

はじめに

「先生は、後悔したことはありませんか？」

静かに、ベッドに横たわったあなたは問う。

「後悔……ですか？」

「ええ」

ともすれば眠ってしまいそうな、そんな強い眠気と闘いながら、あなたはもろもろを振り払うかのように大きく頷いた。

「後悔？」

「そう、先生にはないでしょうか？」

私は、肩からぶら下げた聴診器の先を左手でやわらかく握りしめた。ひんやりとした感覚が手から入り、せきずい脊髄を通して脳に達する。

「もちろん、ありますよ」

「ある?」

「ええ、後悔するのは……しよっちゅうですよ」

医者であるということで、後悔がないと思うのなら、それは間違いである。理想主義者は、あるいはロマンチストは、期待や希望に裏切られる現実と、それに従つてもたらされる後悔と常に闘わねばならない。

私はそういう意味で、後悔の名人といえた。終末期医療の最前線で、正解がない問いの連続の中、日々「こうしておけば良かった」「ああ言えば良かった」、そのよくな仕事上の後悔とも無縁ではない。

おのずとゆっくり、顔がほころぶのがわかった。自嘲じちやうではなく、自分が凡夫であるという、悩み多きただの人間の一人であるという、すがすがしい諦念ていねんだ。

「私だって、いつも後悔しています」

だめ押しすると、あなたもつられてやや微笑ほほえんだ。

「そうなんですか?」

どこことなく安心したようだ。声も落ち着きを取り戻している。

「ええ、そうですとも」

……思えば、今まで何度同じ問いを投げかけられただろうか。

私は緩和ケアという、主にがんの末期の患者さんの心身の苦痛を取り除く仕事をしている医者である。今まで約千人の末期を見届けてきた。

がんの末期は様々な苦痛を伴う。ゆえに、私の仕事の大半は、主に薬を用いて、その増大した苦痛を取り除くことに振り向けられている。

終末期の患者さんをまず苦しめるのは身体的な苦痛である。私はそれを取り除くスペシャリストなのである。

しかし一方で、身体的な苦痛は取り除けても、その人の心の苦痛を取り除くことはなかなか難しい。

心の苦痛を訴える患者さんと出会くと、私も迷い悩むことがよくある。もはや解決できない、あるいはおそらく解決できないであろう問題が患者さんから示されると、私にはどうすることもできないのである。ただただ裸の人間として向き合い、

お話を聞かせていただくよりほかはない。そんなとき、表情が曇るのが自分でもわかる。

あなたの余命は、おそらく短い週の単位である。すなわち、あなたが生きられるのは、おそらくあと数週間なのである。

あなたはもはや体が自由にならない。満足に歩けない。日中も寝ている時間が多くなった。終末期によく見られる、体力の低下を睡眠時間を増やすことで補おうとする現象である。つまり、あなたの思考力も以前のようにには働かない。

あなたは健康なときにやすやすと解決できた問題が、もう簡単には解決できない。あなたの後悔が、あなたの人生で解決していない問題に由来しているのであれば、それを取り除くのはもしかすると難しいかもしれない。それを聞いた私も、ともにその後悔の痛みを引き受けることしかできないのかもしれないのである。

ごくつとつばを飲んだ。

しかし、あなたに後悔を持ったまま、亡くなってもらいたくない。

姿勢を正すと、私は問うた。

「あなたの、後悔は何ですか？」

「あなたはゆつくりと口を開いた。

「私の後悔は……」

人間は後悔とは不可分の生き物である。

現実問題、私が見届けてきた患者さんたちは、大なり小なり何らかの「やり残したこと」を抱えていた。だから皆、程度の差こそあれ、後悔はしていた。

けれども、その後悔の程度には大きな違いがあった。単純な話だが、明日死ぬかもしれないと思って生きてきた人間は、後悔が少ない。明日死ぬかもしれないと思う人間は、限られた生の時間を精一杯生きようとする人間であり、一日一日に最善を尽くそうとする人間である。一期一会を思う人間である。

また、何百例も症例が集積すると、ひよつとすると皆が抱えている後悔、人生で解き残す問題は、実はそれほど多様性がないのではないかとということがわかってきた。要するに、人が後悔する内容は人類皆兄弟、だいたい決まっているのである。

だったら、終末期に皆が必ず後悔すること、それを前もって紹介し、元気なうちからやっておけばよいのではないか、そのような思いから生まれたのがこの本である。やり残したことを作らないために、健康なうちからやるべきことを全てやってしまおう！　そういう試みである。

実際、いまわの際に「先生、私はもう思い残すことはないですよ」、そう胸を張った数少ない患者さんたちは、世間一般よりずっと早くから、後悔を残さないように「準備」をしてきたように思えた。彼らの生き方は、いつ死んでも後悔が少ないような、問題を後に残さない生き方である。

確かに、終末期になつてからよりも、病気になる前の体が完調なうちから、様々なことを成し遂げ、あるいは成し終えておくのが一番良いのは論をまたないだろう。

終末期の患者さんが、かつて後悔していた、その事例を取り上げて検討を加え、私は代表的な悩み二十五をここに紹介することにした。

ぜひこれらを早めに遂行し、何とかしておいて欲しい。そうすれば、後悔が少ない一生が用意されるだろう。