

# 自分勝手な思いやり



# 曇った おばあちゃんの 表情

何か困っている人を見たとき、多くの人が「手助けしたい」という心をはたらかせません。そのすばらしい心をもっともっと大切に、はたらかせていきたいものです。しかし一方で、その気持ちを行動に表しても、相手の気持ちに添うことができず、こちらの思いを受けとめてもらえないということもあります。そうならないためには、どのような心づかいが必要なのでしょう。

池田隆夫君（17歳）は、高校の野球部でキャプテンとして活躍しています。優しく面倒見のよい隆夫君は、部員からも慕われています。

あるとき、隆夫君は母親の幸子さん（44歳）から、こんなことを頼まれました。

「山田のおばあちゃんが一か月ぐらい前に腕をけがしたでしょ。おばあちゃん、一人暮らしだし、今は入院しているから、おばあちゃんの家で草むしりをしてきてくれないかしら」

山田のおばあちゃん(67歳)は、隆夫君の親戚です。隆夫君の心に、おばあちゃんの顔が浮かび、幼いころよく遊んでもらった記憶がよみがえってきました。

すぐに引き受けた隆夫君は、山田のおばあちゃんの家へ行きました。庭を見ると雑草が伸びきっています。二時間ほどで草むしりを終え、隆夫君はおばあちゃんが入院している病院へ向かいました。

あいさつを済ませた後、草むしりをしてきたことを話すと、おばあちゃんはにっこりと笑いました。隆夫君にとって、その笑顔が何よりも心地よく感じます。「ところで、おばあちゃん、腕は痛まなう？ 困ったことはない？」

「心配をかけてすまないねえ。まだちょっと痛むけど、大丈夫。ありがとうね」



その言葉を聞いた隆夫君は、少し安心しました。

「でもね、隆夫ちゃんだから言うんだけど……」



おばあちゃんが入院してからというもの、近所の人たちがお見舞いに来ました。中には大きな花束や食べきれないほどの果物くだものを持ってお見舞いに来た人がいたそうです。

「気持ちはずれいいんだけど、おばあちゃん、腕をかがしているでしょ。大きなお花をもらつても、看護師さんが病室に生けるのも大変。果物の皮を自分でむくこともできないし。」

もちろん、こんなことを言ったら、お見舞いの方に申し訳ないとは思うんだけど……」

隆夫君は、元気づけたい一心で、こう言いました。

「元氣出してよ、おばあちゃん。大変だと思うけれど、がんばって早く良くなつ

て。リハビリして、早くリンゴの皮を自分でむけるようになってね。どんだん動かすようにしないと、関節が固まるって、聞いたことがあるよ」

「私もリハビリがんばっているわよ。でも、なかなか思うようにいなくて、この年だからつらいわ。周りの人から励まされるけれど、このごろは励ましの言葉がちよつと負担に感じるの……」

隆夫ちゃんはまだ若いから分からないかもしれないけど、思うように体を動かせないというのは、もどかしいものなんだよ……」

おばあちゃんは、表情をわずかに曇らせながら、照れたように笑みを浮かべました。そのことが隆夫君には、少し気になりました。

## 励まされて 沈む気持ち

それから二か月ほどが経ちました。隆夫君は、高校三年生を目の前にして、勉強にも野球部の活動にもいつそう力を入れるようになりました。そんなある日のこと、ちよつとした気の緩みから自転車で転び、足を骨折してしまいました。医者からは、「後遺症は残らないから安心していいよ」と言われたものの、その日か

ら松葉杖まつばづえの生活せいかつになったのです。

自宅で療養りょうようしていると、同級生たちが訪ねてきて、「大丈夫か？ 大変だけど、がんばれよ」と声をかけてくれます。隆夫君はみんなに心配をかけて申し訳なく思いました。

しばらくしてリハビリ期間に入ったある日のこと、野球部の後輩こうはいたちがお見舞いにやって来ました。

「池田先輩せんぱい、来月△△高校と練習試合があるんですけど……」

「なんだ、どうしたんだ？」

「やっぱりキャプテンがいないとなんかチームにまとまりがなくて、みんなに元気がありません。リハビリががんばって、早くけがを治して復帰ふくぎしてください！ お願いします」



「おう！」と後輩の期待に添うように、隆夫君は元気にこたえました。

後輩が帰った後、〃よし、がんばるぞ〃と思つたものの、次の練習試合までに完全復帰するには時間が足りないことも分かっていました。隆夫君の心中には、複雑なものが残りました。

# 励ましが 負担に なるとき

その日の夕食のとき、隆夫君は母親の幸子さんに愚痴をこぼしました。

「後輩から野球部の様子を聞くと、気持ちが落ち着かないんだ。ぼくだって、なんとか早くチームに戻りたい。でも足は動かない。

がんばらなくて応援してくれるのはうれしいけど、リハビリをがんばっても、次の試合には間に合いそうもないし……」

話を聞いてうなずいていた幸子さんは、こう言いました。

「そうね、そのあせる気持ち、分かるわ。後輩の人たちは、隆夫のことを心配しているし、野球部のキャプテンとしてきつと期待しているのね。だから、早く元気になつてもらいたいよね。でも、試合には出られそうもないし……。つらいわね」

幸子さんの言葉を聞き、自分の感情を理解してもらえたことで、隆夫君のあせりの気持ちは落ち着いていきました。

「そうそう、このあいだ退院した山田のおばあちゃんも、お見舞いに来てくださってた人がいろいろと持つてきてくれるんだけど、困ったことがあると言つてたでしょう。なかなか思うように腕を動かさないし、励ましてくれた人のことを悪く



言えないから、かえって負担になることがあるって……。相手のことを心から思いやるって、本当に難しいわねえ」

そんな幸子さんの言葉が、隆夫君の心に引っかりました。

自分の部屋に戻ると、隆夫君はお母さんの言葉を心の中で繰り返しながら、山田のおばあちゃんのことを思い出していました。

「元気づけようと思って、「がんばって」と言ったとき、表情を曇らせたことがあったけれど、おばあちゃんにとっては、ぼくのひと言が負担になっていたんだろうなあ。

ぼくは若いからがんばりようもあるし、じきに治ることが分かっている。でも、おばあちゃんにとっては、がんばれと言



われれば言われるほど、思いどおりに動かない体もどかしかったに違いない。

あのとき、おばあちゃんを励ますことが思いやりだと思っていたけれど、ぼくは自分の気持ちを一方的に伝えていただけだったんだ。同じような立場でも、それぞれに受けとめ方が違うんだなあ……”

相手を励ますつもりでかけた言葉でも、励まされる側に立つと、置かれた状況によっては、その思いやりが負担になってしまうことがあります。

難しいことかもしれないませんが、相手の置かれている立場や状況に応じた思いやりの心を発揮することによって、相手の心に安心と満足が生まれるのではないのでしょうか。



次に、病やまいに臥ふした義父ぎふを介護かいてし、相手の立場に立った思いやりの大切さに気づいたある女性の体験を見てみましょう。



# 相手の立場でお世話をする

香川県に住む片山紘子さん（64歳）が介

護を始めた当初、世話をしようとしても、義父の非協力的な態度に悩んだことがありました。オムツの交換をしようとしても、義父は全身を硬直させて膝を伸ばさず、腰を浮かそうともしません。食事を口に運んでも、口を動かそうとはしませんでした。紘子さんは、寝たきりの義父を前にして、私しかお世話をする人がいないのに、私を拒絶してどうするつもりなの！と、心の中で義父を打つこともありました。

苦悩に暮れていたとき、それまでよく聞いていた「相手の立場になる」という

言葉が心に浮かびました。

「今まで一所懸命にお世話をしてきたけれど、お父さんの立場になって考えたことは一度もなかった。もしかすると、お父さんは、私にオムツを替えてもらうことが嫌なのではなくて、自分で自分の体を思うように動かせないことがつらいのではないだろうか。それなのに私はお父さんの気持ちに心を向けず、時間とらめっこをしてオムツを替えていた。それはお父さんを傷つけたことになるのでは？」

そう気づいてからというもの、紘子さんは、義父のペースに合わせ、ゆったりとした気持ちで義父の心の中を押し量り

ながら、共に歩んでいこうという気持ちで接するようになりました。

紘子さんは、義父が以前、植木の世話が好きで多くの鉢植えの花を育てていたことを思い出しました。そして、「植木に小々なつぼみがつきましたよ」と話しかけながら、「オムツを替えてもいいですか?」と尋ねると、義父は腰を上げて紘子さんに協力してくれるようになったのです。

義父の変化を見て、紘子さんは、それまでの自分は、「一所懸命にきちんとお世話することが良いこと」という自分の立場で、自分中心の思いだけでお世話をしてきて、義父を苦しめていたことを反省しました。

その気づきを得てから十日も経たない



うちに、義父は静かに旅立っていきました。紘子さんの心の中には、短い間だったけれど、義父の気持ちに添ってお世話ができよかったという思いと、もっと早く気づいていればという後悔の念が入り混じった複雑な気持ちが残りました。



# 自尊心を尊重する介護

その気持ちは、時間が経つにつれて、  
「人間はお互いに支えあつて生きている  
のだから、誰もが人生の終わりに安心と  
喜びを味わえるように、私にできること  
があればさせていただく」という思い  
に変化していきました。

介護者養成講座のことを知った絃子さ  
んは、受講して介護二級の認定を受けま  
した。

講座には、受講者どうしがお互いに介  
護し、介護される体験をするという模倣  
体験プログラムがありました。「人に食べ  
させてもらう」というプログラムのとき、  
絃子さんはどんなにうれしいものでも他

の人に口に運んでもらうと、まるでおい  
しくないということに気づきました。

また、オムツを与えられて、「オムツを  
つけたままベッドの上で排泄をしてくだ  
さい」という課題が出されたとき、排泄  
物がオムツに受けとめられるという感觸  
が、いかにみじめでつらいものかという  
ことを、絃子さんは思い知らされました。

特別養護老人ホームでの実習では、介  
護される人の自尊心を尊重することの大  
切さを、さらに深く感じました。

「義父の介護を始めた当初は、＼じつと寝  
ていてほしい、私が十分してあげる」と  
いう考え方で接していました。それは、



相手を尊重していいことになりました。共に生きていこうという思いが欠けていたからこそ、義父は私の介護に対して非協力的だったということが、いつそうよく分かりました」

紘子さんは、介護者養成講座を受けてこう感じたと言います

紘子さんは、義父の介護や講座をとおして貴重な体験と気づきを得ました。そして、今、老いの不安や迷いのあるお年寄りに声をかけたり、相談に乗る日々を送っています。

（モラロジー研究所刊『れいろう』平成十六年八月号「特集」参照）

紘子さんは、義父に対して、＼あれもしてあげればよかった。これもしてあげればよかった＼と、亡くなった今でも考え

# 本当の 思いやりの 気持ち

ることがあると言います。こうした思いは、義父への深い愛情から生じる思いやりの心の表れと言えるでしょう。

他者の心の痛みいたみに共感し、受容する心

づかいと行為は、介護する人自身の「深い愛情と優しさ」を引き出してくれる尊とうとい体験であると言えるのではないでしょうか。

「相手の気持ちになつて考える」「相手の立場に立つ」という言葉を耳にします。

しかし、現実には、なかなかそうした気持ちになることは難しいものです。自分に都合のよい手段や方法にこだわり、見栄みえや世間体せけんていを優先させた形だけの一方的な思いやりや励ましは、多くの場合、相手が負担を感じるにつながります。

人の役に立ちたいという思いを行動に移すとき、お世話する人に対して絶えず心に向けることが大切です。自分が満足

するのではなく、その人の置かれた状況に心を配り、どうしても喜び、満足、安心を与えることができるのかを考えることが、本当の思いやりの気持ちなのではないでしょうか。

お互いが相手の気持ちを察しながら、心を通わせることができれば、それはすばらしいことです。その心づかいが生まれたとき、優しい温かな人間関係は広がっていくことでしょう。

