

<会員の広場>

【書評】

渡邊一雄『やっと見つけた手ごたえのある生き方～ 人生百年時代のバケツリスト～』

はる書房、2021 年。

上杉 孝實 (京都大学名誉教授)

幼少の頃、80 歳代の人に会うことは少なく、会ってもかくしゃくとしている人はまれであった。自分もその年代に入って久しく、かつての時代を考えると信じられないような気にもなるが、周囲には元気なシニア世代があふれている。まさに人生百年時代であるが、それだけにどう生きるかが問題になる。

本書は、長年企業人として活躍し、退職後大学教授、養護老人ホーム施設長などを務めるとともに、東京大学附属病院のボランティアの提唱者で代表、社会人落語家などの経歴を持つ、実に幅広い人生を歩んできた人物によって書かれた人生の指針となる書である。内容としては、「孤独で自由な時間」「人に喜ばれる人生」「どう老いる？ どう生きる？」「今は我慢でいつか笑う」「生の中に死もある」「笑いのフィランソロピー」「人生百年時代のバケツリスト」から成る。

1936 年生まれの著者は、東京大空襲も経験し、平和の大切さを伝えることを使命と考え、多くの人との出会いを通じて人生で何を重視しなければならないかについて考察し、実践してきている。企業人の頃から、豊かな経験と教養に裏打ちされて、各所で招かれて講演し、その活動を通じて自らも学び続けている。「為己為人の精神」で生きることを志し、まさにフィランソロピストとしての生き方をそこに見ることができる。

人生訓というと、何か堅い人物をイメージするが、実はユーモアを大切にし、ゆとりを持って人とあたたかい関係を築いている。70 歳代になってから落語家の門をたたき、自分も人をも楽しませる、「笑いのフィランソロピー」を実践しているのである。

生前にやっておきたいことをリストアップする「バケツリスト」にも、「趣味を深めボランティア化する」「ユーモアの本を上梓したい」とある。自分の楽しみが人の楽しみにもなることは願ってもないことであろう。

そのためにも健康の保持に努めている。医師も判断しかねる難病にかかり、名医に助けられ、それらの経験を踏まえて、日常の食事に気を配り、身体運動を心がけている。人生百年時代にあって、心身の衰えを防ぎ、長い高齢期を生きるためには、学びを絶やさず、新しいことにもチャレンジすることが大切であることが示されている。

いまや高齢期とひとくくりにするのではなく、働き盛りを過ぎて職を退いてからも、元気に活動できる間は、青少年期である第一年代、壮年期の第二年代のあと、人生を充実させる第三年代と捉えるようになってきているのであり、これまで仕事や家事・子育てなどに追われてしなくてもできなかったことができるようになるのであって、それゆえ人生充実期と位置づけられるのである。裏返せば、どのようにこの第三年代を過ごすかが生き方として重要になるのであり、そのためにもそれに先立つ年代における理想の持ち方が問われるのである。国際的にも、第三年代の大学と称する取り組みが広がっている。フランスでは、文字通り既成の大学が第三年代を対象に多くの講座を開いている。イギリスでは、第三年代を中心にしたグループを形成して、教え合い、学び合いの活動を展開している。

日本でも、本格的な学びを求める高齢者は少なくないと考えられ、自治体や民間での学習機会が広がっているものの、連続講演会の域を出ず、その内容が的確でないものも少なくなく、大学等がそれに十分応じているとはいえない。経験豊富な成人にふさわしい学びの内容や方法があり、それについても学んだ社会人講師の活躍が期待されるのである。

成人の学びとして「自分史」を綴り、それを読み合い考えることも盛んになっている。人生を顧み、自己を捉え直すとともに、自分の歩みに即して時代背景を把握することによって、生きた歴史学習をすることができるのである。この書も、自分史ともなっていて、多くのことを成し遂げてきた著者があらためて自己を見つめ、記録化し、他の人々の参考に供しているのである。功績のあった人の自分史が時に自慢話になりかねないことがあるが、この書はそうではなく、率直に自分を示し、資料を提供しているといえる。

退職後、地域での活動を志す人も多いが、在職時の肩書きなどを持ち出すと、反発を買う場合もある。あくまで一人の住民として関わるのが重要である。このことについても著者は忠告している。高齢者施設等においても、以前の自分の地位が忘れられず、そのときのような対応を周囲の人に求めることによって、敬遠され、孤立する例はよく聞くところである。その点、そのような地位にこだわることの少ない女性は、新たに多くの友人を得ることが容易なのである。地域デビュー入門講座の開講など、興味深い試みも見られる。

「人生を食い逃げしない」という言葉も重い。植林などは、後の世代のためにすることが多いが、そのように伝えるべきことは伝えておかねばならないだろう。それも押しつけがましいものでなく。人生の途次で出会った人々や本で知った人々の思想、言葉、生き方などにどのように影響を受けたかを語ることによって、それらが多くの世代のものになっていくことが、身をもって示されている。その意味では、多様な年代の者がともに学ぶ機会を多くすることも大切である。高齢者も若い世代のものの見方考え方を知ることによって、視野も広がり、相互理解も増すことになるであろう。

高齢期は、それまでの生き方の総決算のようで、個人差も大きくなる。評者も同世代であり、残り少ない人生をどう生きるかが問われている。散文を書くことの多い日常であるが、著者のように日記式俳句を楽しむことができれば、潤いのある人生となるであろう。独居生活になり、大病にかかっても句をものにするゆとりには学ぶことが多い。この年代になって、エリクソンのいう「自我の統合」とまではいかなくとも、「絶望」に陥ることは避けたいものである。いろいろな思い出も糧としながら、前向きに歩むことの意義を感じさせる本書である。