

「消えてなくなってしまうたいと思っているあなたへ」

広瀬巖（マギル大学）

今、生きているのが辛いと感じているあなた。体調を崩し、療養中のあなた。ぐずる赤ちゃんの傍らで放心状態のあなた。両親に悪いと思っているのに、どうしても布団から起き上がれないあなた。義務感だけで辛うじて駅のホームに立っているあなた。今日にでも消えてなくなってしまうたいという考えが、よぎっているかもしれません。でもちょっと、あなたに考えてもらいたいことがあります。たった二つのことだけです。

一つ。あなたは、消えてなくなってしまうえば、今感じている苦痛から開放されると思っていませんか？開放感は清々しい、ホッとする感覚です。開放感って、いいものですよ。でもちょっと考えてみてください。あなたが消えてなくなってしまうえば、あなたは開放「感」を経験することはできません。なぜなら、消えてなくなってしまうえば何も感じる事ができないからです。何かを感じられるのは、あなたが生きている時、その時だけです。開放感も、感動も、後悔も、消えてなくなってしまうえば経験することはできません。あなたは苦痛から開放されるのではなく、何も感じる事の出来ない「無」になってしまうだけなのです。

もう一つ。あなたはこう考えていませんか？あなた、そしてあなたの人生にはなんの価値も意味もない、あなた一人が消えてなくなってしまうてもどうってことはない、と。確かに、あなたは80億人いる人間の一人。あなたが消えてなくなっても、電車は時刻表通りに運転されるでしょうし、太陽は毎日東の空から昇るでしょう。でもあなたの人生は本当に空っぽだったのでしょうか？楽しかったこと、感動したこと、嬉しかったこと、そして辛かったこと、これらのことが一つでもあったらそれを思い出してください。あなたが感じたこと、あなたが経験したこと、あなたが覚えていること、これらはあなただけのもの。他の誰かが奪うこともできなければ、消去することもできません。それらがなくなってしまうのは、あなたが消えてなくなってしまう時です。ということは、あなたが消えてなくなってしまうえば、この世から無くなってしまうものが確実にあるということです。

あなたは確かに存在しています。そしてあなたのような人がいっぱいいるからこそ、世界が成り立っているのです。あなたが消えてなくなってしまうと、その世界のほんの一部が欠けてしまいます。そしてそのほんの少し欠けた世界は、もう二度と同じ世界に戻ることはありません。あなたの存在が、他の人の存在に取って代わられることは絶対ありえないということです。

自信や誇りを持って生きていけとまでは言いません。そんなことは十歩も二十歩も先の話です。ただ、あなた自身の存在を実感してください。来年もっとひどい状態になったら、そのときに改めてもう一度考えてみればいいじゃないですか？案外、来年にはほんの少しだけ楽になるかもしれません。そうすればほんの少しだけ開放感を感じることができるでしょう。あなたが生きている限りは。