

千葉大学看護学部 卒業研究

あるアルコール依存症回復者の生きがい

平成 11 年 2 月 8 日

山村 緒理栄

I. はじめに

セルフ・ヘルプ・グループではどのように話し合いが成され、どの様に支え合っているのか知りたくて、私はアルコール依存症の自助グループ活動をしている山谷マックというセンターを訪ねた。私がアルコール依存症者に対して持っていたイメージは、毎日いつでもお酒を飲んで、やるべきこともできなくなり、何のために生きているのか分からないと悲しみに打ちひしがれている状態、あるいは酔いつぶれてそれすらも悩めない状態の人ではないかというものであった。センターに通っている人々はアルコール依存症から回復したいと思い、ミーティングでそれぞれの思いを打ち明けている。彼らはうつむき加減で、言葉数少なく、ミーティングが終わるとその場で寝ころんでいたり、とても元気があるといった状態ではなかった。しかし、そのセンターではアルコール依存症の回復者がスタッフとして、元気に楽しそうに働いていた。この回復途中の人々と回復者達の違いは一体なんだろうと思った時、私の頭の中に“生きがい”という言葉が浮かんだ。決していきいきと生きているとは言えないアルコール依存症者達がいきいきと生まれ変わるのには生きがいと深く関係するのではないかと思われた。

II. 生きがいとは

生きがいという言葉は日本語だけにある。国語辞典では、①生きている意義やねうち、価値；生きていることに意義や喜びを見出して感じる心の張り合い；生きている幸福・利益；生きているしあわせや意義を感じることに；充足感；生きているという実感；世に生きている効力（しるし）、②生きるめあて；充足感をもたらすもの；生きていく上でのほりあいをもたらすものという意味が書いてある。大百科事典（公文社）では、人生の意味や価値など、人の生を鼓舞し、その人の生を根拠づけるものを広く指すが、「生きていく上でのほりあい」といった消極的な生きがいから自覚的に人生の営みに取り込まれるような生きがいに至るまで、広がりがあるとしている。また、小林（1989）は、真の「生きがい」は単なる「働きがい」や「遊びがい」ではなく、本当の自分らしさを生かして、人間らしく「生きるかい」があるものでなくてはならないと言っている。そして、神谷（1980）は最も生きがいを感じているのは、自己の生存目標をはっきり自覚し、その目標に向かって全力を注いで歩いている使命感に生きている人であるとしている。

このように生きがいの定義は様々あるが、ここでは、「自分らしさを活かしていきいきと生き、生きていること自体に喜びを感じる」と定義する。

III. 研究目的

アルコール依存症者が絶望的な状態からいきいきと生まれ変わるには、どの様なものが必要なのかという視点から生きがいを考え、回復者の生きがいを明らかにする。それをもとに、アルコール依存症からの回復について理解を深める。

IV. 研究方法

A. フィールド

9月下旬に人を通じて山谷マックを訪ねた。卒業研究を兼ねて研修をさせてほしいとお願いすると快く受け入れてくれた。ミーティングは通常、外部の人間は参加できないのだが、学生の勉強ということで参加させてもらえるようになった。こうしてミーティングに参加してアルコール依存症の人々の話を聞いたり、アルコール問題のシンポジウムに一緒にいたり、ソフトボール大会に参加するなど、スタッフの仕事を手伝いながら関係を

作っていった。

マックは、メリノール・アルコール・センター (Maryknoll Alcoholic Center, MAC) の略で1979年米国カトリック宣教者会 (メリノール会) のミニー神父が発足したアルコール依存症を回復するための民間施設である。ミニー神父は日本でアルコール依存症になってしまい、アメリカで治療を受けて回復した。その後、アルコールで苦しんでいる人を救いたいと再び日本に戻ってマックを始めたのである。マックは三ノ輪マックから始まり、今では全国15箇所に広がっている。マック・プログラムでは、アルコール依存からの回復を助けるAAの12ステップのうち、1-3ステップを中心にミーティングが行われている。なお1-3ステップは、自分のアルコール依存を認め、偉大な力に自分を委ねるといものである。マックのミーティングは午前と午後に90分ずつ行われており、アルコール依存症から回復したいと願う人なら誰でも参加できる。そしてマックのミーティングに慣れると、夜のAAミーティングにも徐々に参加していくようになる。8か月から1年でマック・プログラムは終了となるが、アルコール依存症者の人々は、その後も断酒し続けるためにAAのミーティングには通い続ける。

山谷マック (資料1) は定員は12名の宿泊施設で、寮生は毎日山谷マック付属のデイケアセンターであるリブ作業所に通う。リブ作業所には、寮生以外に病院や自宅から通う人もいて、利用者は20-30名程度である。

B. データ収集と分析方法

現在山谷マック、リブ作業所のスタッフとして働き、仲間の回復を手助けしているアルコール依存症回復者のIさん (63歳) に生きがいについてインタビューを行った。インタビューはH10. 12. 2とH10. 12. 12に90分ずつ実施した。事前にインタビューの許可と日程をあらかじめ約束し、プライバシーが守られるような場所で行い、答えたくないことにはコメントを拒否できることを説明した上で、同意を得てテープに録音した。インタビューでは、生きがいというテーマをもとに、Iさんにアルコールとの出会いから現在に至るまでの経緯を自由に話してもらいながら、時折研究者がインタビューガイド (資料2) にそって質問した。

インタビューの他に、Iさんは今までにNHKラジオ番組 (1990. 11. 22-24放送) で「我がアルコール懺悔録」と題してメッセージを送ったり (資料3)、新聞記事 (1995. 8. 30) にも載っている (資料4)、これらもデータとして利用した。

収集したデータから逐語録を作成し (40字×40字を50枚)、いつ、どんなきっかけで、どのような生きがいを見出したのか、Iさんの人生を年代を追いながら整理し、そしてその生きがいとIさんの人生にはどのような関係があるのかを分析した。

V. 結果 (生活歴)

1. アルコールとの出会い

Iさんは昭和10年東京の下町で魚屋の次男として生まれた。Iさんが焼酎の味を覚えたのは、中学校を卒業して鞆屋に奉公していた17歳の時だった。Iさんの父親も魚屋という寒さに負けていられない仕事をしていたためか、お酒が好きで、朝から晩まで飲む人だった。「父親に似ているのだろう」と思って飲んでいたが、20歳前には酒なしの生活は考えられなくなっていた。

鞆屋を辞めて家に帰り、20歳の時1歳下の幼なじみと結婚した。翌年には第一子が誕生

し、続いて第二子が誕生した。再就職した縫製会社も二日酔いの欠勤続きで退職してしまい、東京オリンピックの前年、1963年に妻は子供を連れて家を出ていった。翌年の冬、妻のいる長屋に押しかけるが「離婚してくれ」と宣告され離婚となった。Iさんは28歳になっていた。

2. 山谷へ

Iさんはどんどんお酒に溺れていき、山谷地域（簡易宿泊所が密集しており日雇い労働者が止宿している。以下「山谷」とする。資料5）に入ってしまった。山谷はお酒に対しては自由で、酔っぱらって道端で寝ても咎める人はいない、仕事に行かなくても文句を言う人はいない、そんな場所であったとIさんは言う。最初は早く立ち直って社会に出たいと思っていたが、アルコール依存症という病気がそうはさせてくれなかった。

なぜできないかって言うと、金持つと飲むから。現場行って10日やって、例えば5万もらう。3万でも2万でも貯めて、また行けばいいんだな。計画性ができるわけだ。だけど、アル中っていうのは3万は貯めといて、2万だけ飲もうと思って、飲むわけだよ。ところが2万飲むと「もういいやー、3万分も飲んじゃえ」って結果的には飲んで終わっちゃうんだよ。それを何年間も、何百回と同じことやってると諦めちゃうんだよ。「もう駄目だ。貯めるのは止めよう」って。だから、どんどん生活、生きる計画性っていうのがなくなってくるんだよ。その場限りになっちゃって、最後アオカン（野宿）になっちゃうよ。「もういいや、どうせ何やったって駄目なんだから」って諦めちゃうな。もう世の中諦めちゃうな。

山谷から抜け出すことを諦めた先には、路上生活が待っていた。寝たいときに寝て、起きたときに起きて、食べたいときに拾って食べる。Iさんはそんな生活を、文化の中で生きていたはずが「自分の酒で破壊」され「原始人」になってしまったと表現する。冬の路上生活は寒さとの闘わなくてはならない。寒さを凌ぐためには公衆便所や建築現場のシートの中、人の家の軒下などでも寝なくてはならなかった。そんな時、思い出されるのは「おふくろ」や「家族」だった。

寒い中表を歩いていると、みんな家の中電気ついてるわけさ、俺は表の中でどこか寝る所、寒くねえ所を探しているのにさ。電気を見て「あーあ」って、こう思うよな。そんな時に出てくるんだよ、昔の家族が。「あんなとこで飯食いてえなー」「茶碗で飯食いてーな、みそ汁も」ってさ。そういうのは忘れねえな・・・「あの明かりの中の家族は幸せだなー」とかさ、本当にそういうふうに思いながら。年中じゃないけども、時々まそういうふうに思った、苦しい時に。

生きるためには何が必要か、分かっているながら飲酒によってできなくなる。人間らしく生きることができない。死にたいと思うことすらあった。

嫌になっちゃって。何やっても報われねえしさ。死んじゃった方がいいよって言われたよ。「お前みたいなのは世の中にも何も価値がないんだから」って、「お前の存在っていうのは何もねえんだよ」って、「ただ人に害を与えるだけで、何もねえんだよ」って言われたよ、刑事に。「そうだな」って思ったよ。

しかし、一旦死のうと思っても、「死ぬ前に一杯を」と味わっているうちに死のうとしていたことすら忘れてしまうので、結局死ぬことすらできなかった。お酒を買うお金すらなく、アルコールが抜けていく時の苦しみは言い尽くせないものがある。

やだよ、死にたいよ。きまり悪いし、やっぱり良心があるもの。顔は真っ黒だしよ、よくこれで表歩いてるな、なんて思っているとき、しょんべんかけるしさ。あれ酔っぱらってるからできるんだよ。やっぱり良心あるしさ。

「死にてえな」って思ってさ、それでもどうにもならねえもんな。だから、死ねれば楽だろうと思う。

このような思いをしている中でも、路上生活者の間には、一杯のラーメンを半分づつ食べ合ったり、一枚の毛布に2人できるまっって寝たりするなどの助け合いがあった。

3. 自尊心の回復と人との触れ合い

そんな路上生活でIさんは結核にかかってしまった。入院はするが、飲酒により強制退院となることが7年間で12回繰り返された。それでも求めるのはお酒だけで、ご飯が入らないため、体重は42-43kgしかない程痩せ細り、幻覚のため自殺未遂を起こすほどまで酒に侵されていた。そんな時、最後の入院先となる病院で助けられた。ここでIさんは、差別されない、評価される、信用される等の「人間として扱ってもらった」経験をしたことで、人間としての自尊心を取り戻すことができた。

入院した時に、ズボンとセーター脱ぐと下は何も、下着もパンツもはいてなかった。アオカンだもん。それをどう思ったか、下着持ってきてくれて。保護室の中でさ、タバコ吸わせてもらってさ・・・保護室から一週間くらい出て、今度は病院の仲間と一緒にあって、普通はそこで差別されるんだな。自分でもよく思うな、「山谷の人間だから」って。だけどそれが差別がないんだな。差別されないでさ入院させてくれたよ。

差別されない体験によりIさんの心に感謝の心が芽生えた。そして、看護婦や他の患者との触れ合いが始まった。

それがやっぱり自分の感謝に出てくるわけでしょ。有り難いなって。

だから、じゃあ俺手伝うよってさ。おばさんと一緒に毛布交換したり。身体障害者もいっぱいいるわけだ、結核と精神科だから。散歩で車椅子に乗って、「看護婦さん俺が押してやるよ」って散歩したりさ。そういうふうになると評価されてくるんだな。だから看護人みたいになっちゃうんだよ。

「Iさんは大丈夫だから」って。「散歩行ってきな」とか。帰ってきても調べねえしさ。ああいうのは信用だろうと思うんだよ。

入院中、Iさんは病棟のA婦長に2回程AAのミーティングに連れて行ってもらったことがあった。この頃はまだミーティングの必要性も一般的には理解されておらず、周囲の反対を押し切ったことだった。そのA婦長の苦労はIさんにも伝わっており、強い信頼関係ができた。退院後も、「母親」や「姉さん」のような存在となったA婦長と、毎月のように待ち合わせて会って話をしてきた。「俺はやってるよ。頑張っているよ」と伝えたい気持ちからだった。しかし、3年経った時、A婦長は待ち合わせの場所に来なくなった。Iさんは自分の自立と成長を促すためのものだったと考える。

やっぱりそれじゃあ大人にならないからって考えたのかな、相手が・・・後

で分かるもんな。それは一つの甘えでさ、まだ子供っていう感じの甘えを受け入れてくれてたんだな。でも、それじゃあしょうがないから、今度自立させるにはっていうんで、切られたんだなって。

退院して10年近くたった時、Iさんがメッセージを送ったラジオ番組を偶然聞いたA婦長が山谷マックを訪ねてきた。

うれしかったなあ。心の中に入っているんだよ。思い出すときが必ず来るんだよ。それでいいんだよ。思われているんだよ。

会ってなくても心の中で相手の存在を感じる、そんな関係を築き上げた触れ合いだった。

4. アルコール依存症からの回復

45歳からの再出発。退院後、A婦長の勤める三ノ輪マックに通うようになった。しかし、1か月経った時「自分で酒なんて止められる。1年間病院でも飲まなかったんだから」とミーティングを抜け出してしまい、表に出た途端酒に手を伸ばしていた。一晩でブラックアウトしてしまい、どうやって帰ったのかすら分からなかった。翌朝Iさんは自分でアルコール依存症だと認め、それからは自ら進んでミーティングに通った。Iさんにとって「命の恩人」であり「育ての親」となるミニ神父とはこの三ノ輪マックで知り合った。

三ノ輪マックでマック・プログラムを終了したIさんは、仕事を見つけて自立した生活を送るようになった。夜はAAのミーティングに出て、アルコール依存症者にとっては「生きるための道具」である12ステップを踏んでいった。

4-5ステップはそれまでの生き方を紙上に記し過去の棚卸し表を作り、信頼できる仲間へ告白するといった作業である。このステップは、今までの自分の生活や人間関係を振り返り、反省するために行うため、正直になる能力が残っていれば回復することができる。新しい生き方を始めるためには必要なことであるが、「人間らしく生きることができない」までの体験をしたIさんにとっては「苦しい」作業であった。しかし、ミニ神父と仲間の支えによってやり遂げることができた。

無我夢中だったですね。自分の苦しみを聞いてくれるのかと・・・過去を正直に話さないとその苦しみを墓場まで持っていかなくてはならないと。だから新しい生き方をしていくためには身軽になりなさいっていうことだね。これはね、本当に苦しい作業だったと思いますよ・・・人に迷惑を掛けたり、自分のだらしない生活ですね。人間、人に言えないこともありますよ。悪いこともしたしね。お酒の為に、一杯のお酒が飲みたくて人のお金に手を掛けたりもしましたよ。そういうものを正直に話していったと思いますよ。

(NHKラジオ '90. 11. 22)

「苦しい作業」が終わった時に、Iさんは肩の荷を降ろすことができた。それは、Iさんにとって「何か背中に背負っていたもの、苦しみ」が取り除かれたような感じであった。Iさんは「苦しみを取り除かないと、やっぱり回復することは出来ないんじゃないか」と思っている。

Iさんは、4-5ステップをしたことによって見えてきた性格の欠点を「嫌なことに対して弱い。逃げてしまう」と気づき、仲間への伝言も電話ではなく、直接訪ねてするなどの訓練をした。6-7番目のステップである。そして仲間からの感謝の言葉を聞き、「行動の苦しさが取り除かれる」経験をした。その経験を通して「自分では変えられ

ない・・・自分以外の力が必要だ」と気づいた。ステップの中では神様が性格上の欠点を取り除いてくれると書いてあるが、Iさんは仲間の力も同じであると感じた。そして、感情のコントロールができるようになった。

8番目は「傷つけてきた人達に対して埋め合わせをする気持ちになった」というステップである。Iさんにとって忘れられない存在は子供だった。子供を10歳までしか育てず、しかもその中で「飲んだくれの父親」だったため、迷惑を掛けてきたという思いがあった。この時既に離婚から15年の年月が経っており、Iさんには知らないうちに3人の孫がいた。Iさんの埋め合わせは別れた妻へ手紙を出すことから始まった。初めての返事には「今さら・・・」そんな言葉があった。それでも月に一回、「わずかなお金」を入れて便りを送り続けた。1年後に返ってきた手紙には「毎月の送金ありがとうございます」と変わった。Iさんは「今の自分の生き方を信じて認めてくれたのかな」という思いで送金を続けていった。

そんな中、「会いたい」という気持ちが生まれてくる。手紙にその気持ちを伝えるが、返ってきた言葉は「過去のことを振り返っても仕方がないでしょう。お互いに幸せの道を歩いていきましょう」というものだった。

その時に私は目の前が真っ暗になるっていうかな、私の心の中では、もう一回縋りを戻したいと、こういうものがあったと思いますよ。そういうものを蹴られたことで本当に目の前が真っ暗になりました。(NHKラジオ'90.11.24)

しかし、傷ついたIさんの心は時間によって癒され、今度は自分自身の人生に目覚めることができた。

曇りが取れていく中でね、今度気がついたことは、「これからが私の生き方なんだと。今までは埋め合わせだとか、自分の生きるために必要なことをやってきたけども、これから本当に自分の為に生きられるんじゃないかと」そういう考えが出てきましたよ。(NHKラジオ'90.11.24)

こうして、家族への償いは「会わないこと」「名乗り出ないこと」そして「飲まずに生きること」だと考えるようになった。今でも「償いは、迷惑を掛けた人に直接しなくても違う人にできるのではないか」と考え、山谷の人々に手助けすることで埋め合わせを続けている。

5. マックの仕事に就く

お酒を絶って2年たった時、マックのミニ神父から「山谷にホーム（現在の山谷マック）を作りたい。手伝ってもらえないだろうか」と頼まれ、Iさんは仕事を辞めてボランティアで三ノ輪マックに通った。しかし貯めていたお金もなくなり、再び仕事に就いた。その時始めたのは鞆屋で、一軒家を借りて道具も揃え、得意先もできた。ところが、1年程経った時、再びミニ神父から、山谷にホームを作るのでしてもらえないかと頼まれた。丁度鞆屋も軌道に乗りはじめた時だったためにIさんは悩んだが、「偉いと思っている」ミニ神父が頭を下げている姿を見て、山谷マックの仕事を引き受けようと決心した。

昭和57年9月に竜泉ホーム（山谷マック）がオープンし、Iさんの住み込みの仕事が始まった。Iさんは47歳になっていた。ホームでは毎日、小さな子供をもつ母親のように忙しく働いた。朝早く起きて食事を作り、昼は施設の仕事やミーティングの司会をして、夜はAAのミーティングと一緒にいき、帰ってからはみんなを寝かしつけた。1番早く起き

て、1番最後に寝る日々だった。そして、山谷からお酒を止めたいと言ってホームを訪れる人達をお風呂に入れたり、下着を替えてやったり、お粥を作って食べさせたりするなど、かつてのIさんが病院で受けたことを行っていった。

夜のAAのミーティングは近所にまだミーティング場がなかったため、34-35人もの集団を中野まで連れて行っていった。しかし、途中電車の乗り換えの時などに毎日4-5人はお酒を求めていなくなった。そのため、お酒を止めたい人をスカウトするため、朝の5時から出かけ、以前山谷で共に路上生活をしていた仲間を誘っていった。

また、山谷から来た寮生は特にミーティングを嫌うため、午後のミーティングを作業にしようと試みたこともあった。Iさんの靴屋の道具があったため、小銭入れを作りはじめた。Iさんが朝早くから浅草に出かけ、ごみ箱から靴屋の革のオトシを集め南京袋に入れて自転車の後ろに積んで運んでいた。

しかし、どんな努力をしても、朝早くから夜中まで働き続けても、毎日34-35人中5人はスリップ（お酒を飲んでしまうこと）して消えていき、自立者は一人も出なかった。Iさんは疲れきって「もういつ辞めようか」というところまでできてしまった。丁度その時、3年目にして初めての自立者が出た。この一人の自立者がIさんに「おっきな喜び」をもたらした。その頃のことを振り返ってIさんは次のように話している。

三年間で初めてね、自立者が出たわけなんだよね。そこまでは本当に支える方が、もう本当にどうにもならない状態だな。苦しくて。何だろうってさ。いくらこう支えても良くなならないっていうさ。だけど、三年目の時に、初めて一人の仲間がうまくいって、更生したわけでしょ。すると、その時の喜びだよな、やっぱりな。「あー、やってよかったよー」ってなるんだよ。三年間の苦しみがさ、ほんの一人の喜びに変えられちゃうんだよ。一瞬にしてその一人の希望が出たために俺は救われたわけなんだよ。本人も嬉しいだろうけど、支えて世話した方の人間も嬉しいわけだ。喜びをもらえるわけだ。

そして、この様な喜びを「もらえる」なら、「よし2人目、3人目」と次の目標に向かって、気分を新たに仕事を続けていった。この苦しみの後の喜びは、今でもIさんの原動力となっている。

6. 山谷マックの仕事が“自分の本物”となる

マックの仕事を始めて5年後、転機が訪れた。マックを作りIさんを支えてきた父親的存在のミニ神父がアメリカに帰ったのである。そして、マックの支援組織であったメリノール教会も、それぞれのマックに自立を促してきたのである。

その頃は三ノ輪に会計事務所があり、山谷マックはそこに必要なお金をもらいに行っていた。限られた予算で「オミオツケ一杯作るお金も、ボロ雑巾一枚買う余裕もない」状況だった。またスタッフも、給料も十分に出ないということもあり次々に辞めていった。

Iさんの忍耐もこの時には限界に達し、仕事を辞めようとして決心した。三ノ輪マックの責任者であるYさんとシスターTを呼び出して「今まで俺はやってきたけれどもこれが精一杯だから、仕事を辞めさせてくれ」と言った。Yさんは職員を代わりに入れるだけの運営力も保証もないため、山谷マックを閉めるしかないと決断した。しかし、その決断を聞いた瞬間、Iさんの脳裏に山谷での体験と、今でも山谷で苦しんでいる多くの仲間の姿が浮かんだ。

「じゃあ、閉めるから」って言った言葉に、今度は俺から出たのが、思いやりなんだよ。ね、思いやりだけなんだから。「じゃあ、何だ。山谷の人間は助からねえじゃねえか」と。「山谷の人間はここを潰したら助からねえじゃねえか。んな馬鹿なことできるかよ」ってなったわけよ。「んじゃあしょうがねえだろ、やるしかねえだろ」って。

Iさんは山谷マックを続けるかわりに条件を付けた。山谷マックの金銭面での独立である。「できるかできねえか分かんねえけども、まず1年かけて自立っていう目的でこの運営をやってみます」と「すごい決心」をした。

どうやって資金集めをするか考えていた時、シスターHが派遣されてきた。シスターTの計らいだった。そして2人でバザー等でお金作りを始め、1年間で独立することができた。それからIさん自身の意志でやる「本物」になった。

それから俺の本当の苦しみだな。運営を抱えて、養わなくちゃならない。そこでまた一つの目的ができたから、今度は自分の、本物だろ。本当の自分の意志でやるものだよ。だから、張り合いがあるしさ、だからその苦しみも・・・苦しみなんて、苦しんでいられないんだよ。

この危機を乗り越えたIさんの心の中では、自然とこの仕事を続けることを受け入れられるようになっていた。ミニ神父から洗礼を受けていたこともあり「生かされている」自分のやるべきことが見えたからである。

俺は生かされている、俺の命じゃないんだからって。だから生かされているんだから与えられたものは受け入れなくちゃなって。俺の人生も助けられた命だから。助けられた命だから、今度は助ける。人を助けるっていうものを与えられたんだろうよ。与えられたものは努力してやるしかないんだよ。それが、俺の今の宿命だな。

こうして召命を受け入れたIさんは、どんなことがあっても心穏やかに乗りきることができるようになる。寮生に、山谷マックの資金50万円も入っている金庫を持っていかれたこともあった。その寮生は警察に捕まるが「これはうちの人間で、私がお金を預けたんだ。そのお金を持っていて、お酒を飲んで落としたんだろう」とジャン・バルジャンを救った神父のように警察に話した。この寮生への対応を通して、Iさんの人との関わり方、心の持ちようの基本的なものが見られる。

許したよ。だけど許しても、その人間は自分の心で「本当に許されたんだ」と、俺みたく許されて命が授かったんだと受け入れられれば、またよくなるよ。自分のやったことは必ず自分に戻ってくるんだな。神様は心、心だから。だから神様は裁かないよな。裁かれるのはやっぱり自分自身なんだよ。苦しいでしょ、泥棒やったっていうのは。それは永久に苦しいわけ。苦しいのが裁かれているわけよ。本当の裁かれるっていうのはそこなんだよ・・・人間っていうのはどんな人でも自分のためになるわけ。必要な人なんだよ。何か教わっているんだから。こういう人間になるなよって、自分がやって俺に見せてくれているかもしれない。取りようなんだけどさ。そういう心を、それが持てれば心っていうのは満たされているわけよ。ね、いつも心を清らかにしていなくちゃいけないんだって。そういう人になりましょうよってさ。

そしてIさんは、「人を思うから自分も救われる」と信じている。

たくさんの苦勞を乗り越えて、山谷マックの仕事を、「与えられたもの」であるが「自分の意志でやるもの」であり「本当に自分にとっても大切な仕事」だと捉えなおしたIさんは63歳となった今でも、現役で仕事を続けている。

7. 飲まない生き方の中で“子育てという生きがいをもたらえる”

山谷マックには「俺は酒を飲むのが生きがいなんだ」「酒があるから生きているんだ」「他のものは止めても酒だけは手放したくない」と言っていた人々が、酒に破壊されてやって来る。そしてお酒を止めることで「人間として通用してくる」「喜びを感じる事が出来る」ようになり「酒を止めることが生きがい」となっていく。Iさんは、彼らが新しい生き方を見つける「やり直しの人生」を手助けしている。この手助けは相手の内面まで関係することなのでとても深い。「正しい」からと「ものの道理」だけを教えても相手に分からなかったら意味がない。「どこまでいってもその人間を生かさなくちゃなんねえ」から、傷つけないように教えなくてはならない。「人間が目覚めるには苦しみが必要」であるため、酒に追い込んでしまわないような苦しみの与え方をしなくてはならない。この苦勞が大きければ大きい程、その人が回復した時の喜びは大きい。

このように奥深い自分の仕事をIさんは「子育て」と考えている。

アルコール依存症の生きるっていうのは・・・飲まない生き方っていうのは初めてだよな。ゼロから出発するわけだ。やり直しの人生なんだよ・・・子供を育てるのも、ここで世話をするのも同じなんだよ。ここは、第二の人生、赤ん坊の人生なんだから。

そして、世の中の親が子供を生きがいに感じるように、Iさんの生きがいも、回復して自立していく“子供”の姿を見ることであり、Iさんはその生きがいによって生かされている自分を感じている。

親はね子供に生きがいをもらって生きるっていうことなんだけど、それと同じ様に考えられるんだよ。子供がいるから自分が生かされるんだけど、逆に。一生懸命やるっていうことを子供にもらうわけだよ。子供が何もできないから、一生懸命子供のために自分がやるっていうことなんだけどさ。本当の意味で自分の為にもなっているっていうことだよな。育てていって、年頃になってさ、大人になったときに、やってきたことに対して自分が良かったなあってさ、それが生きがいなんだから。

Iさんは、我が子を育てることは出来なかったが、自らのアルコール依存症の経験を活かして、今「子育て」をしながらIさん自身も成長し続けている。

俺は子供を育てることができなかったけれども、自分の今の飲まない生き方の中で、生きがいをもたらしている。よくいう親の生きがいってこういうものなのか、ああ、こういうものなのかと・・・

Iさんは我が子を育てることが出来なかった代わりに、多くの子を育てている。その巡り合わせにIさんは神の存在を感じている。

8. Iさんを育て、Iさんの力となっている人々

Iさんは山谷マックの子育ての中で、母親と父親両方の役を果たしている。「子育ては自分が育ててもらったことを思い出し、両親のイメージを使ってやるもんだ」と言ってい

る。Iさんが母親からもらったものは、山谷マックで仕事を行っていくのに必要な生活力と「厳しさ」だった。

俺のおふくろはきつかったけども、あの厳しさが俺の今の力になって、こうやってできるんだなって思うとさ・・・

食事作りや針仕事等、山谷マックの仕事を行っていくのに不自由を感じることはない。12人分のお弁当を素早く作るIさんの姿は、山谷マックの“お母さん”である。

Iさんは、父親が子供に与えてやれるものは、「人生を触れ合いながら生きていく」ことで、「お金じゃなくて、道徳のようなもの」「肌身で感じて、心で答えが出てくるもの」だと考えている。Iさんがこのように考えられるようになったのは、ミニ神父との触れ合いと、その中での思いやりがあったからである。

俺はミニさんとここで5年間毎日仕事やったわけだ。もーいつ辞めようかって。おもしろくねえ、外人とさ・・・建前でさ。肉だとか外人と一緒に食ったってちっともうまくなんかねえって、俺喧嘩したこともあったよ。「俺は割りそば食いてえってんだ」とかさ、「塩辛食いてんだ」とかさ。「何でこんなに合わせなきゃならねんだ」ってさ。でも、塩辛買ってくれたり、俺がミニさんの所に行くときはお新香買っててくれたりさ。そこまで思いやりを持ってくれてたわけでしょ。

Iさんは、その時には分からなかったその思いやりを、ミニ神父がアメリカに帰ってから感じるようになった。そして、その思いやりの中で育てられてきた自分に気づいた。

5年経ったときにミニさんアメリカに帰ったんだよ。日本での任務は終わりなんだと。帰って、自分でやり始めてここの厳しさを感じたよ。ミニさんの存在っていうのは俺にとって何だったんだろうと・・・「育てられたんだな」と思った。5年間育てられたから俺は今できるんだと。それでも、1人ではできないけどね。その曲がりなりにもできたんだと。答えが出てきたんだよ。俺にとって大切な人物だったんだな。

Iさんはミニ神父やシスターHとの触れ合いを通して、血はつながっていなくても、親、兄弟になれることを感じる。

生活していると兄弟にもなれるし、親にもなれるんだよ。産みの親より育ての親って言うけれども、本当に親になっちゃうしな。(シスター)Hとかは、俺はあんまりそういうこと口に出して言わないけれども兄弟みたいだな。

10年間喧嘩しながらやってきたんだ。そうしないと成れないよな。

「“人間としての触れ合い”により生きがいを“もらえる”という答え」を出したIさんは、山谷マックで生まれ変わっていく人々の“育ての親”になっている。

9. 今とこれから

現在、山谷マックは定員12人で、常に満員である。スタッフは、Iさんの他にシスターH、最近山谷マックを卒業したKさん、そして臨床心理士の資格をもっているSさんがいる。スリップしていく人は年間数人で、アルコール依存症の回復は3割いけばいい方なのだが、それをはるかに越える良い成績をあげている。また、多くの支援を受けており、夕食を作りに来てくれるボランティアのお母さん達や、毎日幾つも送られてくる宅急便、献金等をはじめ、聖心会という支援組織もできており、山谷マックが年末に送る便りの数は、

1200通にも及ぶ。

最近平成10年11月17日にアルコール依存症をテーマにした30分間のTV番組に、山谷マックの寮生やIさんがインタビューを受けたものが放送された。Iさんは今までにラジオで30分間のメッセージを送ったり、新聞のインタビューにも応じているが、ラジオ放送ではアル中をさらけ出すことに抵抗があり、何よりも兄弟に迷惑を掛けるのではないかという心配があって、本意ではなかった。テレビのインタビューも10回程断っていたが、今回「残された人生の中で、1回だけやってみよう」と「大きな勝負」に出た。実際には、テレビに出ることでの問題は生じず、マックの存在を知って訪ねてくる人もいた。「こんだけ大きなメッセージできて良かったな。これでもう俺は満足だよ」と充実感を感じていた。そしてこのTV放送によって思いがけないうれしい知らせが入った。2年後に山谷マックの大家さんが建て替えて予定していた。4階建てにするので、マックには3-4階を使って欲しいと言われていた。しかし、Iさんは毎日送られてくる献品を階段で運べないので、引っ越すしかないと思っていた。それが、偶然にもこのテレビ放送を見た大家さんが「両親が建てた病院が（山谷マックの建物は元産婦人科の病院だった）、今、人のために活かされていると感じた。1-2階を優先して使ってください」と。しかも「設計もお任せします」と言ってくれたのである。

2年後の移転の問題は今の山谷マックの一番の問題であり、Iさんの悩みであった。それがテレビ放送で思いがけず好転したことで「心動かしているんだよな。金は動かないかもしれないけども、心は動かす」と嬉しそうに話してくれた。そして心を動かしたのは、自ら手に汗して地道に努力を積み重ねてきたからだ、Iさんは考えている。

だからそれは、ここを16年やってきた、俺の人生だろうと思うんだよ。

お金ばかりに目的持つとかさ、きれいになってとかさ、そういう目的だとかじゃなくて、こうやって地味でさ真っ黒けになってさ、コチコチやっても、そうやっておっきな喜びをもらえるんだから。

Iさんの今の生き方がよく表れている言葉だった。その生き方の変化を自分でも「そういう風に俺が変えられたんだな」と言っていた。

この山谷マック建て替えて、Iさんは、みんなで今まで苦しんできた経験を活かして「死んだ人間が生き返る」ような日本にまだない新しいプログラムを作ろうとしている。「夢があれば問題にはこだわらずに出来る」「終わったことは後悔じゃなくて反省だよ」と夢を持ち、失敗から学ぶ姿勢を大切にしている。

いくつになっても夢があるIさんの最期の夢は

「止めて良かったなあ」って、最期これだもん。止め続けるのは難しいけども、生涯新しい命の中で、止めて、飲まないで、天国に行くっていう、俺の生きが良かったなあってさ、なると思う。笑って、涙ポタポタこぼしながら、「あー満足だ」っていう顔をして、そうやって天国に行けたらな。

今までの苦労を物語っているような深いしわを刻み込んだ顔に、キラキラ輝く瞳があった。63歳とは思えないエネルギーに満ちていた。

VI. 考察

Iさんの生活歴を前にして、私はIさんの生きざまに圧倒され、感動し、心が揺さぶられている。Iさんの生きがいを考察するのは、持てる力の限界を感じているが、ここでは自分のできる範囲で考察したい。

Iさんの生活歴から、Iさんの「生きがいをもって生きようになるまでの過程」と、「生きがいを支えるもの」が見えてきたので、それについて考察を加えたいと思う。

A. 生きがいをもって生きようになるまでの過程

Iさんの生活歴をまとめると、Iさんの生き方の変化の観点から、おおまかに4つの時期に分けることができた。人間らしく生きることが出来なかった時期、自尊心を回復する時期、自分を正直に見つめ直し苦しい作業を乗り越える時期、そして最後は新しい生き方が始まる時期である。

1. 人間らしく生きることが出来ない時期

Iさんはこの時期、酒に破壊され、多くの苦しみを味わい、多くの大切なものを失った。身体的には、路上生活で寒さと闘い、酒以外は喉を通らないため痩せ細った体になってしまっていた。そして精神的には、大切なはずの家族よりも酒を選んでしまい、「今度こそお金を貯めよう」と思うが思うだけでできず、山谷から抜け出せないでいた。そして、世の中を諦めてしまい、死にたいと思っても死ぬことすらできない自分に愛想が尽きていた。そして、警察から「お前は何の価値もない」と言われても「そうだな」と素直に認めてしまうまで自尊心を失ってしまっていた。Iさんは自身を「一度死んだ人間」と言っているが、「人間らしく生きていく」ためには何が必要か分かっているが、体は酒だけを求める。その矛盾の中で、確かに心は死んでいた。

このように多くのアルコール依存症者は、多くの大切なものを失う経験をしている(Bluhm, 1992)。Iさんの場合、失ったものは自尊心、家族、職業、健康などであった。特にIさんの「人間らしく生きていくことができない」という言葉から、自尊心の喪失は大きかったと思われる。

2. 自尊心を回復する時期

Iさんは、失った自尊心を、最後となった入院生活を機に取り戻すことができた。ここで病院の看護婦や患者たちが、今までは自他共に生きる価値のないと思っていた自分を「差別」せず「信用」して「人間として扱ってくれた」のである。こうして、傷ついた心は癒され、人に対する感謝の気持ちが生まれ、そして人と触れ合えるようになった。

アメリカのあるアルコール依存症回復施設の施設長が「ここはアルコール依存症によって失われた自尊心を取り戻すための場所です」と言っているように、自尊の回復は、アルコール依存症の人にとってとても大切なものである。Satir(1972)は、自尊心は、自分を受け入れ、他者を尊敬する基盤となり、人間が生きていくには大切なものであるとしているが、Iさんも自尊心を取り戻すことで、後に自分自身と向き合う作業をやり通すことができ、人の思いやりに気づき、自身も他者を思いやるようになっていったと思われる。

3. 自分を正直に見つめ直し、苦しい作業を乗り越える時期

退院後、IさんはA婦長の母親的存在に支えられ、三ノ輪マックに通うようになり、やり直しの人生が始まった。一度はスリップしてしまうが、そのことから飲酒をコントロールできないと痛感し、自分自身でアルコール依存症だと認めた。その後は進んでミーティ

ングに参加し、ミニ神父や同じ苦しみを乗り越えようとする仲間の支えがある中、ステップを踏んでいった。4-5ステップでは、自分の過去を紙上に記し、他者に話して棚卸しを行った。自分を正直に見つめる苦しい作業であるが、終わったときには肩の荷が降りて楽になれた。6-7番目では自己の欠点に気づき、自己を変えていく訓練も行った。ここで、自分だけでは変えられない、自分以外の仲間の力を感じた。8番目のステップでは、昔の家族に埋め合わせを行った。ここで元妻から「お互いの道を歩いていきましょう」と言われるが、このことでIさんは「これからは私の生き方なんだ」と新しい人生に目が向くようになった。

この回復のステップの中で、Iさんが自分を正直に見つめ、過去を紙上に記していった作業は、神谷が生きがいを見出していく過程で述べている「裸の自己と対面する」に該当すると思われる。この裸の自己との対面とは、ありのままの自分を見せつけられることで、その結果、人によって、浅くごまかす、そっと隠し再び仮面を付けて生きる、厳しく自己を見極めあるがままの自己を自己弁解もなく受け入れる、等の態度をとる(神谷, 1980)。

「厳しく自己を見極めあるがままの自己を自己弁解もなく受け入れ」ているIさんの今があるのは、自己を正直に見つめ、それを他者に話す棚卸しなどを行った結果だと思われる。

また、自分を見つめる作業は、Iさんにとって非常に「苦しい」ことでもあった。しかし、Iさんはこの苦しさから逃げ出さずに作業をやり通し、その経験から、「人間が目覚めるには苦しみが必要だ」と苦しみの持つ意味を理解した。今では、新しい生き方を求めて山谷マックを訪れる寮生たちが苦しい作業を行えるよう手助けをしている。神谷は、人間が真にもものを考え自己に目覚めるには苦悩がきっかけとなるとしており、新しい出発点を見出そうとするならば、「やはり苦しみは徹底的に苦しむほかないもの」としている。Iさんにとっても、苦しさから逃げずに、自己を正直に見つめ直すことは、新しい生き方と新しい生きがいを得るための通過点として必要なものであったと思われる。

4. 新しい生き方が始まる時期

こうして新しい生き方をしていくためのAAのステップを踏んで身軽となった時に、山谷マックの仕事が「与えられた」。自分の思いが実らない日々を過ごす中、3年目で1人の自立者が出て初めて苦勞が報われ、喜びを「もらえる」経験をした。5年目で、一度は辞めようと思つたが、山谷の仲間への思いやりから踏みとどまり、山谷マックの独立を成して自分の意志でやる「本物」となった。今では自立していく仲間の姿を見る喜びに生きがいを感じ、その生きがいをもらいながら生きている。お金などに目的を持たず「地味で真っ黒けになってコチコチ」やってきた16年間の人生が、「おっきな喜び」と生きがいをもたらした。その生きがいは「夢」をもって未来へとつながっている。

この時期にIさんは自分自身の命をも「与えられた」と思うようになり、自分が生かされている意味について「助けられた命だから、今度は助けるというものを与えられた」という答えを出している。それまでIさんがどのようなことに価値を置いていたかは分からないが、ここで「与えられる」「もらえる」という新しい価値観が生まれ、価値の転換が生じたと思われる。

神谷は、新しい生きがいを求めている人には、価値体系の変革が必要であり、この心のくみかえの体験を変革体験と呼んでいる。そして、このような苦しみと悲しみの体験をした人は、価値体系がすっかり変わり、人間らしい、素朴な心を持ち、人間の持ちうる、朽

ちぬ喜びを知っていることが多いとも言っている。Iさんの場合も、生きがいを見出す過程で、この変革体験が生じたと思われる。そしてその結果、Iさんは人と触れ合う喜びを知り、その触れ合いの大切さをアルコール依存症の仲間に伝えている。正に、人間らしい、素朴な心を持ち、喜びを感じて生きている人になったと思われる。

上記のようにIさんの生き方の歴史をたどると、新しく生まれ変わり、新しい生きがいを見出す過程には、自尊心を取り戻すこと、自己を正直に見つめ直し苦しみをぬくこと、価値の転換が起こることが分かった。

B. Iさんの生きがいを支えるもの

Iさんの生きがいを支えてきたものとして、“喜び” “人との触れ合い” “神の存在” が挙げられると思われる。

1. 喜び

Iさんの生きがいの原動力は喜びである。Iさんが初めて喜びを感じたのは山谷マックを始めて3年たった時だった。それまでの長い苦労を一瞬にして「やってよかったなー」と充実感に変えてしまったという1人の回復者から「もらった」喜びは、Iさんの子育ての初めての実りだった。そしてこの時の喜びは、「2人目、3人目へ・・・」と未来への希望につながっていった。今でも、苦労すればする程もらえる「おっきな喜び」はIさんの継続の力となっていて、Iさんは毎日の大変な子育てを続けている。

神谷は、あらゆる生きがいに喜びが参与し、生きがいには未来に向かう心の姿勢があると言っている。Iさんの喜びも、Iさんの心を未来へと向かわせ、Iさんにとって大きな力となっていると思われる。

2. 人との触れ合い

Iさんが新しく生まれ変わり生きがいを見出すには、多くの人々との触れ合いと、その中での思いやりがあったからではないだろうか。病院でそっと下着を持ってきてくれた看護婦、Iさんの回復を願い、退院後も話を聞いて支え続けたA婦長、そして父親的存在でIさんの回復を側で支え、Iさんの好きなお新香を用意するなどの思いやり溢れるミニ神父。この人々に代表される人との触れ合いで、Iさんは人の暖かさや思いやりを知り、支えられ、アルコール依存症から回復して新しく生まれ変わることができた。また、生まれ変わったIさんの生き方を支えているのも“人”である。シスターH、母親、回復者、山谷の仲間、昔の家族、山谷マックの支援者等たくさんの方がいる。現在もIさんの傍らで支えている人もいるが、たとえ近くにいなくても、Iさんの「心の中で生きて」支えとなっている人々もいる。Iさんは、どんな時にも思いやりの溢れる触れ合いに出会い、そしてIさん自身もそのような触れ合いを求め、相互に行き来する交流を持てるようになった。現在Iさんは、「人間としての触れ合いがあったからこそ生きがいをもらえた」という答えを出して、ミニ神父から受け継ぎ、多くの人と育んできた思いやり溢れる触れ合いを、育ての親として山谷マックの子供たちに伝えている。ただし、「触れ合い」は一方通行では生まれないので、Iさんをはじめ、山谷マックで回復した人には、相手の思いを受け取る力と相手に思いやりを返せる力があってこそ「触れ合い」が生まれ、生まれ変わる力となったと思われる。

神谷は人との触れ合いを愛と言ひ、人を真に支えうるような愛は、かけがえのないものとして相手をいとおしむ心、相手をその最も本質的な生命に向かって伸ばそうとする心で

あるとしている。癩診療所で精神科医として勤務していた神谷は、そこでひっそりと穏やかに日々を送っている人々を支えているのは、お互いの間の暖かい心の交流や、看護婦たちの苦勞の多い骨身惜しまぬ世話であるとし、そしてそこには愛の光があり、愛の光なしには人間が生きがいを持って生きて行けないと言っている。

山谷マックにも愛の光は溢れている。「人との触れ合い」は、Iさん自身の回復と生きがい双方に必要なもので、同時にIさんの子供である山谷マックの仲間の回復にも必要なものであると思われる。

3. 神の存在

Iさんが、どんな困難にも心穏やかに乗り越えられたのは、神の存在と信仰心があったからだと思われる。神によって「生かされている」自分は「与えられたものを努力してやっていく」しかないと言った山谷マックの仕事を一筋にやってきた。Iさんは「自分のやったことは苦しみになって自分に戻ってくる。苦しみが裁かれているということなんだ」「どんな人でも自分のためになっている。何かを教わっているんだよ」等の受け取り方をしており、Iさんの心はいつも心清らかに満たされている。また、回復していく仲間からは喜びを「もらい」、そして自分の思いが通じない仲間に対しても「彼にも神がついている」「彼には彼の運命がある」として見守る姿勢を持ちながら関わっている。その姿勢があるからこそ回復率の低いアルコール依存症の回復の手助けができていると思われる。

信仰が生きがいを支えることは神谷も言っている。神谷は、宗教の果たしうる最も本質的な役割を、人格に新しい統合を与え、意味感、すなわち生きがい感を与えることとしている。さらに神谷は、宗教とは単なる思想や理想の意味を超えて、人間の心の世界を内部から作りかえ、価値基準を変革し、ものの見方を変え、人格に新しい重心のおきどころを与え、新しい統合をもたらし、世界に対する意味付けまで変えるとしている。この変革体験で、多くの人は「もはや自分が生きているのではない。他者に生かされているのだ」と感じ、そのような他律的な生き方こそ真の自己としての道であると感じており、変革体験は、生かされていることへの責任感である使命感を伴っているとしている。

Iさんの場合も、“神の存在”によって新しい価値観を得て、それによって「助けられた命だから、今度は助けることを与えられた」と「宿命」すら感じている。そして、新しい価値観によって得られた「与えられる」や「もらえる」という心の持ちようは、Iさんの新しい生き方の土台となっている。

C. Iさんから学んだ看護に対する心の持ちよう

多くのアルコール依存症者の回復への一歩は、病院で身体的にアルコールを抜くことから始まる。この時に私たちが何を一番大切にしなければいけないのか。自尊心を失い、人間らしく生きることが出来なくなった彼（彼女）らに、差別しない、信用する、など人として尊重しながら、思いやり溢れる触れ合いをしていくことで、少しでも彼らが自尊心を取り戻せるように援助していかなければならないと思う。また私たちは、彼（彼女）らがアルコール依存症から回復するには、自己を正直に見つめ直す「苦しい作業」が必要であることを十分に理解しなくてはならないと思う。そして退院後は、苦しみを分かち合える仲間がいる自助グループにつなげ、そこで彼（彼女）が苦しい作業を行っていきけるように側で支える、あるいは側にいなくても心の中での支えとなり、力になれるような存在にならなくてはならないと思う。

最後に、看護を行っていくにあたっての心の持ちようをIさんの言葉をお借りして、考察を終わらせたいと思う。

人間命ってさ、命が復活するものだよ。誕生するわけだからさ。その手助けをする仕事はすごく素晴らしいものだと思う。人間の世話をするっていうことはさ、大事な仕事なんだから。大事な仕事なんだよ。お金で買って返せるような仕事じゃないんだよ。人間の触れ合っているのはそういうもんだよ。白いの着て帽子かぶって素晴らしいとかさ、そんなイメージでやってたら、患者さんと触れ合えないよ。・・・厳しいことから喜びをもらえるからね。本当に。泣くようなことがあってさ、辛くて辛くてさ。辛い後に喜びがあるんだよ。喜びの後には喜びはないから。その辛さを耐えるって事は、何か考えないと。「これをやったら一人助かる」とか「私は役に立たせて“もらってる”」とかさ。それが俺たちのステップなんだよ。

VII. おわりに

“生きがい”というテーマはとても難しいものだった。今まで自分の生きがいについて、はっきりと答えを出したことはなかったが、漠然とした中でイメージするものは「自分がこの世に生まれ、生きている意味を感じることができるもの」というものだった。

私が始めて自分が生まれてきた意味について考えたのは、小学校4年生の頃だった。私は、赤い発疹が顔や手足などにでる遺伝性の皮膚の病気をもって生まれた。その病名がつく人でも、普通ならあまり目立たない程度なのだが、私は特にひどく、見た目ですぐに分かってしまうものだった。それを初めて友達から指摘され「リンゴ病」とからかわれたのが4年生の時だった。その時は、ただひたすら悲しかった。そんな私を家族は守ってくれた。抱きしめ、一緒に泣き、励まし、支えてくれた。

それでもやはり、心の傷は絶えなかった。皮膚に関しては周囲の人のどんな些細な言葉でも、過敏に反応してしてしまい、お化粧という仮面を被らずには、家から外へ出ることができなくなった。「どうして私だけが・・・」そんな思いの中、私は自分が生まれてきた意味の答えを求めずにはいられなかった。中学生になった頃、ようやく「私のように傷ついた心を持つ人に、何かできる人間になりたい。なるべきだ。そうするために生まれてきたんだ」と思うことで、辛さを紛らし、苦しみを別なものへ変えられるようになった。看護という道に進み、今までやってこれたが、今回“生きがい”というテーマにしたのは、もっと確かなものが欲しいという漠然とした思いがあったからだろうと思う。

Iさんの話を聞き、その話の意味するもの考えたことによって、私はやっと心の底から、自分が人と違ったものをもって生まれたことを受け入れられたような気がする。そして、たとえ同じ苦しみを味わわなければならない子供を産んだとしても、私はその子に堂々と、生まれてきたことの素晴らしさを伝えていけるのではないかと思う。以前ある医師から「あんたはずれクジを引いたんだねえ」と言われたことがあった。でも今の私は“当たりクジ”だったと思える。それは、私が皮膚のことで悩んで苦しんだからこそ、Iさんと出会え、心の触れ合いができたからだと思えるからである。これから先、恋愛、結婚、出産、育児・・・様々な局面を迎えた時、きっと皮膚の問題はその都度私の心に容赦なく傷をつくっていくだろう。それでも私は、この皮膚をもって生まれたことを誇りに思い続けたい。

私が小さな頃抱いた「傷ついた心をもつ人に何かできるようになりたい」という思いは今でも変わらない。Iさんとの触れ合いから、人がどんな触れ合いの中で癒されるのかを感じることができたことで、まずは一步近づけたような気がする。まだまだ胸を張って「これが生きがいだ」と言えるものを持っていないが、おそらく私の生きがいは人と心を通わせる喜びの中にあるのではないかと思う。これから看護婦として社会人になるわけだが、Iさんから頂いた心を揺り動かす触れ合いの感触を忘れず、一人一人の患者さんとの出会いを大切に、心から触れ合える人間になっていきたいと思う。

最後に、人間が生きることの本当の強さ素晴らしさや、触れ合いの素晴らしさを、頭ではなく心に教えて下さったIさんに、心から感謝したいと思います。また、いつも笑顔で迎え入れて下さった山谷マックのSさん、Kさん、シスターH、ミーティングに参加させて下さり様々な思いを話して下さった寮生や通所者のみなさん、私の悩みを聞いて励まして下さったリブ作業所のスタッフの方々に感謝します。そして、山谷マックに私を紹介してこの素晴らしい出会いを導いて下さった中嶋さん、本研究を指導して下さいました先生方に感謝します。最後に、この機会を借りて、私を産み、育て、守り続けてくれている両親と姉兄に感謝の気持ちを述べさせてもらいたいと思います。

引用文献

Bluhm, J. 土屋尚夫訳 (1992) アルコール・薬物依存症者に出会ったとき：ともに克服をめざす看護ガイド, エイド出版

神谷美恵子 (1980) 生きがいについて, みすず書房.

小林司 (1989) 「生きがい」とは何か：自己実現へのみち, 日本放送出版協会.

Satir, V. (1972) Peoplemaking, Science and Behavior Books.

本論文は著者の許可のもとに掲載されています。

無断で本論文を転載・配布・配信・改変等することはご遠慮ください。