

いのちがこぼれ落ちないように

明けない夜はないという。

では私の心にはいつ陽が射すのだろう。

悲しみは長くは続かないという。

では頬をつたうこの涙もいつかは止まってくれるのだろうか。

生きるのに疲れてしまって、自らこの世を去る選択をする人は毎年二万人以上にのぼる。昨年には小中高生の自死者数は初めて五百人を超え、自分で命を絶つ若者が後を絶たない。

彼らを追い詰めるものは何なのか。

いじめ、人間関係、成績不振、家庭環境、性被害、病気、ヤングケアラー、社会的マイノリティとしての困難……。自死に至る背景は様々であり、要因は一つだけでなくいくつかの悩みを複雑に抱えていることもある。また、動機が不明なままの子どもが多いのが現状だ。

「きっとあなたも間違った」

「そうなのは自分のせい」

「もつとがんばれ」

そんな言葉が行き交う世の中で、今この瞬間も生きづらさと闘い、もがき、人生を終わりにしたいと思うほど追い詰められている人がいる。特に、家庭と学校に居場所が限られてしまっている子どもは、悩みを一人で抱え込み、誰にも助けを求めることなく亡くなっていく。

小さな背中では受け止めきれないほどのものが彼らを襲っているように思う。

それでも自死は個人の責任なのだろうか？

消えてしまった命を救うことはできなかったのだろうか？

もしかしたらわたしも、五百人のうちの一人になっていたかもしれない。

暗闇に閉じ込められて、出口がわからなかった。

心に穴が開いている気がして、やがて痛みも感じなくなった。

話を聴いてくれても、実際には聞こえないし、見えないし、感じない。

助けを求めても状況は何も変わらないとあきらめていた。

自分を守ることだけに必死だった。

今でこそ笑顔で毎日を過ごしているものの、心が揺さぶられることはときどきある。暗闇の中に、また、引きずり込まれそうになる。

これは誰にも「関係ない」話ではない。追い詰められているのはあなたの大切な人かもしれないし、未来のあなたかもしれない。人は周囲が思っているよりも簡単に「死」を選んでしまう。だから、お互いをよく、見ていてほしい。声にならない音に耳を傾けてほしい。

「死ぬのはいけないこと」

真つ当な意見だけれど、正しさは時に人を傷つける。自死者がいれば、その何倍もの数の残された人がいることも忘れてはいけない。遺族や友人と、自死は他者の人生も変える。喪失を味わった人たちが、再び世間からの目によって傷つくことがないように。一人ひとりが自分のペースで歩き出せる社会であってほしい。

もし、暗闇の中をさまよっている人がいたら伝えたい。

生きづらさと全力で闘わなくていい。

ふつうでいなきやとか思わなくていい。

誰かの期待とか背負わなくていい。

ただ生きてほしい。

たったそれだけで奇跡だから。

