

ひきセン通信

七夕号

題字：Y

★ とあるひきこもりの回顧録

みっちゃんの息子

20代の半ばを2年間、私はひきこもって過ごしました。きっかけは離職です。ネット上の表現で言えば「自宅警備員」であり「うんこ製造機」でしたし、当時はそのように自認してもしました。このままじゃいかんなどという焦燥はありましたが、連日のフラッシュバックと家族からの「あんたどうすんの？」というプレッシャーとの狭間で、私は具体的な行動には出られずにいました。フラッシュバックが起こると、私は目を閉じ眉をしかめ「あー、んー、うー」と呻きます。明日までにやっつけなきゃいけない夏休みの宿題が、20年分溜まっているような気持ちです。

どうせ外に出て会う相手もないのだからと床屋にも行かず、お金は専ら煙草代に消えていました。私は男ですが、髪も乳首まで伸びていたので余計に人目が気になり、煙草を買いにコンビニへ行くのも深夜でした。見た目もステータスも人に披露できる状態ではないと自覚していた私が、どうしてハローワークだとか、親戚の集まる法事などに行かれるでしょうか。他人や家族はもちろん自分さえ——すべての社会に属する人々を拒絶していたのです。

看護師である母はそんな私の天敵でした。黙りこむ私に「あなたが喋ってくれるまでここから動かない」という姿勢で行われる、1回あたり30分に及ぶ、急に始まる謎の「向かい合い」（私がそう呼んでいただけです）は本当にきつかったです。「あなたのことが心配なの。それで仕事や車や保険はどうするの？」と尋ねられても私は答えられませんでした。母が母の夏休みの宿題をやっつけるために、私は責められているのだとさえ感じていました。社会と自分とを切り離して心の平穏を保っていたのですから、それらを私の問題としては向き合えなかったのです。気だるそうに俯いて黙る私の姿を見る母の心情を思いやる優先順位は、選択肢にすらありませんでした。

物理的にフェードアウトをしたかったです。もし痛みも苦痛も準備もなく、綺麗に上手に死ぬ方法があったなら、数回の未遂の末にはそうしていたかもしれません。でもそんな方法を探すのさえ面倒でしたし、そうすべきだとも思えず、PCに向かい気を紛らわせて、煙草を吸いながら、毎日眠くなるのを待っていました。

「おかん、あの時はごめん」と思えるようになったのは、ずっと後のことです。給金を得られる仕事を得て、自分がそこで働いていけるだけの自信を得させてもらってからでした。しかし今でも実は、私は母が苦手です。約60年かけて形成された彼女の人格が、そうそう私の都合のいいように変化するとは思っていませんし、それを望むのはおこがましいことです。およそ30年間私は彼女の息子として生きてきたことも手伝って、もう好きとか嫌いという次元で彼女を捉えようとも考えなくなりました。

母や社会との接し方は今でも手探りで、ちょいちょい触れては引っ込めて、ときにはあからさまにかわしながら、自分に丁度いい距離を探している最中です。あの2年間がなければ、私は母や社会をいつまでも好きか嫌いかで捉え続けていたでしょう。「ヨソはヨソ、ウチはウチ」だと自分を受け入れ許すことができた今、ようやく私はヨソと付き合い始めています。

早く大人になりたいと冗談半分に本音を漏らしながら、これからも生きていくのだと思います。

★ とあるひきこもりの親の回顧録

みっちゃん

2年前の8月。27歳の息子が千葉から新潟にワゴン車に家財道具を乗せて突然帰ってきました。あまり家から出なかったけれど、そこそこ話をし、私を笑顔で新潟駅まで車で送ってくれたりしていました。嬉しかったです。夫を亡くして一人暮らしでしたから。夫の3回忌に一緒にお参りに行こうと誘いましたが、かたくなに断られ、それから、だんだんと話をしなくなり家からほとんど出かけなくなりました。黙りこくる息子。早く仕事を探してほしいと焦る私。以前住んでいたアパートの不動産屋、辞めて来た会社との繁雑な連絡はすべて私が行いました。

一体何があったのか？ 心が疲れたんだな。今は充電の時期なんだ、きっと。と私なりに理解しようと思っていました。部屋に入るといつもパソコン台に向かって座り、周りには煙草の吸殻が山ほど。話しかけても返事はなし。父親がいたらもっと何か二人で話をしていたらに……。私じゃ、だめか……。今までの自分の接し方が間違っていたのか？ 仕事も、子育ても精一杯してきたと思っていたのに…間違っていたのかな。

いつものように部屋に入った時、息子の足のあまりの細さに生命の危機を感じました。息子に内緒で相談所にも通っていました。でも、もうこんなことをしている状態じゃない。息子が死んでしまう！ こんなことしてられない。息子が自宅から出ないのに、自分から相談所に行く訳はない。この相談所ではだめだ。息子のところに来てくれる人が欲しい。息子の気持ちをきいてくれる人が欲しい。私じゃだめだ。誰か、お願いします！

そんな悲痛な思いからひきこもり相談支援センターに行きました。食事は今まで通り、食べようが食べまいが準備する事。息子に依頼して、やってもらったことに対して「ありがとう」という事。うるさく言わない事。そして、担当の方はずっと継続して下さるとの事。(年齢などで担当が変わるのではなく一貫した体制になったとのこと。)

アドバイスを受けながらご飯を食べてくれてよかった、「ありがとう」。ごみを捨ててに行ってくれて助かった、「ありがとう」。職場では何気なく言っている言葉だったのに、本当に嬉しかったです。板垣さんは訪問の度に、息子に手紙を書いてくれました。息子の心に、どかどか入っていくのではなく、息子の態度を尊重していました。吉川さんは私の息子に対する思いを十分に聞いてくれました。そして「うるさく言わないように。お母さんのものも洗濯してもらっていいですよ」などと暖かい笑顔でお話してくれました。今思えば息子に早く仕事をしてほしいとうるさく言い過ぎました。

2年が過ぎた頃、私が知らないうちに、自分からひきこもり相談支援センターに行くようになりました。いつから、そう思っていたのか……。

たぶん自分で、2年たったら外に出ようと決めていたんだと思います。そんな気がします。今はまだ、私との会話は少ないですが、息子は働き始めました。本当に感謝しています。ありがとうございました。息子の生命の危機を感じた時、悩み、迷い、今までの自分の生き方が、間違っていたのではないかと責めていた時に、お二人は私の生き方を肯定してくれました。板垣さんや吉川さんに相談した時に、もし、自分の今までの生活や考え方を否定されたら、分かってもらえないと感じたら、私は黙ってしまったに違いありません。適切な助言で根気よく、いつも優しい笑顔で一緒に考えてくださいました。

息子の乗ってきた車が、2年間自宅前に放置されていました。隣のお家には迷惑をかけたと思っています。でもお隣さんは、そのことには一言も触れずにいてくれました。黙って見守っていてくれたんです。そのことは今でもとても感謝しています。

生きているんだから、辛い事や悩みはあります。私の目標は自分が自分らしく生きる事です。だから息子の生き方も大事にします。振り返る機会を与えていただき、ありがとうございました。

ひきセンBlog始めました！
<http://n-hikikomori.blogspot.jp/>

