

自分の人生を生きる



2016年4月。九州地方を震撼させた熊本地震。
時同じくして、太田家では母親が入院手術。
これまで目立った病気もせずに、一度も入院手術の経験のない母。
家族の誰もが、「この人は健康長寿で100歳越えるかも？」
それくらい病気とは無縁だった母。

それとは逆に、度々の病気で入退院を繰り返す父。
夫を放っておけない心配性の妻。

その関係はいつしか、対等な夫婦というよりも
「母と息子」「ナースと患者」になっていました。
その心労もあって、母は大腸腫瘍という病気になったと思われま

手術が終わって・・・



「か、か、かあちゃ~~~~ん!!!!」(;)!!

病気になる。入院する。誰でもイヤなことです。
いつまでも健康でいたいのは、万人の願いです。

「生老病死」。残念ですが、生まれた以上「老病死」は避けられません。
どんなに予防を心がけて生活していても、病気になる時は病気になる。
そして、死ぬ時は死ぬ。

大事なことは

『病気にならないこと』ではなく、
『体が病気になっても、心まで病まないこと』。
「なるようになる！」 事実を受け止めて、気力を維持すること。

家族が病気になった時こそ

『家族の団結力』『家族の絆』が試されます。
そう言う意味では、表紙の我が家の親子写真。明るいでしょ？(笑)

病気になってしまったことは仕方がない。
クヨクヨ悲観せず、オドオド先を案じ過ぎず、全快に最善を尽くす。
そして「今回、母が入院手術になったことは、きっと意味がある！」
出来事をポジティブに捉える。

母から知らせを受けた時、驚いたものの、納得もしました。

「自分らしく生きている」
息子から見て母のことを、そう感じてはいなかったからです。

大腸という臓器は、脳と密接につながっています。
過敏性腸症候群から大腸がんまで。
原因は精神的ストレスが大きいと太田東西は考えます。特に
「腹が立つ」「はらわたが煮えくり返る」の言葉が示唆するように
『我慢と怒り』の感情が関係しています。

およそ団塊世代以上の夫婦関係は、昭和時代からの
「男は仕事、女は家事」の延長に今もあると思われます。
男性は定年退職後、仕事がなくなり自分の時間をたくさん持てますが
女性は夫の命尽きる日まで家事は続きます・・・
もっとも、「自分の生きがいは夫のお世話をすること」という方もいるかも
しれませんが、ほとんどは“あきらめ”“習慣”で家事をしているはず。

御多分に漏れず、うちの両親も夫婦仲は悪くないのですが、面倒見の良すぎる
神経質な妻と、それに依存するマイペースな夫という関係。
夫の健康増進のために、料理に手間をかけ、薬の管理にと気を使う妻。
しかし、当の夫は病院にかかって真面目に薬を飲むだけで、自分から主体的に
何かをするという人ではなかった。
「少しは運動したら？」「散歩にでも出かけたら？」「テレビ、消したら？」
夫に助言するも、当の夫は我関せず・・・

ならば、自分が体調を崩した時は、妻を当てにせずに自分で何とかするのか？
といえば、すぐに元ナースの妻に頼る始末。
妻に頼るくせに、妻の言うことは聞かない。つい、威張ってしまう。
感謝やねぎらいの言葉をかけることもなく、してもらって当たり前となる。
甘える男と甘えられない女。

そんな両親の関係を見ていて、息子は以前、母に問いかけていました。
「オヤジの面倒、このまま任せていいのかい？ 正直、ストレスだろ？」

「大丈夫。離れたら離れたで、今度は余計に心配になるから」

その母の返事を聞いて、私は思ったのでした。
「親と言えども、夫婦にはいろんな形がある。子どもがとやかく、口出しする
ことじゃないのかもしれない。二人がよければそれでいいんだ」

しばらく静観しようと思った数か月後の、今回の出来事だったわけです。

家族の病気は、家族が成熟するチャンス！

「しかるに、母の病気は父のせいである！」

といった単純な話ではありません。あくまでも病気は自分の問題です。病気は自分に何かを気づかせるための出来事。

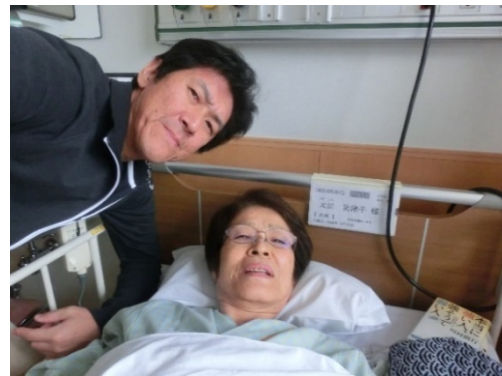
「今のままでは長生きできませんよ！」「ここ修正頼みます！」という母親自身の体からのメッセージなのです。

では、「夫と離婚すれば元気になりますよ！」というメッセージなのか？(笑)
そうではなく、きっと

「もっと自分に目を向けて、自分の人生を生きましょう！」

「夫への期待と執着を手放しましょう！」というメッセージです。

手術を終えた母のそばに腰を下ろし
息子と母は1時間半ほど
そんなことを語り合いました。



どれだけ優しく思いやりがあっても
自分に目が向いていない人は、自分を
大切にできていないということ。
よって、大病しやすいのです。

入院となって、母は自分のこと以上に父のことを心配したと思います。
「私がいなくなって、夫は一人でやっていけるだろうか？」と。

人は相手のことばかり考えていると、自分のことに目が向かなくなります。
「私がいなければ、あの人は生きていけない」「あの人には私が必要なんだ」
度を越した感情移入、それを心理学では「共依存」と呼びます。

夫への過度な心配が、「もっとこうすべき！」「こうしてほしい！」といった
期待になり、その期待に従わない夫にイライラしてしまう。
イライラするけど、かわいそうで放っておけない・・・
そんな複雑な葛藤が、慢性的なストレスとなります。

今回の母の入院は、夫婦お互いが“離れる修行”である！
そう、息子はプラス思考しました。

その修行の様様、完結編は来月号に続きます！(^0^)/