

2012年度名古屋大学学生論文コンテスト

優秀賞受賞

ケアから探る、今を生きる意味

医学部2年 新藤 さえ

1. はじめに

今、生きている私達は、どんなことを考えて生きているのだろうか。私達は今、平和な時代に生きていると思っているが、それは大きな間違いであり、実は大変な時代の渦中にいるのかもしれない。紛争や自殺、殺人事件など、人の命の重みを感じないような辛くやるせない言葉が飛び交うような日々慣れてしまった私たちは、見えない戦争というまっただ中にいるのではないか。つまり、〈心の内戦〉¹⁾のようなものが、私達の目の前で繰り広げられているのではないか。

本稿では、このような世の中で生きている私達が、何を求めて生きていくべきなのか、何を思い出すべきなのかをもう一度考え直してみたい。そこで、私は“ケア”に注目する。“ケア”は、一般的には“注意・用心”や“心遣い・配慮”、“世話すること”という意味で使われる。よく医療現場で耳にする言葉であるが、私たちが意識しなくなっただけで、実は“ケア”という行為は日常生活の様々な場で繰り広げられている。日常生活から“ケア”を探しだすことは難しいため、はじめに具体的に見られる医療現場や介護現場といった、実際に存在した“ケア”から“ケア”とは何かを考え、私達が今を生きる意味を見出してみたい。

2. ケアの起源

“ケア”は、昔から続く人類の営みであり、人々が自分や自分以外の人々の健康に注意し、その人々を助けようとする時に日々の生活の活動の一つとして現れてきた。これは「人間にとって自然な行為であり、特別な教育を必要とするものではない」²⁾のである。昔に存在した“ケア”は、人間にとってどんな経験だったのか。その証左として、シャニダール遺跡の発掘調査結果が挙げられる。

イラク北東にあるシャニダールの洞窟から、約3万年前のものと思われるネアンデルタール人の遺骨が9体発見された。そのうちの一つであるシャニダール1号は、上から岩に押しつぶされてはいたが、断片をつなぎ合わせて詳細を検討したところ、身体障害者であることがわかった。これは40歳くらいの男性のもので、その頃としては老人に属し、右肩甲骨・鎖骨・右上腕骨の発達が不十分で、右肘から下は切断されている。左眼には骨まで達する痕跡が残っており失明していたと思われる。これだけの障害をもっている者が独立した狩猟生活ができたとは思えないため、グループの一員として皆に支えられて生きてきたことが分かる²⁾

さらに、人類が洞窟生活を送る中で、様々な“ケア”のための行動がなされていた。

こわきに抱えていたわが子のほてりに気づいた母親が、清流の水でその子の額を冷やしてやり、あるいは外敵からの急襲に逃げまどう最中にも、傷を負い動けなくなった仲間のかたわらに、一塊の肉とひと握りの食べ物をそっとおいていくといった行動を取りはじめたと言われている。²⁾

このように、遙か昔から皆が一人を支える“ケア”が存在していたようだ。昔から人々にとって“ケア”とは、他者の健康を気遣い、助け合おうとするという、生活する上で決して欠かすことのできない自然な行為であり、人間の本質を含んでいると考えても良いのではないだろうか。これを踏まえて、次章から医療現場や介護現場での事例からの“ケア”の要素について考察する。

3. ケアの現場から

医療現場、介護現場で行われる“ケア”についての文献資料から、三つの現場を選んだ。これらの事例を詳細に検討することで、“ケア”の要素と思われるものをいくつか取り上げた。

3.1. 植物状態患者の看護現場にて

植物状態患者の看護現場にて“ケア”を行う看護師の事例である。看護師Aさんと患者さんの間に存在する重要な“ケア”の要素とは何かを考えてみたい。³⁾

Aさんは、植物状態の患者さんを看護していた。入院時、その植物状態の患者さんは、指示により右下肢、右手の運動はかなり確実にできたが、発語はなく、意思疎通ができなかった。Aさんは何とかしてその患者さんのことを理解しようとし続けた結果、二ヶ月くらい経ってから、患者さんを細かく見ることでその表情が怒っているのか笑っているのかを理解できるようになってきた。さらに、Aさんはその患者さんの名前をスムーズに読めるようになり、患者さん自身も病院の生活に慣れてきたようで、笑顔の出方がすごくストレートになった。そうして、Aさんも患者さんも言葉を用いずに、心のふれあいの中で、お互いに馴染んでいった。最後には、患者さんは肺炎を発症し、Aさんの看護もむなしく、亡くなった。

その後、Aさんは『亡くなった後も私、患者さんの〈手の感触〉とかずうーっと残っていた。だから、ずうーっとずうーっと残っていて、でもその〈手の感触〉が思い出されるうちは、まだ私の中で患者さんは亡くなった人ではあるんだけど、自分の中で、たぶん日常生活でなんらかの影響を与えてきそう。私にとってはとても二人ともすごくいい経験っていうか、その亡くなったという事象だけでなく、それに至るまでの経過そのものがすごく勉強になったし、それが支えになっているところがある。おかげでこういうことさせてもらえたことが、一つのよりどころになっているから、やっぱり癒されているのは私の方なんだって思う。本当にこの人に出会えてよかった。私たちが患者さんを必要としている、患者さんたちに癒されている。』と話している。

前述の事例を踏まえて、ケアの要素を“苦しさ”、“関心”、“成長”、“出会い”、“優しさ”で取り上げて考察する。植物状態の患者さんは意思疎通ができない状態であるが、そ

れでも笑顔ストレートに出せるような雰囲気やAさんから与えられ、またAさんはその患者さんから必要とされていることに対する喜びを感じることで癒しをもらっていた。さらに、意思疎通をとることができないもどかしさや“苦しさ”を抱えながらも、その患者さんに対する“関心”を持ち続け、最後まで援助し続けた。これは、目の前で“弱さ”を無言で訴えている患者さんのために、何か出来ないかと、Aさんがその患者さんに対する“関心”を持ち続けたことが大きい。意思疎通できない“苦しさ”に悩みつつも“関心”を持ち続けたからこそ、Aさんは、葛藤した経験を懐かしく振り返ることが出来た上に、自分の存在意義を見いだせるまで人間として“成長”することができた。つまり、この“関心”は、相手との相互作用を通して、「現在存在する自らのあり方に関わり、究極的には自己本来の在り方を目指すものだった」4)のである。

患者さんが亡くなってからも“手の感触”を通して、Aさんの心の中で生き続け、Aさんに生きがいのようなものを与えている。Aさんにとって植物状態の患者さんとの“出会い”は、“優しい”感触を思い出すことでAさんの心を照らし続けている。

3.2. ホスピスにて

ホスピスにて死と直面した患者さんに対する“ケア”を主治医が行った事例である。主治医と患者さん、その家族の間に存在した重要な“ケア”の要素とは何かを考えてみたい。⁵⁾

肝臓がんの末期のBさんは、65歳で亡くなられた。彼は死を受容していたが、奥さんがすごく予期悲嘆が強く、なかなか彼の死を受け入れることができなかった。だんだん弱っていき、あと一週間くらいで亡くなると予想されるときに、天候のいい日が続いたことがあった。ある日の回診の時、Bさんはしみじみと空を眺め、『先生、今日のようなきれいな空を見ると心が休まります』と言われた。そこで、Bさんの主治医が『そうですか。今日の空はこんな感じですよ』と言い、メモ用紙に『空』という字を書き、四角い紙の四隅を切った。そうしたら、Bさんが『いやあ、先生そのとおりで、本当に今日は澄み（隅）切った空ですね』とおっしゃるので、その紙をお渡しした。それから一年後、奥さんが遺族会に来られて、グループで話し合いにそれを持ってこられて、『今、これは家の宝なんです。お父さんが死ぬ前にこれを見て喜んだねって…。私たちは辛くなったら、この澄み切った空を見るんです』と言われた。

前述の事例を踏まえて、ケアの要素を“ユーモア”、“出会い”、“一体感”、“苦しみ”、“思いやり”で取り上げて考察する。「誰もが緊張する場で、“ユーモア”あふれる一言が緊張をほぐし、場を和ませ、それ以後の話し合いをスムーズにし、つらく、悲しい状況で沈み込んでいる時に、“ユーモア”のセンスで、それを笑い飛ばして前へ進むことなど、“ユーモア”は人生の節目節目で非常に重要な働き」⁵⁾をすることがある。今回は、医者「澄み（隅）切った空」という“ユーモア”溢れた表現は、亡くなられたBさんだけでなく、残された遺族も心を癒し、前へ進むきっかけになったようだ。この「澄み（隅）切った空」という“ユ

一モア”は、なくなった患者さんの存在の証とともに、今でもご遺族の心を明るく照らしている。

“ユーモア”は、人と人が“出会い”、心が触れ合い、“一体感”を感じるなかで、“苦しみ”が消えてしまうくらいの相手に対する“思いやり”と愛から生まれる。

3.3. 介護現場にて

若者達が寝たきり生活をされてきた人を介護する事例である。若者達と介護をしてもらった方の間に存在した重要な“ケア”の要素とは何かを考えてみたい。⁶⁾

仮死状態で生まれ、脳性麻痺とそこからくる変形性頸椎症という障害を合わせ持ったCさんは、重度障害者として50年の日々を送り、障害がさらに悪くなったために寝たきり生活をしてきた。そんなCさんを様々な若者たちが24時間3交替でつきっきりで介助していた。近くの女子高生から大学生、フリーター、河原でテント生活をするロッカー、中国人留学生まで、介護の経験が全くなく、「若い」という以外に共通点をもたない若者たちが、時給650円で、交替で介助にあたってきたのだ。その彼らがフィルムの中で、食事を細かく砕いて少しずつCさんの口に運び、部屋を掃除し、あいだにCさんの枕元で悩み事をぽつりぽつり話している姿を見ていると、Cさんのコチコチのからだの横で、逆に彼らの方がその〈存在〉をほぐされていったのだ。自分もまた脆さに晒されている人が、ひとりではその脆さを抱え込めない人を前にして、かすかな内に感じていた…。

前述の事例を踏まえて、ケアの要素を“弱さ”、“出会い”、“関心”、“聴く”、“優しさ”、“一体感”で取り上げて考察する。「障害を持ちつつもありのままの自分をさらけ出すCさんを介助することで、将来への不安などを抱え、傷とか諦めといった静かな痛みを深く溜め込み、力なく佇んでいる若者たちが、個人的に抱え込んでいる拘りを解いていった」⁶⁾という。

つまり、“ケア”にあたる人が支えを必要としている人に傍らから関わるその行為の中で、“ケア”を必要としている人に逆により深く“ケア”されていた。異なる“弱さ”を抱えた人々が“出会い”、“関心”をもって関わり、ただ一緒にいて、想いを“聴く”ことで、お互いの何かを知る。お互いに、「あれもこれもできなかった、何もできなくなっている自分がここにいる…」といった想いを抱えながらも、その“弱さ”を共有することで、お互いの存在する意味を支え合い、そこは“優しさ”あふれる“一体感”のある空間となったのだろう。若者たちは、“弱さ”に苦しみながらも、自分にもできることがある、存在する意味があったと感じることのできるきっかけになったのではないか。また、Cさんは自分の“弱さ”をひけらかすことで、そこに若者に存在する意味を与えたと感じることはできたのではないか。“弱さ”には、自分よりも“弱さ”を抱えた人を目の前にした時、手を差し伸べずにはいられなくなるような大きな力を秘めている。

4. ケアの要素

前章で事例検討から導き出した“ケア”の具体的要素として“出会い”、“関心”、“聴く”、“思いやり・優しさ”、“ユーモア”、“弱さ”、“苦しみ”、“一体感”、“成長”を取り上げ、それぞれについて考察する。

4.1. 出会い

人はさまざまな他者と出会い、様々な出来事に触れることによって心の中で自己を意識する。そして、新たな出会いや世界との接触によって、それまでの経験は新たな意味として解釈され、組み替えられるという動的な変化を遂げていく。人と人が出会わなければ“ケア”は存在しない。出会うことがなければ、お互いの“ケア”を通して成長することはできない。

4.2. 関心

関心を持たなければ、他者と関わろうとすることはない。関心は“ケア”の営みの第一歩である。さらに、“ケア”する人間が“ケア”される人間への“ケア”を可能にするような気づかいの一つのあり方でもある。「関心を通じて、“ケア”する人間はどんな状況であってもその状況の内に身を置き、その結果、“ケア”される人間とその人の置かれた状況について何かが“ケア”する人間に際立ってくる。」⁷⁾ 要するに、“ケア”する人間が、関心を通じて状況に巻き込まれることで、自分の存在する意味を与えられる。支える・支えてもらうなかで、自分が今、そこに存在する意味が現れてくるのだ。

4.3. 聴く

ここでの意味は、ただ人の話すことを聴くということではない。その人の苦しみや思いを受け入れる、理解するという意味である。その人の苦しみに触れて、その人の苦痛を感じないではいられないことである。つまり、「聴くとは、自分とは異なる人間を自分の内に呼び込むことなのだ。そして、呼び込むことで、人の苦しみや思いを自分のものとしても理解し、共有する」⁸⁾ のである。聴くことは、“ケア”の要素には欠かせない態度なのである。

4.4. 思いやり・優しさ

他人ないし相手のために気遣いと寛容のまなざしを向け合うことによって生まれる思いやりや優しさの溢れる場は、とても居心地がいい。“ケア”する人間も、“ケア”される人間も、気持ちのよい心のよりどころとなる。心を支えたり、支えられたりする中で、ほんの些細な思いやりでも、優しさでも気づくことができた時、人は苦しみを超えた大きな幸せを感じる。“ケア”の場には、人と人がお互いに思いやる優しさ溢れる空間となる。

4.5. ユーモア

ユーモアによって、「緊張感がほぐれ、立場の壁がなくなり、平等性が保証される」5)。誰もが緊張する場で、ユーモアあふれる一言が緊張をほぐし、場を和ませる。ユーモアは、「ケアされる人間に対する愛と思いやり」5) がなければ存在しない。ユーモアは、つらく、悲しい状況で沈み込んでいる人を笑顔にしたいという“ケア”する人間の優しい思いやりが溢れるために生まれる。日々、様々な苦難に葛藤しながら生きている人間にとって、ユーモアから感じる人の温もりは欠かせない。

4.6. 弱さ

「他の人に弱い自分を無防備までに開くことで、逆に“ケア”する側が個人的に抱え込んでいるこだわりをほどいてく。脆さを内に抱え込んでいる人が、ひとりで自分の弱さと付き合いきれない人を前にして、その人が内にかすかな力を感じる状況自体を、自らの弱さを持って設定する。より強いとされる者がより弱いとされる者に、限りなく弱いと思われざるを得ないものに、深く“ケア”されるということが、“ケア”の場面では常に起きている」6) という。目の前に自分よりも明らかに弱いと思われる人が現れたら、無意識に手を差し伸べ、“ケア”せずにはいられない。つまり、人の弱さが相手の“ケア”する力を引き出している。

4.7. 苦しみ

この世に自分と全く同じ考えを持ち、同じ行動をする人間は存在しない。だから人間は自分の思いを何らかの形で、一生懸命相手に伝えようとするが、うまく相手に伝わらない時に悩み苦しむ。“ケア”する人間も、“ケア”される人間も、常に何らかの苦しみを抱えており、お互いの思いがすれ違ってしまう。“ケア”の現場では、苦しみは付き物である。しかし、“ケア”する人間が、その苦しみから目を逸らさずに、“ケア”される人間を理解することを決して諦めず、関心を持ち続けて行動を起こすことが出来て初めて、見えてくるものがある。

4.8. 一体感

“ケア”する人間と“ケア”される人間は、お互いの心を往来する。笑いも悲しみも、同じ場で一緒に共有し、受け容れる。そうやって、理解し合った人と人の中にはひとつの一体感が生まれる。“ケア”の場において、支え合いによって現れる一体感を感じられる場が存在する。

4.9. 成長

“ケア”すること、“ケア”されることを通じて「人は自分が存在全体（自然）の一部で

ある」9) と感じる。“ケア”を通して、“ケア”されることを通して、自分とは異なる人間を自分の内に呼び込み、苦しみや思いを理解することで、自分の存在する意味を見出す。それを繰り返すうちに、自分の世界をよく理解できるようになり、“ケア”される者が成長するとともに、“ケア”する者も自己実現する。このような相互作用が存在する。

5. 見え隠れするケアの存在

現代の問題として心の問題を挙げ、“ケア”の要素を明らかにし、“ケア”は人間の本質そのものであると気づくことで、今を生きる意味を考えようと試みて、ここまで論じてきた。“ケア”の要素を一つひとつ意識してみると、日常生活の様々なところで“ケア”を発見することが出来る。しかし、人と人の繋がりが薄れてしまった今、“ケア”を見つけ出すのは難しいことにも触れておきたい。

“ケア”は決して目に見えない内面的な相互作用であるために、言語化するのが困難である。内面的であるうえに、感じ方も一人ひとり異なるため、なおさら、説得力に欠けてしまう。それでも、人と人の支え合いにおいて“ケア”が存在していることを、一人ひとりの経験から明らかにしなければならないのである。

私は看護学生として、実習などで多くの初対面の患者さんと関わり、“ケア”を実感する機会がある。「もう末期で治療をやめてしまってね、一人で動けないし息苦しい」、「病気になってしまったのは今までの行いが悪かった罰だから仕方ない、今の自分が情けないよ」、「体がそこらじゅう痛くて、痛くて…」と様々な辛い思いを抱えて発言される患者さんと出会う。病気の症状や治療による副作用による痛みや倦怠感のために誰かの助けがないと行動できない弱さを抱え、私にその辛い思いを打ち明けてくれる患者さんを目の前にして、私は患者さんの思いを懸命に聴き、「今日の調子はどうですか」、「つらいですか」と背中をさすってあげながら、気遣いや言葉かけをしようと思わずにはいられない。そうすることで、私が患者さんに対して関心をもっており、何か自分に出来ることがないか探して関わろうとしていることを伝えようとする。その私の思いが患者さんに伝わったとき、患者さんから笑顔で「ありがとう」という言葉をいただく。私はその時、自分の存在する意味を感じた気がして、嬉しくなる。

医療現場以外でも、“ケア”の重要性を実感することのできる場面は多い。例えば、教育において“ケア”はとても重要なものである。私はアルバイトで塾の講師として小学生から高校生と関わる機会を持っている。「努力しているのに、成績が上がらなくて辛い」、「学校の先生や部活の仲間ともめ事に巻き込まれて良い事ないから、生きていたってつまらない」など、それぞれの年代で抱える悩みがある。勉強を教えるだけでなく、彼らの思いを聴いて、一緒に考えてみる。たとえ答えの見つからない悩みであっても、一緒に辛い思いを共有し、ときにはユーモアをいれて笑ったりしながら、どうすればいいのかを考える。はじめは暗い顔をして心を閉ざしていた生徒が、そうやって関わっていく中で少しずつ笑顔を見せるようになったのが、私は人間として嬉しい。

このような“ケア”の力は決して目には見えず、経験している人が人と関わる中で気づか

なければ見過ごされてしまう。一人ひとりが生きていの中で“ケア”の存在を意識して、その存在が今生きる私達にどれだけ大切であるかを気づかなければならぬ。お互いに“ケアの心”を目覚めさせ、芽生えさせてゆかねばならぬ。そこで、“ケア”の重要性を明かすには、人々が相互作用する場のあり方について、一人ひとりが経験から気づき、考えてもらえるようにすることが、これからの課題である。

6. おわりに

“ケア”は、先にも述べたように、はっきりと目で見ることとは不可能である。しかし、存在していることは確かなのである。“ケア”は、医療現場に限らず、学校でも、家庭でも、日常には優しさあふれる温かい環境であれば、どこにでも存在している。今の私達が意識しないがために、気づいていない、または、忘れてしまっている。涙出るほど嬉しい人々との心のふれあいを。一つひとつの優しさの温もりが、今を生きる私たちの心の支えとなっているはずである。

つまり、深い命の繋がりの中で一人ひとりに成り立ってくる。家族や友人、先生、先輩・上司、後輩との出会い、直接会ったことはないが、本やメールを通しての出会いなど、どんな形であれ、人との出会いは自分の一部となり、共に生きていくことになる。その出会った人々の存在の証は、時を超えて今を生きる私たちの心を照らし続け、何かを訴え続け、生きる意味を与えてくれている。その一つひとつの出会いは、その人がこの世で生きていた証である。私たちは、その存在の証を、過去を背負い、それを未来へ残すために今を生きている。さらに、それらが訴えてくる「一つひとつの問いに対して自分なりに答えて」10) ゆき、自分の生きる道を切り開き続けることで、今度は私たちが次の時代を生きてゆく人々に生きる意味を与える存在となる。

そこで、私たちが残すべき、守るべきものの一つとして、心のふれあいから生まれる“ケア”を挙げた。“ケア”は、人類が生き抜く上で欠かすことのできない自然な営みの中で今日まで残ってきた。今の世界では、自殺や殺人、紛争といった悲しみ・憎しみの連鎖が、人類の負の遺産が漂ってきている。異常にも多くの人々の命が簡単に犠牲になってしまう歪んだ世界で、多くの命を背負いながら同じ時代を生きている仲間なのに、人々はお互いの深い命のつながりを軽視している。この歪んだ世界でこれからの未来を創る若者である私達が、人との出会いや心のふれあいのかけがえのなさに気づこうとしなければならない。

今、出来る身近なこととして、例えば、どんなに相手と考え方や信じること、国の文化や言語などが異なっても、相手の思いを受け容れ、尊重できるように日々意識することや、多くの人々関わろうとし、様々な場所で出会った人達との関係を大切に、その思い出を忘れないこと、一緒にいる仲間と居心地のいい関係を続けるためにはどうすればいいかを考え、それをお互いに共有し合う場所を作ること。

こうして柔軟性のある大きな心の器を持てるように努力するプロセスの中で“ケア”を支える感受性を自分なりに磨いてゆくことで、“ケア”の働きが実る世界を実現する。一人ひとりが、“ケア”の重要性について理解したとき、今の世の中に心温まる優しい風が吹き始める。

思いやりのこもった繋がり之恩恵を感じるとき、生きていることの意味が蘇り、生きていることの深さと広さが回復される。その回復力の源が“ケア”なのだ。これが私の考える、今を生きる人間の生きる意味である。

参考文献

- 1) 五木寛之 (1999) 『大河の一滴』、幻冬舎文庫
- 2) 石原明・杉田暉道・長門谷洋治 (1971) 『看護史 (系統看護学講座 別巻 5)』、医学書院
- 3) 西村ユミ (2001) 『語りかける身体—看護ケアの現象学—』、ゆみる出版
- 4) 中山将 (2001) 「ケアの本質構造—ハイデガーの寄与—」、中山将・高橋隆雄編『ケア論の射程 (熊本大学生命倫理研究会論集 2)』、九州大学出版会
- 5) 柏木哲夫 (2001) 『癒しのユーモア—いのちの輝きを支えるケア—』、三輪書店
- 6) 鷺田清一 (2001) 『〈弱さ〉のちから—ホスピタブルな光景—』、講談社
- 7) パトリシア・ベナー、ジュディス・ルーベル (難波卓志訳) (1999) 『現象学的人間論と看護』、医学書院
- 8) 鷺田清一 (1999) 『「聴く」ことの本質』、阪急コミュニケーションズ
- 9) ミルトン・メイヤロフ (田村真・向野宣之訳) (1987) 『ケアの本質—生きることの意味—』、ゆみる出版
- 10) ヴィクトール・E・フランクル (池田香代子訳) (2002) 『夜と霧 新版』、みすず書房