

心の Spring water(湧き水)

Vol.1

「心の Spring water(湧き水)」ニューズレター 創刊を祝して

落合川の流れる東久留米で、2008 年より、月 1 回、「東久留米がん哲学外来・カフェ」が、開催されている(CAJ に於いて)。この度、「東久留米がん哲学外来 in メディカル・カフェ」から「心の Spring water(湧き水)」

のニューズレターが、発行されることになった。継続の大切さが、身に沁みる今日この頃である。金城学院学院長、淀川キリスト教病院 名誉ホスピス長「[柏木哲夫氏が語る樋野興夫氏の魅力](#)」ライブ・ラインが、送られてきた。思えば、柏木哲夫先生とは、『使命を生きるということ ～ 真のホスピス緩和ケアとがん哲学外来からのメッセージ ～』(柏木哲夫・樋野興夫 共著、春海社発行 2012 年)を出版した。「まえがき」には「川には必ず水源がある。かなり大きい川でも、水源をたどれば、山間のわき水であったりする。わき水が集まり、流れは次第に川らしくなり、本流ができる。さらに川幅が広くなり、時には小さな支流をつくりながら、主流は大きな流れとなって海に注ぐ。ホスピス緩和ケアとがん哲学外来は主流ではないが、本流であろうと思っている。」と記述されている(第 48 回『心に咲く花: 水源 a 本流 ～MISSION(使命)としての人生～』より引用)。「心の Spring water(湧き水)」は、まさに、落合川の水源の地でもある「東久留米がん哲学外来・カフェ」の原点では、なかろうか！

樋野興夫
新渡戸稲造記念センター 長
順天堂大学 名誉教授



落合川の源泉 photo: 前田こずえ

東久留米のカフェに通うようになり、5 年半。いつの頃からか、気になっていた落合川の湧水を見に、5 月のカフェのお片付けの後にスタッフの方々で行くことができ、楽しい思い出ができました。途中、Jean さんから桑の実が濃い紫色になったら食べられると教わったり、いろいろなバラがたくさん咲いているお宅の前を通ったり、天気にも恵まれ、緑の多い川沿いの散策は観光地に行ったようでした。落合川には小さな湧水が数カ所あり、土がポコポコと盛り上がり水が湧いているのが見れました。



photo: Yukimon

昨年、体調を崩し、救急搬送されて一カ月ちょっと入院しました。退院後は脱水による記憶障害のせいか、普通の日常生活が何一つできなかつたり、人混みが怖かつたり、大変でした。あれから一年経ち、身体は元気になったものの、心がついていかず、卵巣がんになり積み重ねてきた気持ちを思い出せず、自分に自信のない日々となっています。美味しくご飯を食べられるようになり、自分の足で歩けるようになり、行きたい所に一人で行けるようになったのに、贅沢な悩みです。そんな日々にもまた再発の兆しで、不安で怖くて…。私の淀んだ心に、また試練がきました。

更なるいばらの道になりそうですが、心に小さな湧水ができるよう、小さな宴会をたくさん見つけていきたいと思います。

角田万木

小林真弓

都会の湧き水 落合川

東京の北西に位置し、大規模マンションが立ち並び、大型商業施設が点在する。多くの人が暮らす街、東久留米。

落合川は、そんな東京郊外の街に湧きでる、東京名水百選にも選ばれる湧き水が源泉である。

昔から、住む人の暮らしに潤いを与え、現在の私たちの心を潤している。いつもそこに流れ人々に寄り添ってきた落合川。

私も落合川のように、さり気なく心に寄り添える人になりたい。

落合川 photo: 前田こずえ

私が初めて「東久留米がん哲学外来」に参加させていただいたのは 2017 年 4 月、父が他界してから約 2 週間後のことでした。どうしようもない孤独感を抱え、**ドキドキ**しながら会場に入ると、スタッフの方々が笑顔で迎えてくださり、とてもホッとしたことを覚えています。樋野先生は、本当に暇げな風貌でゆったりと座っていらっしゃいました。先生のお話になんか笑ってしまったり、深く考えさせられたり、まさにこれは「言葉の処方箋」なのだと思います。そして、ジーンさんが用意して下さる美味しいお茶とお菓子を頂きながら、参加者の皆さんのお話を聴いていると、父にもっと何かできたのではないかと後悔の気持ちや不安な気持ちが少しずつ柔らいでいくように感じました。「がん哲学外来」は「**解決はできなくても解消はできる**」ところです。これからも毎月楽しみに参加させていただきたいと思います。

野澤登美子

This past week I went to Sendai to visit our daughter and her husband. We went to see a lot of nature and I was thinking about cancer and nature. Cancer is horrible and there is nothing beautiful about cancer or its effects on a body. In nature there are many beautiful things to observe and enjoy, but there are also some not so beautiful aspects of nature. These are just my musings about some parts of nature and cancer.

We went to an area that is known for their oysters. I love oysters although it isn't the season for fresh oysters so we had sushi but no oysters. It did make me think about how oysters are one of the animals that create pearls. I am not trying to explain how pearls are created, but to create a pearl, an irritant must be introduced into the soft tissue of the animal. The animal then covers the irritant and this can eventually become a pearl. As I think of some of the friends I have made through the cancer philosophy cafes, I think about what has brought us together. Cancer is horrible, it can be painful and no one wants it, but I am forever thankful for the people who I have met because they had or have cancer. They are not allowing the cancer to control them but are covering it and creating new friendships and new purposes for their lives. Just as a pearl is considered something of great value, may the cancer in your life create something of great value.

In Sendai, we also went to Izumi Botanical Garden. It wasn't a great day as it started to rain, but we enjoyed many different plants. The roses were in bloom. I was pondering the thorns and beauty of the roses and then was also struck by the fact that there were many bees, busy among the rose bushes. I am not a fan of bees, but yet I love honey and I know without bees we would not be able to enjoy many of the flowers and even many fruits. Bees are necessary. I don't ever want to think that cancer is necessary in my life or the life of my friend, but I also know that if it wasn't for cancer, I wouldn't be friends with many of you. The only thing that has brought our paths together is cancer and for that I'm grateful. May the cancer that has brought us together continue to be used to spread joy and friendship.

By Jean Hino – June 22, 2019



この写真の作成者 不明な作成者は
CC BY-SA のライセンスを許諾されています



photo: Yukimon

先週、私は娘夫婦を訪ねて仙台に行きました。自然がいっぱいの中、私はがんと自然について考えていました。がんはおぞましいもので、がんやがんの体への影響について美しいものは何もありません。自然の中には、観察して楽しめる美しいものがたくさんありますが、そうでない側面もあります。以下、自然とがんについての私の考えを述べてみます。

私たちはカキで有名な地域に行きました。私はカキが大好きですが、新鮮なカキの季節ではないので、私たちはカキは食べずに寿司を食べました。私は、カキが真珠を造る生物の1つであることについて考えさせられました。真珠の造られ方を説明しようというわけではありませんが、真珠を造り出すためには、この生物の軟組織に刺激物を注入する必要があります。生物はそれからその刺激物を覆い、それが最終的に真珠になるのです。がん哲学カフェを通してできた友人たちに思いをはせる時、何が私たちを結びつけたのかを考えます。がんはおぞましいもので、痛みを伴うこともあり、誰もががんになることを望んでいません。しかし、私が出会った人々は、がんを持っていたからこそ、またはがんを持っているので出会うことができたのだと、いつも感謝しています。それらの方々は、決してがんをコントロールされておらず、がんを包み込んで、新しい友達や新たな人生の目的を生み出しています。真珠が非常に価値のあるものと見なされているように、がんが皆さんの人生において何か非常に価値あるものを生み出しますように。

仙台では、泉ボタニカルガーデンにも行きました。雨が降り出したので素晴らしい一日とはなりませんでしたが、私たちはさまざまな植物を楽しみました。バラが咲いていました。私はバラのとげと美しさについて思いを巡らしていました。それからバラの茂みの中でたくさんのハチが忙しく働いていたという事実にも打たれました。私はミツバチが好きというわけではありませんが、ハチミツは大好きなので、ミツバチがいなければたくさんの花やさらに多くの果物を楽しむことができないことはわかっています。ミツバチが必要なのです。自分や友達の人生にがんが必要だとは考えたくありませんが、がんのためでなければ、皆さんの多くの方々と友達になることはできなかったことも知っています。私たちの道を一緒にした唯一のものががんであるので、私は感謝しています。私たちを結びつけたがんが、これからは喜びと友情を広めるために使われ続けますように。

樋野ジーン 2019年6月22日
(訳者: Yukimon)

心の湧き水

(落合川によせて)

1年前、ちょうど新緑の頃、“がん”と告知を受けました。妙に坦々と受けとめていたように思います。ただ、やはり心はとても動揺していて、悲しんでいて、それを現わすかのように“がん”とは呼ばず、“**カンカン**”と呼び名を変えて日記に記していました。

カンカンは、何か意味があって私の身体に存在したんですね？

カンカンは、身体のきれいじゃないもの集めて大きくなっていったんですかと・・・

医学的な事はわかりませんが、ふと、そう思った瞬間がありました。意味はまだわかりません。でも、手術でとってもらって、治療を終えて、(治療中は心の中のきれいじゃないもの、いらぬものを出す機会に恵まれました。)自分の心が動く方へ、心が喜ぶ方へ心が行きたいといっている場所へ、自分を運んでいきたいと思っています。

樋野先生から頂いた“**とにかく靴をはいて外に出て行ってみる事だね**”の言葉と共に。

そうする事が、心の湧き水を、豊かに清浄にする事につながっていくと感じながら。

靴をはいて、出かけて行って、心のセンサーを働かせて、心が示した場所に行ってみて感じた事は、“**カンカン**”になったのに、いや“**カンカン**”になったからこそ、見れる景色なんだと感じられる事がちりばめられていました。

ただ、話すだけなのに、こんなに心が落ち着き、笑顔になれている。

ただ、身体を動かしているだけなのに、細胞が喜んでいるのがわかる。

感覚が鋭くなったのもギフトなのかもしれないと思っています。鋭くというより、研ぎ澄まされると言った方がいいのかもしれない。

これこそ、心の湧き水が澄んでいっている事なんだと感じています。

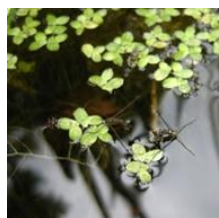
この先に、あふれる豊かな清浄な水が、湧き出てきている。深遠な自分と出逢えるのを楽しみにしながら。

田中聡季 (文責: Yukimon)

photo: Yukimon

ふとしたきっかけでメディカルカフェの後に一部の参加者と落合川の河川敷を散策する機会がありました。以前から気になっていましたが、なかなか出向く機会がなく、やっと念願が叶いました。

川岸には、色々な花が咲き、木々の緑が眩しかったです。その中で桑の木に目を向けると、実がなっていることに気づき、その色が黒っぽくなると食べられると初めて知りました。子供の頃、親戚から蚕の幼虫を譲り受け育てるために、家の近くに自生していた桑の木から葉っぱを採った時には全く気付かなかったのですが、あの時から数十年が経ち新たな発見ができました。



水面に目を向けアメンボや小魚が気持ちよく泳いでいるのを見ると、まだ自然が残っていることに気持ちと和みます。また、少し上流へ歩いていくとそこには湧水があるではありませんか。湧水の水量も少しですが、淡々とその光景を見ていると、力は小さいけれど存在感をしっかりと持ち長く継続していることに感銘を受けます。

この湧水はなんと、富士山が源流だと聞きこれもビックリです。

湧水の如くさりげなく微力ながら、これからもカフェに参加させて頂きたいと思いました。

サンピラー

この写真の作成者 不明な作成者は
CC BY-SA のライセンスを許諾されています

☆樋野先生の「思い出を造るんだよ。家族に残すんだよ」との言葉に乗せられ、皆で楽しく作ってみました。ご笑納いただければ幸いです。

編集・発行：東久留米がん哲学外来 in メディカル・カフェ