

# 心の風景

— 随時掲載 —

## 死への向き合い方考える



「立教セカンドステージ大学」で講義をする小谷みどりさん

(東京都豊島区)

終末期医療、遺産相続、葬式、墓といった、自分の死にまつわる営みに、自分自身がいかに関わるか。第一生命経済研究所主席研究員の小谷みどりさん(46)は、20年以上前から死を視野に入れたライフプランを提唱してきた。「死んだらどうなる?」という不安にかられた「終活」ではなく、むしろ今を豊かに生きるために、死と向き合うべきだと説く。

中で、ほっくり死にたい方は?と切り出した。ほとんどが手を挙げる。「じゃあ、今夜いっちゃってもいいですか?」。笑いが起きる。「今日は困るといふのは、ほっくりとは言わないですよ」。小谷さんはたたみかけ、年上の受講生たちに「自分の死」をイメージさせていく。

「日本人が死について考えるとき、多くは誰か身内の死をイメージするんです。葬式や供養から、自殺や尊厳死、脳死の問題まで『自分がそうになったら』とは考えない。自分の死、いわば『一人称の死』について考えてみてください」。小谷さんが研究所に入った1993年、日本人の死

生観について研究を始めたときは、職場にもいふかる声が多かったという。自分の死や死後の面倒は、なんとなく家族がみてくれるというのが常識だった。二十数年で加速度的に進んだ長寿化は、一人で旅立つ確率も高めた。一人一人が自分の死に早くから向き合わざるをえなくなり、時代が小

## 人とのつながりを「伝道」

谷さんの関心に追いついてきたといえる。

死生観の変化を探るために、小谷さんが葬儀、斎場、霊園、仏壇、医療、ホスピスなど、いわば「死をめぐる仕事」の専門家同士の張り巡らしたネットワークは幅広い。だが「葬式仏教」と言われる寺のあり方や、不安をあおるような「終活ビジネス」には手厳し。

が、宗教的な人間だと思いません」と小谷さんは言う。幼い頃、医師だった祖父に親戚のおじさんが死ぬ瞬間を見せられてから、死への恐怖を抱え続けた。それが変わったのは、大学院生のとき以来たびたび滞在したフィリピンなど、東南アジアの国々でだったという。「貧しい暮らしの中で、家族がまさに肩を寄せ合って生きている。そこでは『人ほこんなふうになるのか』というほど見事な死がある。結局、死に方とは、生きているときの人のつながり方なんだと思えます」

そんな小谷さんは4年前、夫を突然死で亡くした。42歳だった。「彼がかわいそうとは思ったけど、悲しみにくれるということにはなかった。よし、その分を私が生きてあげる、と思いました」

講演にテレビ出演にと、引つ張りだこの小谷さんは「これは私なりの『伝道』かもしれません」と笑う。いつからでも遅くない。幸せな死を迎えるために、周りの人とのつながりを見直そうと。

(共同通信編集委員 岩川洋成)



神宮寺の高橋卓志住職(左)と小谷みどりさん

(長野県松本市)

長野県松本市にある神宮寺(臨済宗妙心寺派)の住職、高橋卓志さん(66)も、小谷さんと古いつきあいだ。海外でのボランティア活動や、寺の経理の全面公開、故人にささぐり葬儀のプロデュースなど、早くから寺院改革を進めてきた高橋さんは「一人称の死を見つめるという点で、立場は違っても同じ方向を向いている」と、その存在を頼もしく感じている。

「私は信仰はありません」

ここに、みどり、60年大阪府生まれ、奈良女子大大学院修了。「変わるお葬式、消えるお墓」など、著書多数。