

円満想続の3K「感謝・絆・供養」

月刊ニュースレター

想 続

Vol. 13 (2011年10月号)

発行：一般社団法人 日本想続協会

〒107-0051 東京都港区元赤坂 1-4-1 岡野ビル 4F

TEL 03-3404-1225 FAX 020-4664-9664

E-mail [info@n-sk.org](mailto:info@n-sk.org) (担当：内田)

☆定期購読（無料）をご希望の方は上記へどうぞ！

## 第三の人生に向けた6つの課題

こんにちは。想続塾塾長の内田麻由子です。日本では定年後を第二の人生といいますが、国際的には、教育を受ける時期を第一の人生、社会人の時期を第二の人生、それ以後を第三の人生という呼称が定着しているそうです。

上智大学名誉教授で「死生学」がご専門のアルフォンス・デーケン先生は、ご著書で「第三の人生に向けた6つの課題」について次のように述べています。

～ ☆ ～ ☆ ～ ☆ ～

第1は「手放すことを身につけること」。誰でもいつかは必ず訪れる死の瞬間には、地位、財産、名誉など持てるすべてのものを手放さなければなりません。

第2は「許しと和解」です。人を許せるのは自分が弱いからではなく真の強さの証です。過去の出来事を変えることはできませんが、その事実の受けとめ方を変えることによって自分自身をより成熟した人格へと成長させることはできます。

第3は「感謝の表明」です。「ありがとう」という最期の言葉は、遺された人にとって本当に大きな喜びとなり、立ち直りへの支えとなります。

第4は「さようならを告げること」です。旅立つ前には、きちんと別れの挨拶を交わしたいものです。

第5は「遺言の作成」。法律的なことをきちんとしておくことです。後で家族の間で相続などの争いが起こらないようにしておくことは、遺される家族に対する最後の愛の表現でもあるわけです。

第6は「自分なりの葬儀の方法を考え、それを周囲に伝えておくこと」です。お葬式はその人の人生のドラマの最後の幕でしょう。それをただ葬儀会社のいいなりに任せるのではなく、普段から自分の希望を家族や周囲の人たちに伝えておくほうがいいと思います。（『あなたの人生を愛するノート』より）

～ ☆ ～ ☆ ～ ☆ ～

6つの課題、どれも一朝一夕にはできませんね。私などまず第1の課題の物が捨てられないです。つい「もったいない」「何かに使えるかも」と何でもとっておく傾向に。本と書類も増える一方。いま私が死んだら娘は大変だろうなあ…………。

第3の感謝の表明は、聖路加国際病院の日野原重明先生もご講演で、亡くなる前にありがたい言葉があると遺された家族の悲しみも和らぐと仰っていました。子や孫に看取られて「ありがとう。皆のおかげでいい人生でした」と言って天寿をまっとうできればベストだけれど、人生の終末がいつどんな形で訪れるのかは誰にもわかりません。その前に認知症になり何もわからなくなってしまう可能性だってあります。元気なうちに家族へ感謝の気持ちを伝えておきたいものです。

第5の遺言は、財産の多寡にかかわらず書いておいたほうがいいですね。遺言がない場合の目安となる民法の相続分は、現代の家族のあり方にマッチしていません。寄与分や特別受益の制度もありますが、事業や介護の寄与分は簡単にはお金に換算できないですね。遺留分にしても、確かにそれで救われる人もいますが、逆にほとんど交流もなかった相続人にまで遺留分を認める必要があるでしょうか。それぞれのご家庭で事情が違うのですから、いっそのこと民法の相続分をやめてしまっ、遺言を義務化したらいいのではないかしら。役所に遺言を提出しないと年金がもらえないようにするとか…………。また遺言は、一步間違えるとかえって「争続」のもとになってしまいます。遺言をつくる時には、弁護士などの専門家に相談したほうがいいですね。「付言」も大切です。遺言には、家族への感謝の気持ちや財産分けの理由も記しましょう。（税理士 内田麻由子）