

境界 3

私は泣くことを学んだ。

長年、強さとは制御することだと思っていた。

言葉を制御する。

感情を制御する。

反応を制御する。

痛みを制御する。

それは、あらゆる根深い思い込みがそうであるように、ゆっくりと吸い込んだ考えだった。

誰もあからさまに教えたわけではない。

誰もこう言ったわけではない。

「男は泣いてはならない」

それでも、そのメッセージはどこにでもあった。

会話の中に。

振る舞いの中に。

手本の中に。

まなざしの中に。

文化そのもののの中に。

こうして私は早くから、単純な規則を学んだ。

耐えること。

いつでも。

何が起ころうと。

耐えること。

若いころは、これが美德だと信じていた。

今では、ただの戦略だったと知っている。

ある場面では役に立つ戦略。

多くの場面では危険な戦略。

長く抑え込まれたものはすべて、遅かれ早かれ出口
を探すからだ。

痛みは消えない。

恐れは消えない。

悲しみは消えない。

形を変える。

身を隠す。

待っている。

そして、思いもよらないときに、扉を叩く。

人生のある季節、あらゆるものが強さを求めてくる
ように見えた時期を覚えている。

仕事。

家族。

責任。

病。

決断。

私を頼りにする人々。

答えを必要とする人々。

方向を求める人々。

立ち止まる余裕などなかった。

少なくとも、そう信じていた。

毎日、新しい重荷を積み足した。

毎日、自分自身に耳を傾ける瞬間を先送りにした。

先へ。

さらに先へ。

人間が自分の内なる世界をどれほど長く無視できるかは、驚くべきものだ。

だが、永遠には無理だ。

誰も永遠には続けられない。

声が語ることを拒むものを、体が語り始める瞬間がやって来る。

疲れが増す。

眠りが変わる。

精神が消耗する。

感情がもろくなる。

そして少しずつ、自分が世界と戦っているのではないと分かってくる。

自分自身と戦っているのだ。

真実は簡素なやり方でやって来た。

本物の真実がいつもそうするように。

特殊効果もなく。

予告もなく。

見世物もなく。

ある日、重荷が大きくなりすぎた。

そして防壁は小さくなりすぎた。

静けさを覚えている。

孤独を覚えている。

どんな役も演じなくていいという、あの不意の感覚を覚えている。

久しぶりに、私は職業人ではなかった。

父ではなかった。

夫ではなかった。

経営幹部ではなかった。

著者ではなかった。

ただの人間だった。

そして私は泣いた。

上品な涙ではない。

制御された涙ではない。

本物の涙だ。

遠くからやって来る類の。

歳月を貫いてくる類の。

しまい込んだことさえ忘れていたものを運んでくる類の。

それが起きているあいだ、思いがけない感覚があった。

弱さの感覚ではない。

解放の感覚だ。

長く閉ざされたままだった部屋が、ついに窓を開けたかのように。

空気が再びめぐり始めたかのように。

何かが、ついに、抑え込まれることをやめたかのように。

そのとき、根本的なことを理解した。

感情は敵ではない。

使者なのだ。

何かを伝えるためにやって来る。

無視しても消えはしない。

ただ、より騒がしくなるだけだ。

何年ものあいだ、勇気とは屈しないことだと信じていた。

その瞬間、勇気とは貫かれるままに身を委ねることでもあると分かった。

痛みに。

恐れに。

悲しみに。

真実に。

人はしばしば、傷つきやすさをひび割れとして思い描く。

私はそれが扉になり得ることを知った。

すべてから身を守るのをやめた瞬間に、ようやく自分を知り始めるからだ。

そして己を知ることは、数多くの外の戦いに勝つよりはるかに難しい。

その日から何かが変わった。

急に賢くなったわけではない。

急に強くなったわけではない。

より偽りのない人間になった。

それは別のことだ。

違う話し方をするようになった。

違う聴き方を。

より深い理解をもって他人を見るように。

自分の痛みを通り抜けた者は、他人の痛みをより容易に見分けるからだ。

裁かない。

軽んじない。

すぐに解決策を探さない。

それを認める。

そしてこの承認は、すでにひとつの助けの形だ。

時が経つにつれ、傷つきやすさを新しい光の下で見
るようになった。

私が最も敬服した人々は、見るからに無敵の人々ではなかった。

偽りのない人々だった。

自らの人間らしさを、見世物に変えることなく示せる人々。

こう口にすることを恐れない人々。

「精いっぱいやっている」

結局のところ、私たちは皆それをしているのだから。

精いっぱいを。

ある日はそれが多い。

別の日は少ない。

だが、それがいつでも私たちの持てるすべてだ。

振り返って、あの瞬間を敗北とは考えていない。

ひとつの境界だと考えている。

人生で最も重要な境界のひとつだと。

以前は、強さとは泣かないことだと思っていた。

その後、強さとは自分の涙を恐れないことだと分かった。

偽るのをやめたときにだけ訪れる成熟の形があるからだ。

見栄を張るのをやめたとき。

演じるのをやめたとき。

そしてついに、自らの人間としての性を受け入れたとき。

もろく。

不完全で。

すばらしく不完全な性を。

今では正確な日を覚えていない。

時刻も覚えていない。

状況のすべてすら覚えていない。

覚えているのは、学んだことだけだ。

分かち合った痛みは軽くなるということ。

真実は誇りよりも人を自由にするということ。

傷つきやすさは尊厳を壊さないということ。

尊厳を完成させるのだ。

そして何よりも、当時の私には口にできなかったであろう一文を覚えている。

単純な一文。

多くのことを変えた一文。

私は泣くことを学んだ。

そしてその日から、自分をよりよく理解し始めた。