

緩和ケアニュース

－豊かな死の物語－

Vol. 7
冬の号

特集：スピリチュアルペイン



パンジー：花言葉 私を想ってください
心の平和・純愛

2005.12.15発行
財)倉敷中央病院
緩和ケアチーム

スピリチュアルケアについて

緩和ケアニュースvol.4「こころとからだのいたみ」でスピリチュアルケアについてご紹介いたしました。

当院でもスピリチュアルケアに対する関心が高く、2005年7月20日、第1回倉敷緩和ケアセミナー「魂の叫びを聴く－スピリチュアルケアのこころ」同年10月1日の第2回倉敷緩和ケアセミナーで「患者さまが求めているもの－ホスピスの経験



写真1) 窪寺俊之先生

から教えられたこと」という題名で、日本のスピリチュアルケアの第一人者である関西学院大学神学部教授、窪寺俊之先生をお迎えして、スピリチュアルケアについてのご講演を賜りました。

窪寺先生は1939年生まれ、臨床心理学を学ばれ、カウンセラーをされていましたが、キリスト教に入信、29歳で渡米し神学を学び、チャプレンの資格を得ました。帰国後は淀川キリスト教病院のチャプレンを務め、現在、関西学院大学神学部教授として、学生・緩和ケア従事者の教育と指導に当たられています。

窪寺先生の講演の内容を簡単にまとめてみました。

ふたつの「いのち」

古代ギリシャ人は、「いのち」を

- ・ビオス (bios) = 肉体的いのち
 - ・ゾエ (zoe) = 精神的いのち(感情、意志、願望)
- のふたつに言い分けています。

現代医療は、肉体的生命の治療・維持に目標が集中し、治療中心・医療者中心・病院中心になっており、患者の精神的生命への配慮(患者の生き甲斐、生きる希望への配慮)が欠けています。

在野の医学者・松田道雄先生(1997)が、「安楽に死にたい(岩波書店 44頁)」という本の中で、「今の私の生活は八十七年かけて作りあげた本拠をはなれてはできない。やれ検査だ、やれ点滴だ、やれ照射だと病院の都合で一日を分断されては、書庫をさがしたり、ビデオをみたり、ステレオをきいたりできない。病院の医者は生物的生命をまもろうとしているが、こちらは人間の生活をまもろうとする」と記されています。

全人的医療は、疾患(部位の治療)だけではなく、人間(肉体+精神的存在)をキユアー(治療)し、ケア(手助け、援助、共に生きる)することです。



写真2) 窪寺先生の講演会の様子

図1) スピリチュアルケアの実際

| スピリチュアルペイン (霊的苦痛) の種類 | 具体的苦痛 | スピリチュアル的解釈 |
|----------------------------|--|--|
| 1. 生きる意味・目的・ 価値の喪失 | 死んでしまいたい！ 生きているのに疲れた…… 早く楽にしてほしい！ | 今までの人生の土台・価値観が 崩れている |
| 2. 苦難の意味 | 何故、こんなに苦しまなくてはならないのか？ バチが当たるようなことはしていないのに…… | 人生の不条理に対する疑問・怒り・ 反発を受け止めてくれる人を必要としている |
| 3. 死後の世界 | 死んでなくなるのが怖い！ 死んだ後はどこに行くんですか？ | 死後の世界を消極的に受け入れている |
| 4. 反省・悔い・後悔 | わたしの人生は失敗でした 自分の人生をもう一度やり直せればいいのに…… | 反省・悔いの背後には、挫折・ 失敗・恥の体験がある |
| 5. 超越者への怒り | 神も仏もない！ 生まれてこなかった方がよかった | 怒りをぶつけるところを必要としている |
| 6. ゆるし | 分かってもらえない！ 自分は悪い人間です | 人間関係での問題であるが、 超越者との関係でしか解決できない |

スピリチュアリティとは？

こころの世界のことなので、主観的で、科学的認識ができません。スピリチュアリティとは生命力（愛・希望・目的・力）を与えるものであり、聖なるもの（超越的なもの・永遠的なもの）と深い関係性があります。

死の臨床からみたスピリチュアリティの定義を、窪寺先生は、「人生の危機に直面して、生きる拠り所が揺れ動き、あるいは見失われてしまった時、その危機的な状況の中で、生きる力、希望を見つけ出そうとして、自分の外の大きなものに新たな拠り所を求めること。または危機の中で失われた生きる意味や目的を自己の内面に新たに見つけ出そうとするこころの働き」と定めています。

死の臨床の問題点とスピリチュアルケア

病や死は、人生の危機です。人生計画を挫折させ、生き甲斐を奪い、社会的存在価値を喪失させ、家族との離別の苦痛を生みます。人生の土台・価値観・人生観を壊されるので、恐れ・不安・怒り・焦り・悔いを呼び起こします。そこで壊れた土台の回復が必要になりますが、その援助が、スピリチュアルケアです。スピリチュアルケアの実際は図1参照。

具体的なスピリチュアルケアとは？

1. まず傾聴(共に居る)に徹すること。
患者の側に座り、自分の批判などは一切はさまずに患者の話をゆっくりと聴きます。そして不平不満を訴えるあるがままの患者をいったん受け入れます。患者が自分の人生をどのように評価・受容して、どんな人生の土台・価値観を持っているのか？それを探り求めます。
2. 次に患者が今の自分の気持ちに気づいて、殻から解放されるように導きます。
患者が、新たな土台・価値観、例えば一日を大切に生きる、感謝するなど、新しい世界に目を開くことへの手助けをします。新たな世界は、自分を越えた外側か、あるいは自分の内側に見つかるはずで、自然の移り変わり（四季の変化）、空を飛ぶ小鳥の生命、蝶の生まれ変わり、自分の人生の回想と反省を患者といっしょに語り合うことが有効です。
3. 家族との離別は悲しく辛いことですが、自分先に行き、家族を見守っているという新たな役割があることを患者に気づかせます。
死は空虚ではなく、死後には家族といつまでも過ごせる世界、悲しみも苦しきもない自由な世界があること、未来への希望があることを悟らせます。

窪寺先生は、音楽（童謡や演歌）、詩の朗読テープを患者といっしょに聴きながら、感想を話し合います。代表として童謡「ふるさと」を紹介しましょう。

「ふるさと」

- 1 うさぎ追いし かの山
こぶな釣りし かの川
夢は今も めぐりて
忘れがたき ふるさと
- 2 いかにいます ちちはは
つつがなしや 友がき
雨に風に つけても
思いいずる ふるさと
- 3 こころざしを はたして
いつのに日にか 帰らん
山は青き ふるさと
水は清き ふるさと



童謡「ふるさと」の中で歌われている風景は、日本人にとって懐かしい原風景で、患者の魂に響きます。

うさぎ追い、こぶな釣りと子供時代を回想し、父母・友達という親しい人間関係を慕い、将来の希望に胸を膨らませていた時代を追想する。この童謡には、スピリチュアルケアの本質ともいべき自己受容、安らぎ、未来志向という要素が含まれているので、日本人の心を打ちます。

スピリチュアルケアに携わる人に要求される条件

まず患者のそばにいっしょにいて、患者の話にひたすら耳を傾けることが要求されます。

そして批判せずにありのまま姿の患者を受け入れることのできる優しさ・いたわり・寛容・忍耐・温かさ・誠実さが求められます。

患者のさまざまな意見や思いに共鳴できる多角的視野が要求され、まわりに振りまわされないために自分自身が確固たる死生観、生命観を身につけていなければいけません。

患者を通して自分自身の内容が問われるわけで、常日頃から自分の内面を磨く必要があります。

編集後記

スピリチュアルケアの日本の第一人者、関西学院大学神学部教授の窪寺俊之先生のご講演内容を駆け足でご紹介しました。スピリチュアリティを突きつめると、人間らしさ、その人らしさ＝自分らしさを保障するものと定義できますが、宗教のような拘束性、排他性はなく、宗教とは別個のものと考えられます。そして人間が死に直面した時にスピリチュアリティの探求は、最高に達します。21世紀は、こころの豊かさを追求する時代。スピリチュアリティとスピリチュアルケア、今後、医療の分野を含めてあらゆる方面で、さらに注目されていくでしょう。

窓口

このレターに対するご意見やご感想がありましたら下記連絡先までお寄せください。

原恵里加

通院治療室 内線:2680 PHS:3767

E-mail: es5976@kchnet.or.jp

発行元：財）倉敷中央病院

編集委員長 小笠原敬三

編集委員

庭野元孝（外科医師） 徳田衡紀（薬剤師）

里見史義（作業療法士） 杉原妃美恵（医療相談）

光島モト工（看護師長） 原恵里加（認定看護師）