

深く息をするために

著者 湯浅和海

目次

まえがき

孤独と無力感に沈んでいった幼少期

初めて自分を見てくれた大人との出会い

優等生としての仮面をかぶった中学時代

父の死によつて崩壊した「誉めてもらう夢」

私を外の世界に連れ出してくれた「ダンス」という道
一人目の「ダンスの師」との出会い

「美しい踊り」を追い求めた専門学校での修行時代
「自由に動く」という重い課題

苦しみから、自殺とゲームの世界に逃げたニート時代
言葉と身体に導かれて訪れた「救済」の時

ニート生活から抜け出した初めてのアルバイト時代

合氣道の道場で寄る辺なさに苦しんでいた初心者時代
鍼灸学校で挫折した「安定した仕事」という未来
闇の多かった「リラクゼーションサロン」バイト時代
ブログで孤独を叫んでいた、初めての情報発信時代
母と猫が私の心を開いてくれた、二度目のニート時代
凱風館設立と書生としての生活の始まり
倦怠と疑念から瞑想に活路を求めた模索期

「自分自身」を貫いたことで訪れた破門の宣告

新天地での新たな活動と、その崩壊

精神科に通いながら生き続けた絶望期

探求の師との出会いと「最後の探求」の始まり

瞑想的な生活の中で起こった「自我」の客体化

探求の終わりー「世界の実在性」の崩壊

「悟り」という囚われを捨て、自分自身の心を歌う

あとがき

まえがき

はじめまして。あるいは、いつもお世話になっています。湯浅和海（ゆあさ かずみ）と言います。

この本をお買い上げいただいたということは、おそらく既に私の他の著作を読まれたか、私のブログの記事を読んだことがあるのではないかと思います。それで、「なんらかの情報や知識を得るため」というよりも、「湯浅和海という人間について詳しく話を聞いてみたい」と思つて、この本を購入されたのだと思います（もしそういうわけではなく、まだ試し読みしている段階であれば、すぐにこの本を閉じて、棚に戻されたほうが良いかと思います）。

ということで、本書では主に私という人間について語つていくつもりでいます。私がどのような人生を生きてきて、どのような考え方を持つようになったのかを示すこと。それが本書のとりあえずの目標となります。

「そんな著者の自分語りに付き合うことに何か意味があるのだろうか？」と思われる方もいるかもしれません、少なくとも私の書いた他の文章を既に読んで、私という人間に興味を持っている方には、私が歩んできた道も、また一つの「物語」として意味を持つのではないかと思っています。

私たちは、こうした「他人の自伝」に限らず、「物語」というものを必要とする存在です。映画でも漫画でも小説でも、私たちは、「自分とは違った人生を歩んだ人の物語」を通して、「自分の人生」という枠組みから一時的に抜け出します。

それは、「いつも住んでいる部屋」を出て、まるで「違う部屋」に一時的に住んでみるようなものです。

そしてそんな風に「住む部屋」を変えてみると、それまで聞こえなかつた音が耳に響いてくるようになつたり、今まで見過ごしていたものが視界に入るようになつたりします。これは、「物語」を通じて「他人の人生」を追体験することによつて、その人の世界が拡大したことの結果です。

それゆえ、「良い物語」の中に没入した後というのは、まるで新しい自分に生まれ変わつたような感覚がすることがあります。目に映るものが新鮮に見え、食べ物の味わいが深くなり、手に触れるものの肌触りが親密になる。それが「優れた物語」の持つ効果だと、私は思っています。

もちろん、私はプロの小説家ではないので、「優れた物語」を無から作り出すことはできません。私にできるのは、あくまでも「私自身の物語」を語ることだけです。

ですが、場合によつてはそれが、誰かの世界を開くきっかけになるかもしれないと思つています。

私という人間が生きていく中で出会つた不思議な体験や、この身を切り裂かれた苦しみの体験などが、どこかの誰かの中に「新しい可能性の苗」を植えることもあり得るのではないか？

私はそんな風に思い、この本を書いてみることに決めました。

私はこれから、私自身のことについて、なるべく正直に語つていこうと思つています。今さら「嘘」をついて自分を立派に見せようとも思いませんし、なにより私が自己弁護や自己正当化をし始めると、それは「物語」というよりも「個人的な愚痴」のようなものになつてしまふと思うからです。

ですので、逆に言うと、時には生々しいまでの苦しみの描写が入るかもしれませんし、読んでいてあなたまで辛くなつてしまふ可能性もゼロではありません。でも、最終的に私は「自由」というものを理解することができ、今は日々を幸せに生きています。つまり、そこには「救い」が約束されているわけです。

ですから、たとえ私の物語が苦しみと絶望の淵に沈む場面があつたとしても、「それはもう終わったことなのだ」と頭の片隅に置きながら読み進めていただけたらと思います。

そもそも私は、今までこの社会にうまく適合できた試しがありませんでした。子どもの頃は学校に馴染めず、友達もろくにできませんでしたし、大人になつてからはアルバイトを転々として生きてきました。いわゆる「立派な社会人」にはなれなかつたわけです。

ですが、今の社会において「立派な社会人」と呼ばれている人たちの顔を見ると、あまり活き活きしているように見えません。多くの社会人たちは、一様に死んだような眼をしています。

そして、彼らの多くは、毎日満員電車に揺られながら感受性を擦り減らし、毎週月曜の朝には死んでしまいたくなるほどの憂うつを抱えて生きているのです。

これは、多くの人の心が、文字通り死にかけているからではないかと私は思っています。「社会化」の過程で、人々は「自分で感じ、自分で考える」という在り方を手離していきます。なぜなら、「自分」というものを強く持っていると、社会の側がその人を受け入れてくれないからです。

そのため、多くの人は「自分」を捨てて、空気を読み、相手の気持ちを忖度しては、周囲の流れに合わせて生きていきます。そうして、マニュアルで画一化された職務に従事しては、機械的に日々を繰り返していくのです。

結局のところ、私の人生が苦難に満ちたものであつたのは、そういういた社会の在り方に私自身がうまく馴染めなかつたことが原因でした。私は他の人たちが何も感じず通り過ぎるところで、いつも立ち止まって考え込んでしまいます。「あれ？ これって何かおかしくないか？」と思うからです。

しかし、そうやつて立ち止まって考え込むことを社会は許容しません。なぜなら、今の社会は「生産性」をこそ「最も重要な価値」として保持することで回っているからです。

それゆえ、立ち止まって考え込む人間は、「生産性無し」という烙印を押されてしまい、「欠陥品」のレッテルを貼られてしまいがちです。また、当人にしたところで、「こんな自分は出来損ないの人間なのだ」と思つて、自分のことを責めていたりするものです。

ですが、私は「生産性」だけが価値だとは思いません。私の他の文章を読まれた方は知っているでしょうが、私は「人間の生命力」というものの価値を深く信じています。

そして、私たちが生きているのは、決して効率的に何かを生産するためではないのです。

機械は、何かを効率的に生産するために作られます。それゆえ、機械の存在理由は「より多くのものを生産すること」の中に在ります。でも、人間は何かを生産するためには作られたのではありません。私たちは「生きる」ために、産まれてきたのです。

「生きていること」そのものの中に価値が在ります。

たとえ誰かに貢献できなくても、何も生産できなくても、「現に生きて、心臓が脈打つてている」ということ、そして、その「生」を自分の心で感じられるということの中にこそ、その人が生きている意味はあると、私自身は思っています。

ですが、社会はそういった「個人の生」を等しく機械のように消費しようとします。社会は人々に「生産的な機械であれ」と言い、「血の通った人間で在るな」と命じてきます。

だから、もしも「自分だけの道」を歩んでいく人がいた場合、その人の人生はどうしたって「社会からはみ出したもの」になつていかざるを得ないのです。

そういうわけで、「私の人生」という物語は、「一人のはみ出し者の歴史」です。

それは、社会の中に居場所を見出すことができず、かといって機械のようになつて「社会化」することもできず、悪戦苦闘してきた人間の記録とも言えます。

そのような「個人的な物語」が、どこかで苦しんでいる「個人」の心を少しでも軽くし、この温かな手触りに欠ける無機質な社会に一石を投じるものとなることを願います。

では、本編でまたお会いしましょう。

孤独と無力感に沈んでいた幼少期

でも、私が本当に欲しかったものは、
「一緒にいてくれる誰か」でした。

さて、それではここから私の過去の話を始めていこうと思います。

私は1984年に東京で生まれ、東京で育ちました。しかし、東京とは言つても、私の故郷は西の奥のほうにある郊外であり、まわりは川や山ばかりの環境でした。最寄りの駅までも歩いて二十分かかりましたし、電車も三十人に一本くらいの頻度だったと思います。私が大人になる頃になつて、ようやくコンビニができ始めていましたが、それまではお店もほとんどなく、よく休みの日に両親に連れられて、遠くのデパートまで買い物に行つていた記憶があります。

しかし、子どもの頃の私は、両親に構つてもらつた記憶がほとんどありません。デパートに連れられていく時も、私はお金を渡されて、それで好きに遊んで来るようになつてきました。つまり、別行動だつたわけです。

私は、親からもらつた千円札を両替機で小銭に崩し、それでゲームセンターのゲームを一人で延々プレイしていました。まだ十歳にも行かないような子どもが、筐体に小銭を積んで黙々とプレイしていたのですから、周りの人たちもさぞ不思議に思ったことでしょう。

ちなみに、私自身は一人っ子で、私の両親は共働きの夫婦でした。母は看護師で、父は会社員でした。

母は私が生まれる頃にちょうど看護師の資格を取つたため、私と一緒にいることよりも、自分の看護師としてのキャリアを優先しました。聞くところによると、母は私が生まれて五十日ほどで職場に復帰したらしいです。

そして、母は日勤だけでなく夜勤も多かつたため、幼かつた頃の私は夜に家で一人きりで寝なければならぬこともしばしばでした。

また、父は家からずつと遠くの新宿にある会社に通勤していたため、朝は私が起きるより前に家を出て、夜は私が眠つてしまつた後で帰つてきていました。つまり、平日には私は父の顔を見る機会さえなかつたわけです。また、父は趣味で俳句もやつており、仕事が休みの日はいつも決まつて俳句の集まりに出かけていました。このため、父のことを見るのは一ヶ月に一度あるかないかといつたところでした。たまに日曜日に父が家で疲れて寝ていると、幼かつた私は「このいびきをかいて寝ているおじさんはどの誰なのだろう?」と思つたものです。それくらい、当時の私にとつて、父は「遠い人」だつたのです。

もちろん、両親がいない時間が長引く時は、子守をする人を両親は雇ってくれていました。確かに、美大に通っている温厚そうなお兄さんが面倒を見てくれていたと思います。時々、彼が簡単な絵を描いてくれたのも覚えていています。

いつたいどれくらいのお金をもらって私の相手をしてくれていたのかはわかりませんが、とても優しかったのはなんとなく記憶にあります。

ただ、やはり私の中には「寂しさ」がありました。両親は（特に母は）、いつも私を独りぼっちにしている罪滅ぼしの意識からか、私にオモチャをたくさん買い与えていました。両親は共働きで稼いだ潤沢なお金を、私のワガママを叶えるために惜しみなく投じていたのです。

それゆえ私は、「欲しい」とさえ言えれば、だいたいのものは買ってもらうことがで
き、家の中にはウルトラマンの人形やら、仮面ライダーのベルト、最新のゲーム機と
ゲームカセットが溢れかえるようになつたのです。

でも、私が本当に欲しかったものは、「一緒にいてくれる誰か」でした。子守のお兄
さんも、あくまでお金をもらって一時的に一緒にいてくれているだけであり、お金を
媒介せずに私という人間そのものと直接結び付いている人は、一人もいませんでし
た。

それで、私は「寂しさ」を必死で埋めようとすると、オモチャやゲームの世界
に引きこもるようになつていったのです。

また、大人になつてから知能検査をして分かつたのですが、私には発達障害の特性があるそうです。IQには問題がなかつたのですが、空気を読んだり、他人の気持ちを想像したりする能力に難があるようでした。そのためもあってか、子どもの頃は友達を作るのに苦労したものでした。周りの子たちが言つていることがうまく理解できず、みんなの輪の中に入ることがどうしてもできませんでした。それで、他の子が当たり前のよう理解できる「話の文脈」を、私は理解することができず、みんなが冗談を言つて笑つていても、私だけどこがおかしいのかわからなくて困惑していました。

家でも一人きりで、学校に行つても誰とも心を通わせられない。私は次第に、「他者に対して心を開く」ということ 자체を諦めるようになつていきました。

「たとえどれほど『つながり』を望んだところで、自分にそれは手に入らないのだ。自分に手に入れられるのはオモチャだけであり、それさえも親から一方的に与えられるものであって、自分で手に入れたものではないのだ」

当時の私は、徐々に孤独感と無力感の中に沈み込んでいました。「一人きりで在るしかない孤独感」と、「オモチャを一方的に与えられることしかできない自分に対する無力感」です。そして、これらの感情は大人になつた後も私に影響を与え続け、私の人生を動かし続けたのです。

初めて自分を見てくれた大人との出会い

ただ、

「自分の言葉を受け止めてくれる人がいる」ということを
信じられるようになった時、

私の中から言葉がほとばしるようになってきたのです。

前章で書きましたように、子どもの頃の私は「孤独感」と「無力感」の中に沈み込んでいたのですが、小学校高学年の時に、ある先生との出会いが私の閉じていた心を開いてくれました。

その先生は、三十代くらいの女性の先生でした。生徒と熱心に向き合ってくれる先生で、他の生徒からも好かれていたと思います。そして、ある時その先生は日記の宿題を出したのです。

別に難しいことはない、普通の宿題です。その日あつたことを日記に書いて、先生に提出すればいいのです。

ですが、私にはそれは難題でした。というのも、当時の私には文章がまるで書けなかつたからです。

私が書いた本やブログの記事を読んでいる人には信じられないかもしませんが、私は子どもの頃に「作文の時間」というのが大の苦手でした。なぜなら、何を書いたらいいかがまるでわからなかつたからです。

そもそも、小学校に上がると、子どもたちの中には「自意識」というものが芽生え始めます。それまでは「無垢」に自分の思ったことを何でもそのまま表現していたところから、「先生やクラスメイトからどう思われるだろう?」ということを気にして、思つた通りのことを言わなくなつていくのです。

もちろん、それは人が社会に適応していく過程で必要なことではあります。何でも思つた通り口にしていては、他人との間でトラブルが尽きないでしょう。

しかし、この「自意識」が芽生え始めることで、小学校に上がった段階で「自己表現につまずく子」が出てきます。要するに、他人からどう思われるかが怖くて、自分を出せなくなってしまうのです。

そして、私がまさにその典型でした。そもそも、私は発達障害の特性ゆえに、他の子たちから浮いていたのです。周りの子たちの話題についていけず、「みんなが理解していることを自分だけ理解することができない」という疎外感も感じていました。でも、私は「仲間外れ」になるのが怖くて、いつも「わかっている振り」をしていました。黙つて「ふんふん」とうなずいてさえいれば、それでやり過ごせると考えていたわけです。

しかし、作文の授業で「自分の考え方」を書かねばならなくなると、「うなづきながら、わかつた顔をしてやり過ごす」というわけにもいきません。そこには「自分の考え方」を書かねばならないのです。

当時の私は内心で「自分は欠陥品なのではないか?」と思つていました。

なぜなら、当時の私は、まわりの子たちがわかるのことを自分だけ理解することができず、自分の考えを一つとして言葉にできなかつたからです。

そのため、「自分の考えることなんて、全部間違つてゐるに決まつてゐる!」と強く思ひ込んでいました。

「そんな『間違った考え方』を作文に書いたりしたら、先生にもクラスメイトにも、自分が『欠陥品』だとバレてしまう！」

そんな恐怖が常にありました。このため、私は作文の時間に原稿用紙を前にすると、何も書けなくなってしまったのです。

しかし、まわりの子たちを見ると、みんな何の問題もなくスラスラと書いています。そういった様子を見ていて、私はますます「自分はやっぱり『欠陥品』なのだ」という想いを強くしていったのです。

ですが、後になつて考えてみると、他の子たちがスラスラ書けていたのは、「何を書いたら教師が喜んでクラスメイトから浮かないか」ということがわかつていたからだろうと思います。彼らは決して「自己表現」をしていたわけではなく、空気を読んで無難なことを書いていただけだったのです。だからこそ、そこには何の迷いも葛藤もなく、「自意識」との闘いも存在しなかつたはずです。ただ、「無難な綺麗ごと」を書いておけば、「良い成績」がもらえることを、ほとんどの子は理解していたことでしょう。

でも、当時の私にはそんなことは理解できませんでした。そもそも私は他人の感情の動きを想像するのが苦手だったのです。

だから、「どう書いたら先生が喜ぶか」とか、「どんな内容を書けばクラスで浮かずに済むか」とかといったこともわからなかつたのです。

かといって、「自分の本当の気持ち」もよくわかりませんでした。「空気を読めないなら、自分の思つたままを書けばいいじゃないか」という話にもなるのですが、当時の私は「自分の心」にどうやって問い合わせたらいいか、まだ全然わかつていなかつたのです。

結果、「他人を喜ばせる模範回答」もわからず、「自分の心の奥底にある想い」も自覚できず、私は真っ白な原稿用紙を前にして、いつもフリーズしてしまつっていたのです。

それゆえ、小学校時代の私にとつて、作文の時間は「拷問」のようなものでした。

自分の中から一言も言葉が出てきてくれないので、教室中から他の子が鉛筆を走らせる「コリコリ」という音が聞こえてくるのです。

あれほど無力感と羞恥心を刺激された経験は、後にも先にもそれほど多くはなかつたと思います。

そんなわけで、私が小学校の高学年の時、先ほど書いた女性の先生が日記の宿題を出した時も、私は内心でビクビクしていました。いつたい何を書いたらいいのかわからりませんでしたし、もし「変なこと」を書いてその先生にまで否定されてしまったら、私は自分を保てる自信がありませんでした。

ですが、しょせんは日記でしたから、作文のように必ずしも「自分の意見や感想」を書く必要はありません。それで、私は勇気を出して、ただ「その日あったこと」を書いて提出したのです。

すると後日、私の提出した日記帳が返ってきました。そして、そこには先生が丁寧に私の日記の感想を書いてくれていたのです。

その感想は、決して私の日記の出来を評価するようなものではありませんでした。ただ、私の日記を読んで先生自身が感じたことを、そのまま伝えてくれたのです。

私はそれまで「よくできました」とか、「もっと頑張りましょう」とかといった形で教師から「評価」されることはありましたが、「ただ感じたままの言葉」を伝えてもらつたことはありませんでした。それで私はビックリしてしまい、同時にとても嬉しくなつたのです。

なぜなら、私はやつと「自分のことを受け入れてくれる人」と出会えたからです。

両親のように、オモチャだけ買い与えて放置するのではなく、クラスメイトのように、言っていることの意味がわからないまま表面上だけ話を合わせる関係でもなく、ただそのまま心を通わせようとしてくれる人。それがその先生だったのです。

私はそれから、宿題ではなくなった後もその先生に日記を読んでもらうようになっていきました。私は徐々に「その日あつたこと」だけでなく、「自分はどう感じたか」といったことも書くようになっていきました。

それまで「自分の気持ち」がまるでわからなかつた私にとって、それは驚くべき変化でした。

ただ、「自分の言葉を受け止めてくれる人がいる」ということを信じられるようになつた時、私の中から言葉がほとばしるようになってきました。「自分を否定されない」と信じられる相手がいることが、こんなにも人の創造性を開くものだとは、当時の私は思いもつかないことだつたのです。

そうして、私は徐々に文章を書くことが好きになつていきました。

「自分の考えがたとえ周りの子と違っていても構わない。とにかく自分はこう思うんだ！」

私はそんな風に思いながら、先生に読んでもらう日記を書き続けました。

それは本当に夢のような体験でした。私はようやく自分のことを「欠陥品」だと思わなくて済むような相手と巡り合えたのです。

もしその先生と出会っていなければ、私はたぶんブログも開設していなければ、こうして本も書いていなかつたと思います。

「たられば」を言つても意味はありませんが、やはりあの出会いは必然的なものだつたように、今の私は感じています。

優等生としての仮面をかぶつた中学時代

それゆえ私は、

「成績が落ちて『優等生』でなくなつたら、
自分には再び価値がなくなるではないか？」と恐れたのです。

その後、私の心を開いてくれた先生は、学年が変わるタイミングで別な学校へと赴任してしまいました。私は寂しかったですが、それでも「自分はもう一人ではないんだ」という感覚があり、私は前ほどクラスで浮くことを恐れなくなっていました。

それから中学に上がった私は、以前ほど自分自身のことを「欠陥品」だと思わなくなったり、比較的安定した状態で過ごすことができました。ただ、中学二年の夏に、ちょっとした事件が起ります。

それは、私が夏休みの宿題で書いた作文が、東京都近県作文コンクールで一等一席を取ってしまったことです。

当時の私は囲碁の部活に所属していたのですが、その部活動の一環で囲碁の大会に参加した時のこととをサラサラと原稿用紙十枚ほどに書き記し、特に深い考えもなく国語の教師に提出しました。すると、後日その教師から個人的な呼び出しを受けたのです。

「何かマズいことでも書いたかな?」と思っていたら、話は逆で、「これはものすごくよく書けているから、コンクールに出そうと思うがよいか?」という確認の話でした。

私としては、別にそれほど力を入れて書いたわけでもなかつたので、「何がそんなにすごいのだろう?」と、むしろ疑問に思いましたが、「どうせ賞は取れないだろう」と考えて、「それなら出すだけ出してみてもいいか」と結論付けました。

しかし、結果としては、私の作文は東京都と近県の中学生たちの作文が一堂に集まるコンクールで一等一席を取つてしまつたのです。一等一席というのは、ただの一等よりさらに格が上で、「一等に値する作品の中でも特に優れていた」ということを意味しています。

私は、コンクールの結果を国語の教師から聞かされて、ハトが豆鉄砲をくらつたかのようにポカンとしました。言われたことの意味が、そもそもよくわからなかつたのです。

それから、私の書いた作文について、審査員である大学の教授らが何か難しい論評を書いている冊子を国語の教師から受け取りました。でも、私はそこに書いてあることが難しすぎて、何も理解できませんでした。結局私は、自分の書いた文章の何がそんなにも人の心を動かしたのか、その理由を理解できなあまだつたのです。

ただ、その作文を書いていた時のことは今でもよく覚えています。その作文は、確か朝の五時ごろに、突然私の頭に「降りて」きました。あたかも頭蓋骨の内側に文字を彫り込まれるような感覚がして、私の中には「書くべき言葉」が次々に浮かんできたのです。

しかし、その時の私は別に何かを考えてはいませんでした。私はただ、自動的に浮かんでくる言葉を、消えないうちに必死で原稿用紙に書き留めていただけだったのです。

そうして、一種のトランス状態の中で書きあげられたのが、その作品でした。そのため、私にはその作文が「自分の書いたもの」だとはどうしても思えなかつたのです。なぜならそれは、「向こう」から突然やつてきたものだつたからです。

それゆえ、私の中には力みもなければ手応えもありませんでした。ただ、私の中を「何か」が通り抜けていき、私はたまたまその「通り道」として存在していただけだつたのです。

しかし、それが結果的には人の心を動かしました。不思議なものです、私たちが本当に誰かの心を動かす時というのは、私たち自身が「無私」の状態にある時なのでしょう。私たちの「自意識」が沈黙し、内側に息づいている「存在」が喋り始める時、私たちは「他人を変えよう」という意図さえないまま、人のことを変え始めます。それは自分でもコントロールすることのできない現象であり、私たちには、ただそれを「生きる」ことしかできないのです。

ともあれ、私は一躍「時の人」となりました。両親は私のことを讃めましたし、近所の懇意にしていた知人には、私の書いた作文のコピーを配っていました。学校の教師も私に一目置くようになり、私はいきなり「特別な存在」になってしまったのです。

そして、ここから私の「勘違い」は始まります。もともとは「無私」であつたからこそ降りてきた文章だったのに、私はそれを「自分の手柄」のように考え始めたのです。

また、この頃から私の学業の成績も良くなり始めていました。

あいかわらず、他人の感情を想像するのは苦手でしたが、英語や数学、理科などのように、「構造や法則を理論的に理解してしまえば解答できる領域」において、私はかなり優秀な能力を持つていることがわかつてきましたのです。

実際、中学時代には一度定期テストで学年一位になつたこともあります。つまり、「人間の感情」というロジックで把握できないものは苦手だったのですが、「理論的な学問」というロジカルに処理できる領域においては、むしろ私は好成績を残すことができたのです。

これもまた、今にして思えば私の発達障害としての特性が関係していたのでしょう。昔の私には「非論理的な物事」よりも「論理的な整合性が取れている物事」を好み傾向があつたのです。それは、「コントロールできないものへの恐れ」と関係していました。私のような発達障害の人は、「人間の感情」のような「予測できないもの」は苦手です。それよりも、「絶対確実で予測できる物事」に興味を持ちます。それは、発達障害の人がこの世界の不安定さや不確実さに対しても、うまく馴染むことができないからなのです。

とにかく、そんな発達特性を持っていた私は、「世界の不確実さ（たとえば、他人の気持ちがわからないこと）」に対する自分の不安を解消するために、学校の勉強に打ち込んでいくようになりました。なぜなら、英語や数学、理科などの授業では、「他人の感情を読む問題」は出ないからです。

ただ、国語だけは「登場人物の心情を答えなさい」という問題が出ることもあります。しかし、社会は論理より暗記の比重が大きかったので苦手でした。私にとって特にやりやすかったのは、極めてロジカルに処理することができた英語・数学・理科の三教科だったのです。

そうして、作文のコンクールでは一等を取り、学校の定期試験では学年一位に輝き、私はもう自分のことを「欠陥品」だとは思わなくなっていました。逆に、私は自分がことを「優秀な選ばれた人間」だと考え始めたのです。

ですが、そのようにして私の中から「無私」がなくなつたことによつて、私のところにはもう言葉が「降りて」こなくなつていました。私は「向こう」から言葉がやつてきてくれないので、何か文章を書く必要がある時は、いつも自力で言葉をひねり出さなければならなくなつていったのです。

また、学校の成績についても、私は固執するようになつていきました。なぜなら、たとえ学年一位を取つたとしても、私の中には「自分はやつぱり『欠陥品』なのではないか?」という恐れが残つていたからです。それゆえ私は、「成績が落ちて『優等生』でなくなつたら、自分には再び価値がなくなるではないか?」と恐れたのです。

私は「文章を書く能力」を失うことを恐れ、「よい学業成績を収められている状態」がなくなるのを恐れました。なぜなら、それらを失つてしまつたら、私はまたあの「欠陥品」というレッテルを、自分に貼らずにはいられなくなつてしまつことがわかつていたからです。

それゆえ、私は教師からもつと評価されるように、「優等生」を演じ続けました。教師が言うことを守り、学校の規則に従い、テストでは高いスコアを出し続けました。

そうやつて「優等生の仮面」をかぶることによつて、私は内側にあつた不安と、「自分は結局、出来損ないなのではないか?」という疑いを、無理やり抑え込んでいたのです。

父の死によつて崩壊した「讃めてもらう夢」

そんなつかみどころのない虚無の中で、
あいかわらず「父の声」だけが響いていました。

その後、私は中学校を卒業し、地元でも有名な進学校に入学しました。そこは都立立川高等学校という学校で、過去には「府立二中」と呼ばれていた「リーダー養成校」であり、歴史と由緒のある名門校でした。

立川高校は「リーダー養成校」としての歴史があるだけあって、なかなか変わった学校でした。まず制服がありませんでした。生徒たちは思い思いに好きな恰好で登校していましたし、上履きもなくて校内は全面土足OKで、みんな自分の好きな靴を履いていました。体育祭になると、各チームの団長は、自分のチームのカラー（赤とか青とか）に髪の色を染め上げていたのです。

そして、生徒会にはかなり強力な自治権が与えられており、教師たちは最低限の指示しか出していませんでした。そして、新聞部が生徒会の動きに目を光らせる機関としての権限を与えられており、生徒会の独裁的な暴走を抑えていました。そうやって「生徒の自主自律」を重んじる気風が歴史的に継承されてきた学校だったのです。

私は、中学時代に着なければならなかつた制服のブレザーが嫌で仕方なかつたので、「制服がない」というほとんどその一点だけを理由に、立川高校に進むことに決めました。

当時の私の偏差値ならば進学は十分現実的なレベルだつたため、親も教師も反対はしませんでした。

ただ、あいかわらず国語と社会が苦手だったので、それだけがネックだったのですが、私はどうにか入学試験をパスし、晴れて「立校生たちこうせい（当時、立川高校の学生はこう呼ばれていました）」となることができたのです。

高校に進学してからも、私は「優等生」を演じ続けていました。授業のレベルは中学の時よりもずっと高くなっていましたが、私は自習の時間を徹底的に増やし、「上位層」としての立ち位置をキープしていました。毎回の授業でおこなわれる小テストは完璧に準備し、いつもなるべく満点を取るように意識していましたし、定期テストになると、睡眠時間を削って勉強しました。

ただ、少しづつ私の様子が変わつていきました。私は、「勉強ではなくてゲームをして遊んでいたい欲求」としばしば鬭うようになつていつたのです。

幼い頃から親に何でも買い与えられていた私の家の中には、たくさんのがゲームソフトが存在しており、自室で勉強しているとそれらが嫌でも目に入りました。そもそも、私としては勉強することが好きだったわけではなく、ただ単に、「欠陥品」のレッテルを貼られたくなくて必死で「優等生」という幻影にしがみついていただけでした。だから、勉強そのものが楽しいと感じたことはほとんどなく、単に「良い成績」を取ることで達成感と優越感を得られるから、それを目当てにして、なんとか勉強し続けられていただけだったのです。

そのため、本心では「もう勉強なんてやめてしまいたい」と思っていました。でも、「このレールから降りたら、自分は『無価値』になってしまう」と思い、怖くて勉強をやめられなくなってしまっていたのです。

それでも、時々自制が利かなくなつて、私は勉強を放り出し、夜更かしをしてはゲームに夢中になることがありました。私は貪るようにゲームをプレイし、後になると決まって自分のことを責めました。

「自分は何て意志が弱いのだ」

「これでライバルに置いていかれてしまつた」

そんな風に思い、私は罪悪感に苦しんだのです。

ゲームと言えば、思い出すことがあります。

私が勉強しないで夜更かしをしてゲームをしていると、時々、父親が私の様子を見に来ることがあつたのです。

父にとつて私は、年を取つてから生まれた子どもで、私が生まれた時点で父はもう五十歳になる寸前でした。

つまり、私と父の間には、五十歳近い歳の差があつたのです。

それゆえ、私が十歳になつた時点で、父は職場を定年退職し、いつも家にいる生活を送るようになつていきました（当時はまだ定年は六十歳の時代でした）。こうして、以前は仕事漬けでまるで家にいなかつた父が、だいたいいつも家にいるようになりました。

中学時代の私は、少し家から離れたところにある器械体操のクラブに通っていたのですが、学校の授業が終わると、父が車で迎えに来ててくれて、体操クラブまで送ってくれたものです。私が練習している間、父は練習場を見渡せるガラス張りのスペースから私の練習する姿を見守り、練習が終わると、再び私を車に乗せ、片道三十分ほどの山道を安全運転で家まで連れ帰ってくれました。

今でも覚えているのは、練習の後にいつも決まって父が自販機で飲み物を買ってくれたことです。当時の私はメロンソーダが大好きで、練習後はだいたい決まって、自販機でメロンソーダを買ってもらつて飲んでいました。それゆえ、私にとつての父との思い出は、いつもそのメロンソーダの味と一緒に蘇るのです。

「いいお父さんじやないか」と思われるかもしませんが、私自身は父に全面的に心を開くことができませんでした。

そもそも、前にも書きましたように、私が十歳になつて父が定年退職するまでは、父は毎日私が起きる前に出勤していき、私が寝てから退勤してきました。休みの日に父はいつも趣味の俳句の集まりに出かけて行つたので、私は父の顔さえ見たことがほとんどなかつたのです。

それゆえ、父が定年退職して家にいるようになつても、私はまるで「馴染みのない他人」が家に住むようになつたかのような感覚を覚えることになりました。父は私にとって「遠い存在」であり続け、私は自分から父に心を開いて近づいていくことに心理的な抵抗感があつたのです。

また、父の側にもそれを助長する傾向がありました。それは、父があまりにも寡默だつたことです。父は自分の感情を表に出すことがほとんどなく、喋る時も、本当に必要最小限の事務的な連絡事項しか口にしませんでした。「どうしてもこれだけは言っておく必要があるから言う」とでも言わんばかりに、父はいつもポツポツと必要最小限の言葉しか口にしなかつたのです。

このため、私には父が何を考えていたのか、今でもよくわかりません。ただ、当時の父が毎日のように私を体操クラブに送り迎えし、私の練習する姿を見守つて、自販機でジュースを買ってくれていたことは、彼なりの「愛」の表現だつたのでしょう。でも、それは私にはまるで伝わつていませんでした。生まれてから十年間、ほとんど放つておかれ、いきなり世話をされたところで、私からすると、警戒して当然です。

また、父にしたところで、たぶん私にどう接したらいいかわからなかつたのでしよう。

そもそも、私は父が年を取つてから生まれた子で、父はずつと仕事と趣味を優先していく、私と顔も合わせなかつたわけです。退職した途端にいきなり「自分の愛情」を表現することができるわけもありません。もし表現しようとしたところで、それはどうしたつて「不器用」で「ぎこちないもの」にならざるを得なかつたでしょう。

今になつてみると、父にも発達障害としての特性があつたよう思います。「他人の感情を想像すること」や「自分の気持ちを伝えること」が苦手で、それゆえに、周りの人からは「何を考えているかまるでわからない『謎の人』」と化してしまつのです。

実際、当時の私にとつて父は「謎の人」でした。体操クラブに行き来する車の中で
も、父は一言も言葉を発しませんでした。私も何を言つたらいいかわからなかつたの
で、いつもだいたい黙つて車の後部座席に坐つていました。別に助手席に乗つても良
かつたのに、私はいつも後部座席に乗つていたのです。たぶん、すぐ横に坐つている
と距離が近くてリラックスできないように感じていたからだと思います。

それでも、父と一緒にいると、どこか落ち着いた気分になることができました。な
ぜなら、父は決して「あれをしろ」「これをしろ」と命令してくることがなかつたから
です。私は父が何を考えているかはわかりませんでしたが、少なくとも自分を否定さ
れることはありませんでしたし、口うるさく命令されることもなかつたため、どこか
安心した気持ちでいることができたのです。

そんな父は、私が高校に上がる頃に肺の病気にかかってしまいました。どうやら、長年勤めていた職場の業務内容に由来するものだったようです。

詳しくは知らないのですが、若い頃の父は、勤めていた会社で何らかの工事のような業務を担当していたようです。昔は今ほど法的な整備も進んでいなかつたので、空気の悪い環境で作業しなければならないことも多かつたらしく、そのような環境で何年も働き続けたことで肺にダメージが蓄積し、彼は年を取つてから肺を悪くしてしまつたのです。

父の病気は「肺線維症」（はいせんいしよう）と言い、肺が線維化して酸素を取り込みにくくなつてしまふ病気です。一度でも線維化した部分はもう元に戻ることはなく、国の指定難病にもなっています。要するに、「不治の病」だったわけです。

それゆえ、発症してからの父はいつも酸素ボンベをゴロゴロと引きずりながら、鼻に酸素補給用のチューブを入れて生活していました。そして、担当の医師からは「もし肺炎になつたら命はない」と宣告されていたのです。

私はその医師の言葉を聞いた時、急に怖くなつたことを覚えています。「人が死ぬ」ということを、私はそれまで「自分事」として考えたことがなく、「死」というのはずっと遠いところにあるものだと思い込んでいたからです。

しかし、その医師の言葉を聞いて、「人は死ぬのだ」ということに不意に気づき、私は恐ろしさのあまり泣きそうになつてしましました。そしてそこには、「父を永遠に失うこと」への恐怖がはつきりと混じっていたのです。

父と二度と会えなくなること。その声をもう聞けなくなること。

私はそれを「致命的な喪失」として感じ取り、父に対して「死んでほしくない」と心の底から思ったのです。

不思議なものです。私は別に父に対して愛着のようなものを持っていたわけでもなかつたはずなのに、心のどこかで私は父に「いつまでも一緒にいてほしい」と思つていったようなのです。

しかし、もちろんその願いは叶いませんでした。父の病状は日に日に悪化していきました。そもそも「治しようがない病気」なのです。悪くなることはあっても良くなることはあり得ません。

そして、ある日ついに父は倒れ、病院に搬送されました。私と母が病室に行くと、その部屋は窓もない狭い個室で、まるで「棺桶」のようだと感じたのを覚えています。

しかし、この期の及んでもまだ私の感情表現は不器用なままで、私は父に何も言うことことができませんでした。また、この頃は「優等生」の仮面をかぶってひたすら高校の勉強に時間を使っていた時期でもあったので、私は「早く帰ってあの問題集を解かなければ」という焦燥感にも駆られていて、余計に父とじっくり向き合うだけの心の余裕が持てなかつたのです。

そして、意識のある父と顔を合わせたのは、それが最後になりました。父の病状はすぐ急変し、命の危機を察知した主治医は私と母に確認を取ることなく、勝手に父の意識を落としたのです。

意識を落とされた父は、喉を切り開かれて酸素吸入用の太いチューブを入れられていました。そして、そのままただ眠り続けるだけで、二度と意識は戻らなかつたのです。

母は「なぜ勝手に意識を落としたのか」と医師に詰め寄りましたが、主治医は「だつて、そうしないと苦しむでしょう?」と何でもなさそうに答えたそうです。

それ以来、ずっと仕事漬けで家庭を顧みなかつた母は、仕事よりも植物状態になつた父の見舞いを優先するようになつていきました。母は眠り続ける父に向かつて、言葉をかけ続けていました。なぜなら、医学的に人間の耳というのは、たとえ意識がなくなつても機能し続けるものだとされていたからです。

母は、いつの日か父がもう一度目を覚ますことを期待していました。

父はまだ元気だった頃に趣味で俳句の句集を自費出版したことがあり、第二句集もいつかは出すつもりだつたようでした。ですが、それが実現する前に、病が彼の喉を切り裂いて言葉を奪つてしまつたのです。

母は、父がもう一度元気になつて第二句集を出す未来を夢見ていました。しかし、もちろんそんな未来は来ませんでした。父はある日、とうとう息を引き取つて、そのまま帰らぬ人となつてしまつたのです。

父の葬式には、何十人の人がやつてきてくれました。

かつての会社の仕事仲間はもちろん、趣味の俳句の集まりには、父のことを「先生」と言つて慕つてゐる人がたくさんいたことを私は知りました。

父は多くの人に悲しまれながら逝つたのです。

父の葬式が終わつてしまふ後、私は自分で「何か」が消えていることに気づきました。

私は「これ以上勉強をしても何の意味もない」と感じたのです。

まだ父が生きていた頃、私が勉強をサボって夜中にゲームをしていると、父は時々私の部屋にやってきて、こう言いました。

「全クリしたか？」

それだけです。

別に「勉強しろ」とも「早く寝ろ」とも、彼は決して言いませんでした。

ただ、いつも決まってそう言つたのです。

「全クリしたか？」

「まだだよ、もうちょっと」と、私はどこかバツが悪そうに答えていました。すると、父は「そうか」とだけ言って、私の部屋から去っていきました。

父はひよつとすると「勉強しろ」と言いたかったのかもしれませんし、「早く寝ろ」とも言いたかったのかもしれません。でも、「不器用」だった私の父は、いつもこう言うことしかできなかつたのでしょうか。

「全クリしたか？」

私はいまだに父のその言葉の響きを思い出すことがあります。愛情深いというわけでもなく、非難がましいというわけでもなく、ただただ中立的に私を気遣うその言葉が、今も私の中では残響しているのです。

そして、父が死んでしまってから私は不意に、「もうこれ以上勉強し続けるのは無理だ」と感じました。勉強しようとすると吐き気がしてきて、それ以上机に向かい続けることが、心身共にできなくなってしまったのです。

長い間、私には「父の死」と「勉強への拒絶反応」との相関関係がよくわかりませんでした。時期的には「父の死」と「勉強することへの強い抵抗感」は関係しているように思えましたが、その間にある関係性が私には見つけられなかつたのです。

ただ、はつきりわかっていることは、私がその時「何か大切なもの」を永遠に失つたということです。

私はきっと、父に誉めてもらいたかったのです。「良い成績」を取つて、父に「よく頑張つたな」と言って、自分を認めもらいたかったのです。

でも、父は寡黙な人間でしたから、いつもとて「控え目な仕方」でしか私のことを誉めませんでした。だから私は、無意識に「父からもつと認められたい」と思い、余計必死に勉強にしがみついていたのでしょうか。

おそらく私は、自分のことを無言で見守り続けていた父に、認めてもらいたかったのです。ひょっとすると私は、「この人に認めてもらえれば、自分は今度こそ『欠陥品』じゃなくなることができる」と思っていたのかもしれません。

ですが、父が死んでしまったことで、その可能性はなくなってしまった。私は急に「勉強する意味」がわからなくなり、勉強に一切手がつかなくなりました。そして、ついには学校に行くことをやめて引きこもるようになつていったのです。

私にはもう「目指すべきもの」がありませんでした。「自分が何をしたいのか」もわからず、「これからどう生きて行つたらいいか」もわからないまま、ただ家にこもつて寝転がつては天井を眺めて日々を送るようになつたのです。

そんなつかみどころのない虚無の中で、
あいかわらず「父の声」だけが響いていました。

「全
クリ
し
た
か
?
」

