

【高齢者の生きがい】

東海社会福祉科学研究所

大北 秀雄

(11) 日常生活を見る③

毎日を生活するにあたって悩みを持って生きることは疲れてしまうことです。そのために、悩まないような生活を送ることができるかにかかってくるので、その内容を分析してみると、深刻にものごとを捉えないようにすることであり、ある意味では、何とか生活ができることが可能だと思ふことであり、なんとかなるさという精神も必要になってくることもあります。

生きることが大切であり、負けてしまえば駄目出すが、何が良くて何が悪いのかがハッキリしないのが人生です。ですから勝ち負けのラインはどこにあるのかは判りませんし、わかってもどうなるものでもありません。

自然体で生きていくことが簡単な人生を継続させることのできるとの定義が言われています。考えればそのこともハッキリしないのが現実ですし、毎日を何とかして生きようとしている人、何を考え、何を見、何を夢見て生きているのでしょうか。

また、恐怖を感じることも多くあると思います。その一つが死に対することであり、自分の存在を理解することでもあります。ですから生きかたをどう考え、どう解釈し、どう対応し、毎日をどう過ごして行くのかが問題であり、たんとんと生活をする事の難しさもありますし、何を求め、個々の考え方をどう整理し、見識をもち、脳をどう使うのかも考えてしまいます。個々の生き方には生活に対する要求の濃淡があり、そのためにも個人で明確にすることが求められています。

高齢者にとって生きていると感じられる時はどんなことでしょうか、楽しい、生きている、何か生きがいがあるなどのことを感じられる人生とは何なのでしょう、何かを感じている内容を知りたいです。

本当に生きがいを感じる自分は何でしょうか、歳をとっていくことは確実なことですし、体の機能が衰えて行くことも事実ですし、どれだけ長生きをしても120歳を超えることはできないことも事実です。

衰えを感じることなく生きていくことは困難ですし、衰えを感じなく死ぬことは不慮の事故しか存在しません。通常の生きかたの中で悩みを持って生きることを大切なことかもしれません。

毎日を何となく生きることも一つの方法であり、何が正解かはハッキリしないから人生なのかもしれません。