

終活

「就活」は、就職を目指して企業訪問などの活動をすることであり、「婚活」は、結婚相手を見つけるためにお見合いパーティに参加するなどの活動する事です。これに対して「終活」は、人生の終わりのための準備活動のことをいいますが、「就活」や「婚活」と同様、「終活」もまた、そうそう自分の思う通りにはならないものです。

「ある日突然、ぽっくりと人生にオサラバするというのが理想」とは誰しもがいますが、残念ながら、病院のベッドに繋がれたまま人生の終局を迎えるという人の方が圧倒的に多いのが現実です。

「タタミの上じゃ死ねない。この言葉はやくざ渡世人のためのものだったが、いまでは、タタミの上で死ねたら憧れの死に方といえる（永六輔著「大往生」から）」という、考えてみれば厳しい世の中になってしまいました。

ですから、自分の人生は、少しでも自分なりに理想的に終えたいと考え、「終活」を真剣に考えている人は少なくないと思います。

昨年「エンディングノート」という映画が、シアターキノで上映されました。この映画は、営業マンとして高度成長期の会社を支え、40年以上も勤め上げた会社を退職した砂田知昭さんが主人公です。彼が会社を退職して、第二の人生を歩み始めた矢先に健康診断で胃ガンである事が分かります。既にガンは相当に進行しており、この事を知った砂田さんは、家族のため、そして自分の人生を総括するため「エンディングノート」を作成し、人生最後のプロジェクトを成し遂げようとします。そして、そんな砂田さんを映像作家の娘が撮り続け「エンディングノート」という作品にまとめたものです。自分の死を覚悟し、家族の為、自分の為に、より良く生き、より良く死のうとする砂田さんの「生き様」は、私の到底及ばぬものです。それは、自身の終末を意識しながらも、なお、現実感が薄いせいかも知れません。

「終活」は具体的には、自分のための葬儀や墓の準備、自分の財産の処分の仕方など、自分が死んだあと、残されたものが困らないように計画することが主な内容になっています。また、自分の思いや意思、願いなどをノートに書いておくといった人もいます。

更に、「終活」を通して死や人生を見つめ直すといった人も多いと聞きます。

厚生労働省が発表している平均余命（平成22年）を見ると

65歳 男性 18.86 女性 23.89

70歳 男性 15.08 女性 19.53

75歳 男性 11.58 女性 15.38

となっており、定年後の人生、つまり人生の最終章の期間はかなりの長さですから、これを考えると、これまでの人生を見つめ直すと共に、これからの人生の最終章をどう生きるかは、「終活」の中でもとりわけ重要なテーマといえるでしょう。

五木寛之氏によると、古代のインドには人生を「学生期」「家住期」「林住期」「遊行期」の4つに分ける思想があったそうです（同氏著「遊行の門」から）。

「学生期(がくしょうき)」世間に生きるすべを学び、体を鍛え、来るべき社会生活の為にそなえる青少年の時期

「家住期」大人になって職業につき、結婚して一家をかまえる。やがて実生活をリタイヤする日がやってくる。

「林住期」職業や家庭や世間のつきあいといったくびきから自由になって、じっくりと己の人生を振り返ってみる時期

「遊行期」人生の最後の締めくくりである死への道行きであるとともに、幼い子どもの心に還っていくなつかしい季節

第2の人生を生きている私は、さしずめ「林住期」の中にいるという事になるのでしょうが、毎日色々な方々と関わり合い、時間に追われるような生活をしていると、とても「林住期」の心境には程遠いものがあります。

それでも、自分が「林住期」にあり、「遊行期」に差し掛かっていることは自覚しています。重たい荷物は軽くして、身辺整理も必要だと感じているところです。

永六輔さんの著作（大往生）には、彼が子ども電話相談室で「どうせ死ぬのに、どうして生きてるの？」という質問に絶句したことが紹介されています。貴方ならどう答えるでしょう。

人は誰でも、必ず死を迎えます。かつて「不老長寿」の薬を追い求めた人がいましたが、ついに叶う事はありませんでした。「エイジレス」という言葉はありますが、しかし、如何なる人も、人生の終焉に向かって歩みを止めることはありません。

医者から余命何月と告げられたような人だけではなく、どんなに元気に生活している人でも、死に向かって一步一步近づいていることに変わりはないのです。

「自分の死を考えるとということは縁起でもない」と感じる人もいるかもしれませんが、人というものは必ず死ぬものであるという厳然たる事実に向き合えば、どのように死ぬかを考える事はどのように生きるかを考えるのと同じ位大切な事だと分かるでしょう。（塾頭 吉田 洋一）