

## 幸せ、看取りと認知症 （要約）

大井 玄 東京大学名誉教授

- ・わたしが幸せとを感じるようになるまで
- ・若いときの幸せは借り物だった：幸せは一時の喜びではない。生きている状態への持続的な満足と感謝の感覚。
- ・病気をし、苦痛と不自由を経験した後の「普通さ」の幸せ：脊柱管狭窄症、胸部大動脈弓にできた動脈瘤。
- ・「自分は自分でないものから成り立つ（無我と無常）」ことの気づき：わたしは私以外のすべてと相依相関・相互依存の関係にある。
- ・わたしはあなた、あなたはわたし：遍在感覚と138億歳の材料
- ・世界が美しいと感ずる幸せ：もうこの空、光、風、雨、景色は見られないー残された時間は短いという感覚
  
- ・看取りからの学び：「大往生」してもらおう幸せ。
- ・「わたしはこの人とともに死につつあるという感覚」を学ぶ
- ・いのちのバトンタッチとは：「大往生の定義」
- ・「今日は死ぬのにもってこいの日だ」
  
- ・老耄（老いて認知症になる）の幸せ：がん疼痛と死の恐怖からの解放
- ・脳（アーラヤ識）は環境刺激、記憶、経験から世界を創る（唯識）
- ・認知症高齢者の紡ぐ「意味の世界」
- ・認知症高齢者が生きるためのつながりの作り方：接触、眼触、耳触（マジマニカーヤ）
- ・生老病死をうけいれる
  
- ・死を学べ、生の喜びが理解できよう。