込む必要などありません。事実を明らかにし、その事実以最もいい治療を行えばいいのです。

人間ドックで、どこも悪くないと言われ、一族を集めた祝いの席で、脳だか心臓だかで死んだ人の話を聞いたことがあります。人の命は、孔子に言わせれば天命なのです。癌宣告を受けたからと言って、また、受けなかったからと言って、落ち込むことも、有頂天になることもないのです。「人事を尽くして天命を待つ」という孔子の心の持ち方で、生きている間、その一瞬一瞬を楽しみ尽くせばいいのです。

「癌患者の心の持ち方は、ポジティブでなければならない」、それが、『癌私感（その4）—がん患者の心』で申し述べたいポイントです。そこに尽きると言っても過言ではありません。それを補足するために、「不安」という事について述べてみます。

私の癌の体験メモ集というか、経過記録の中に、経過記録とは言えない一枚の紙が混入していました。大きな紙一枚に大きな字で、「恐怖心と取り越し苦労は人類最大の敵である。（恐れ、不安、心配も大敵）」と印字されています。誰が入れたのか、自分で書いたのか、全く思い出せないのです。ですが、『岩手の保健』という本に連載している「健康エッセー」という25回に及ぶ連載（今後も継続予定）の中で、「不安」について述べたことは覚えています。それを転載します。



「案ずるより産むが易し」という言葉があります。前もってあれ

これ心配するよりも、やってみれば意外にうまくいくものだ、という意味です。患者となって、多くの局面でこのことを実感しました。

仏教では、人生には「生・老・病・死」の四つの苦しみがある、それを「四苦」と呼ぶそうです。

生まれることの苦勞は記憶にありませんが、老・病・死に対する不安は、物心がついてから今日まで、いつもつきまとっています。

しかし、患者を体験し、老・病・死に関しては若い頃に比べれば、雲泥の差で不安が小さくなりました。患者を体験したお陰で、取り越し苦勞をしなくなりました。

以前は、「老いたくない」、「病気になりたくない」、「死にたくない」という思いが強く、老いること、病気になること、死ぬことに対する不安で、居ても立ってもいられなくなり、頭が変になりそうになることがよくありました。

これらの思いが、年を重ね、病気になり、患者を体験し、嘘のように小さくなりました。「なぜだろうか」と考えることがあります。

未だ結論は出ていませんが、現実には老いが始まり、病気を体験した結果、気付くことができました。

それは、「不安」とは「なりゆき・結果・ようすなどがはっきりわからず、悪いなりゆき・結果も予想されて心が落ち着かないこと」（角川必携国語辞典）ですが、患者を体験し、なりゆきや結果、様子がある程度わかるようになったからではないかと思えます。

「分からない」ということが、「不安の本体」なのです。

患者となって、分かったことにより、「案ずるより産むが易し」という体験をしたことのいくつかを捨ててご紹介し、「幽霊の正体みたり枯れ尾花」であったことを述べ、取り越し苦勞をさせないようにしてみたいなどと、身の程を弁えず大風呂敷を広げてみます。



平成 22（2010）年 12 月 12 日に、東京女子医科大学病院（東京都新宿区）で直腸癌の摘出手術を受けました。12 時間に及ぶ長い手術でした。

手術の前日、執刀医の女医の先生に「臨死体験をしてみる」と話しました。手術後、先生は「臨死体験はどうでしたか」と真顔で尋ねて下さいました。

私も、正直に次のように答えました。「時間もなく、誰もおらず、愛も憎しみもなく、欲も得もなく、不安もなく、^{ほんのう}煩悩のない、この世での幸福感を超越したただただ穏やかで、淡い桃色のフワリとした柔らかい世界でした」と。

誰も死んだ先の世界はわかりませんが、私はこの体験を通し、以前に抱いていた死後の世界に対する不安は一掃されました。

確かに、12 時間の時間は、長くも、短くも、全く時間の感覚はありませんでした。不安もありませんでした。自分と他人の区別もありませんから、愛も憎しみも、欲もありませんでした。

そのようなことを、遙かに超えているというか、そこから抜け出て気にかからない世界でした。不安など全くない穏やかな世界でした。

仏教では、生きている間は煩悩によって苦しむが、死によって彼岸に渡り、悟りの世界に入ると言われているようですが、正に、そんな印象が残りしました。全く煩悩のない世界でした。

ただ、後で考えますと、淡い桃色というか、薄いピンクの世界だと感じたのは、手術用の照明が血管越しに網膜に届いていたのかもしれないと気が付き、本当の死は体験できなかったのかと思うようになりました。それでも臨死体験ができた気がしています。その結果、「小欲知足」というお釈迦様の教えが腑に落ちました。命根性が汚いと自分で思い込んでいましたが、そうではなくなりました。

あの体験は、かなり死の世界に近いと信じています。この世より、遙かに素晴らしい世界でした。欲がなくなれば、悩みはなくなります。あの体験で、死の恐怖はかなり小さくなりました。この世をより楽しく生きるためにも、欲は少なくした方がよいと思うようになりました。



私はこれまで、直腸癌摘出手術の他に、シャント造設手術、人工肛門造設手術、人工肛門閉鎖手術、3回に亘る慢性硬膜下血腫除去手術、生体腎移植手術を受けました。

健康な時なら、そのうちの一つだけの手術を考えただけでも、眠れないほど不安になっていたはずで。

しかし、現実には、その手術を受けることになったら、どの手術の時もほとんど不安はありませんでした。

不安を感じている余裕がないというか、目の前にあるやらなければならないことに追われ、「この先どうなるのだろうか」などと考えることはありませんでした。



健康な時に、「その手術はどうやるのだろうか、どの位苦しいのだろうか、どのようになっていくのだろうか、どんな結果になるのだろうか」などと考え、不安で一杯になっている時とは全く違う状況に置かれていました。

今後のなりゆきや結果を考える前に、朝起きたらすぐにその日の検査予定等が告げられ、その検査等に応じた身の回りの準備と心の準備をしなければなりません。その後の成りゆきや、その先の結果を考えている余裕がありません。それが幸いしました。不安は殆どなくなりました。

思いの外スケジュールは過密で、ほとんど一日中振り回されました。疲れてしまい、不安で眠れなくなる前に心身共に眠くなります。ベッドに戻るとぐっすりと眠ってしまいました。余計なことは考えませんでした。

三省堂新明解国語辞典では、「不安」とは「不結果（最悪の事態）に対する恐れに支配されて、落ち着かない様子」とありますが、不結果や最悪の事態など、考えている余裕がないのです。不安を持つというのは、ゆとりがあるからなのです。「自殺を考える人は、まだ余裕のある人だ。今日1日5人の子供をどう食べさせるかということで頭が一杯の状況では、自殺を考える余裕もない」と言った母の言葉を思い出しました。



人間は、目の前にやることがあると、それに一生懸命になれる習性があるようです。目の前にやらなければならないことがあると、必死になって一つのものごとを行う性質があるようです。自殺しそうなクライアントには、まず、やらなければならないことを与えるようにしています。

目の前のやらなければならないことに必死になっていると、先のことをあれこれ考え、最悪の事態を想定し、それを恐れているという**ネガティブ（消極的）な考え方**が生まれている暇がないのです。

目先のやらなければならないことに集中しますので、**ポジティブ（積極的）な考え方**になってきます。

健康な時に大きな手術のことをあれこれと考えますと、目の前にやることがないので、頭の中だけで最悪の事態を想像してしまいます。恐れだけがどんどん膨れてしまい、ついにはその恐れに支配されてしまいます。

現実手術に向かう時は、手術を受けるまでにやることがありますので、意外と**ポジティブな考え方**になります。手術に対する不安は、健康な時に考えるほど大きくはなりません。この点においても、「案ずるより産むが易し」です。

癌患者の心の持ち方は、**ポジティブ**でなければならないと申しましたが、案外それは楽にできます。「案ずるより産むが易し」です。

余計な心配はしないで、まめに癌検診を受け早期発見に努め、癌が発見されたら、いいドクター、いい病院で、適切な治療を受けることに専念すればいいのです。近い病院で済まそうとか、金の事ばかり考えないで、最高の治療、納得できる治療を受けるという、前を向いた心の持ち方をしなければならないのです。そうすれば、「人事は尽くした。安心して天命を待とう」という心境に達することができるのです。「ああでもない。こうでもない」などと、考えても仕方がないことは考えないで、自分でやれるだけのことを尽くすことが大事です。

明日は明日の風が吹くのです。

