

## 子どもと死について話す

家族が子どもと死について話す過程を助けるために、ボランティアが呼ばれることがあります。子どもは手ごわい質問をすることがあります。死や死にゆくことなど、難しい話題に関する質問には答えにくいものです。このような質問をされると、大人は落ち着かない気持ちで答えることとなります。次に挙げるガイドラインは、専門のカウンセラーが作ったものです。落ち着いてこのような話が進められるはずです。

---

### 死や死にゆくことを子どもと話すためのガイドライン

- ・家族が、死に対する自らの感情や態度をすでに受け入れていれば、子どもと死について話すことはそれほど難しくないとされます。
- ・親しい親戚や友人が亡くなる前に、子どもに死や死にゆくことについて話さなければなりません。
- ・「おじいちゃんは『長い旅』に出ているのよ」とか、「おじいちゃんは『眠ってしまった』んだよ」などの遠回しな言い方はやめましょう。子どもは言葉を文字通りに受け止めるので、そのような言い方をすると、その後、旅行に行くことや眠ることを恐れるようになることがあります。
- ・子どもと話すときには死ぬことと、年齢や病気を結びつけてはいけません。高齢者や年をとることを恐るようになったり、病気ということに漠然とした不安を感じるようになることがあります。
- ・激しい怒り、悲しみ、突然乱暴になるなど、子どもに行動の変化がみられた場合には、専門のカウンセラーに相談してください。
- ・子どもの行動の変化を理解してもらえるように、教師や遊び友達の母親に子どもが喪失感を味わっていることを話してください。
- ・絵を描いたり、詩を書いたりするなど、遊びや芸術を通して、子どもの感情を表に出させてあげてください。
- ・死期の近い親戚や友人のお見舞いに行ったり、葬儀や納骨に参列させる前に、こうした心の傷となるような状況へ子どもをさらす危険をよく考えてください。
- ・子どもの具体的な質問には答えてください。子どもにも喪失感を表に出す機

会を与えてください<sup>6</sup>

### 死や死にゆくことに対処する文化的、宗教的、精神的な差

要介護高齢者、主介護者、家族が、病気や死にゆくことや死についてどのような文化的、宗教的、精神的な展望をもっているとしても、介護支援ボランティアはそれを認め尊重することが大切です。

ボランティアは、死期の近い高齢者の生命維持装置を取り外したり、聖職者を呼んで「塗油」を施してもらったり、その家族の宗教団体のラビや長老に特別な祈りを捧げてもらうなど、文化的、宗教的、精神的な信仰に基づいて家族が選択した事柄を批判したり、感化させようとしたり、変化させようとするのではなく、支持したり中立の立場でいたりする必要があります。

精神性は、強い信仰や文化的な体験を持つ人にとって虚脱感に対立するものだと考えられます。辛い時でも希望を持ち、安らかな気持ちでいられるように、さまざまな信仰を持つ人は、精神力や援助、指針を求めて「大いなる力」に祈りを捧げるものと思われます。信仰を持たない人は、代わりに支援ネットワークに救いを求めます。

ボランティアは、主介護者、死期の近い要介護者、家族の宗教的ないし精神的な信仰を理解し、細やかな心配りをすることが大切です。

アメリカの至るところに宗教団体があり、そうした団体が困難な状況にある要介護者、主介護者、家族にボランティアによる介護支援プログラムサービスを提供することも少なくありません。精神的な支援や介護支援を提供する宗教界の組織には、The National Federation of Interfaith Volunteer Caregivers, the Shepherd's Centers, Senior Adult Ministries, Ministry to Nursing Homes, the Presbyterian Older Adult Ministry Network, Jewish Family and Children's Services などがあります。

文化的、宗教的、精神的な信仰には大きな差がありますが、いずれも死にゆく人や深い悲しみの中にいる家族を支援し、安らぎを与えます。ほかの人から深い同情を示されたり、誠実さや寛大な精神をもった無私無欲のサービスを受けることによって、大切な人を失って深い悲しみのなかにいる人の心に平安をもたらすことができるという信念はどの宗教も同じです。

<sup>6</sup> Loss and Grieving, Helping Children Through Difficult Times, a pamphlet, Robert Wood Johnson Foundation, 1995 より許可を得て改編。

---

## ユダヤ教

ユダヤ人は哀悼の儀式を行うことによって、生命の価値と各人の責任を強め、生きている間にこの世に肯定的な違いをもたらそうとします。ユダヤ教で哀悼を示す主要な祈りは「カディーシュ」です。この祈りは故人に対するもので、死には言及せず、信仰を失うことにもなる苦悩を取り上げています。祈ることによって、神が創造した人間には目的があり、人間とはその意志を超越した計画の一部であるという信仰が強まります。ユダヤ人には生きている間、この世の平和を育むという義務があります。

ユダヤ教では死後 48 時間以内に故人を埋葬しなくてはなりません。葬儀の前に弔問客が訪れる間、棺は閉じたままです。ユダヤ教では哀悼の儀式を行うことによって、悲しみにくれる家族は、自分たちがその悲しみよりも偉大なものの一歩であることに気づきます。葬送者である家族は、衣服に小さな布地をピンでとめることがよくあります。これは、命という織物のなかに、大切な人の死に対して流した「涙」を象徴したものです。

また、家族の死後一週間、遺族は家で「シヴァー」を経験します。弔問客は遺族の世話をするため、家に食べ物を持っていくなどの善行をすることによって、故人には最後のお別れをして、家族には敬意を表します。成人している家族は、家かユダヤ教の礼拝堂で 7 日間故人のために祈りを捧げます。

---

## キリスト教

宗教学者は、礼拝に行くことや心から親切な行いをするという聖書の教えは、「汝を愛するように汝の隣人を愛せよ」というキリスト教の教えの基礎になるものと考えます。

キリスト教信者はまず神の愛と許しを受け入れることによって、他人を愛したり許したりすることができるようになります。喪に服している家族は救いと復活の約束の中に心の平安を見い出します。キリスト教信者は、死後、魂は天国に行くので、愛する人が亡くなっても「悲しんではいけません」というキリストの教えから学びます。

キリスト教では、喪失感や悲しみを越えたところに、最高の勝利があることを約束しています。喪に服している家族は肉体的な生を超えて、愛する人が今は天

国にいることや、愛とはキリスト教信者が亡くなくても生き抜くことだと信じることによって安らかな気持ちになります。

---

### 仏教とヒンズー教

リガパ団によるゼン・ホスピスは、生と死に直面した人々を支えるチベット仏教の組織で、病気や死期の近い信徒や、死が何であるか考えている人を苦しみから救うため、仏教の教えを説いています。

生、死、死後、誕生は、魂が旅する輪廻です。悟りの境地に達した仏陀の教えによって、旅をする魂が導かれ、魂が死を超越して生きる悟りの心としての不滅に向かっていきます。

仏教は、悲しみに暮れる主介護者や家族に心の安らぎを与えます。仏陀が苦しみを与えるのは、ほかの人の苦しみを和らげるためであるという信心が、主介護者や家族に徐々に染み込んでいきます。

介護をすることは、人間の徳を積むための献身と奉仕の軌跡として、ヒンズー教でも称賛されます。不死とは、古い「服」から目に見えない新しい服に着替え、具象化した自己へ変化することと考えられています。ヒンズー教では、真理を得たり、他人の痛みや喜びを自分自身のものと思えるようになるため、物欲をすてることによって痛みから開放されると教示しています。

---

### イスラム教とスーフィズム

祈り続けることによって地獄の試練を乗り越え、天国に到達するための永遠の橋を作るというイスラムの信仰によって、死の痛みは小さくなります。イスラム教では目に見えない大いなる力が運命をコントロールすると信じられています。コーランは、預言者マホメットが啓示を受けたイスラム教の神、アラーの言葉が書かれていると信じられている聖典です。コーランでは信者に、人生の意味はアラーの意志に仕えることによって得られると説いています。

スーフィーにとっても、信仰は忌中に安らぎを提供するものです。スーフィズムの精神的な生活とは、神の戒律に従ったとき自己を超越するというものです。スーフィー信者は真摯な態度、信心深さ、喜び、愛によって、意識の高いレベルに到達することができたり、来世で神に近づくことができると信じています。

---

私の心に一番残っている体験は、卵巣癌にかかったある女性と過ごしたことです。私はその女性を介護して安らぎを与え、彼女から目前の死に平安や喜びを感じていることを教えられ、胸が熱くなりました。

Beth Garifalos  
Hospice of Clallam County  
Port Angeles, Washington

---

## 神秘主義とシャーマニズム

絶望感を味わっている要介護者と主介護者でも、はっきりとした理由もなく突然、心を取り戻す経験をする場合があります。神秘主義を信じる人にとっては、暗やみが喜びに代わるといった神秘的な瞬間としてこうした出来事を経験します。説明することのできないこうした瞬間は暗やみから抜け出す神秘的な体験として受け止め、大いなる力が心に触れたり、意識を鋭くしたり、精神力や深い同情の心が戻るのです。

シャーマニズムとは、喪に服している間、安らぎを与えたり、理解を示したり、家族の苦痛を和らげる別の精神的な信仰体系です。

シャーマニズムは宇宙のなかにある人間の位置を理解するための道筋です。男女のシャーマンは、自身の化身の一部としての苦しみのなかに落ちて行く体験をします。こうして、愛する人を失ったときに「燃え尽き」た主介護者や家族が体験した絶望感に深く同情することができます。

鈍感な西洋の批評家によって「呪医」や「呪術医」というレッテルを貼られたシャーマンは、慢性の病気や命を脅かす病気の人々の苦しみを体験することができ、厳しい修行やシャーマンが仕える人を通して、思いのままに別の意識の状態に入っていきます。「傷を負った治療者」と呼ばれるシャーマンは、直感、感情移入、他人に対する深い同情を通じて死の段階と癒しの術を理解しています。

シャーマニズムは、南北アメリカ、アフリカ、オーストラリア、シベリアの至る所で、何千年も実践されてきました。家族のセラピストは、悲しみにくれる人の心を解放する過程で、悲しみを変化させる働きをするシャーマンの技術を使うところもあります<sup>7</sup>。

<sup>7</sup> *Caregiving, The Spiritual Journey of Love, Loss, and Renewal*, Beth Witrogen McLeod, John Wiley & Sons, Inc., 1999, pp.158 ~ 167 より許可を得て改編。