



『人生ピンチヒッター』3か条『人に接する呼吸を得ている者』2. 『性格の悪くない者』3. 『無規則で始める勇気と胆力を』



まず目の前の人を大切に想う

緊急事態宣言の下で

目白がん哲学外来 森 尚子

今、世界は目に見えないものとの戦いの中にあります。緊急事態宣言が発令され、東京では外出自粛を余儀なくされています。多くのがん哲学外来カフェは中止となり、再開の見通しが立ちません。

がん哲学外来の参加者には、がんを経験し、治療を続けておられる方々が多いです。皆さん、感染の恐怖と不安の中にいます。メールや電話のやり取りの中で、「私達はがんになって、大変な手術や治療を受けてきたのだから、コロナなんかで死んでたまるか。コロナなんかで



目下の急務は忍耐あるのみ

死んでたまるか。コロナなんかに負けない。」と励ましあっています。こんなにもたくさんの、強い確かな繋がりに感謝すると共に、この繋がりを絶対に守らないといけないと思います。

それでも内心は心細く、不安です。そんな時、力を与えてくれるのは言葉の処方箋です。

「目下の急務は忍耐あるのみ」「目の前の人を大切に想う」「逆境も順境もない」「to do よりも to be」「病床にも知恵あり」自分を見つめ直す機会、と思えばいいのでしょうか。自分を励ましつつ、家族や仲間、心細さにさまようひとと共に、悩みを重ねあう時もあります。苦難、試練はしばらく続くでしょう。当たり前のことがいかに大切で、実は「有難い」ものであることなのか。「小さな幸せ」「大きな感謝」を胸に、生きていきたい。また、皆様と笑顔でお会いできる日を楽しみにしています。



安心して集える日を待つ

東村山がん哲学外来メディカル・カフェ 大弥佳寿子

いやはや、この歳になって、「匍匐前進」を経験するとは思っていませんでした。

新型コロナウイルスの緊急事態宣言に伴い、夫が在宅勤務を始めた初日の出来事です。

「おはようございます。〇〇さん、どうぞ・・・」と、夫の声が聞こえ、なんと ZOOM 会議とやらが始まっていました。あまりに突然のことで、ノーメイク&ノーウィッグの無防備な私は引きつりました。

洗面所に行って支度をするには、夫の後ろを通らなくてはなりません。当然、私の姿が映ってしまいます。得体のしれない生き物が映ったとなれば会議どころではないでしょう。そこで思いついたの「匍匐前進」でした。前にテレビで見たコモドオオトカゲを思い出して腹這いになって匍匐前進をやってみました。「樋野動物園」では「羊」の名称をいただいている私ですが、もしかしたらコモドオオトカゲに化けてしまうかも知れません。兎に角、四肢を必死で動かしてもがくように前進するのみでした。洗面所に辿り着いた時は、一日のエネルギーを使い果たし、自身の身体の重さを恨みました。

ZOOM 会議が終わった後、私の小言が夫に向かって連射されたの言うまでもありません。こんな我が家の在宅勤務の始まりでしたが、新たな生活スタイルを編んでいく中で「言葉の処方箋」がヒントを与えてくれました。相手にとって余計なお節介でなく偉大なお節介を。一緒にいて苦痛にならない存在であること。顔を洗い歯を磨くがごとく日記や読書の習慣を。無邪気に喜んで小さなことに大きな愛をこめる。etc.

今回のコロナ禍のもたらした影響は計り知れず、生活環境が大きく変わった方がほとんどではないかと思えます。諸々のイベントやカフェの活動なども中止せざるを得ない中、どのように皆さん過ごされているでしょうか。



●東村山のヒーロー、志村けんさんの記念樹



桜が長い冬を耐えるように

岡倉天心記念がん哲学外来 巣鴨カフェ・桜 山本ひろみ

染井吉野発祥の地にある巣鴨のカフェでは、4月5日桜の咲く頃に樋野先生の講演を予定していましたが新型コロナウイルス感染拡大により中止しました。しかし、今回初めて参加される予定だった方とお電話でお話をする機会に恵まれました。お顔も知らぬままに、互いの経験に学びあい、力を分け合う貴重な時を過ごしました。カフェにこられる方の中には、まったなしの状況の方もおられます。どんな時でも動じることなく強い心で臨機応変に対応できる力を持ちたいと思う出来事でした。桜が長い冬を耐えて毎年咲き誇るように、今与えられた忍耐の時間を大切に、この緊急事態だからこそ考えられること、できることに取り組み、力を蓄えていきたいと思えます。

ルリビタキ



編集：丘の上のカフェ・シャローム・石井瑠美

連絡先 TEL 03-3943-1879

後援：一般社団法人がん哲学外来

