

「仏教・キリスト教死に方・生き方」(講談社新書) 要約

- 死にゆく人のためにできること
 - ・ 人生の最後に何をしたいかといえば、互いを認めて心を通じ合い、許し合いたいということではないでしょうか。その人にとっては一番大事な愛を伝えようとする時間を「仲良し時間」と呼んでいます。
 - ・ 死者を「仏」と呼ぶことがあります。が、「仏」はもともと「ほどける」が語源です。「仲良し時間」はほどける時間を指します。
 - ・ ターミナルケアとは、死にゆく人が自由に心のうちを表明できるように創造すること、それに尽きます。
- 人生に起こることに無駄はないし、偶然もない
 - ・ 「その人はその人だ」と思うようになったら、心の中から葛藤が起こらなくなる。
 - ・ 結局は自分の度量のせい。度量の幅が広がれば、世の中に満ちているすばらしいものが実感されてくる。
- 修行を積みめば悟れるか
 - ・ 私達は常に、自分にとっての強烈な体験を基準にしてものごとを考えていきます。自分だけが世界でいちばん不幸だと感じてしまう、そうした思いがますますその人を追い詰めてしまいます。
- 人生も方便
 - ・ 「方便」とは「役」を演じているという意識です。「人生も方便」と思えば、失敗したことが決定的に否定されることはない、だってどんな自分も役に過ぎないんですから。「取り返しのつかない過去」なんてほんとうは存在しないんです。
 - ・ 人間が成長するとか、人を愛するというのは、自分の中の敵、見たくない敵をどう受け容れていけるか。そうやって自分を大切にすることを学ばない限り、人を愛したり、大切にすることもできない。
 - ・ 今日やっていることが、何らかの形で究極の目標につながっているという確信をもてる時、本当の安心感や満足感を得られる。
 - ・ 人生に回り道はない。人生にはいろいろなことがあるけれど、どんなことも意味があって起こる事。どんな意味があるか、今はわからないかもしれないけれど、いつかわかる時がくるんですよ。そう思えば、本当に楽しみですね、生きていくのは。