

6月29日(土)鎌倉駅前でお菓子を食ながらカジュアルに「死」を語る、
「生きる」を考える活動、『デス活』を実施。

公認心理師の吉田英史は、6月29日(土)18:00~20:00に「かまくら駅前蔵書室」で『デス活』セミナーを実施します。つきましてはご多忙のところ誠に恐れ入りますが、万障お繰り合わせの上ご取材いただきますようお願い申し上げます。



■デス活について

デス活とは、お菓子を食ながらカジュアルに「死」を語る、「生きる」を考える活動です。誰しも必ず訪れる「死」について、自分の言葉で語り、他の人の考えに触れ、より良く生きる(活動できる)ように願って、「デス活」は生まれました。もともとデス活は、ヨーロッパ発祥であるデスカフェという、食べ物や飲み物、通常はお茶とケーキを飲みながら死について話すことを目的とした集まりがあるのですが、それを参考にしています。

デス活提唱者の吉田が、「今は泣くことさえ活動にする時代だ」というキャッチコピーで、意識的に泣いてストレスを解消する活動、『涙活(るいかつ)』を提唱していることから、昨今の〇活ブームに乗り、もっと気軽に死を考えるという意味でデス活という「安直な」わかりやすい名称にしました。

■実施概要

日時:6月29日(土)18:00~20:00

場所:かまくら駅前蔵書室

(住所:神奈川県鎌倉市小町1丁目4-24 起業プラザビル 3階)

■デス活を始めたきっかけ

涙活セミナーの最後に涙友タイムという時間を設けています。涙活体験の気づきや感想を参加者同士でシェアしています。そのセミナーでたまに身近な人を亡くして悲嘆に暮れたり喪失感に苦しんだりしている人に会うことがあります。涙友タイムで自分の喪失体験やそれに端を発した死についての話をする人がいます。始めは暗い(深刻な)顔をして話を始めるのですが、話し終わるころには何か清々しいスッキリした表情になっています。そのような現場に何度も直面していくうちに「人は死について語る場を欲しているのでは」と思うようになりました。

■デス活で扱った過去のテーマ例

- ・死とはどのようなイメージですか？
- ・忘れられない身近な人の死
- ・死ぬ前に、誰にどんな言葉を残したいですか？
- ・自分の命を、誰の命とでしたら引き替えられますか？
- ・死ぬ前に、最後に何を食べて死にたいですか？
- ・今まで死にたいと頭をよぎった経験はありますか？
- ・あなたは安楽死を認めますか？認めませんか？
- ・余命宣告されたら…。
- ・あなたが、映画・文学の世界で感銘を受けた死はなんですか？
- ・命は誰のもの？
- ・同じ命で“重さ”と“軽さ”を感じるのはなぜ？
- ・故人を良い人だったと言いがちなのはなぜ？
- ・自分になにかあったとき、余命はわかったほうがいいですか？
- ・人を殺す言葉、生き返らす言葉
- ・自分の心を一番痛めた人の死
- ・命が尽きたとき、「自分」を、「身内」を“献体”できますか？
- ・自分の中に生き続けている故人は誰ですか？
- ・あなたにとって死とは怖い？悲しい？それとも…
- ・ご遺体の撮影はあり？なし？
- ・人生で一番大事なものは長さか
- ・もし死がなかったら

--