

# 立場が変わると何が見える



～その4 私を見つめなければならない時～

坂口 伊都

## はじめに

新しい年が始まり、今年度も終わろうとしています。皆さま、お元気でしょうか。今年、あるいは今年度、どのような1年になるか楽しみです。皆さんにとって、良い1年になりますように。

2月1日に団先生と牟田都子さんの『家族の練習問題 9-木陰の物語-』発刊記念オンライントークショーがありました。9巻目にして「団遊」というタイトルの漫画が選ばれました。遊さんが大学を終え、就職しないでものを書いて暮らしていきたいと父である団先生に伝えると、「やりたいことがあるならやればいいよ。もう一年浪人が留年をしたつもりで授業料分の費用を持たせるから家を出てみろ」と言われ、家を出ていくお話です。会場から、その時の遊さんの気持ちを教えて欲しいと質問がありました。回答の全てではありませんが、まとめてみます。

「家を出され、仕事もなく、1年分の学費は出すから一人で生きていけと言われ、とにかく心細かったですねえ。振り返ると、自分の人生の中で一番大切だった時期はあそこですね。あのとてつもなく先が見えない不安さと稼げないから預貯額がどんどん目減りしていくというリアリズムと向き合いながら、から揚げ弁当の5個入りを買いたいけど3個入りを毎日買いながら小説を書き続ける。あの時の孤独感、誰からも重要視されていない、誰からも見守られていないであろう自分を何とかして自分だけは見守らなければならない時期を過ごして、ただ心細かった、奮い立つなんて一つもなかった。この時の私と今の私は全然違うので、自分の話という気もしないのですよね。」

この内容が、私に突き刺さりました。ポイントは5つです。

- ・稼げない私と向き合うこと
- ・社会から切り離された状態の中で自分を保つこと
- ・奮い立つなんて一つもなかったこと
- ・後から思うと、貴重な体験だったこと

## ・今の自分とは違う感覚

今回は、自分が慣れ親しんだものを失くしたり、手放したりする時に何が起こるかを考えていきたいと思います。どうぞ、最後までお付き合いください。

## 社会の中から切り離された感覚

私も先日、体調不良で仕事を辞める経験をしました。起業を考えていたり、子育てや介護等、次にすべきことがあって辞めるのと、急にプツンと途切れたように辞めることの違いを肌で感じました。

自身を振り返ると、ずっと走り続けていたように感じます。仕事をしていなかったのは、出産前後ぐらいでしょうか。体調不良で辞めたので、すぐは起きているのもままならず、かといって寝込むほどでもなく、見事な中途半端者となりました。周りからは、好意で「ゆっくり休んで」や「何か好きなことをして」と励まされました。でも、何かしても楽しめる気がまったくしませんでした。遊さんと同じように、稼げていないので先行きの不安を感じます。夫もいますし、すぐに食べるものに困るわけではありませんが、お金を使う気が起きません。外に出ても、ウロウロしている不甲斐ない自分が浮き彫りになるだけ。体調を崩して長期休暇を取得していた友人も、「ずっと休みたかったけど、実際に休んだら逃げていると感じて、楽しいことは一つもなかったよ」と聞かせてくれました。誰も休んでいることを責めないし、勧めてくれますが、自分がそれを許せないのです。頭でわかっているのに、迫りくる焦りと不安から逃れられない。そのような時、橘玲さんの著書の中で、アイデンティティは、「社会の中の私を意識することだ」と書かれているのをみつけて、目から鱗でした。

人というのは、社会の中で生きている存在で、その部分がないと感じていると、楽しむことも発想力も乏しくなり、動くことも上手くできなくなるようです。

仕事をしている時は、あっという間に時間が流れていきましたが、仕事がなくなると、さて今日はどう過ごそうかと思案するところから始まり、家にいることにウンザリしているくせに出かけることにも消極的になっていきました。

そんな時間を過ごしている時、ふと老後の私をイメージしました。70歳過ぎた頃、死ぬまで何年あるのかわらずに何をして過ごしていくのだろうか。時間を持って余す苦痛を考えると恐ろしくなりました。老人になれば、それを受け入れられるようになるのだろうか。



社会の中の私を感じられないことは、土台を失くすようなものでした。

## 居場所

私たち人間は、一人で生きてはいけません。生きていくために協力しあうことは必要で、社会は必要不可欠です。ここでいう社会とは、家族や親せき以外を指すことにします。

社会の中の居場所を持たず、家を中心とした生活をしていくと、誰かと知り合いになっていく機会がほとんどありません。自分の世界が閉じていくような、狭まっていくような感覚になりました。これまでの知り合いや友人もいますが、学生時代のように毎日連絡を取り合ったり、会う約束をしたりとはならないのは何故なのか。

それは、日常生活を共にしていないからではないでしょうか。学校や職場などで、毎日のように出会うことで、共通の話題を持てます。共通の部分がなくなると、何を話せばいいか迷います。同窓会のような非日常の場に入れば、その当時の感覚が戻ってきますが、日常生活の中が閉じていくと、他の人は働いているのに、忙しくしているのにと遠慮し、浮遊して彷徨っている自分を強く意識することになり、人と交わること自体をためらいました。

心地よく休むことも簡単でないと知りました。休職をしている人が、延長を申し出たと聞くと、目的も役割も持たずに、どれだけしんどい日々を送っているのだろうかと思慮します。

子どもがいない家の家事をして、犬や猫の世話をしていました。そこに生きがいを見つけられることはできませんでした。子どもが小さかったりしたら、また気持ちも違ったのかなと思います。子育てしながらも働き続けることを選択してきた人間なので、子育てをしても社会の中の私を感じられないと子どもに当たってしまったかもしれません。

先ほどの友人も上司から、「部署を変えるから、もう1年いて欲しい」と連絡をもらった辺りから前向きに考えられるようになったそうです。遊さんが言っていたように、誰からも重要視されていない自分からの脱却だったのでしょう。

この先、何年生き続けるかわかりませんが、子育ても終わった女がどう生きていくのか考えました。図書館に通って、本もたくさん読みました。空を見上げたり、話を聞いてくれる家族や知人、友達がいることなどを再確認し、有難いと感じました。それでも、なかなか奮い立つことができません。

そこで、まず自分に社会とのつながりを作らないと何も始められそうにないので、外に働きに出ようと決めました。では、どのような職業をしていけばいいのでしょうか。銀行員のパート募集が目について、これか？と考えましたが、たぶん違う。今まで積み上げてきたことなら、親御さんやご家族と話ができる仕事だよなあ、やっぱりと思います。それができる職場は限られ

ます。自分でその土壌を作っていくこともやりながら、知人の紹介で、それができる仕事に就きました。浮遊していた自分から、足元に大地を感じるようになりました。その仕事が、本当にやりたかった仕事なのかと問われればたぶん違いますし、薔薇色の人生が始まるわけではありませんが、次のステージに向かったの準備が整ってきました。

人と関わるが増えれば、当然ストレスになることも出てくるでしょう。人と関われないしんどさも忘れ、今あるしんどさの方を強く感じる。私たちの祖先は、狩猟採取の時間を長く過ごし、楽しい事よりも恐ろしかった時間をインプットさせて生き延びてきた遺伝子を我々は受け継いでいます。そのため、不安を感じやすくして、すぐ警戒できるように人は形作られていると言われています。狩猟採取の時代は、いつ命を狙われるかわからない状態が通常でしたが、食べる物に困ることなく、安心して快適な寝床を得ている現代になると、この反応と付き合うことにやっかいさを感じます。

人によって、社会とのつながり、居場所と感ぜられるところは違います。しかし、それは誰にでも土台として必要なのだと改めて感じます。人は休めば回復するような単純なものではないと知りました。これまでの相談業務の中で、その人の土台になっているものをしっかりと意識してこられていなかったと反省しています。

## 喉元過ぎれば熱さを忘れる

遊さんは、「団遊」の漫画を見ても、自分の話という気がしないと話していました。人は、その時に置かれた状況の中で物事を感じるのだなとわかります。私も、ついこの間まで浮遊する人生の迷子でした。ですが、今はその感覚が薄らいできています。

何者でもなくなってしまう私を持て余し、励ましの言葉が眩しすぎて辛くなることもありました。誰かに助けてもらいたいと切望しながらも、自分で何とかするしかないということもわかっていました。ここで動かなければ動けなくなる、誰にもわからないような小さな変化を起こし続けられるのは自分しかいない。この状況を脱するきっかけを作れるかどうか自分にかかっていると思いながら過ごし、私なりに動いてきました。その体験は、遊さんが言っていた、誰も見守っていない自分を自分だけは見守るという感覚に近いのかも知れません。

生きていくことは、その人にしかできない。だから、対人援助職がその人の人生を引き受けることもできない。その人の力を信じて、支える姿勢が大事だと感じます。

子育ても儘ならないのに働きに出ようとする母に出会う時があります。その時、「子育てもまだまだ手がかって大変な時だし、そんなに無理して働かなくてもいいのではないですか」と声をかけたくりますが、この母は社会の中で認められたいと願っているのではないか。人間関

係も上手ではない、仕事もテキパキとこなせるわけでもないということが重なると仕事を辞めてしまったと知らせが入ります。その時の傷つきは、いかほどのものなのでしょう。母自身が、傷ついたことを感じないようにしているかも知れません。対人援助職も母が社会と感じる一人となり、認められた感じられるストーリーをどう組み立てられるのだろうと考え始めています。

何者でもなくなった自分を体験して、これまでとものの捉え方が変わりました。

25歳の時に社会人を辞め、地元を離れ、大学に入り直した経験も私には大きな出来事で、社会人でなくなってしまった私を受け入れることから始まりましたが、学ぶという目的が明確にありました。今回は、その目的も役割も突如失くし、これからの人生を考えるあり余る時間を与えられました。そして、あがき続けました。望んだわけではありませんが、今回の体験は貴重なものだと思います。

『木陰の物語 9巻』の「夢の途上」にこんなセリフがあります。

失敗や自己喪失の時間なしに、夢がかなうことはないのではないか？

もともとは自己喪失ではなく自信喪失だったそうです。

そこを指摘できなかったと牟田都子さんは悔しがっていましたが、今の私には自己喪失と言われた方がしっくりきます。そのままにしてくれて、ありがとうございます。

