

ひきこもっている「いま」を生きること

ひきこもっている人の苦しさは、様々にあると思います。その苦しさのひとつは「自分は満たされていない」と感じるのだと思います。

この感覚が強くなった時、人はがむしゃらに行動を起こしてしまうことがあります。例えば、無茶な飲み食いをしてしまったり、いっぱい買い物をしてしまったり、無意味だと分かっている同じことを繰り返してしまったり…。でもこれはすべて、満たされない気持ちをなんとかしようとする必死さの現れだと思うのです。けれどこれらのことを続けるのは苦しいし、身体を壊してしまうかもしれません。また、逆に全く何もしたくない、と動かなくなることもあるでしょう。

私はこの「満たされなさ」を考える時、小説家の村上春樹さんの物語に出てくるイメージを思い浮かべます。それはここにポツカリと大きな穴があいているイメージです。

その穴はとても大きく、深く、中は真っ暗です。試しに石ころを投げ入れてみても、石が穴の底を打つような音は全く返ってきません。そのくらい深い穴です。人はその穴に色々なものを投げ込んでいるように思います。例えば、お金、地位、愛情などなど…。これらのものを投げ込める人で、しかもそれで「ある程度満たされる」という人は、しんどいことはあるにせよ「いま」を生きていけるように思います。しかし、お金や地位、愛情などを投げ込めない人、あるいはそれらのものを投げ込んでみても、一向に穴が満たされていく気配の無い人はどうすればいいのでしょうか。

ひとつは、なんとかしてお金や地位や愛情を求めて、ぐんぐんと進んで行くことでしょう。求める気持ちがあれば、進んで行けるはずです。

けれど、私は進んで行けない人たちに出会います。ひきこもっている人たちです。そういう人たちには、「あなたが本当に求めているものを探してみてください」と伝えます。そして、見つかったなら、あきらめないで求めて続けて生きること。それが大切だと思っています。

もうひとつは、穴に何かを投げ込むのではなく、「そもそも穴はあるものだから」とその穴にこだわらずに生きていくことだと思います。今の私はこんな風に生きていけたらと思っています。

穴を見つめると、その穴に魅入られ、飲み込まれ、捕まってしまう。どう生きても穴が完全に満たされることはないと感じています。「穴があるなー。この穴も自分自身なんだなー」と思うことができたなら、私自身もだいぶラクになれると思っています。