

保健管理センター便り

“思い”の深さ



ある病気で入院中の男性が「痛いけれど、少しでもよくなればと思うんだ」と言った。この言葉はカウンセリングの生みの親であるカール・ロジャーズ（1980）のいう『自己実現』という言葉では言い尽くせないものがあります。「命があるまでできる限り生きてゆこう、生き抜こう」というようなメッセージだと思われます。「少しでも良くなればいい。だから治療をあきらめない。頑張る！」という結びは、男性にとって自分自身を縛ることとなり、しばしば重荷になります。「だから頑張る」という力が育つには、かなりの心理的時間が必要です。

脳に障害をもつ人の多くは、いつ死が訪れるかもしれないし、ずっと不自由な身体とつき合

っていかなければならないというような、言ってみれば生き地獄のような日々直面しています。1987年イタリア賞受賞ドキュメンタリー（デンマーク放送協会制作）「わがいのちの日々」は、言葉では伝えきれない人間の思いの変化をよくあらわしています。

「わがいのちの日々」は、脳出血後、血腫の残存で言葉を失い、さらに身体麻痺で身体的自由までも奪われたライフという29歳の男性の思いの変化を中心としたドキュメンタリーです。彼は「家に帰りたい。一生を病院で送りたいくはない」と言います。彼には妻と、ひとりの子供がいます。知的低下はなく、周囲の状況はすべてわかります。見えるし聞こえるし、感じることもできます。しかし話ができません。まったく身体が動かないのです。彼はコンピューターを利用してわずかな指の力を使って、その都度わいた思いを綴ります。彼の言葉と筆者が感じた思いを順にあげてみましょう。

「見舞いにくる暇がなくとも、葬式には来い！」（最後まで私を見て欲しい）、

「妻が車を売ったがっている。こんな女は、ばちがあたればいい！」（私の大切なものを勝手に奪わないでほしい）、

「このみじめさは誰にもわからない、ライフの馬鹿！」（私は自分を憎んでいる）、

「言語療法士はもう病室には来なくなった」（私は見捨てられた）、

「療法士は苦闘しなければ、私の心はつかめない」（私の心は難解だ）、

「ライフの愚か者、だが賢くなっている」（悩みが深くなって、いろんなものが見えてきた）、

「見舞客が来なくなった、いっそ来なくて結構だ、デンマーク人は自分本位だ」（この国の誰もが私を助けてくれなくなった）、

「チャンスを見つけて、隣接する湖の氷のうすいところへ行こう」（死んでやる！ 驚くな。これは当てつけ自殺だ…）、

「週一度、2～3時間の人との出会い、これが私の人生だ」（あまりにも私の人生の残りは寂しい）、

「病気になって、初めて人生はいい加減に送ってはならないと気づいた」（私は実にいい加減な人生を送ってきた。こんなことは今まで考えたこともなかった）、

「私を救えるのは奇跡だけだ」（もう助かる道はわずかしか残されていないような気がする。でもわずかだが、その可能性はある…）…

ライフの妻は夫が療養中に離婚します。妻は言います。「夫が回復するとは思えない。私が望む回復には到達しない」と。さらに生活苦もあって、夫の療養中に再婚します。妻は「今の夫は彼（ライフ）を受け入れてくれています」と最後に語ります。

「わがいのちの日々」の感想

このドキュメンタリーを見たある女子大学生は次のような感想を記しています。

…「妻の態度を見て、人間はあれほど冷たくなれるのだろうかと思いました。しかしライフを可愛そうだという先入観で見ていたから、妻の行動を冷たいと感じたのかもしれません。将来自分も同じ立場に立たされたときは、妻と同じ決断をするかもしれません。それでも妻を許せないと思うのは何故だろう？ やはり心のどこかで、このような状況は自分とは切り離された世界での出来事なのだと思っている節があります。切り離すと自分が楽になれるからです。それともうひとつ、人間がお互いを理解し、認め合い、信頼し合うために必要なのが思いのやり取りだと改めて感じました。逆に言えば、思いのやりとりさえあれば、人間関係はうまくいくように思えたりします。ライフは障害のため思っていることを相手に伝えられず、どんなにかもどかしく、辛かったかと思います。そしてコンピューターを用いて意志表示が可能になったときは、どれほど喜んだかと思います。けれどもいつの間にか、綴り字は思いを伝え、会話をする場ではなく、相手に対する恨み辛みを発散させる場になってしまったような気がします。どこにも向けることのできない哀しい恨みを、妻は少しでも受けとめてあげることではできなかったのだろうかと思いました。最後に見舞いに来た家族が帰るときに、ライフが見せた涙がとても印象に残っています」…

このドキュメンタリーは、脳の障害をもつ人に対してどのようにかかわればよいのかについて、たくさんの方を教えてください。リハビリテーション臨床では、日々出会うことでしょう。脳疾患という身体病が、心までもむしばむという事実、思いは状況の変化と同時に絶えず変化するという事実、愛と憎しみというあい反する感情はひとつを根源にしているという事実、自分の思いを相手に伝えられると言うことはすごいことだという事実、病者には話の聴き手が必要だという事実などです。

“思い”は見えないもの

思いを大切にするアプローチでは、身体で起こることをとおして心の部分にふれようとします。ところで、身体は目に見えるし感じやすいので理解しやすいと思っているのなら、それはほとんどない思い違いです。誰もが体験しているように、しばしば心は身体に投影されます。たとえば子どもの場合、お母さんにかまってもらいたいためにお腹が痛いと言う、何かをしてもらいたくても恥ずかしくて言えないから、「なんでもないの」と首を左右に激しく振って訴えようとすることもあります。少しの痛みなのに、わざと痛いふりをして相手にかまってもらいたがったりする。そしてお母さんに擦ってもらうことで落ち着く。痛みは変わらないのに何かが変わる。そこのところを考えていくことが大切なのでしょう。

心と身体に生じる“小さな揺れ”がだんだんと増幅し、自分でも自分を支えきれなくなる。日常ふと押し寄せるわずかな心の動揺が、人と人との関係や心の形を変えるエネルギーになるかもしれない…。

こういった体験は、自分とは関わりのない話だと、切り離すことはできません。カウンセラーとして心理面接にたずさわっていると、“心には何が起っても不思議はない”と思ってしまう。これらの話から学ぶことは、次のとおりです。

“こころ”のありよう

『人は親しくなればなるほど、関係の亀裂も容易になる。親しくなると、2人の絆（思い）が深まるのは確かだが、この関係を良いものに持ち続けるのには今以上の互いの気づきが必要だ。しかし人はそうすることにはしばしば疲れたり、途中、寄り道をしたくなったりと、相手への配慮を怠ったりする。2人の間に何が起こったわけではないが、関係が徐々に薄まっていくという話は不思議な話ではあるが、不思議な出来事ではない』…

必ずしも絆が深まると関係が深まる、とは言えません。心はそうたやすくつかめるものではないのでしょう。絆がどのように「深まり」、どのように「変化していく」のかをつかむことが重要になります。関係を維持するには、互いの心づきが必要なのです。

平成30年9月18日

北海道千歳リハビリテーション学院

北海道千歳リハビリテーション大学

保健管理センター