

「平安女学院の奨励より抜粋・加筆・修正」

物心ついたころの幼稚園の時から「早く死なないかなあ」と思いながら生きてきました。今もあまり変わらなくて、毎日生きていくのが大変だし、疲れるし、さっさとこの世の生活から開放されないかなあと思いながら生きています。

最近まで、「死にたい」と思っているのかなあと思っていましたら、2017年の夏に出版された本のタイトルで「消えたい」という本が出版されました。「消えたい」。虐待を受けて生きている子どもたち・人たちの世界と気持ちが丁寧に描かれている読み物としての医学的解説の本です。

私もずっと虐待を受けて生きてきていたようなんです。

ようなんです、と言いましたが、これって当の本人はそれが当たり前の世界だから、気がつかないんです。

物心ついたときには、毎日のように怒られ、正座を何時間もさせられ、ビンタを息が出来ないくらいされて、髪の毛を引っ張られて叩かれる。本当に「ああこのまま死なないかなあ」と思っていました。たぶん、幼稚園に行く前ですから3歳とかだと思います。

何に怒られているかなんて、思い出せないし、当ても良くわかっていませんでした。

最近わかったのですが、私自身が発達障害やアスペルガーと言われる自閉症スペクトラムの傾向が強く出ていて、言うことを聞かない小生意気で物覚えが悪い、面倒くさい子どもだったのだと思います。

そんな感じで小学校に行っても、毎日忘れ物はするし、宿題はやってこないし、反抗するしで、学校でも毎日毎日、先生にビンタを食らっていました。今だったら大問題ですが、当時の学校は教師の暴力は当たり前の光景でした。

中学校はそれが嫌で私立に行ったのですが、管理教育の時代、私立も同じ状況どころかさらに悪くて、忘れ物をすると男女関係無く尻バットと言って角材で太腿を思いっきり叩かれるのです。立てなくなってうずくまるほど痛いのです。同級生の女の子が崩れ落ちる姿は今も忘れられません。

堪えられずに、中学校2年の5月から学校に行けなくなりました。あとは、引きこもったり、バイトしたり、引きこもりをしつつバイトして、教会に行って、遊んで、無職のまま29歳の時に、結婚しました。

学歴も無い、職も無い、貯金も無いのに、教会で出会った、かわいく素敵な女性と結婚したのです。みんなのアイドルのような存在でしたので、周りの友人たちだけではなく、とにかくみんなに「ありえない」と驚かれました。

私にとっても驚きです。彼女とはそれまで10年以上友人であり、その間に3回も付き合っただけで欲しいと願い出ては振られているのですが、どういうわけか、一緒になることになったのです。

結婚してすでに18年が経つのですが、その間に、息子4人をもうけ、かわいい妻と楽しい生活を送っていますが、不登校というのは遺伝するのでしょうか、長男を始め、みんな学校嫌いで、ほとんど学校に行かないという生活を送っています。みんなと同じことを強要されるのが苦手なんです。

色々と心配事は尽きないですし、私など、妻からの勧めで今、学生となって、牧師になる勉強をしているのです。相変わらず無職です。

先日、妻に「お金持ちにもなるわけでもなく、旦那が稼ぐわけでも無く、うだつが上がらない相方で申し訳ないねえ」と話したら「まあ、不幸じゃ無いから良いんじゃないの」と妻は言っていました。

確かに、思い悩んだところで状況は変わるわけも無いし、明日になれば明日のことでまた悩むんだから、今を大切にするか、と気がつかされるわけです。

「死にたい」とか「消えたい」とか思っている、とりあえずは、神様が呼んでくれない限りは、生きていくしかないし、まあ生きていくんだったら、確かに、妻の言うとおりに不幸にならずに、日々、神様からすべてのことが与えられているんだらうなあと思いつつ、神様を信じて生きていこうかと思っています。

どうぞ、いま生きていること、こんな私でも、生かされていること。そんな神様に感謝しつつ今日もまた生きていきましょう。

—ここまで—

## 高橋和巳著「消えたい」-虐待された人の生き方から知る心の幸せ-より

注) 著者はあくまで被虐待者の立ち位置を医師の立場から検討しており、虐待が発生するメカニズムやプロセスには、この書では触れられていない。従って、虐待そのものがどのような原因や理由で行われるかは明らかにされていない。虐待の構造の中に、親、子、そのどちらかに、もしくは両方に、自閉症スペクトラム（発達障害やアスペルガーなど）を内包していたり、親の親の世代からの被虐待者であったりということが背景にあることは考慮しておきたい。

### 「三歳の子が死んでよかった」という男性

三歳の男の子が虐待を受けて死亡した報道にふれて、男性は

「僕は、三歳のあの子が死んで良かったと思います……」

「僕もあの時、消えていればよかったんです。そうすれば、こんな苦しい人生はなかったはずですよ。生き残ったばかりに……」

### 「死にたい」ではなく「消えたい」という希死念慮

「死にたい」は、生きたい、生きていたい、を前提としている。

前提に、本当はこう生きたいという希望や理想がある。

人生のある時期、楽しく生きてきたという経験がある。

これらに挫折したときに「死にたい」と思う。

「消えたい」は、生きたい、生きていたい、と一度も思ったことのない人が使う。

生きる目的や意味を持ったことがない、楽しみや幸せを味わったことがない。  
ただ生きてきた、何もいいことがなかった、なんの意味もなかった。  
生きていることに疲れた。だから「消えたい」。

### 「未来とか夢、そんなものはなかった」

小学校6年の卒業作文がつかった。

未来の時間にかかわる期待がないため、将来の夢や希望、未来の世界というものが存在しない。これらの事を書くことは、存在しないことがらを書くことでしかなかった。

### 「普通の生活」 -人としての幸せ-

「美味しく食べて、ぐっすり眠れて、だれかと気持ちが通じ合うこと。」

普通の人、これらを純粹に幸せと感じるかどうかは相対的である。

普通の人、他人との関係が豊かなので、無意識に他人と比較して、相対的に自分の幸福感を感じる。

他人との比較がない人の幸福感は、出来事そのものを感じる、当たり前なことでも幸せに感じることもある。

### 「異なる世界で生きる人々」

「時間が解決する」

どうして「時間が解決するのか」疑問に思っている。

時間がたっても解決しないことばかりである。

時間の感覚が普通と違う。昨日と今日、さらに過去と今が、明確に区別できていない。

眠りの問題。寝ているあいだも緊張していて、いつも徹夜しているような状態であり、寝ることによって心身ともにリセットすることが出来ていない。

### 「社会的存在」

感情の共有・規範の共有があって社会的存在ができあがる。

感情の共有は、愛着関係からでき上がってくるが、決定的に欠けてしまっている。

感情の共有がないために社会的ルールが理解できずに、規範の共有ができない。

### 「地上には異なる二つの世界がある」

世界の構造が三つの円を重ねた同心円になっている。

多くの普通の人、住んでいる「普通の世界」

その外側にある「辺縁の世界」

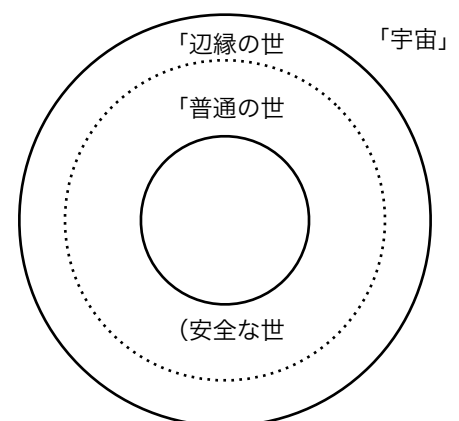
その外側に「宇宙」

地球を中心とした物理的感覚

精神を中心として心理的感覚

普通の世界に住んでいる人たちは、外側は宇宙が存在している。普通の世界から逃れることは死であると認知している。

辺縁の世界に住んでいる人は、辺縁と普通の境界があり、この辺縁の世界から消えたいと思考する。



## 「義務感で生きている」

終わりのない無期限のがんばりの中で生きているので「消えたい」と考える。  
感情の共有を知らない、安心を知らない、人との交流の楽しみもわからない。  
社会の規範は自力で学んで理解して守っている。  
義務感のあるがんばりの中で生きている。常に緊張し自分を苦しめ責め続け、自分の存在を否定してしまう。人生を終わりにしたい。その結果が「消えたい」。

何事も、どこまでやったらいいのかがわからない。仕事も家事も。  
しなければならないことがあれば頑張っただけをやってしまう。  
終わると気が抜けて嬉しくもなくなただけ疲れて、次のやることのために緊張する。  
適度な休み方がわからない。

## 「人生を論じる」ことがわからない

社会的存在が確立している人は、「人はいかに生きるべきか」を話題にする。どう生きるべきか、どんな生き方がいいのか、人生の大切な価値は何か、などである。  
「辺縁の世界」で生きている人は、社会存在が曖昧で、確信が得られず、自分の存在に戸惑っている。人生を論じているのを聞くと、どうして夢中になれるのか不思議な距離を感じてしまう。  
社会的存在を前提として文脈では理解できない、ある意味ちぐはぐな、でも何か不思議なことを語ることもある。人にとらわれない何か超然とした態度でもある。

## 「感情と規範の共有」

ドラマの共通テーマを参考に。  
親子の関係がテーマの場合、親の意見に子どもが反発して喧嘩になる。その後、親の気持ちを知り親子が和解する。  
和解に感動する人、そんなことはないかと反発をする人。いずれも共通の倫理観を前提にした感想である。このような関係をテーマに選んだことに疑問を持たない。

「子どものことを思う親」が理解できないし、「親のことを大切にしないといけないんだ」という恐怖がある。または、「親と子は、そのように思うんだ」と不安になる。

### 自殺に対する考え方

だれかが自殺したいと漏らしたときの反応

「何か大変な理由があるんでしょう。それを解決して、がんばって生きていこうよ」と言いたくなる。また反対に「同感だ。私もそうしたい。こんな世の中、生きていても意味が無い」と言う人もいる。二つの意見は相反するが規範を共有していることに変わりはない。同情ではなく自殺に対する自信の意見を相手に表明する。

「うん、そうだね。でも、自殺していい理由を探すの、大変でしょう」と同情する。  
規範を基準にして自殺の善し悪しを判定しない。