

## 25

## 公益社団法人 日本駆け込み寺

□公開日時:平成 25 年 6 月 3 日(月)

□相談年度:平成 24 年度

## ■「なんのために生きているのかわからない」 ～ぼんやりとした悩みを抱え、相談に来る若者たち～

東京都内、閑静な住宅街に住んでいる夫婦、子一人の家族だった。その息子、21歳、大学受験に失敗し、一年目はゆっくりして、二年目もゆっくりして、ここへ来た時は浪人三年目に突入する頃だった。

- 仮名：佐倉さん
- 年齢：21歳
- 性別：男性
- 問題：その他

### 【ただ“なんとなく”から脱却する】

引きこもりというわけでもない。ただ、友だちとは疎遠になり、外出も減多にせず、ゲームをしていない時は哲学書を読みふけるようになった。そのうち、聞いたこともない新興宗教のことを口にするようになった。そんな息子を母親が心配して、私のところに連れてきたのだった。髪は短く切り、親があつらえたと思われる清潔そうな服を着ていた。家の中でも外でも、親が擁護している様子が見て取れた。母親は常に息子の顔色をうかがい、腫れ物にさわるような空気だった。

息子に何を聞いても、「う～ん」「う～ん」と言葉がなかなか出てこなかった。声は小さい。たまに口を開けば、「生きている価値が自分にはあるのかと思う」「生きる意味って、なんなんだろうと・・・」という類の発言で、本人自身も何を悩んでいるのか、本当に悩みがあるのか、わからなくなっているふうだった。「生きる目的なんか、そもそもみんなないんやで。生きることは食べることから始まる。食べるということは、口からモノを入れるという作業ではなく、おいしく食べることを言うんやで」鈍感になっているから、何してもおもしろくない。ただなんとなくごはん食べてる、なんとなく起きてる。なんとなく、をまず変える。それが小さな一歩やねん。外出したら、いろんな人の営みが見える。そん中に自分もおるんやで。ぐちゃぐちゃ言う前に、まずそれを1ヶ月続けろ。1ヶ月続けたら、もういっぺんここに来い」そう約束して、面談を終えた。

### 【結果をすぐに求める癖が邪魔をする】

1ヶ月後、彼はやってきた。そして会うなり、朝起きれなかった理由、歩けなかった言い訳を並べ立てた。「明け方まで眠れない日が多くて、結局、6時には起きられず、7時頃が多かったかもしれません」「雨の日は歩けませんでした」「なんか身体がだるくて・・・」たぶん1ヶ月のうち半分くらいしか、歩いていなかったのだろう。それでいい。1歩を踏み出したばかりなのだ。1ヶ月のうち、少なくとも半月は朝起きて、歩いたというだけでも前進である。相変わらず表情は曇りがちで、顔はうつむきがちだったが、とにもかくにも彼は私のところに来たのだ。無気力であっても、決して無力ではない。「歩くことに慣れたら、少し走ってみいひんか」起きた。歩いた。そしたら、次は身体を鍛えてみる。「走ったらどうなるんですか?」「おまえ、なんでも結果求める癖ついてんねんな」「それはそうです。やる限りは、結果が出ないとダメじゃないでしょうか」「それもつともや。走ったらどうなるか。まず汗が出るよな。汗が出れば爽快感あるよな」単純なことだが、やはり鼓動である。鼓動を感じるということは、生きていることを感じる、手取り早い、しかも確実な方法のひとつである。「走るんやったら、最低でも2キロは続けて走らなあかん。時々小走りや歩いたりしたら意味がない。まして、お前はすごいこと覚えてんねんから。さぼろう、怠けよう、手を抜こう、誰も見てへんからは、なしや。いいな?」

### 【悩む前に、無心になる】

さらに1ヶ月ほどして、彼は再びやってきた。こころなしか、声に張りが出てきた。「2キロは結構きついですよ」21歳になる男が、たまのジョギングのために、母親にタクシーで皇居まで送ってもらうなどとは、お笑い種だ。子どもも子どもなら、親も親だと言いたくなくるところだが、それでも続けているのだから、いいじゃないかと思った。走ることを習慣にするようになったら、昼も夜もなく家で漫然と時間をやり過ごしている生活を「こんなことしてたらあかん」と思うようになった。今までは時間に区切りがなかった。食べることも惰性だった。食に対して興味もなければ、食欲もない。食べ物へも、作ってくれる人への感謝もない。それが変わった。意欲みたいなものが芽生え出した。相変わらず、走る日以外は昼間ゲームをして過ごしていた彼に、ある日、切り出した。「俺んこ、ボランティア来い」今度は、人との交わりを教えていこうと思った。週に何度か、駆け込み寺に顔を見せるうちに、少しずつだが、スタッフや他のボランティアとも話をするようになった。「一日千円で二千円でもええ。コンビニでもええから、働け」さらに1ヶ月ほどして、生まれてこのかた、アルバイトもしたことがないという彼に「働く」ことを勧めた。「働け」と言うと、「働いてどうなるんですか?」と聞くヤツが多い。「たかが千円稼いで、それになんの意味があるんですか?」と真顔で聞く。生きることは食べること。食べるには働かなければならない。働くことは生きることであり、生きることは働くことでもあるのだ。労働を通じて、生を実感する。その段階に至るまで、1歩ずつ。1歩ずつが無理なら、半歩ずつでも前へ、歩いてみようと言いたい。



兵庫支部での記念撮影風景(左、玄代表、右、書家 高野こうじさん)

### 【ここが POINT】 .....

「生きる目的」「生きている価値」などと、暗闇に自らのめり込んでいる若者たちのうわ言を聞いてみると、心身に目詰まりを起こしているように見える。汗をかくことは不潔なことではない。精神的にも、必死でがむしゃらで、一心不乱なのは「かっこ悪い」とされる。心も体も閉塞している。妙な熱が中にこもりつばなしで、発散できず、世の中、心の熱中症になっている人間が多いのではないかと思う。汗をかくことはいいことだ。身体を動かせば、心身のよどみ、老廃物が排出されて、頭もスッキリする。そう、私は信じている。何もないようなアドバイスではない。脳みそを空っぽにするには、身体を動かす以外にない。音楽を聞いていても、坐禅を組んでも、なかなか無心にはなれない。ところが、身体を動かすと何を考えていたのかも忘れる瞬間に出会う。そのあとで、もういっぺん考える。すると、見えるのである、何かが。〈こんなことでつまずいてたんやなあ〉そう自然と気付くのだ。