

# W I N G E S S A Y

DENTAL WING Co.,LTD

—2017年 6月号—

☆まもなく6月、南の島沖縄は梅雨入りしました。近年、春と秋が短い感じがします。酷暑が過ぎ去ったかと思うと、厳しい寒さに見舞われます。四季折々が美しいと言われる私たちの国ですが、世界的な気候温暖化の所為なのでしょうか。国レベルでの対応も勿論大切なことですが、それ以上に私たち一人ひとりが気を配る、心掛ける、それが一番大切なことだと思います。6月5日は、二十四節気の「芒種」。稲や麦などの芒(のぎ)のある作物の種を蒔く時期をいいます。これから蒸し暑い日が予想されます。こころも身体も絶好調でありたいですね。

☆さて、突然ですが皆様は下記の質問にどのように答えられますか？

- ・あなたの人生において、特に記憶に残っていることや最も大切だと考えていることは、どんなことでしょうか？ あなたが一番生き生きしていたのは、いつ頃ですか？
- ・あなた自身について、大切な人に知っておいて欲しいこととか、憶えておいてもらいたいことが、何か特別にありますか？
- ・(家族・職業・地域活動などにおいて)あなたが人生において果たした役割のうち、最も大切なものは何でしょうか？ なぜそれはあなたにとって重要なのでしょうか？ あなたはなぜそれを成し遂げたと思いますか？
- ・あなたにとって、最も重要な達成は何でしょうか？ 何に一番誇りを感じていますか？
- ・大切な人に言っておかなければならないと未だに感じていることとか、もう一度話しておきたいことが、ありますか？
- ・大切な人に対するあなたの希望や夢は、どんなことでしょうか？
- ・あなたが人生から学んだことで、他の人たちに伝えておきたいことは、どんなことですか？ 残しておきたいアドバイスないし導きの言葉は、どんなものでしょう？
- ・将来、大切な人の役に立つように、残しておきたい言葉ないし指示などはありますか？
- ・この永久記録を作るにあたって、含めておきたいものが他にありますか？

これは、「ディグニティセラピー」と言われるもので、死期が近まった患者さんに、ご自分の人生を振り返っていただき、質問の答えをもとにしながらスタッフが「大切な人への手紙」として患者さんと共に作成するものだそうです。患者さんがご自分の人生や自分自身について考えるきっかけを作ること、そして残される方々の心の支えにさせていただくことが目的とされています。生者必滅。生きとし生けるものは、いつかその「いのち」を終える宿命にあります。私たちは往々にして、一度きりの人生をああでもない、こうでもない自分ひとりの世界で選択する毎日です。世界にたった一人だけのものとして「いのち」をいただきました。比べる必要もないのに、比べるからこそ色々なことで悩み苦しむものです。私たちは、悩み苦しむために「いのち」をいただいているとはいえません。「いのち」は楽しむためにいただきました。あれこれと、目先のことに追われる毎日かと思いますが、ゆっくり落ち着いてこの質問に向かい合うことも、決して無駄ではないと思うのですが・・・。