『自分の命と周りの命』

福島県　棚倉町立棚倉中学校　三年　永澤（ながさわ）　泰子（ひろこ）

先日、私の中学校では「命の大切さを学ぶ授業」というものがあった。その授業を受ける前は心の中で「暑いし面倒だな。命が大切なことくらい、わかってるよ。」なんてことを思っていた。命が大切なことは今までの人生で数え切れないほど言われてきたから、わかっていた。でも正直、私が今生きているのもなんとなくで、自分の命を大切にしようと考えることはなかった。

講師の入江さんは、仲の良かった妹とその家族を約二十年前に他殺で亡くされた。そのときの出来事や思いを真剣にお話してくださった。そのお話は残された遺族の生きづらさがとても伝わってきた。入江さんは「まさか自分が被害者になるなんて、夢にも思いませんでした。」と繰り返しおっしゃっていた。私ももし自分が被害者になったらなんて考えたことがなかった。けれども、いつでも被害者になる可能性はあって、もしかしたら明日、被害者になっているかもしれない。そして、もし自分が死んでしまった場合、遺族さえも生きづらくなってしまうと考えると、自分の命ではあっても、自分だけの命ではないことに気がついた。今まで思っていた命はどれだけ軽いものだったのだろう。自分が授業前に考えていたことがいかに軽薄だったのかがわかった。

入江さんは自身の体験から悲しみと向き合い、前を向いて歩いていくにはどうすれば良いかということもお話ししてくださった。悲しみや怒りの感情は外に出すことをためらう人が多い。でも勇気を持って相談することが大切だとおっしゃっていた。また、相談された人は、話を丁寧に聞くこと、「頑張れ」などのプレッシャーになるような言葉や誰かと比較するような言葉をかけないこと、共感して寄り添ってあげることが大切だそうだ。私は以前、これから先どうしたら良いかわからなくなって、今すぐ叫び出したいくらい追いつめられたことがあった。そんなとき、ある一人の友人にどんなことを言われるか怖かったが、勇気を持って相談した。すると友人は「嫌なことがあったら逃げることも大事だよ。」という言葉をかけてくれた。私のことを否定しないで、寄り添ってくれた。そのおかげで、少しの間、辛いことから逃げ、そしてまた向き合うことができた。一人で抱え込むと潰れてしまう。誰かに話すことで解決はできなくても、支えてもらうことはできるから、誰かに話すことが大切だ。そして、もし誰かが深い悲しみの中にいるときは、入江さんのおっしゃっていたことを思い出して、話を聞いて、私の友人のように優しい言葉をかけて寄り添いたい。

「命の大切さを学ぶ授業」で私の命への考え方が変わった。私の命が周りにも関わっている。そして、どれほど生きたくても生きることができなかった人がいる。私は私自身の命を守らなければならない。また、生きることが辛いと思っている人は自分の手が届く範囲だけでも救えたらいいと思う。話をして寄り添って、共に生きたい。私の周りの命も守りたい。これからは、自分の大切な命があることに感謝し、周りの人の命も守って生きていこう。そう決意した。