

心から共感し自分を重ねられる一冊

[評者] 餅田敬司 滋賀医科大学医学部附属病院副看護部長

人生に必要なことはぜんぶ看護に学んだ

宮子あずさのサイキア・トリップ

宮子あずさ 著

四六判, 224 ページ

定価 1890 円 (本体 1800 円 + 税 5 %)

医学書院 TEL. 03-3817-5657



本書は、雑誌『精神看護』の連載 10 年間分(計 50 回)をまとめたものです。精神科と緩和ケア科の混合病棟内での患者さんとのトラブルや失敗談、警察がらみの事件などに、著者が一生懸命対応している姿が描かれています。また一方では、私的な物思いにふけている自分自身への問いかけ、さらに人生そのものへの問いもあり、著者の私生活での一面をのぞきみるような感覚に陥り、自分と対比させながら読んでしまいます。メインテーマは「人生とは何か?」。「うん、うん」と納得しながら、時には笑いを誘う元気の出る本です。

徳川家康が「人生とは、重い荷物を背負って遠き道を行くが如し」、お釈迦さまが「人生は苦であり、常に無常であり、縁により変わり行くものである」と言ったように、心のもちようが人生のいろんな場面で試されているように思います。臨床場面が人生道場のようにリアルに表現され、そのあるがままの文章に読者は共感していきます。

■学生からベテランまで

これから看護師をめざそうとする方から、看護師として苦悩しながらも看護の喜びを感じている方まで、著者の描く場面を想像しながら、「そんなことも味わうの!」「そうそう、よく似た事件を体験したことがある」と感じるでしょう。精神看護やターミナルに関わっていない方でも抵抗なく読み流していただけます。好きな頁から、気になる章から読んで面白く。

本書は、日記のようにその日の出来事が事実と感想とで構成されていて、「そんな考え方もあるんだ」と思えたり、「それって、少し言い過ぎか

も」と批判的な視点に立ったりしながら著者の足跡をたどり、10 年間を味わえます。ただ、年代が前後するので章末の年月日に注意が必要です。

元気がでる中身にはもうひとつの理由があります。本書は、すべて著者の経験談をもとにしていますが、その時々^{はっしょうどう}の思いや感情は著者だけが抱くものではなく、共通したものがあるということです。看護師という職業から見出された自分探しの旅であるため、新人看護師の道しるべになり、また管理者への戒め(仏教でいう八正道*に通じます)や方策のようにも読み取れます。その醍醐味は、自分自身で味わってください。

■生きることへのこだわり

著者の言葉には、さりげなくも心の奥底のデリケートな部分にストレートに語りかけてくる言い回しがあります。これも本書に独特の雰囲気をもたらし出しています。看護職だけでなく、患者さんや家族、そして他職種の方々や看護師をめざしている学生の方にも味わってほしい、「あずさワールド」です。人が好き、そしてなによりも自分が好きと、自己肯定している著者に傲慢さはなく、逆に日々の自分の気持ちに葛藤しながらも一生懸命生きている姿に自分を重ねられる一冊です。

*八正道

釈迦が説いたとされる、人間の正しい生き方の基本。

1) 正しい見解(正見), 2) 正しい考え方(正思惟), 3) 正しい言語的行為(正語), 4) 正しい身体的行為(正業), 5) 正しい生活(正命), 6) 正しい努力(正精進), 7) 正しく念じること(正念), 8) 精神の集中と解放(正定)