

表 題	グリーフケアを知っていますか？		
著 者	森 言一郎		
作 成 日	2022年10月末	最終更新	
緑の牧場 49号 巻頭言			

沈黙はやがて 歌に変えられ、
深い闇の中 夜明け近づく。
過ぎ去った時が 未来を拓く。
その日、その時を ただ神が知る。

『讃美歌 21』575番「球根の中には」 2節より

1 はじめに

旭東教会のホームページ。訪ねて下さる方々がご覧になっているのはどのお部屋なのか。その分析結果を知ることができる仕組みがあります。有料のホームページですので、年間使用料をお払いしている私たちへのサービスがあるのです。

実は、「グリーフケアの集い」の部屋はいつも二番目にご覧下さる方が多いことが「アクセス解析」を確認するとわかります。私は月に一度位の割合で見っていますが、毎回ほぼ同じです。つまり、世の中には「グリーフケア」に関心をもっている方が意外なほど多いのです。

2 世間と「グリーフケアの集い」

旭東教会の礼拝への新来会者は、この二年とても少ない状況が続いています。新型コロナの影響だけなのか正直な所わかりません。ただ、不思議なことに、日曜日の礼拝とは無縁の、ニヵ月に一度行っている「グリーフケアの集い」には、教会員以外のノンクリスチャンの方がお出でになっているのです。

一番宣伝になっているのはホームページでのご案内です。以下にご紹介するような内容の会を、岡山近郊で探し求めている方が確実に居られるのです。パソコンやスマートフォンにはインターネットでの検索機能があります。「悲嘆」「グリーフケア」に合わせて「岡山」というような言葉を重ねて探し求めているようです。

3 教会は誰のもので、何をする所なのか

教会が礼拝をしなくなったら教会ではないという考え方があります。私が神学生の頃、礼拝学を担当されていて大変お世話になった今橋朗先生はこう記されます。

「礼拝」しないキリスト教会は存在しません。様々な事情や制約によって、教会活動を縮小・変更し、教会学校、青年会、祈祷会を止めても「共同礼拝」をしない教会はあり得ません。礼拝をやめたとき教会は「教会であることを」やめたのです。（今橋朗 著・『礼拝を豊かに』1995年より）

今橋先生の言葉は「そのとおり、アーメン」だと思います。でも、恩師にたて突くわけではありませんが、教会には日曜日の礼拝を大事にすると同時に、ささやかではあっても、世の光・地の塩として、クリスチャン以外の方のために用いられる働きも必要なのです。聖書も読まない、お祈りもなしの時間のために、鍵をあけ、扉を開いて待つのです。

4 グリーフケアってなに？

8年目に入っている「グリーフケアの集い」ですが、そもそも「グリーフケア」とはどういうものなのでしょう。「グリーフ」とは英語で「Grief」。日本語にすると「悲嘆」「深い悲しみ」の意味です。その「ケア」、英語で「Care」ですが、本当にそんなことができるのかというと、答えは簡単ではありません。

「グリーフケアの集い」は、先ず第一に、愛する人との死別を経験し、誰にもお話できず、どこにも持って行けないような人生途上の様々な悲嘆・深い悲しみの中にある方が安心して集う場を想定しています。

毎日新聞で「みんなのなやみ ぼくのこたえ」と題して人生相談をなさっている、作家の高橋源一郎さんの近著は『居場所がないのがつらいです』『誰にも相談できません』（毎日新聞出版）です。そのタイトルだけでもぐっと惹かれるのは私だけではないはずです。

5 グリーフケアの対象は思いのほか広いもの

いみじくも、高橋源一郎さんが本のタイトルにされた「居場所がなくてつらい」、「誰にも相談できない」という現実には、愛する人との死別だけに限られるものではありません。グリーフケアが必要とされるのは様々な方々だと考えられますし、事実、私たちの身の回りには、思いのほか多くの悲嘆があるのです。

私が「グリーフケアの集い」のためにつくってお配りしている基本的なプリントには、

「入学」「病気」「転職」「定年」「失恋」「離婚」「死別」「ペットロス」が悲嘆の一因であるとメモしています。ペットは現代では、「同伴家族・異種家族」と考えるとよいと思います。他にも、「子どもの成長」「子どもの結婚」「様々な依存症」もグリーフケアの対象と考えています。

私たちの人生途上には、実に複雑な事情や感情が生じるのです。「あなた、そんなことで落ちこんでいるの！」と言われるようなことが日常的に色々と起こります。

6 沈黙の時間にも 私たちは話し続けている

私たちが行っている「グリーフケアの集い」。力は乏しいですし、うまく行かないことも当然しばしば起こっています。力不足だったなと感じることも多いです。悩ましいこともあるのです。

心が通い合う時間、沈黙がゆるされる時間、涙することができる時間を過ごせる。それが、私たちの「グリーフケアの集い」のような気がしています。ふた月に一度、こつこつと続けています。暑い夏の日でも、大晦日に近い年末でも、偶数月に最後の水曜日の午前と夜に開いています。

なぜ、教会で？と思われるかも知れません。でも、決してキリスト教を信じる人のためだけの会ではありません。場所は教会ですが、キリスト教らしさを感じるとしたら、集いを行う20畳ほどの部屋に、最後の晚餐のステンドグラスがある位ではないかと思います。

7 日本国内でのグリーフケアの始まりについて

広く知られていることかも知れませんが、日本において死生学であるとか、グリーフケアを先頭に立って引っぱって来たのはクリスチャンでした。

上智大学で日本で初めてとなった「死生学」という講義を担当され、深め、浸透させて行かれたアルフォンス・デーケン先生はイエズス会の司祭です。多くのご著書があって、日本での死生学のパイオニアとなって下さいました。

2005年4月のJR福知山線脱線事故のあと、グリーフケアの働きに仕えられたのは、カトリックのシスター・高木慶子さんだったことも知られているところです。

8 私とグリーフケア

私自身の関わりを少しご紹介します。20代の半ば頃ですから、もう40年近く前なのですが、東京の「生と死を考える会」に出かけていました。そこで前述のデーケン神父さまの存在を知ったのです。当時は、かなりやっかいな病気であった慢性化したB型肝炎との闘病生活、長期にわたる入退院が切っ掛けでした。

その頃、もっと知りたい、考えたい、と思って読み始めていたのは「死」に関わることでした。「死」を考える心の裏腹にあった思いは、「何とか生きて行きたい」「与えられた命を生き抜きたい」という願いだったと思います。その頃のことが、私自身が今、「グリーフケアの集い」を大切にし、ライフワークとしている土台にあります。

さかのぼれば、同じ病から52歳で本当に苦しんで苦しんで、肝硬変、肝ガンになって亡くなった母のことを抜きには考えられません。病室で父に抱きかかえられる母の姿を受けとめきれないままの何年かがあったことは深い所で影響していたと思います。

9 参加者の〈断片〉こそが最大の力

私たちの「グリーフケアの集い」では、こちらが一方的に何かを提供するわけではありません。毎回メンバーがどうなるのかも分かりません。市民講座でもなく、単なる勉強会でもありませんから、手探りの、出会い頭のライブ感があることが最大の長所かも知れません。

最善を尽くす努力も日頃から続けています。関連の絵本情報はいつもアンテナを張って探していますし、新聞記事にも目を配り、これは役立つそうだと感じると直ぐに切り抜いて新鮮なうちに「グリーフケアの集い」の時に資料として用います。

ハッキリと言えることは、私が癒しや救いをお届けするのではないということです。むしろ、他の参加者で悲しんでおられる方の言葉、横顔、後ろ姿、涙。それらの断片すべてが不思議な力となるのです。

10 やがて、いつか、気がついてみたらの希望

「グリーフケアの集い」に参加されて、何かのひとかけらでも見つけることが出来れば、

痛みや悲しみは少し和らぐものです。例えて言うならばですが、あまりに効き目のよい即効薬が準備されているような会であるとしたら、むしろ危ないと思っています。不思議なことに、しばらくお出でにならなかった方が、何年か経ってから戻って来られることもあります。結果として、必要とされていたのだ気付かされ感謝しています。

「グリーフケアの集い」を卒業される方が起こることは望ましいことです。もう必要なくなるのですから嬉しいことなのです。そして、やがていつか、完全には癒されていないけれど、悲しみは消えないけれど、誰かのために新しく生きていきたい、生きて行けると感じるようになって下さっていたら、本当に嬉しいことです。

もしかすると、この集いから、グリーフケアを新たに必要とする方々に寄り添う新しいお一人が生まれることが、ささやかであるけれど、真実な喜びかも知れないと考えています。

1 1 おわりに

誰にも「ホーム」つまり「戻って来る場所」が必要です。悲嘆の中にある方は、居場所、安心してお話できる場所を探しておられます。そして、悲しんでいる方のお話を静かに聴きたいと思っておられます。

そのひとつが旭東教会の「グリーフケアの集い」であるとしたら幸いなことです。この集いは、イエスさまのお働きだと信じて続けています。これからもそうありたいと思っています。「じゃあまたね」と言葉を交わしながら、人生の旅路を共に歩んでいきたいものです。