大人のこどもたちへ　　　　　　　　　　　　～水木清人～

僕の今までの人生を物語にすると、それはとても悲惨であり空虚な人生譚だろう。

そのくらい僕は自分の人生に自信を持てない。楽しいと感じることはある。それ以上に負の過去というものが僕の肩に重い鎖のように絡みついてくる、それは「事実」としてあり僕にはどうすることもできない、

　少し僕の過去の話をする。僕は埼玉県ふじみ市の病院で生まれた。日本という普通の国の中の普通の埼玉県に住み、普通の親の元で育っていくと思っていた。しかし僕の普通の家庭で育つという幻想は儚く散ってしまった。実際の僕の家庭はノイズまみれのバグが発生したコンピューターのようだった。家庭内暴力が当たり前としてあり、暴力を受けるほうも観るほうも経験した。当時の僕にはどうしようもできなかった。一方的に養ってもらう関係だったから。僕はその経験から他人の行動に対して過敏に、感情を表に出せなくなってしまった。母親が毎日泣いていたのが、より一層僕の心の奥底をえぐった。それから僕が幼稚園に入ったころに親は離婚した。それは必然的なことであり、母親はその時賢明な判断をしたと思う。そのままずるずると引きずっていたら、僕も母親も壊れていただろう。かくして

僕は、「片親」という称号を手に入れた。母親は僕たち子供を育てるため懸命に働いてくれた。

何かが足りない家庭だったが、とても幸福だった。しかしそれもつかの間のひとときであり、母親は再婚を考え「父親２」を連れてきた。これは当たり前のことだ。僕たちの生活を支えていくにはシングルマザーじゃきつい。その時は小学三年生であり理解はできたが、やはり

体や脳が拒否してしまう。父親の愛情というもの知らず不器用だったから。ぼくは結局yes

ではなくnoの選択をしていき、僕は父親２に対して反抗し続けた。結果僕は異分子として家庭に居座ることになる。僕は父親２がいる空間が嫌で、おばあちゃん家に住むことになった。僕のおばあちゃんはとても分別のある人だ。アルコール依存症の夫を持ちながら４人の子供を育て上げた。なにより人間らしさを大事にしている。親戚、近所のひと、仕事場の人などが毎日家を訪ねてくるほど人を引き寄せる見えない力があった。僕もその人たちに対して先入観のない対話ができた。これは今の僕を形成するうえで糧となった。

叱られることはたくさんあったが、自分にとって当たり前の「理不尽」があることはなかった。道理が定まった正しい叱りは僕にとって益となった。

そして僕をわが子のように愛してくれた。僕にとっておばあちゃん家は楽園のような場所であり、母親以来の愛情をもらえた。当時、僕は過去のことを忘れるためにおばあちゃんのことを美化し、理想像を無理やり作ろうとしていたかもしれない。その焦りを包み込むように僕に対して真摯に愛情を注いでくれた。それは僕の中では「事実」としてある。だからその人格に僕は強くあこがれた。そしてこの人のようになりたいと思った。かくして僕の人格は極端な理想と極端な悲劇をもつひどく偏った常識とは程遠いものとなった。

　僕は今までその重荷を背負って生きてきた。愛農にいる間もどこか居場所がなく虚無だった。保守的な考えが多く同期には悟りを開くのが早すぎとか変人のように思われている。

それはそれで悪くないと思いつつ、自分と他人は根本的に何かが違うとずっと思っている。

ぼくは最近ある人と出会った。Fさんと名付けよう。ひょんなことからFさんにぼくは自分の境遇を話した。返ってきた答えは「君はアダルト・チルドレンだね。」という言葉だった。

その時は深く考えなく、そういう枠組ではないと思っていたが、森館でアダルトチルドレンに関する本があったので読んでみた。

やはり自分はその枠組に入っておりアウトサイダーなのだと実感した。と同時に将来の僕の夢に濃い霧がかかった。僕は、父親の愛情が分からない。家族という完成型を体験したこともない。僕が結婚しても、子供や妻に対して、その先の孫に対して愛情を抱けないだろうと思う。もしかしたら僕は父親の生き写しになってしまうのではという漠然とした不安がある。それはアダルトチルドレンの特徴で思想は世代事に伝播してしまう。なおさらぼくには資格がないと感じてしまった。

　おばあちゃんのようになりたいけれど、漠然とした不安があり前に進めない矛盾だらけの僕が出来上がった。

自分がアダルトチルドレンという言葉と出会っていいこともあった。まず１つ目は自分の過去をより深く振り返ることができた。僕が居場所がないと感じることも過去の要因が絡んでいると分かったからだ。過去のだめだったところを改善していければ僕の心のわだかまりも解消されていくかもしれない。前に進める１歩になると思う。

もう２つ目は、人とたくさん話すようになった。同じ境遇の人と話したり、同期と語り合ったり、大人の人と話したりと人と人とのつながりを大切にするようになった。

どうやら僕は、人の苦労話を聞くのが好きらしい。なぜその道、生き方を選んだのかという

過程の話はすんなり頭の中に入り何時間でも聞いていられる。案外僕はカウンセラーに向いているかもしれない。自分で言うのもなんだが、他人を尊重し、周囲に気を配れる性格はその境遇があってからこそ身についた僕の長所だ。大事にしていこうと思う。

　この世の中にアダルトチルドレンはたくさんいる。僕自身まだ解決まで行っていないが、複数の選択肢は出てきた。そこからどうしていきたいかは自分の力で判断し、足りないところは将来できるパートナーに助けてもらい、僕が追い求める理想のおばあちゃんになれるように頑張る。だからみんなも頑張ってほしい。

　最後に、自分が生まれた境遇を呪い続けるのは本当に無意味でありいつまでも納得する解決には導けない。本当に大切なのは生まれた境遇でどう生きるかだ。人が１０人いたら１０通りの生き方がある。そこで自分の生き方を明確にもてたほうが悔いが残らないし、人生は楽しい。これは僕の友人の言葉だが気に入っているので最後の締めくくりとしていう。

皆、「自己中に生きろ！！」

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　大人のこどもより