

# 「命が1番の教育者」

年末に際し、一年を振り返り、私たちが日々生きていることの有難さについて考えてみたいと思います。常に私が大切にしているメッセージを紹介します。

## ①「人間は、死の瞬間まで、成長できる可能性を持った生物である」(キューブラー・ロス氏)

その肉体は衰えていけども、死が近づいてもその魂はさらに成長し続けると言われています。死を目の前にして、今を生きている方々からのメッセージを受け止めていくための感性を私たちは磨き続ける必要がある。

## ②「自分の命が一番の教育者！」

(西田文郎氏(日本におけるイメージトレーニング研究、指導のパイオニア)のメッセージ)

あなたは、自分の命をどう思いますか？

自分の命が亡くなるのが来る事をどう考えていますか？

これは難しい問題です。

①命がなくなるのが怖いと思う

②命がなくなるのは仕方ないと思う

③命がなくなるのを考えたくないと思う

④命がなくなる時を覚悟して生きている

日本の先人には、覚悟して腹を括って生きている人が多かったですね。

命が一番の教育者です。今日も生きている！ 有り難い、有り難い事なのです。

## ③「生と死は繋がっている」(メメント・モリ)

私は、毎日「いのち」について考えない日はありません。

極端な言い方になりますが、「死ぬために生きている」「より良く死ぬために生きている」

そして「生きているかけがえのない、今ここでの時間を、より良く生きる」、そういう風に考えると、日々の生活の中でのざわつきが緩やかになります。

死生観というと重く感じるかもしれませんが、私たちの仕事では常に命と向き合うことで、死を恐れるのではなく、命を尊重し、今日という日を大切に生きることの重要性を学んでいます。

利用者さんが最期まで尊厳を持って生きられるよう支えることが、私たちの使命であり、てのひらの理念です。

年末が押し迫ってきています。今年の自分に労いと称賛を、来年の自分にハッピーウェルカムと唱えながら、今年のラストまで共に頑張りましょう。

今月も、今年もみなさんに感謝致します。ありがとうございます。

2024年12月10日

呉静恵

