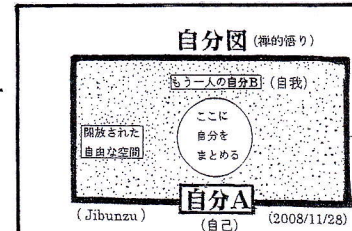
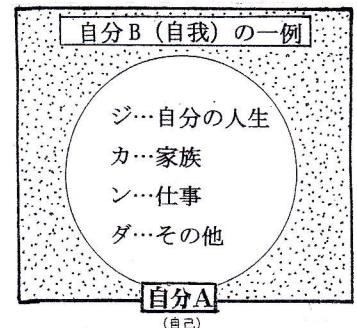


色々な死	①	従来の死・心臓死：呼吸停止→心臓停止→血流停止→全ての臓器が停止→死亡。 (従来の死の判定：心臓の停止・呼吸の停止・瞳孔の拡大の3点。) 脳死：人の脳幹を含めた脳の全ての機能が回復不可能な段階にまで至った状態。 (植物状態：大部分の脳機能は働かず、自発呼吸・脳波等、生命維持に必要な脳幹部分は働く。)
	②	尊厳死：人間が人間としての尊厳を保って死に臨む。 安楽死：末期がん等で、「不治」且つ、「末期」で、耐え難い苦痛を伴う疾患の患者の求めに応じて、医師らが積極的又は消極的手段によって死に至らしめる事。
	③	病院死：病院（ホスピスを含む）で死を迎える。 在宅死：自宅で死を迎える。→在宅ケア→自然死。
	④	医療死：病院等で十分な医療を受けて死を迎える。→過度な延命治療の可能性。 自然死：自宅等で、必要以上の延命治療をしないで死を迎える。→消極的安楽死、老衰死。
	⑤	病死：がんや血管系疾患（脳梗塞・脳出血・心筋梗塞等）、その他の病気で死亡。 事故死・災害死：事故や災害に遭遇し突然死亡。 自死（じし）・自殺：自分で自分の命を絶つ。
	⑥	餓死：飢で死亡。→衰弱死。斃死：倒れ死ぬ事・野垂れ死に。 その他：殉死、窒息死、溺死、凍死、頓死、爆死、獄死…等。
	⑦	無縁死：親族や友人との絆が断ち切られた状態で亡くなる。 孤立死：社会との繋がりが失われた状態で亡くなる。 孤独死：自宅や、旅先等でたった一人で亡くなる。



自分図	自分図 (Jibunzu) の作り方：一例として右図の様に、自分B(自我)の円の中に、自分のこれからの人生 (ジ)、家族 (カ)、仕事 (ン)、その他 (ダ) を、自分にとって記憶し易く、忘れにくい言葉で暗号化します。自分の今の状況を図式化して明らかにし、自分が今何を悩み、何を苦しんでいるのか等を明らかにします。自分図を作ると、自分を客観的に見ているもう一人の自分A (自己) に気づきます。
-----	---



死の不安の解消	死の不安：自分の死は、人にとって最大で最後の難問…その解消方法は？			
	死の受容の方法	何が残る。	信仰あり。	他力：キリスト教 (イエス、神の国)、イスラム教 (アッラー、天国)、浄土宗・浄土真宗 (阿弥陀仏、浄土) 等。 自力：禅宗 (悟り)、真言宗 (即身成仏)、日蓮宗 (即身成仏) 等。
		何となく信じている場合等。		①天国 (非宗教) で見守る・星になって見守る。 ②この世で生者と共存する (仏教、千の風…。 ③もう一度人間に生まれ変わる。④臨死体験の経験…その他。 ⑤遺伝子が子供に受け継がれる (子供がいる場合)。 ⑥人が「生きて存在した」という事実は残る…その他。
死の不安の解消	死の受容の方法	何も残らない。	信仰なし。	①死との最後の出会い…充実した生→良き死へ。②死は眠り…。 ③死ぬまで「死なない」と思い続ける方法。 ④死のことを忘れて行く方法。→◆⑤⑥⑦に続く。死生学研究会資料 ■ ⑨より
		◆⑤：「瞬生五十年」…今から死までの人生 (余命) を、今というこの一瞬に引き寄せて生ききる。 ◆⑥：「～で生きる」…がんになったら、がんを受け入れ、がんで生きる。→不安が少なくなる。 ◆⑦：「空自一体」による禅的悟り…自分図を作り、書きなぐり発散で自我が消えると、禅的悟り。 →うつつに有効。		

参考資料：死生学研究会資料 ■ ①セミナー流れ図、③死に逝く人との対話、④空 (くう) について、

⑤自分図と、書きなぐり発散、⑦死と、どう向き合うか？、⑧死とは、何か？、『ウィキペディア (Wikipedia)』

参考文献：鈴木大拙 (現代日本思想体系 8・筑摩書房)、死を忘れた日本人 (中川恵一著・朝日出版社)、

魂は千の風になりますか？ (ひろさちや著、幻冬舎)、死に直面したあなたに (内田 誠著、

死生学研究会)。

©2012 死生学研究会

死生学研究会
Thanatology Research Center

TEL 042-624-1355