

生きている目的は、死ぬことです。

だとすれば、見事に死んでみせようとするには、今死んでも大丈夫なように生きるしかないんです。死ぬことを語るのは縁起の悪いことではなくて、死ぬ時にあのように死にたい、このように死にたいと良い死に方を語るのは、いいことなんで楽しいことです。

きれいに死にたいという気持ちは、逆に言えば、みっともない死に方もあるという考えになり、その気持ちがあることで死期が近づいてきたときに自分自身を苦しめることになってしまう。

死ぬことがわかったら、人の迷惑になるから早く死んでしまいたいと思って自殺してしまう人もいます。なので、みっともない死に方も肯定したい。

ぼくにとっての理想の死に方は、家族に囲まれて死ぬこと。

自分が死んだときに、よかった、よかったと拍手が起きて、もちろん泣かれている方もいるんだけど、誰も恨みも怒りもなく

「こうして死ねてよかったね」

という言葉が死後の世界のぼくの耳にも聞こえてくるような、そんな死の環境があればいいと思う。

家族に「いい人生だったね」とお祝いしてもらって、ぼくも素直に「さよなら」と言えたら、これは安らかな死だろうと、死とは決して恐怖ではなく、自然の道筋のうえにあるものだと家族に伝えられたらいいですね。抜粋以上。



要約すれば、二通りの考え方があるように思います。

- ①、愛を感じながら死ぬ。
- ②、死に方にいいも悪いもない。

ひとつめの「愛を感じる」。

これを得るには、無条件で誰かに何かをしてもらう環境を死ぬ時までには手にしていないといけません。その愛は、家族や友達の思いやりや気遣いです。また、それを感謝できる心も必要です。

病院で入院していて、誰も見舞に来なければ寂しい思いをします。

そして、お見舞いに来た人に、もう死ぬからとヤケになって感謝をせずに、やつ当たりをすれば相手は離れていきます。

また、愛は、親から子に対しては、手にしやすいのですが、自身の子供や友人、知人に対しては日頃から自身も愛を与えていないと返ってこないのです。思いやりや気遣いを日頃から行う心がけが必要です。

ふたつめ、死に方にいいも悪いもない。

死ぬときに、「これでもう人生が終わる」と考えて、悲しい、寂しい、恐怖や不安を感じるのは、理屈で考える人間特有のものです。

この負の感情を逆の正の感情に置き換える習慣を日頃から行うように心がければよいです。

嫌なことが起こっても、その嫌なことでもいいことを探していきます。

以上。