

日本人の死生観とかなしみの概念との関係

——在宅看取りの可能性のための文献的検討——

大賀有記

I. 研究背景

私たちは大切なものを失ったときに、かなしいという感情をもつことがしばしばある。それは親しい人との死別を体験したとき、顕著に表れる。西洋に始まり世界に広がった喪失・悲嘆研究において、死別は長くテーマであり続けている。なぜ親しい人を失ったとき、私たちはかなしいという感情をもつのだろうか。そしてその際しばしば身近な人々だけでなく対人援助専門職からの助けを必要とするのだろうか。日本におけるその課題についてのヒントを得るために、本稿では、日本人の死の捉え方、死生観とかなしみの概念との関係性について、主に日本文学に表現された思想から考察を試みたい。

今日地域医療、地域福祉の視点を重視する時代にあつて、在宅看取り支援は政策的に進められている現状がある。しかしそこでは、本人や家族などの当事者と、支援者、地域住民、制度政策などとの間に齟齬があり、在宅看取りの実現には様々な困難がある（大賀ら 2015）。大賀ら（2015）は支援者の中でも介護支援専門員（以下ケアマネジャーとする）に着目しており、彼らの支援上の困難をマイクロ・メゾ・マクロで分類した。マイクロレベルでは、ケアマネジャー自身の生死の捉え方、患者本人の生死の捉え方、両者の関係性、が示されていた。メゾレベル的な側面においては、ケアマネジャーの立ち位置の不安定さ、地域や組織内での支え合いの不十分さ、が見出された。マクロレベル的な側面において、看取り支援体制と遺族支援体制の非連続性、独りの時間帯に死亡するという独り死の許容困難、が確認された。マイクロレベルの困難と、マクロレベルの独り死の許容困難は、死生観が影響しての困難とみえる。在宅看取りは、日常生活の場である地域の中で死を受け容れる土壌があり、そこに当事者の死生観が活かされる支援があつてこそ根付く

可能性があるのではないかと考える。つまり支援者はまず、個々の利用者・家族の死生観を理解するとともに、当該地域の看取りの文化、日本社会に伝統的に根付く死生観を理解する必要があるといえる。

本稿は、日本の伝統的地域社会の中で捉えられている死生観について文献から理解を深め、かなしみの概念を理解し、両者の関係性を検討することによって、在宅看取りの可能性について考察を加えたい。

II. 日本人の死生観をめぐる思想

文献から日本人の死生観をめぐる思想や言葉について概観したい。まずは、日本人の生と死の捉え方について宗教や哲学からの指摘を確認し、死に直面した人の作品から死の体験を理解する。次いで、日本文学に表現された、「おのずからとみずからのあわい」という考え方を踏まえ、「かなしみ」という感情および「さようなら」という言葉の質について考えていきたい。

1. 日本人の生と死の捉え方

宗教学者の岸本（1973）は、死は人間にとって大問題であり、日々死の不安におびえては生きていられないから、人はその問題に取り組まざるを得なかったという。その結果として、どの宗教でも、人の命は肉体として終わっても、その靈魂は死後の世界でまた生き延びることができるという死後の世界があるとしている。そして人々の死生観を4つに大別している。一つは、肉体的生命の存続を希求するものであり、死にたくないという肉体的生命に対する執着であり、死後の世界を信じず必死に生きようとするものである。死の構えができていない場合、多くはこのような態度に出るといえる。二つ目は、死後における生命の永続を信ずるものとし、地上で心正しく生活していれば死後は幸福な世界に行くことが

できるという靈魂の世界を信じるものである。もしこの理想世界への確信が揺らいだら、この死生観の成立は難しい。三つ目は、自己の生命をそれに代わる限りなき生命に託すものであり、自分の命を我が子や自分が作った作品などに託すことによって、命が連鎖していくという考え方である。これはいわゆる遺伝子レベルで命が脈々と引き継がれていくという事象の1点に自己をみいだすことであり、科学的妥当性を伴うものといえよう。四つ目は、現実の生活の中に永遠の命を感じ得るものとされ、例えば巨匠が作品を作る一瞬一瞬が永遠となるというように、神と自分が一体になり自分の命は永遠になるという考え方である。これら4つの死生観は複雑に関係しあいながら、一人の人の中でも共存するとしている。

ここで日本人の死生観を考えるために、「あの世」について取り上げてみたい。哲学者の梅原（1993）は、日本固有の死生観は神道と仏教が融合された形で表現されていると指摘している。

仏教が日本に紹介される前のあの世観については、以下のように整理されている。宇宙はすでにあるということから出発し、そこに神や仏、人々、衆生が存在している。人だけでなくすべての生きとし生けるものである衆生も、この世とあの世を行き来するという。あの世は天国も地獄もなく、死後の審判もない世界であり、その点では仏教やキリスト教と大きく異なるとしている。そして誰でも死後は肉体を離れてあの世に行って神になり、祖先の霊とともに暮らす。大変悪いことをした人間はすぐにはあの世に行けないが、遺族が供養すれば、あの世に行けるとする。あの世で滞在した魂は、やがてこの世に帰ってくるとしており、そのようにして永遠の生死を繰り返すとしている。ゆえに遺体は魂の抜け殻であり、死者をあの世に送り出す葬式は、重要な意味をもっている。

仏教が日本に移入された弥生時代以降は、人や衆生は死後先祖の待っている世界に行き、すべて仏になるとされた。悟りを開かなくても仏になるとされていたのである。そして葬式に代表される、生きとし生けるものすべてをあの世に送る儀式は、大切にされ続けている。

神道と仏教が融合した結果として、あの世とこの世を行き来する絶えざる往還を考える浄土宗が生みだされたとされる。この世からあの世に送るときは、仏教が葬式という儀式を通じて大きな役割を果たすという。一方、あの世からこの世に再生するときは、神道がお宮参りや七五三のような成長儀礼を行う。仏教と神道の間で役割分担が生じたのである。神道でいうあの世は山であり、死んで山に行き天に帰るといふ発想である。仏教でいう

あの世とは、仏の住んでいる極楽浄土のことであり、西の空の彼方にあるとされる。日本人は、このあの世の場所について、矛盾したまま併存させていると言われている。仏教を日本に土着化させる過程でこのようなことが生じたとされる。

あの世の現代的意義については、二つにわけて説明されている。一つは、生きとし生けるものの同根性と共存関係である。衆生は生命の進化の中で生まれたと科学的にも証明されているから、どの命も根は同じである。そして人は生きるために、動植物をとって食べねばならず、そういう意味では自然界と共存しなければならない。またもう一つに生命の永久の循環という思想がある。つまりその個は死ぬが、魂は別の個に宿って生き続けるというもので、生まれてきた曾孫が死んだ曾祖父母の生まれ変わりだといったように遺伝子が伝わるというものである。これらは科学的に見ても理にかなったものとされる。

ほかの学者も、日本人は、死者は祖霊となり、やがて個性を失い集合体として祖先となると考えてきたことを指摘している。盆に先祖を迎えるのは、身近なところに祖霊がいて、折に触れて帰ってくるという考え方があるからとする。また、先祖の集合体は家の神であり、氏神である（島藪 2012：147）という考え方もある。氏神は元来氏の先祖を祀るものであったためである。つまり、日本人の死生観において、神と人の区別は曖昧であったといえる。

2. 体験としての死——死に直面した人の作品から

現代社会において、以上のような死後の世界があると心底信じる人がどれだけいるだろうか。ここで死に直面した人の作品から、その死生観をみてみたい。

岸本（1973）は、自分ががんを告知され余命を宣告されると、どうしても死後の世界の存在は信じられず恐ろしかったという。そこで死はこの世との大きな別れであるととらえ、別れに対応するために準備が必要と考えた。その準備とは一日一日を懸命に生きることであり、理想に向かって日々を「よく生きる」（岸本 1973：146）ことを通じて、自分自身よりも大切なものができるとした。そうすると自ずから自分を捨てることができるという結論に至っている。ここで自然と生死の問題は解決するとしている。これは、個人として生き切った、自分自身と別れたという事象を示しているとみえる。

高見（1993）は、がんと闘病するなかで多くの詩を残している。以下作品が書かれた順にいくつか紹介したい。「さまざまな時のなかで」では迫りくる死の恐怖が表現されている。「電車の窓の外は」では、死に伴い

様々なものと別れなければならない悲しみとともに日常への喜びや共感を示し、「いのちの輝きを意識できるとすれば、間近に迫る死に向き合う生を希望を失わずに過ごせるのではないだろうか」（島藺 2012：224）と指摘されている。「おれの食道に」では、懸命に生きた自分を認めてやりたいという旨が記され、「帰る旅」では命のはかなさとともに大地に帰ることの安心感や楽しさも表現している。懸命に生きた自分を認め大地に帰って眠るという、永遠の安らかさを見出しているようにみえる。つまり個としての生の完結ともとらえられる。

二人とも、あの世については直接的には触れていない。死から目を背けずこの世の今を丁寧に懸命に生きることが、ひいては穏やかに死を迎えることにつながっていくことが示されているといえるだろう。

3. おのずからとみずからのあわい

もし、輪廻転生といった受動的な魂の考え方をとれば、人は死に対して悩むことはないと考える。この世での生が終わっても、引き続き次の世であるあの世があるからだ。あの世については証明困難だが、あの世の存在は日本人の死生観に影響を及ぼしている。ここで生きることの受動性と能動性について考えてみたい。

「おのずからとみずからのあわい」の中で、人は生きている（竹内 2011）という日本文学からの指摘がある。人は自分では意図せず自然に、つまりおのずから、生まれ出る。生み出された生命は、そこにみずからの意思をもって生きようとする。そのような自然の力と、自分の力のあわい（間）の世界で人は生きているとする。もともとは、自（おの）ずからも、自（みずか）らも、同じ字を使う。おのずからとみずからは、重なり合うところと離れているところがあり、その輪郭ははっきりせず、その微妙な相乗・相克の関係が動的なあわいなのだと説明されている。みずからもおのずからも、お互いの働きによって、それぞれが浮かび上がってくる、はっきりとみえてくるという。ゆえに、死亡や重度の意識障害等により「みずから」の能動性を失ったとき、おのずからの世界も、あわいも、成立しなくなるといえるのではないか。たとえ身体が生きていたとしても、能動性・自律性がなくなる、または低下するということは、人間が恐れていることである。それは自分としての、みずからとしての尊厳を見出しにくくなると思っているからであろう。

ここで、個人そのものに能動性・自律性がないまたは極めて低いとき、そのいのちには果たして尊厳はないのか、という疑問が上がる。脳死や重度の認知症や意識障害などにより、意思疎通が極めて困難な状態の人間のい

のちをどうとらえるか、という問題である。竹内（2011）の指摘によれば、伝統的な日本の考え方では、存在していることそれ自体が不可思議なものであり神秘霊妙にして尊い、という。存在しているものとは、人間に限らず木々や沼や石など、「おのずから成り、ここに生きてある」（竹内 2011：48）ものすべてである。やまとことばのいのちとは、生物を生かしていく大きな根源的な力や一生といった意味があり、ここからも個別のいのちは根源的な力としてのいのちと別ではないことが暗示されている。つまり、能動性や自律性の議論の前に、「おのずから成り、ここに生きてある」こと自体が尊いという思想であり、いのちの尊さは自律の質とは別に議論すべきと示唆されている。いのちというものは、人間の力が及ばないところにあるからこそ尊い、ということであろう。

自律というみずからの動きは、おのずからのいのちをより輝かせることにつながる一方、自律の程度は「おのずから」の尊さには関係ない、ということが示されているといえよう。つまり、生きていること自体に大きな意義があり、そこには揺るぎない尊さがあるといえる。日本では、西洋と比較して個人の自律を重視せず、ムラの慣習に従っていれば生きてこられた歴史（窪田 2013）があり、それは、この思想からもつながっていると考えられることできるだろう。つまり、受動的な姿勢であろうが能動的な姿勢であろうが生きていることには変わりはないのであって、いのちには同じ尊さがあるといえる。この世でどう生きたとしても、他者を傷つけるような悪事を働かなければ、死後はみな同じあの世に行くことができる。そう考えると、人は死に対して思い悩むことはないといえよう。

しかしその一方で、いのちは1回限りであって、自分は流れゆくいのちの大河の一滴に過ぎないという一隅性、またどこまで過去に行っても将来に行っても自分はいないといういのちの唯一無二の存在の考え方も紹介されている。ゆえにただ1回のいのちを懸命に生き切ることがより重要になるということである。輪廻転生といのちの一回性は、一見矛盾しているようにみえる。あの世の存在を明確に示すことができない以上、この二つのいのちの考え方を両立させながら多くの日本人は生きてきたし、今日も生きていると思われる。輪廻転生の思想がなければ日々死の恐怖におびえ大変苦しく、いのちの一回性の考え方がなければ現世を必死に生きる、生き切るという行為の質が薄くなるのではないかと思われる。

4. 「かなしみ」という感情

ここでは、「かなしみ」について、日本文学の立場か

らの意見を概観したい。

やまと言葉の「かなし」という言葉は、「力が及ばずどうしようもない切なさを表す」（竹内 2009b：12）とされる。それは自分にとって大切なものを失うといった対象喪失の感情であるとともに、自分の思いや願いがかなわず否応なく自分の有限さや無力感を感じるといった感情でもあるとされる。かなしみは、大切な親しい人やものだけでなく自分自身を失うこと、つまり死も伴う感情であるとされている。人生の中ではたくさんのかなしみがあり、かなしみは、人間存在自体が保有する存在感情として堆積されてくるという。かなしみという感情は、人間を人間たらしめるものといえよう。

一方、仏教に慈悲という言葉があるように、人はかなしみを通じて神や仏につながりうる（竹内 2009b）と考えられている。これはキリスト教にもいえることとされている。つまり、「かなしみ」は「みずから」の有限さ・無力さを感じる否定的・消極的感情であるとともに、それを肯定することによって「ひかり（倫理、美、神、仏）」が現れるという肯定の可能性のある感情であり、他者への倫理や世界の美しさ、超越的な存在へのつながりの可能性をもつと解説されている。

以上からかなしみは、死んだら土に帰るといった、人間にとって超越的な存在であるはずの「自然にもどる」という発想につながる感情といえる。人間にとって、自然はもと居た場所であり、人間の姿を終えたらそこに戻るものとして表現されている。それを可能にするのがかなしみと、それに伴う、かなしむ、悼む、弔うという作業であると理解できる。死などの喪失体験に伴ってかなしいという感情をもち、かなしみ悼み弔うことにより、人間は自然や神といった超越的な存在へのつながりの可能性を見出すことが示されている。

5. 「さようなら」という言葉

次いで、日本語の別れの言葉である「さようなら」の意味について確認をしてみたい。

竹内（2009a）によれば、もともとは接続詞であった「さらば」という語が「さようなら」の語源であるという。接続詞であるから、前のことを確認し終えて、新しいことに移行し始めるところに使われる言葉とされる。この言葉が死別に使われるということは、「死のこちら側で人生を集約・完結させることによって死を受容するということと、死後を含めての死生観・宇宙観を思い描くことによって死を受容するということ」（竹内 2009a：40）が何らかの関係があると考えられる。日本文学の流れを追うと、日本人の死生観の中には、いつ訪れるかわからない死を意識しながら今日を生きようとする発想が

見出せるという。死は今日と明日をつなぐ営みとされ、今日が今日として「さようであるならば」と生きれば、明日もまた明日としてつながれてくるものとして表現されている。今日を精一杯生き切ると、よりよい明日、よりよいあの世があるという発想とされる。ここで考えてみたいのが、この世の生とあの世の存在をつなぐ言葉が「さようなら」であるとするならば、死別の場合、死を受容する、もしくは受容しようとしなければ「さようなら」をいうことはできないのではないかということである。別れるべき対象との別れを受け容れ、区切りをつけて、はじめて今世の別れと来世での何らかのつながりを信じ「さようなら」という言葉を使うことができるといえよう。日本人が古来より「さようなら」を使ってきたということは、死は劇的な苦痛の出来事というよりは、どこか穏やかな日常のなかにあるという死生観がうかがえる。

一方で、さようならを文字通り訳すと「そうでなければならぬならば」だという。不可避の現象に遭遇した人間が、「そうでなければならぬならば」と静かに「あきらめ」、敢然と別れてきた、その別れ言葉が「さようなら」になった（竹内 2009a：119）という。ここに東洋風な諦念の美があるとされる。また「さようなら」の意である「いざさらば」といって死を遂げた日本人に、人事を尽くして天命を待ち、次の決意をする美しさと明るさが見出せるとして表現されている。また同時にあっさりとかきらめくという敗北感もみられるとしている。この敗北感も、「みずから」は「おのずから」の力で生かされているという日本人の無常観に関連して説明されている。

一方で、岸本（1973）は、死は大きな全体的な別れとし、死について「すでに別れを告げた自分が、宇宙の霊にかえって、永遠の休息に入るだけである」（岸本 1973：33）としている。別れを成立させるためには、別れを告げる相手や世界と、別れを告げる自分がいることが必要であるから、別れ行く厳然とした世界の存在の確認とともに、自分自身の生きてきた軌跡の確認作業も必要となる（竹内 2009a）と指摘されている。

以上から「さようなら」は、この世とあの世をつなぐ言葉ともいえる。日本人はあの世を信じつつも、一方で実のところはあの世のことはよくわからないと思っている。ゆえに一旦区切りをつけなければならない。「さようなら」は、一人称でいえばこの世で生きている自分という存在に一旦区切りをつける際の作業の言葉であるといえるだろう。二人称でいえば、かなしむ、弔う、悼む作業を通じ、この世に生きている自分と死者とのつなが

りに一旦区切りをつける際の作業の言葉であるといえよう。つまり、死後の魂が生前過ごした身近なところにいるとしても、一旦は生き切ることが重要なのだ。一人称でも二人称においても、このような作業は悲嘆作業やグリーフワークといった言葉で語られることはある。それは西洋で発展した考え方であり、西洋人の悲しみの質が前提となっている。日本においては、日本人の死生観に基づいた独自のかなしみの支援の概念が必要と考える。

III. 考察

「かなしみ」は対象喪失の感情であるため、親しい人を失ったとき私たちはかなしいのだということが分かった。しかし日本人のかなしみは、西洋人の悲嘆 (grief) とは質が異なる。かなしみの根底には、日本人の「おのずからとみずからのあわい」という思想があり、独自の死生観がある。一人称にしても二人称にしても、対象喪失の代表例である死はかなしいのであるが、そこに慟哭のような激しさはない。自分という個がすっとなくなり、宇宙に溶け込んでいき神仏とともに生きることができるといった世界観がある。そして溶け込んだ後は、この世で一緒だった人たちとまた会って過ごし、神や仏になる。しかし神仏になっても、姿を変えていずれこの世に生まれてくるという。このようにみえてくると、いのちは永遠のようにみえるが、現実には一回と信じる人も多いだろう。そこで、あの世がたとえあるにしても、この世のいのちと一旦区切りをつける必要が生じ「さようなら」をいう必要があるのだ。一旦区切りをつける、それは人間の有限性を自覚せざる得ない出来事であり、文字通りかなしいだろう。かなしみは、一人称であれば「おのずからとみずからのあわい」という思想を基盤にしつつ、現世での努力を惜しまず生きている過程で、人間としての有限性を受け容れざるを得ない場面に遭遇したとき「仕方ない」と潔くあきらめること。二人称であれば、それに加えて、この世での悼む、弔うという行為を通じて、故人との付き合いに一旦「さようなら」と区切りをつけること。かなしみは人間が現世で生きる際の区切りをつけるために必要な感情であり、区切りをつけてまた新しい世界へと進んでいく儀式に必要なのが「さようなら」をいう覚悟であろう。

日本人のかなしみは、1)「おのずからとみずからのあわい」という思想、2) 現世での努力を惜しまず日々生きている、3) 現世、または失う対象との別れはつらい、4) この世から姿を消す人間や対象物の有限性の現実的認識、といった構成要素が相まって、静かに切なく生じてくるように考えられる。逆に言えば、これらの要

素をもたない場合は、対象喪失に対して日本風になしむことをしないといえよう。日本人の特質である1)が欠如した場合、対象喪失は大きな恐怖となり激しい悲嘆となる可能性が考えられる。2)が欠如した場合、やるべきことをやり切っていない不全感にさいなまれ潔くあきらめられないだろう。3)の感情がない場合は対象喪失にならない。4)の欠如は対象喪失を否認するので、かなしみの感情は生じにくく区切りをつけることは難しい、といえる。伝統的な日本風のかなしみは、このような要素から成り立っているといえ、家族や伝統的地域社会の中でこのようなかなしみは享受されてきたといえる。日本人の死生観は、人間にはどうしてもできないのちの質を受け容れ、この世の生を精一杯生き切るということが重視されたものとみえる。

一方、家族機能が縮小し地域社会の機能も変化している今日、かなしみは地域社会では受けとめきれず社会問題化している。人は一人では生き切ることが難しい。他者との交流があつてこそ、その関係性の中で自分が生きることができ、自分の生の質について自己評価ができるのである。他者との交流の質が希薄になりがちな今日、生き切ることが難しくなっているといえよう。そしてかなしむことについて、対人援助専門職からの助けを必要としているのだろう。このかなしむ、悼む、弔う作業のサポートに対応できる専門職を交えての新たな地域支援システムの構築がまさに今必要となっているのであろう。

IV. 今後の課題

今回は文献から伝統的日本の死生観について、「かなしみ」と「さようなら」というキーワードを追いながら確認していった。現代の日本人にとっては、今回示した伝統的かなしみの構成要素は変化している可能性があり、悲哀排除症候群 (小此木 1979) によって一見全能感のある社会になっているようにもみえる。しかし、いかに科学技術が進歩しても、私たちの中を脈々と流れる価値観、死生観は簡単に一変することはないだろう。今後は、現在の日本における人々の死生観について、インタビュー調査などを通じ明らかにしていきたい。そして在宅看取りを支える知識の礎のひとつとしていきたいと考える。

付記

本論文は JSPS 科研費 (16H03766 代表: 望月彰) の助成を受けて行った研究成果の一部である。

文献

- 岸本英夫 (1973) 『死を見つめる心—ガンとたたかった十年間—』講談社文庫.
- 窪田暁子 (2013) 『福祉援助の臨床—共感する他者として—』誠信書房.
- 大賀有記・森朋子 (2015) 「独居がん患者の在宅看取りにおけるケアマネジャーへの支援対策—患者本人とのかかわりにおける困難に焦点を当てて—」『公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団 2014年度 (前期)「在宅医療研究への助成」完了報告書』 (<http://www.zaitakuiryo-yuumizaidan.com/main/refer.php,2017.6.30>).
- 小此木啓吾 (1979) 『対象喪失—悲しむということ—』中公新書.
- 島藺進 (2012) 『日本人の死生観を読む—明治武士道から「おくりびと」へ—』朝日選書.
- 高見順 (1993) 『死の淵より』講談社文芸文庫.
- 竹内整一 (2009a) 『日本人はなぜ「さようなら」と別れるのか』ちくま新書.
- 竹内整一 (2009b) 『「かなしみ」の哲学—日本精神史の源をさぐる—』NHK ブックス.
- 竹内整一 (2011) 『花びらは散る花は散らない—無常の日本思想—』角川選書.
- 梅原猛 (1993) 『日本人の「あの世」観』中公文庫.