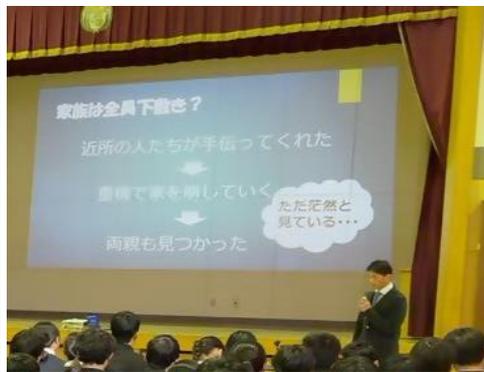


「命の大切さ ～阪神淡路大震災を経験して～」

「命の週間」の取組で、関西大学の岡田哲也先生を講師にお迎えしました。岡田先生は、1995年1月17日兵庫県と近隣を襲った大地震により、西宮市のご自宅の2階で被災されました。

前日夜、一緒に住んでいた両親と、帰省していた姉と姪と楽しく過ごしていました。17日午前5時46分、激しい揺れで目が覚め、何かおかしいとは感じましたが、テレビなどは落下していたものの大事とは捉えていませんでした。4人の家族が寝ている1階に行こうとしましたが、部屋の扉が開かず部屋の外へ出ることができません。心配して訪ねてきた近所に住む叔父と従弟の助けもあり、2階部分の窓から外へ出ることができました。そこで初めて、自分が寝ていた2階が1階を押しつぶしていることに気がきました。他4人の家族を心配する叔父の言葉に「1階に寝ていた4人は逃げたはずだ」と考えていました。叔父と私、従弟の3人で1階部分をこじ開



けて中に入りました。横たわる姉と姪を叔父と私で確認しました。

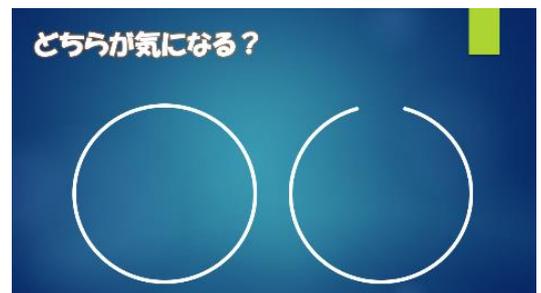
両親の確認や姉と姪を運び出そうとしているところに、近所の方が手伝いに来てくれて、重機なども使って家を崩していき、昼頃に両親が確認され、周りが暗くなってから両親が運び出され、程なくして姉と姪も運び出されました。現実を突きつけられ、ただ茫然とみている…。

避難所の生活が始まり、少しずつ日常が過ぎていくと、以前の生活との違いを実感。家族を喪ったことを悲しみ、喪失感や、「助けなかった」「自分が重りになって押しつぶした」と罪悪感に苛まれました。やがて、「自分は幸せになってはいけない」とひとりで苦しみを抱えました。職場に復帰しますが、周りへ心配をかけないように元氣なふりをしていました。

なので、人と一緒にいるのが辛く、ひとりで泣いているときだけが楽でした。10年間苦しむためだけに生きてきた、時には自らの命を…。しかし、そんなことをしたら誰かに同じ苦しみを背負わせてしまうとも考えました。ある日、自宅で2度地震があり、翌日職場で涙が溢れそうな感覚になりました。「震災から10年も経つのに、地震が起こると涙が溢れそうになるのはおかしいのか。病院に行くべきなのか」と、会社の医務室で看護師に相談しました。その瞬間は感情が涙となりこぼれてきました。「ひとりでずっと頑張ってきたんやね」この言葉に救われた気持ちになりました。「しんどいのになんか頑張ってきた自分があるんやな。気持ちの整理をつけてここで向き合えん」と思えたのです。震災直後からずっと向き合いたいと思っていましたが、そのためには何日かは必要だと思い、仕事を休み、1人で閉じこもると周りに心配されると思って行動に移すことを我慢していました。今がチャンスだと思い、整理をする決心をしました。「10年も苦しんできたのは、家族が大切な存在だったから。もし自分と家族が逆の立場になっていたなら、気にせず、幸せに生きていって欲しいと願うだろう」ならば「幸せにならないといけないかも…。」と思えるようになったのです。人が亡くなると、悲しみや苦しみを抱える人がいます。それは周りの人の人生が変わること。だから自分の命をそして人生を大切にしてほしい。あなたのことを大切に思っている人がいるのです。あなたは大切な存在です。

岡田先生は、苦しい気持ちを誰にも最後まで聞いてもらわなかったことが自分の一番の拘りだったといっています。だからこそ、気持ちの整理をした後に溢れてきた「誰かに聴いてもらえていたら」という思いからカウンセラーの資格を取得するに至ったのです。「みんなに幸せになって欲しい」と。現在は、運動部の生徒を中心に心の相談や、最高のパフォーマンスを発揮するためのアドバイスを贈り続けています。

結びに、生徒たちに「愛情を受け取っていないのでは？と思う人がいるかもしれません」と問いかけました。つぎに右のスライド。「どちらが気になりますか」の問いに多くの生徒が右側に挙手しました。「人は完成させたいという欲求がある。だから欠けているところが気になるのです。愛情を感じない欠けている



ところだけを受け取っているのかも。他の部分はたくさん愛情をもらってるのでは？」そして「赤ちゃんは一人で生きられない。その命を守ってきた人がいるんです。だから、あなた達は今ここにいるのです。たくさん愛されていると思います!」

講演後、「たくさん愛されています!」と断言しなかったのはなぜですかと岡田先生に問うと、「愛されていないと誤解している子がしんどくならんように。」そして、「愛されているかも?」と自分の言葉を少しでも受け入れてもらえる可能性が高くなるように文末の言葉が柔らかくなったのです。

被災の年の5月、皆さんを応援するかのよう、岡本真夜さんが“TOMORROW”をリリースしました。

涙の数だけ 強くなれるよ
 アスファルトに 咲く花のように
 見るものすべてに おびえないで
 明日はくるよ 君のために

岡田先生のお話をお聴きし、私は思います。「涙の数だけ 優しくなれる」のだと。

【岡田先生より】

西宮市の慰霊碑とそこに掲示されている当時の写真を提供していただきました。

