

病気を、がんを受け容れる



漢方相談には守秘義務がありますので、お客様の病気を話題にすることはいたしておりませんが、今回、「私のことが皆さんのお役に立つなら」とMさんにご協力いただきました。

Mさんは51才。

乳がんを発病してから、今年で12年になります。

決して生存率が高いとは言えない、乳がん。

Mさんにその「秘訣」を尋ねてみました。

Mさんは完治したわけではありません。
がんは肝臓と骨にも転移しています。
今も抗がん剤治療を受けていらっしゃいます。

最初のがんがわかったのは40才の時。
手術も2回経験されています。
発病時、お子さんは小学生と幼稚園。育児、家事をこなしながらの闘病生活。

しかも当時、Mさんは医者に宣告されたのです。

「余命半年です」

宣告された時のとてつもない動揺...。幼い子供たちとの別れの恐怖・悲しみ...

みなさん、想像できますか？
それを受け止められますか？

「なぜ真面目に生きてきた私が、こんな目に遭わなければならないの？」

Mさんが最初に感じたことです。

でもMさんは、その医者診断を「誤診」に変えました。
半年どころか、あれから12年になるのですから。

しかし、Mさんにさらに悲劇が訪れます。
4年前、ご主人が逝去。
3年前、お母様が逝去。

みなさんはMさんの苦難を乗り越える自信、ありますか？
がんに侵された中で、余命半年と宣告された中で、家族や周りに、ふつうに
明るく振舞えますか？ ふつうに生きていけますか？

家族との死別。
その覚悟、できていますか？

「Mさん、どうしてそんなに明るいですか？」

「もともとはネクラのほうだったのに、私、病気をして明るくなったんですよ！」

「乳がんと診断され、再発転移という経過で怖くはないのですか？」

「病室で一緒だった患者さんの友達は亡くなりましたし、私よりもがんは進行していないのに、私より早く亡くなった人もいます。悲しくて、怖くて、今度は私の番かも...とその都度落ち込みましたが、ある時どういう人が早く亡くなっているのか？と観察している自分がいました」

「どんな人です？」

「内向的で笑顔のない人が多いようです。私は生来、出掛けて回るタイプだったので、それもよかったのかもしれません。でもそれで骨折しましたが（笑）」

「余命半年を潜り抜け12年、なぜ今、生きていますか？」

「いえ、生きているのではなく、生かされているんですよ！長年がんを抱えて生きて来て、これはもう、『生かされている』としか思えません。だから今の病状を受け容れて、逃げずに感謝して過ごしています。それと笑顔ですね」

「今年の抱負ありますか？」

「がん治療もですが、それより、ダイエットです！」

「えっ、ダイエット？」

「ジーパンがちょっときついんですよ（笑）。もっとカッコ良くはきたい！」

「がんとダイエットの漢方相談？ 対極に位置する相談ですよ（笑）」

「『他人に見られている』という意識、これとっても大切だと思うんです。いつまでもきれいでいたい、きれいになりたい、おしゃれをしたいという願望。これが私を後押ししてくれているのかもしれません」

「抗女性ホルモン治療を受けていても、女心・女性性は失っていないんですね」

目の前の今を大切に、感謝して生きる

Mさんがどうして乳がんになられたのか？

こうだから、こうなる論で単純なことは言えないが、その要因の一つに自分の時間を持てなかった、自分を大切にする時間がなかったことがある。とても頑張り屋さんで、人のために尽くす思いやりのある女性だ。でも、それが自分の身体に長年ムチを打つことになり、病気を患ってしまった。漢方相談の中で出た、一つの答えだ。

そんなMさんは、毎日を、今の自分を大切に生きています。病院にも、太田東西にも、「元気に」通っていらっしゃる。そしてなんとと言っても今年の抱負が、ダイエットだ。

それを聞いた時、私は「素晴らしい！」と思わず膝を打った。心から敬服した。先を案じながらも、今を見ている。今をしっかり生きています。

がんにおびえ、将来に絶望し、自分は不幸だと悲劇のヒロインになって今を過ごしているのではなく、「もっとこうなりたい！」という前向きな思い。病気を、がんを、しっかり受け容れながら。なぜそうなれるのか？ そんなに強く生きていけるのか？

きっとMさんは、死を受け容れているからだと思う。覚悟して生きています。死という局面をこれまで何度も経験し、死に対して思いを馳せた。夫や母親との死別も経験した。だからMさんは「毎日を感謝して過ごしています」と自然に言えるのだ。

「人間、必ず死を迎える」。それは誰でも頭ではわかっている。でも、それを意識して過ごしている人は少ない。他人事と思っている人が多い。生きているのが当たり前だと思っている。だから今を大切に、今に感謝ができない生活になりやすい。不平不満の感情におぼれ、家族に「おかげさまで」「ありがとう」といった感謝を忘れてしまう。

人は生きているのではなく、生かされている。今日が最期かもしれない。だから今を大切に、今に感謝して生きる。

その日々の想いが、病気を好転させる秘訣のようです。