

老病死の事例に学ぶ仏教

相愛大学教授 積 徹宗

ご紹介頂きました積と申します。よろしくお願ひ致します。この度は、鶴見大学仏教文化研究所と同先制医療研究センター共催の公開シンポジウムにお招き頂きまして、大変光榮に思っております。鶴見大学・鶴見大学短期大学部副学長の前田伸子先生と親しくさせて頂いているご縁で呼ばれたと思います。

お手元に資料を配布させて頂いております。「老病死の事例に学ぶ仏教」というテーマでお話をさせて頂きます。いくつが私自身が関わっている事例をご紹介させて頂いて、皆さんが何かいろんなことを考えたり、取り組んだりする手掛かりになれば、という思いです。具体的な事例に出会うことで、自分の持っている枠が揺さぶられることが起こったりします。その手法自体がすごく仏教的だと私は思っています。私自身、仏教の方法論を学ぶことで、さまざまな問題に取り組んできました。もちろんキリスト教の方法論に沿って取り組む方もおられるでしょう。いずれにしても、ひとつの道を歩み続けることで見えてくるものがあります。また逆に、具体的な事例に関わるることによって、もう一度自分の在り方が問われたり、あらためて歩んできた道を納得出来たりすることも起こります。私は認知症高齢者の方と関わっているのですけれど、時々「ああ、なるほど、ブツダが説いたのはこれか」という風に、身も心も納得するということが起こったりするわけです。つまり、「老病死の事例に学ぶ仏教」というのは、私の実感から出たタイトルなのです。

たとえば、インドのヴァーラーナーシーというところに行きますと、インド中から末期の人が集まってきているので

すね。息を引き取ればヴァーラナーシーのガートで火葬してもらって、ガンジス川に遺灰を捨てる、というのを理想と考えている人たちが結構たくさんいるからです。そういう人たちは自分が末期だと思ったら、ヴァーラナーシーに集まってきて、死を待つておられるんですね。中には路上で生活している人もいます。そしてそういう人たちをサポーターする人たちもいます。ですから、ヴァーラナーシーには、ヒンドゥー教徒のボランティアの人たちが「死を待つ家」というのを運営されてたりするのでですね。建物としてはすごく劣悪な状態です。コンクリートを張っただけの部屋で、日もあまり差さないし、不衛生です。そこにタオルを敷いて寝て死を待つている人がいる。息を引き取るとそのまま引つ張り出して、ガートの焼き場に持つて行く。水をホースで流してまた次の人を入れる。そんな感じですよ。私が行った時に、たまたまずいぶん遠くから車で二日かけてお父さんを運んできた息子さんがおられました。父親が末期で、「どうしてもヴァーラナーシーで息を引き取りたい、だから連れて行ってくれないか」と言う。だから連れてきました、というわけです。会社を一か月休み取つて来た。とりあえずお父さんに付き添いますっていうんですよ。「お父さんが一か月で亡くならなかつたらどうするのですか」と聞いたら、「ああ、考えてなかつた」と言うのです。さすがインド人、おおらかですね（笑）。「それはその時考えます」というような感じなのです。それを見ていて思ったのですが、こんなに劣悪な所で息を引き取る日本人ってめつたにいない。でも、日本人で親が息を引き取るのに一か月会社休んで付き添う子供がいるでしょうか。そう考えると、一体どつちが豊かなのかわからなくなつたりします。死の文化についてはインドのほうが分厚いかもしれない。豊かさとは何か、などとこつちの持つている枠組みがグラグラつと揺らぐわけですね。このように繰り返し自分の枠組みが問われる事態と向き合う。その手法が仏教的だと思つわけです。また、個人の死生観の問題だけではありません。老病死に関する制度とかシステムについても考えていかねばならない。たとえば、韓国の病院に行くと、公立の病院も国立の病院も、各信仰ごとの部屋があるのです。カトリックの人の部屋、プロテスタントの人の部屋、仏教徒の部屋、儒教徒の部屋、特定の信仰のない人の部屋といった感じ

です。その部屋で、朝はみんなで礼拝したりしている。仏教徒の部屋へ行くときみんなでお経をあげている。常駐の尼僧さんとかがお話したり、また患者さんが話を聞いてもらったりしています。家族もかなり利用しています。病院にはあまり家族のいる所がありませんでしょう。ここは家族の居場所としても使われている。そしてシスターとお話したり、一緒にお祈りしたりしている。私たちも、こういうあり方を考えなくてはいけないのではないかと思います。今日、取り上げるトピックスとして、「私自身の問題」と「制度の問題」、もうひとつ「コミュニティの問題」があります。コミュニティについても我々は考えていかねばならない。

ご紹介したいのは、大阪の都市部にあります大蓮寺さんという浄土宗のお寺です。谷崎純一郎の小説にも出てくる有名なお寺で、古い墓地が境内にあります。墓地の一角を使って、「自然」という墓の取り組みをされています。「自然」は生前個人墓です。墓地部分に下草を張って、つい立てみたいな物を作り、その後ろに納骨するようにしています。小さな名前だけ書いた墓石を自分の好きな所に置くというやり方をしています。このやり方だと、小さなスペースでかなりの人数のお墓が確保できるのですね。生前個人墓ですので、自ら望んでそこのお墓を購入することになっているのです。どうしてこのようなやり方をやっているのかというと、大阪の都市部のど真ん中にあるからです。大蓮寺さんの周りには、お墓を手に入れても後に誰も見る人がいないとか、ずっと一人で暮らしてきたという人がいっぱいいらっしやるのですね。そういう人向けに生前個人墓を作っておられます。この生前個人墓を購入すると、自然の会に入ることになっていきます。自然の会の人たちはしょっちゅう集まって食事会をしたり、旅行をしたり、法話会をしたり、お盆に集まったり、お彼岸に集まったりしています。この人たちがお墓をずっと供養していくというスタイルになっているのです。つまり、お墓コミュニティです。今まで地縁も血縁も無かった人がお墓を媒体としてコミュニティを作っている。もう長年続けておられるので、会の人も亡くなっていく。そうしたら、その人たちはずっと仲良くしてきた仲間が、泣きながらおつとめされておられます。お墓一つをとっても、少し視点を変え

ると命の繋がりコミュニケーションをデザインすることが出来るといふ例だと思えます。

さて、今日ご紹介するのは、むつみ庵という認知症高齢者のグループホームです。グループホームというのは、ここにありますように、少人数で同じ障害を持った人たちが共同生活をし、スタッフがその生活をサポートするという形態です。私が住職をしておりますお寺のすぐ裏に植木屋さんのおじいちゃんとおばあちゃんが暮らしておられて、おばあちゃんが亡くなっておじいちゃんが一人暮らしだったので、おじいちゃんも亡くなられて空き家になりました。植木屋さんなので売り物の植木を置く広いお庭がありました。昔ながらの農家の家なのです。瓦屋根で、杉板の天井が張ってあって、畳のお部屋で、広い縁側があつて、大きな仏間があつて、座敷があつてというお家なのです。私が住職をしている如来寺の周りは昔ながらの村というのが残っている所で、お寺の周りに住んでおられる方はほとんどみんなうちの檀家さんという、まだ村の形が残っている。大阪ではありませんけど、すごく不便な田舎です。この環境でこの家で認知症の人に暮らしてもらうというのはすごく良いのではないかと思いつきまして、友人と一緒にNPO法人を立ち上げて、そこで認知症の方に暮らして頂くという活動をしております。もう十二年ぐらいになります。今まで五名の方を送らせて頂きました。在宅自然死の看取りにも取り組んでおります。高齢者施設にしては十二年で五人というのは少ない。どういふわけか、むつみ庵に入った人はあまりお亡くなりにならないのですね。入ったら死なないのではないかという噂が出るくらい(笑)。最初からずっと暮らしている人もいます。スタッフもあまりメンバーが変わらずずっと運営しているという、高齢者施設では珍しいタイプのお家になりました。

特徴としては「古民家改修型」ということが一つあります。もともとあるお家を使って暮らしてもらう、これが決定的に大きいです。施設を作ったら、いかにその地域と連携するかというのはすごく大きなテーマなのです。しかし、もともとその地域にある家で暮らしてもらったら、ご近所づきあいの延長で始めることが出来ます。空き家として、どんな都市部にでもあるでしょう。だから、空き家を使ってこういう活動をするのはすごく良いと私は思っています。

ますし、あちこちで「皆さんも是非どうぞ。素人でも始められましたので、皆さんでも出来ます」と言っていたのですが、法改正が続きました、難しくなりました。もともとグループホームというのは最新の市民参加型福祉だったのですよ。北欧では随分できてきているけれども、日本ではまだまだ少ない、と言われていました。段々と法規制の網にかかれて今はギュウっと施設の方に寄せられている感じです。古民家改修型もちょっと難しくなってます。

二つ目の特徴は「大部分のスタッフがうちのお檀家さん」ということです。地域の人で運営しています。とりあえず働きたいという人は出来るだけ積極的に雇用していますので、農作業の間に空いた時間だけでも手伝いたいという人もどうぞというふうにやっています。現在、十六名雇用していますので、地域雇用にも一役担っていると思います。今は七名の認知症の方が暮らしておられます。日本仏教を駄目にした諸悪の根源みたくにずっと批判されてきた檀家制度ですけれども、これほど地域コミュニティが崩れた社会においては、なかなかのポテンシャルです。日本中網の目のようにお寺つてあるのです。行政区画よりずっと細やかにお寺は配置されていて、大小あるものそれぞれのコミュニティをつくっておられるわけですから、これは使える。使い方によってはいけるのではないか、という風に思っております。

さて、それでは少しスライドを見て頂きます。運営していますNPOですが、このグループホームむつみ庵の運営が一番大きい仕事です。あとケアプランセンター、むつみ庵が非常に上手くいったので、今度は在宅の人に関わろうとケアプランセンターを始めたのですが、ちょっと事情があつて今休止中です。あと、ALSの方の在宅の暮らしにも関わっております。

これは先ほどの話に出た、インドの死を待つ家です。こんな部屋ですよ。もう本当に不衛生な感じでここにタオルを敷いて寝ています。ちょっと見えにくいのですが、これは息子さん運んできたお父さんで、頭がこの辺にあつてこういう風に寝ているわけです。

これは韓国の病院です。ソウル大学病院はプロテスタントが多いらしくて、プロテスタントだけ部屋ではなくて外に教会があります。韓国の病院は面白くて、葬祭場も併設してある所があります。これはソウル大学病院の仏間です。これはカトリックの部屋です。これはアサンというところにある高齢者病院の施設なのですが、こういう風に部屋が並んでおりまして、この蓮の花を吊っているところが仏教徒の部屋になっています。入ると尼僧さんが常駐されていて、みんなでおつとめをされたりしているわけです。これがカトリックの部屋でシスターがおられます。この若いお母さんはお子さんが難病ということで随分長い間こうしておられました。こういう場はなかなか日本の病院にはないもの。こういった形態、制度、システムが参考になるのではないかと考えております。

これが「自然」です。昔からの墓地がこっちにあるのですけれど、わずかなスペースで下草を張ってつい立を作つて、この向こうに納骨するという風になっています。この石を好きな所に置いていくというわけです。これは「自然」の会合の様子です。私も何度かここでお話したこともありましたが、本当に熱心に聞いてくれますし、仲が良いのですよ。皆さんは年齢もバラバラですし、地縁も血縁も無いのに、その人たちがお亡くなりになったら集まっておつとめを続けるということになっております。

これがむつみ庵です。こちらの方がお庭で、こちらがお家になっています。これが玄関先です。これがお庭です。こちらはお二人とも認知症の方です。玄関に鍵はかかかっていません。昔ながらの家ですから、バリアだらけです。バリアフリーどころの話ではなくて、本当にバリアだらけです。玄関にも鍵がかかっていないので、徘徊自由の家なのです。疲れ果てて眠るまで徘徊出来る家になっています（笑）。普通の家なのできちんと生活しないと駄目なのです。ですから生活する力が落ちない。ここが人間の面白いところです。今の施設ですと、部屋に入ったら電気がついて、出たら電気が消えて、手を出したら水が出て、手をひっこめたら水が止まって、バリアフリーで、センサーがついているのですよ。そんな所で認知症の人が暮らしているとあつという間に、水を出す能力自体が無くなってしまつので

す。すぐに足が上がらなくなってしまう。こちらは普通の家で暮らしているので生活する力が落ちない。ただ、高齢者施設はリハビリして社会復帰させようとしているのではなく、とにかく怪我させないことが優先されます。生活する力が落ちようとも怪我させないのが、施設の第一目的みたいになってしまいます。一方、ここだと暮らす力がなかなか落ちない。天気の良い日にはこうして庭でティータイムとなります。これもお二人とも認知症の方なのですけれど、こんな風に自分の出来ることは自分でしてもらいますので、食事の準備もして頂くことになっています。これがお部屋です。田舎のおじいちゃん、おばあちゃんの部屋みたいな感じですね。自分の持ち物を持って来て頂いているので、ここで暮らして頂いたりしております。とにかく家や庭の持つ力に助けられることが多い。例えば、昔ながらの家ですので、すごく階段が狭くて急なのです。大阪府に申請を出した時に、こんなものは認められない、危ないと。とにかく認可を取るのにすごく苦労しました。どれもこれも認められないばかりだったので、この階段は随分言われました。階段を付け替えると。昇り降りの時に必ずスタップが付くようになりますので、これでやらせてみてくださいとお願ひしました。確かに健常の者でもちよつと怖い位急なのです。昔の田舎のお家はそうなのです。階段と言わずに梯子段と言った位ですからね。でも始めて十二年になりますけれども、この階段で怪我をした人は一人もいないのです。むしろ何もない平坦な所で倒れて怪我をしたりすることがあります。これは、この階段が危ないというのは認知症の人も分かるのですね。ですから持っている力を振り絞って昇り降りしているので、意外に怪我しないということなのです。人間とは不合理なものです。理屈に合わないところがたくさんあります。

この家の三つ目の特徴は「不合理なものを大切にする」というものです。理屈に合わないようなところを大事にしています。理屈に合わないものの代表は文化です。文化って、だいたい理屈に合わないものなのです。だからある一定の範囲以上拡大しないのです。そういう意味では、文化の不合理な面を大事にしよう、それがきつと生きる力に直結しているに違いないと考えて運営しています。

これは家族会の様子です。もう皆さん長年同じメンバーで暮らしておられるので、家族もだんだん仲良くなつて頂いています。ここにお仏壇があります。これも行政ともめました。撤去しろというのです。宗教的なものは一切認めないと言われました。その時も、この不合理なものを大事にする家にしたいのですという話で説得しました。私は何も仏教を伝道するためにこんな活動をしているわけではないのです。浄土真宗を伝えるためにやっているわけではないかもしれません。暮らしている方は真如苑の方も天理教の方もおられます。どの信仰を持っていても尊重されるのですけれども、ただ、明らかにこの家はお仏壇のある部屋が軸になっているのです。だいたいこんな空間は無駄ではないかと言われたのですよ。ここをVIPルームにして、こだけ高いお金をとつたら良いのだから親切に教えてくれたのですけれども、置くだけでよいから置かせてくれと。きつとこの空間が大事になるだろうというのはある程度予想がつかしました。この写真は、認知症の皆さんがお仏壇の前に座っている様子です。ときどき、このお仏壇を開けて、お経をあげることがありますが、そうしたらだいたいどこからともなく集まつて来てこんな感じになつたりします。

我々は床の間が無くても暮らせるでしょう。床の間がない家なんていくらでもあります。ところが、そこに床の間を設定すれば、荷物とか積み上げたりゴミを置いたりとかするのに抵抗があります。床の間があればそこにお花を置いたり、お香を置いたり、お軸を掛けたりしますよね。そういう風に、無くても暮らせるけれど、あれば気になるものがある生活と無い生活は決定的に違うと思います。体の賢さが変わってくる。

お手元の資料に、アフオーダンスと身体知と書いてあると思います。体の知性というのはこういう不合理なものが育てる。頭は合理的なものが栄養になるかもしれませんが、体は理屈に合わないものが栄養になる。かなり認知症の進んだ人でもお仏壇に足向けて寝転んだりはしないのです。それは体の知性です。理屈ではよく分からなくても、体がわかるということがある。

こんな活動を続けていて、「ああなるほど、仏教の説くところはここか」と思うような体験をいくつかしてまいり

ました。最後にそれを少しご紹介します。お手元の資料の「私の気づき」をご覧ください。「我が身をまかせる覚悟を持つ」についてお話しします。私が高齢者の方々と接して気づいたのですが、ある年代から急に人のお世話になるというのがものすごく下手になっているのです。これは現代人のテーマだと思えます。かつての地域コミュニティーが強かった社会、地縁・血縁が濃厚な社会で迷惑を掛けたり、掛けられたりするのが当たり前でした。まあ、それがとても煩わしいこともあるのですが、それが当然の生活だった。そういう意味では人に迷惑を掛けたり掛けられたりするスキルが備わっていたのですが、都市化すればそういったスキルは枯れていきます。都市というのは地縁・血縁なしでもフェアに暮らせる場所のことです。都市の倫理とは人に迷惑を掛けないことです。ですから、都市化が拡大するにつれて地縁・血縁なしでもちゃんと暮らせる。その代り、人に迷惑を掛けない。そんな都市の倫理が現代社会に根付いてきました。それは間違ったことではありません。美德でもある。でも仏教を学ばれている方はご存知のように、どんなに正しいことも必ず偏ってしまうのです。仏教の重要なところでは、どんなに正しいと思われる考え方も、どんなに正しい実践でも必ず偏る。偏ったら駄目だと仏教は言うのです。つまり、迷惑を掛けずに暮らしているというのが現代人の傲慢になつてきているのです。私は首から下が生まれながらに動かない人とお話したことがあつて、その時彼が言っていたのですが「私は人に迷惑を掛けないと生きていけない、だからいかに上手に迷惑を掛けるか」というのが私の生きるすべだ」と。その時なるほどと思えました。人に迷惑を掛けずに暮らすというのはある時から傲慢になるのだ、ということなのです。

ある年代から急激に現代人は人にお世話される、お世話するのが苦手になつてきている。だからサービスを購入しようとするのです。その場合、頼りになるのはお金だけです。介護とか福祉のサービス、コンテンツをお金で購入する「消費者」です。消費者の態度です。でも、老病死というのは消費者の態度ではいかんともしがたい時が必ずやってきます。それは認知症の方々と暮らしていると痛切に思うのです。自分の身をまかせる覚悟を持つ。お世話され上手になつ

ていくということです。消費者体質からお世話され上手へと体質を変えていくことです。「消費者体質」を問いなおす、自分をまかせていく覚悟をもつということを現代人は考えていかななくてはならないと思います。ついでに言いますと、お世話され上手の人がおられると本来に家が良い雰囲気になります。お世話され上手の人を何人か知っておりますが、共通しているのはあまりこだわりのない人です。その人たちを見ていると、「自分ちうものの濃度を薄める」ことがお世話され上手への道だとよくわかります。そんなこともこれからのご発表で出てくるのではないかと思います。すし、ディスプレイでまた少し発言をさせていただこうと思います。私のお話はこの位にさせて頂きます。お疲れさまでございました。