

St. Luke's International University Repository

ひと(人間)といのち(生命)ととき(時)とま(間)

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 聖路加看護大学 公開日: 2007-12-26 キーワード: いのち, とき, ひと, ま 作成者: 都留, 春夫 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10285/261

ひと(人間)といのち(生命)ととき(時)とま(間)

都 留 春 夫*

要 旨

現代に生きる人は、人間についてのことはいろいろ知っているが、個々の人にとっての自分の生命の意味を知ろうとはしない。無限のひろがりと持続の中に生れながら、時間と空間に区切りをつくり、その中で息づまりそうに生きている。ときを見失い、まを計りそこなうことによって人生を誤ることがある。

ひと(人間)のいのち(生命)と、とき(時)とま(間)の関係を、改めて問い直してみることは、いまこそ大切になっているのではないだろうか。

キーワード

ひと いのち とき ま

1. はじめに

「パパラギ」¹⁾という本がある。その中で西サモアの酋長ツィアビは、「パパラギ(白人)は、いつも、時間がつくれない、ひまがない、というが、時間はそこにある。あつてもまったく見ようとしな。彼は自分の時間をうばう無数のもの名まえをあげ、楽しみも喜びも持てない仕事の前へ、ぶつくさ不平を言いながらしゃがんでしまう。だが、その仕事を強いたのは、ほかのだれでもない、彼自身なのである。」という文明批評をしている。

白人社会のみでなく、あるいはそれ以上に、生活大国を目指している我国の現状にとって、この文明批評は厳しい警告になるのではないかと思う。

俳句をたのしむという文化を生みだした日本人の中には、いのち(生命)ととき(時)とま(間)を大切にするという伝統があるということは、国語辞典を見るだけでもよくわかる。だが、私たちのいまの生活では、その伝統が次第に崩されていきつつあるといわざるを得ない。

それだけに、あらためて、ひと、いのち、いきる、とき、まについて考えなおしてみる必要に迫られていると思う。しかし、いざ考え始めてみると、問題の広さと深さに対して、余りにも貧弱な知識しかたくわえていないことに気づかされるばかりである。

そこで、まず手始めとして、あたまたに浮ぶままに、あまり厳密なことばの吟味もせず、小論にまとめ、先へ進む端緒を探してみることにした。

2. ひと(人間)ととき(時)とま(間)

ヒトが人間として生きていくにはとき(時)とま(間)を有効に使う必要がある。ときは時間、間は空間であるとすることもできるが、ときということばやま(あるいは、あいだ)ということばには、もっと多様な意味がある。

人が、それぞれに、その人らしく生きていくのを援助する職業に携わる者は、「人間とは何か」、「生きるとはどういうことなのか」、「ときとまは、人間のいのちのいとなみに、どのようにかかわってくるのか」について、よく考えておく必要がある。

3. ひと(人間)

「人間とは何か」は、永遠の問いであって、完全な答

* 聖路加看護大学教授

注1 岡崎照男訳「パパラギ」立春書房、1981。

えを出せる人はひとりもない。

人間は人と人の間に生れるが、そのままでは、まだヒトという動物であって、人間社会の一員と呼ばれるにふさわしい人になっているとはいえない。何かのいきさつで、幼いときにオオカミに拾われ、その群の中で育ったヒトは、オオカミらしさのほうを人間らしさより多く身につけた、異様な存在になってしまう。年が進んでから人間の社会に連れ戻され、深い愛情のもとで、ていねいな教育をうけても、十分な人間らしさを発揮しうるところまでの成長はできなかったという記録がある。

ヒトが人になるには、順序よく、適時・適切・適度な教育と訓練をうけねばならない。一応決められた順序に従った教育をうけて成人に達した後に戦争に参加し、敗戦後、山中に唯一人取残されて30年近く人びととの接触を避けて暮した元軍人は、救出された後、数ヶ月の入院で社会復帰に成功している。

ヒトが人間になるには、身体の成長と並行して、人格の成熟が必要であり、それには、庇護され、養われ、愛され、信頼され、育てられ、教えられ、陶冶されなければならない。現代社会に生きる人は、ある程度の成長発達を遂げるまでの間は、子どもでいることを許され、大人社会に入る準備をととのえることができるようにされる必要がある。

生後2、3年の間に親から受けた虐待によって生じた心の傷が、後のちの人間づきあいを不自由にするばかりでなく、他者とのあいだにま(間)がうまくとれないという問題になってあらわれることがある。

ヒトの子は他の動物の仔と比べると、はるかに未熟な状態のまま誕生して、母体から離される。しかし、未熟とはいえ、手足を動かすことの自由さは、他の動物の場合よりはるかに優れている。表情・音声・身振りなどによって、多くの信号を出している。それに気づいた大人が、どのように応答を返すかによって、それらの信号のあるものは有意義なものとなり、ある信号は無意味なものとして棄て去られる。受け取られた信号を発信する能力は発達するが、棄てられたもののほうはのびなやむ。より多くの発信能力を身につけた者ほど、自発性、創造性、表現力などがゆたかに育つ。

幼児には、母親のしっかりした抱え(holding)のなかで、自発性をのばしてみる余地(ま)があるのを経験する必要がある。母親の抱えこみが強すぎ、また長すぎると、親子の分離が円滑に進まず、青年期に達したあるときに突然反逆を企て、家出をするような結果になることがある。そのようなことを企てる若者のなかには、2、3歳の頃から既に親を拒否していたという者がいる。

ヒトが他の一切の動物と、著しく異なる特徴には、直

立歩行により前肢(手)が自由になったこと、複雑なことばで会話をすること、火や道具を使うことなど、いろいろあり、そのうちのどの点を強調しているかによって、理性人、工作人、経済人など、様々の呼び方が生れる。

最近、人間を研究対象にする学問領域が、注目を集めるようになってきているが、その歴史的背景はそう長いものではない。健康に日常生活をしている普通の人びとを専門的な学問研究の対象にするのは、そうしたやすいことではない。

4. いのち(生命)

「いき(生)る」は「いき(息)」を活用させたことばで、生命を保つ、生存する、生物として活動する、などの意である。いき(息)はイデ(出)とヒキ(引)から成るという説がある。肺をもつ動物が鼻や口を通して、吐いたり、吸ったりする気体のこと、また、その動作のこと、すなわち、呼吸のことをさす。水中動物の多くは肺でなく鰓で呼吸し、陸上植物は気孔を通して気体の出し入れをする。

いき(息)には呼気(吐く息)と吸気(吸う息)があり、「吸うは易く、吐くは難し」といわれる。人はいきを吐くときに力を出して仕事をし、吸うときに休息して力をたくわえる。瞬発力を強めるためには、一時いきを止める。吐いたり吸ったりがうまくできないと、吸い過ぎを起したり息切れがしたりする。

身体的にも精神的にも健康なときは、やすらかな、リズムの整った息遣いをしているが、病気になると呼吸が乱れる。心配事が大きくなると呼吸が不十分になり、ときどき大きないき(ため息)をつくようになる。ハッとすると息を飲む。飲み過ぎると息詰りになり、肺がふくらみ過ぎてしまう。仕事を楽にするために鼻歌が出たり、仕事暇がうたわれたりする。

人と人の仲(あいだ)がうまくいくときは呼吸(気)が合う。何人かの気の合ったコンビ(人びとの間柄)がつくれたときは、間取り(テンポ)がうまく合い、仕事が円滑に進められる。いき(気)が合わぬ間柄だと、仕事の間(ま)が抜けたり、重大な間違いが起ったりする。

いのち(生命)の語源は「いきのうち」だという説がある。「人間や動物が生存する力のもととなるもの」がいのちであるといわれる。つまり、いのちの根源は呼吸(いき)をすることによって、その生気が保たれていることだといえよう。

生が躍動しているときのいのちのいとなみは生き生き(活き活き)している。生という字は、草木の芽が土から出て伸びる姿をかたどったもので、それが、いきる、いかす、うまれる、うむ、はやす、などの意味

をあらわすのに用いられるようになったといわれる。活という字は水が盛に流れること、すなわち、いきおいよく、生気が満ちていることを示す。「活を入れる」とは、元気づけることである。生活とは、ただ生きているだけではなく、生存して活動（仕事）をしていることだということになる。

いのち（生命）が、日々活動するいとなみが生活であり、それが誕生のときから死滅するときまで続くことをあらわすのが人生・生涯・一生ということになる。生命・生活・生涯は、生存の三つのありようを示すことばで、英語では、lifeの一語に、それらがまとめられているのは興味深い。

Quality of Lifeのライフを生命にするか、生活にするか、生涯にするか、そのとりかたによって、少しずつ強調点がずれることになる。病いが進行して、終末期が迫ったときに、人工延命法を適用するのは、生活の質を高めることにも、保つことにもならない。しかし、ときには、それが、死にゆく人の生命・生活・生涯の尊厳や質を高めはしなくても、周囲に残される人びとにとっての支えになるという意味がある、という場合がある。

病いにどう対処できるかということ、生きる意味にとって重要な影響を及ぼす。生命をながらえるだけでも十分意味があるという人もあるが、そうではない場合もある。何十年か前にある医者から聞いた話だが、彼は肺結核が恢方に向かった若い患者に、健康回復はまだ不十分だが、早目に退院して、仕事を始めたほうがよいとすすめたことがあるという。その患者の画家としての才能は20代に磨きあげなければのびなくなる可能性がある。だから、患者は、他者に病気を移す心配がなくなったら、20代のうちに退院して、活動することが、ある意味では寿命を縮めることになるかもしれないが、才能を生かす機会（とき）をはずさぬことになるから長生きすることよりも、質の高い人生を送り、価値のある生を全うすることになると確信したからだという。

5. とき（時）

とき（時）には、時刻・時間・時期・時代・時勢・時機・時宜・時運・期限・季節・期間など、様々の意味がある。ときにはリズムがあり、サイクルがある。人間のからだには、時計を見なくても、おおよそのときがわかる仕組がある。

個人の一日の生活の時間は朝の目覚めから始まるが、その時刻は、その日の活動開始を何時にするかということからの逆算で決められる。週日と休日では、その時刻に違いがある。一日の終りは就寝のときだが、その時刻は、次の朝何時に起きるか、それまでに何時

間睡眠をとるかによって決められる。長時間働く人の一日の時間は長く、長時間寝る人のそれは短くなり、生きられる時間は個人によって違うことになる。

自然界のときは、人間がつくった概念としての時間とは違う。後者は時計で計れるように正確な単位に切り刻まれるが、前者にはそれがない。自然界の一部であるヒトのからだにそなわっている体内時間やリズムは、必ずしも時計時間とは一致しないから、時計に頼り切った生活をしつづけると、無理が生じ、からだをこわしてしまう可能性がある。

人間は、時計を利用することによって、時間を有効に使うことができるようにし、生活を豊かにするのに成功した。しかし、その反面、こころにゆとりを失い、生理的な余裕が十分に持てなくなってしまう。仕事が忙しければ睡眠時間を削り、必要ならば昼と夜を逆転させ、24時間に25時間分の仕事をしてしまおうとしたりする。適応力のある人間は、ある程度までは、自然のリズムにさからっても、生活に支障が起らないようにすることができるが、自然に反することが、あまり長く続けると、どこかに無理が生じ、社会生活のバランスが崩れる。

個人の生活には、忙しく働くときと、休むときが必要だが、集団や社会全体にも、それと似たリズムがある。いつ働いて、いつ休むか、どのくらい働くときをもったら休みのときにするか、どのくらい休むときを休んだら働きはじめるときにするか、これらのときの決め方がうまくいけば仕事の能率が上がる。失敗すれば能率が下るばかりでなく、からだの調子が崩れるし、集団や組織の志気が下り、活動に無駄が出る。

幼いときに厳格な訓練をうけずに放任されたまま成人になると一世人間性の法則を身につけることができず、ある種の粗暴さを持ち続けることになるといわれている。言語・知性・人格の教育や陶冶をうけるのには、それをするのにふさわしいときがある。そのときを外すと、才能を十分に生かし切れずに生涯を終ることになる。その意味では、様々の理由で、幼いときに親の庇護が受けられずに育つ子どもや、学校に行けずに大きくなってしまふ若者たちが増える傾向のある最近の社会の状況が気になる。

子どもの成育にとっては、それをはぐくむとき、育てるとき、鍛えるとき、教えるとき、愛しむとき、励ますとき、支えるとき、試練を与えるとき、目標を示すとき、手をかすときなど、さまざまのときがあり、そのときどきに、適時・適切・適度な援助が提供される必要がある。ときを見誤れば取返しのつかぬことが起るときがある。

臨時的な仕事に携わる者にとっては、こころやからだの健康を害している人びとを相手にしているときが

多いのだから、いつ、どのような援助のてだてを提供すればよいのか、という、ときを見ることに敏であることが望まれる。ときを見誤るといのかにかかわる結果を招きかねないときがある。更には、提供したてだての効果があらわれるのにもときがかかることを承知している必要もある。そのときを待たずに、先をいそげば、成功する筈の効果があらわれずに終わってしまうかもしれない。

6. ま (間)

時間が時と間によってあらわされるように、ときとまには密接な関係がある。両者が同じ意味を表わしていることもしばしばある。例えば「列車の出発に間に合う」といえば時刻のことを指し、「発車までにはまだ間がある」というときには時間の長さのことになる。テンポとかりズムというのはときの刻みかたに関係があるが、「間を合わせる」の間は調子(リズム)のことだし「間をとる」の間は拍子(テンポ)のことになる。「間に合わせる」は時間内にことをすませることであれば、あるもので他のものかわりにすることでもある。健康なときのからだは間尺に合ったエネルギー代謝をしているが、病気になるるとそれが崩れ、生のリズム(間)が狂いだす。

不安の少ない人のころにはゆとり(ま)がある。心理治療のねらいは、ころのまがととのうのを援助することだといえる。身体的に健康なときの体内の生理的機能には余裕(ゆとり)がある。そのときの鼓動や呼吸のリズムは正常で、楽にできている。病気になるると速くなり、ゆとりを使い果たすようになる。

ゆとりを取り戻すために、病者は仕事を休み、暇(ま)をとり、床につき、更に、必要ならば入院して専門家の世話をうけねばならなくなる。

心理相談所を訪れる来談者の多くは即効性のある処法を求めますが、見立てがよくて治療が順調に進んだにしても、効果があらわれるまでには何か月ものま(間)がいる。個人の生活には、それぞれなりの歴史があり、個性があるから、万人に共通な特効薬のような処法などはあり得ない。長年かかって身につけてしまった生活習慣を1回や2回の面接によって変える手がかかりが与えられることは期待するほうが無理だし、みつかったにしても、そうたやすく新しい習慣を生み出させるのは不可能である。

当面する問題や悩みごとが大きくて、緊迫したものだ、それと自己とのあいだの距離(ま)をおくことが不可能になり、問題に飲みこまれてしまう。ま(間)がつくれなくれば、問題に真向かうことができない。自己の内面にもゆとり(ま)が必要だし、他者とのあいだにもま(間)がいる。他者とのまじわりをゆたか

にするためにもま(ゆとり)は必要になる。

ま(間)のとりかたの下手な人は人間関係がうまくいかない。親しい間柄になればなるほど、つきあいにゆとりができ、ま(間)がとりやすくなる。どのような間柄になるかによって、援助する者から援助を受ける者に伝わる援助の内容や効果に違いが出る。

大工が家を建てるときは、木と木の組合せの部分に、わずかな隙間(ゆとり)がつくられる。それがないと地震などに耐える力が弱くなる。このゆとり(ま)のことを遊びという。

遊びのない人生は味気ないばかりでなく、みのりも少ない。西洋には「勉強ばかりで遊びのない子はおろかになる」という諺がある。遊びのない人生は挫折しやすく、挫折からの立ち直りがおそく、長いとき(ま)が必要になる。

ま(間)は、また、時宜(チャンス、またはタイミング)でもある。ま(間)をはずすと有効な筈の援助の手だてが無駄になり、かえって邪魔にしかたならないこともある。そういうときに間違いが起りやすく、間が抜けたことになる。

名人・達人はま(間)をみてとることに俊敏で、機敏に、適切な対応をすることができるが、そのコツを未熟な者に教えるのは、必ずしもうまくない。楽に身につけてしまったことを対象化し、そこに到るまでの手順を分解し、それを言語化して、ひとに伝えるのはなかなかむずかしいものである。むしろ、不器用な人が、苦勞を重ねた末に一人前に達したときのほうが、教え上手な場合がある。また、手ほどきを受けた新人がコツをつかむまで、じっくりつきあうま(間柄)を保ちつづける忍耐力があるからかもしれない。名人には、待つ(間つ)というのは不得手なことがよくある。

最近の育児や教育で忘れられがちなのは、とき(時)とま(間)を大切にすることであるというのは、たしかに、当を得た着眼であると思う。

7. おわりに

身のまわりに起る出来事や、存在している物の、どれにも気づくことがなければ、個人がとき(時)やま(あいだの間)を知解することはできなかったのではないかと思う。

計量可能な概念としての時間や空間を、限りない持続と、涯しないひろがりから切り取って、自分のものとして使えるようにすることに成功した人間は、いまや、それをほとんど利用しつくしてしまったかにみえる。

現代の先進国人と呼ばれる人びとの生活は、ひと(人間)が健やかに生育・成熟していくのを脅かすほどに、ゆとりとおちつきのないものになりつつある。

援助関係の仕事に関心をもつものの一人としては、
ひと（人間）のいのち（生命）と、とき（時）やま（あ
いだ一間）とのかかわりを、何度でも、問い直さず
はいられない。

（受理日：1992年10月28日）