

【高齢者の生きがい】

東海社会福祉科学研究所

大北 秀雄

(4) 毎日の危機感

毎日を生活する中で危機という言葉はどう理解し、そのことの持っている内容を確認し、真剣に生きていくことの大切さを感じ、毎日の心の動きを肌で感じ、一日一日をどう向きあって生きていくのかを整理することで、その楽しさが強くなり、弱弱い自分が遠のいて行くことをどう感じようとするのか、また、感じないでいるならばそのことの内容を深く探すことも毎日の仕事ですし、使命でもあります。

生きる事実を感じながら、そのことを大切にすることで、危機に対する対処の仕方が見えてくるものです。毎日の生活において目的を持って生きていることは事実ですが、そのことに対する感じ方が、人いろいろであり一概にどれが正しいとは言えませんが、感じることの素晴らしさを、まず大切にし、その生き方に何かを感じながら取り組む姿勢を考えてみてはどうかと思います。

現実にはそういう訓練がされていないのも事実であり、いろいろな情報が流れており、どうすることがベターなのかも判らないのが事実だと思います。現在は、自分で責任を持って生きていくことが求められており、人や社会が手取り足とりで援助・支援してくれることはありません。

毎日の生活に何かを感じながら、普通の状態生きていかなければならないのが現実です。その現実、その意味、その内容を時々分析し、今の問題点・課題を考えてみてはどうでしょうか、その内容に生きる楽しさ感じるのか、不安を強く感じるのか、どう流れに乗っていくことがベターなのかも考えてみてはどうでしょうかと思います。

その中の検証後の結果、時間との向き合い方に問題・課題があるのか、どうすることで何かが見え、考えることが可能なのか、大切なものは何か、自分の生活にどう役立つことがあるのかなどが見えてくること、見つけることが必要です。

毎日を一人の人間として普通に無理をしない生き方に巡り合えることが可能なのか、巡り合うことの内容に満足しているのか、楽しい毎日の基は何か、人生とは何かを考えることにも繋がっているものだと思います。

毎日の生活は、事故や災害、人間関係、金銭関係など身近に感じられる問題点・課題がありますし、特に健康面において何かがあれば一番困ることが発生しますので一番注意することが必要です。

何もない人生は存在しないことを理解し、生きることの素晴らしさを感じてください。