

松山北高校の生徒の皆様へ

こんにちは。天童荒太です。

2020年9月、松山北高が創立120周年を迎えるにあたり、記念行事の一環として、直接皆さんの前でお話することになっていました。ところが今回新型コロナウイルスの影響によって、多くの行事と同様、北高の記念行事も来年に延期となりました。

私は来年、あらためて何う予定ですが、三年生は卒業してしまうため、長井校長先生はじめ、藤枝先生、曾我部先生から、三年生に、また一二年生に向けても、メッセージを送ってもらえないだろうかとお話をいただきました。

今回の新型コロナウイルスの問題で、皆さんは、いまこのときにしか体験できなかった多くのことが、中止になり、延期になり、その喪失感は、大人たちが想像するより、はるかに大きいはず。加えて、三年生は、将来に向けて、ずっと不安な日々がつづいていくことでしょう。怒りや不満をどこかにぶつきたくても、人の力ではどうしようもない問題をはらんでいるだけに、歯がゆい思いをされていることと察します。

私の言葉が、どれほどの力になるかはわかりませんが、皆さんに直接語りかけるつもりであったことの一部を、ここにしたためます。

お伝えしたいことは三つあります。

その前提として、私は皆さんに、大げさな言葉を使いますが、できるだけ長く生き延びてほしい、と思っています。生存、という言葉を使ってもいい。これからさらに変化が予想される世界において、できるだけ長く生存してほしいのです。

もしかしたら、私の講演に、夢の叶え方とか、叶えるために今後なすべきこと、といった内容を期待されていた方もいるかもしれません。

けれど、夢を叶えるには、当たり前ですが、まず生きていなければなりません。

そして、夢が叶うという点については、個人の努力以上に「運」というものが、大きな役割を果たすということ、私は短くはない人生経験から学びました。

私は、大学時代に一緒に演劇活動をおこなった親友たちを、三人亡くしています。

一人は、二十代で、テレビのディレクターをしていました。将来私と映画を作る夢を語っていたのですが、過労が原因とされる突然死でした。二人目は、オリンピック中継をはじめテレビによく出ていた局の看板アナウンサーでした。さらに活躍が期待されていたのに、がんで亡くなりました。三人目は、大学教授となり、野球部の部長として教え子を神宮球場の全国大会にも連れて行っていたのですが、やはりがんで亡くなりました。

私は、諦めずに努力し続ければ、きっと夢は叶う、という言葉、若い頃から信じていませんでした。それは、夢が叶った幸運な人が、口にする言葉だったからです。

夢を叶えたくても、諦めざるを得ない環境に置かれた人は、実際には数多くいます。

思わぬ事故や病気や災害に見舞われることがある。家庭環境もあれば、時代の流れもある。いままさにコロナや水害という問題によって、多くの人が夢を諦めざるを得ない環境に置かれています。努力したくても、できない人間は、少なくありません。

私が、作家になることができ、皆さんに言葉を伝えられる立場にいる、ということにおいて、私自身の努力や才能といったものの影響は、私が恵まれた「運」と、人との「出会

い」ほどは大きくありません。ですから私は、皆さんに、よりよい「運」と、素敵な「出会い」に恵まれる可能性を広げるためにも、できるだけ長く生き延びてほしいのです。

まず一つ目です。

人間は、シンプルな細胞によって構成されている生き物だと意識してください。

私たちは、脳が発達し、心というものを持ったので、無意識にも特別な存在のように感じています。けれど、私たちの生命を構成しているものは、ほかの生き物と変わらない、一つ一つの細胞です。

心とは、実は脳の働きです。つまり脳内の細胞一つ一つの働きが重なり合うことで、勉強やスポーツ活動における成果も、音楽や絵などの文化活動における能力も、日々の悩みや不安も、恋のときめきや友情の喜びも、生み出されているのです。

ですから、からだと心を作っている細胞一つ一つを、十分に力を発揮できる状態にすることが、あなたの能力や魅力をアップさせ、望みを叶える道に近づけることになります。

植物は、太陽の光と水を得て、夜は休息して十分に呼吸し、土に含まれる栄養が十分に満たされれば、つやつやとした美しい花を咲かせます。

人間の肉体や脳を構成している細胞も同じです。太陽を浴び、清浄な水とバランスのとれた栄養を摂り、十分な休息を持てば、各細胞が活性化して、生命力は向上し、外見も内面も美しくなり、ここ一番のときに力が伸び、長く健康でもいられる。

私は、小説の取材で多くの医療従事者や、国際的な生物学者の方ともお話しする機会があり、多くのことを学びました。

たとえば、がん細胞というのは、ウイルスのように外部から侵入する異物ではありません。私たちのからだを構成している細胞が、肉体的なストレス、精神的なストレス、あるいは単純に細胞が増える際のミスによって、悪性の細胞に変化してしまうのです。

私たちの体内ではつねに、通常の細胞が、悪性の細胞に変化することが起きているそうです。その悪性の細胞を取り囲んで、消滅させるのが、やはり私たちの体内にある免疫系の細胞です。免疫系の細胞が常時働いていることで、私たちは健康でいられる。そして、この免疫系の細胞の弱点が、精神的なストレスであり、睡眠不足やバランスのよい栄養の不足といった肉体的なストレスなのです。つまり、がん細胞が増えるときの要素が、免疫系の細胞を弱らせるときの要素と同じ、シーソーのような構造になっています。

私たちは、人の笑顔に惹かれます。陽気で、ハツラツとして、前向きな人に自然と心が傾いていく。それは生存を一番の目的とする生き物の本能として、パートナーに、明るく前向きな人、笑顔の素敵なハツラツとした人を、無意識に求めているからでしょう。

勉強での成績や部活での成果、人間関係、疲労感や吹き出物などの健康面で、うまくいってないと感じることがあれば、睡眠は十分か、お菓子や甘味料たっぷりのジュース、ファーストフードなどで空腹を満たしていないか……つまりは自分の細胞を傷つけていないか、しっかり活性化できているか、検証してみてください。また、家族や知り合いに、ため息が多いな、頑張り過ぎだな、と思える人がいたら、しっかり休むように言ってあげてください。検査による病気の早期発見が大事と言われますが、もっと大切なのは、はなから病気にならないこと、自分の体内の免疫細胞を元気にしておくことです。

これはコロナなどの、外部のウイルスに対しても、有効な対処法です。
大人たちが、あなたたちに「人生は長いんだよ」と言うことがあるかもしれませんが。
でも、人生は長いわけではありません。長くするべきものなのです。

二つ目です。

先も述べましたが、私は小説の取材で、複数の医療従事者に話を伺い、医療関係の文献も多く読みました。なかで、強く印象に残ったことがあります。

がんの患者さんには、大別して二つのタイプがあるということです。

Aさんは、礼儀正しい、気遣いの人です。お医者さんにも、看護師さんにも、同室の患者さんにも、丁寧に挨拶をし、ねぎらいの言葉をかけてくれる。看護師が忙しくしているときは、自分の診療の順番を譲ったり、手が空いたときでいいから、と微笑んでくれる。医師の診療には素直に従い、勝手な判断を口にする事もない。なので……医師や看護師の間では、Aさんはとても評判がいい。Aさんみたいな患者さんばかりだったら、もっと充実した医療やケアができるのに、なんて言葉も出るほどです。

一方、Bさん。つねに口うるさく、挨拶より先に、ちょっと胃がもたれる、なんとなく頭が痛い、背中がかゆい、なんてことまで言うてくる。早朝だろうが深夜だろうが、少しでも気になることがあれば、ナースコールを押し、看護師を呼ぶ。医師にも、納得がいかないと、あれこれ注文を出してくる。なので……医師や看護師の間では、Bさんは評判が悪い。あの人には困ったもんだ、Bさんみたいな患者さんばかりだったら、うちはみんな倒れてしまう、なんて言葉も出るほどです。

そして、ここが大事なのですが……この二人のうちで、がんが良くなって、退院していく確率が高いのは、圧倒的にBさんのタイプだそうです。とてもいい患者だと評判のAさんは、残念ですが、ほかの患者さんよりも退院率が低くなりがち、ということです。

どこかが痛いとき、ちょっとおかしいなと違和感を感じる時、辛抱してはだめ、と、この話を紹介してくれた医療関係者たちは口をそろえます。嫌われるかもしれない、などと考える必要はなく、どんどん自分のリクエストを伝えてほしい。むろん医療者だって人間だから、口うるさい人が好きなわけではない。でも彼らにとって最もつらいのは、当の患者さんが病気が悪化して、「本当は痛かった、ずっと違和感を感じていた、でも皆さんが忙しそうだったので言えなかった」と打ち明けられることです。どうして伝えてくれなかったのか……と、その患者さんが亡くなったあとで悔やむことです。

私は、「ルック・アット・ミー」という言葉を、皆さんの心の中に刻んでほしいと思います。「私を見てください、私のことを気にかけてください」ということです。

人は誰もが世界に向けて「私のことを見て、私のことを気にかけて」と求める権利を持っています。同時に、この権利が、この国の人々にはあまりよく意識されていません。

それは日本の文化と関係しています。いまの患者さんの例でもわがらと思います。昔から社会人のお手本とされるのは、Aさんであり、Bさんのような、空気を読まない読めない迷惑な人にならないようにと、様々な形で教えられたり伝えられたりしています。

でも、繰り返しますが、生き延びる確率が高いのは、Bさんなのです。

他人のことを気遣うな、と言いたいわけではありません。優先順位の問題です。あなたが「痛い思い」をしているなら、他人を気遣って辛抱するより、まず「痛い」と訴える人になってほしい。「つらい思い」をしているなら、空気を読んで黙っているのではなく、「私には、それはつらいことです」と、口に出してほしいのです。その権利が、あなたたちにはあるのだ、ということです。

いじめの問題を、頭に浮かべた人がいるでしょう。アメリカでの差別に反対するデモのことを、連想した人もいるかもしれない。皆さんは今後社会に出て行けば、様々なハラメントにあう可能性も増えます。パワハラ、セクハラ、モラハラ、目に見えない差別。

相手の言葉や行動が、あなたに「痛い」「つらい」なら、「痛いからやめて」「つらいからやめて」と、相手に、あるいは周囲に伝える権利が、あなたにはあります。相手が一度で理解しないなら、繰り返し伝えることも、あなたに保障されている権利なのです。

それをワガママとして、押さえ込んできたのが、時代遅れの古い文化です。

医療関係者だけでなく、教員や、職場の上司、行政の方など、人と関わる仕事にたずさわっている人は、一般の家庭人でもあります。仕事が終われば、保育園に子どもを迎えに行かなければいけないかもしれない。難しい年頃の受験生が待っているかもしれない。介護が必要な年老いた親族がいるかもしれない。誰もが事情を抱えているものです。

「痛いです」「つらいです」と訴える患者さんや生徒、社員や市民がいれば、基本的にしっかり対応しようとするでしょう。それがプロとしての誇りであり、人としての義務だからです。けれど患者Aさんのように、周囲が気づいてくれるのをじっと待って、痛いとも苦しいとも訴えないなら、「あの人は平気なんだな、つらくないんだな」と思って、用事が待っている家に急ぐことも、仕方がないことと理解できるでしょう。

あなたが「私を見てください」と訴えることは、対応する相手も救います。ちゃんと伝えてくれていれば、何かできたのに……という後悔から、救うことになるのです。

人々の悲しみや苦しみに対応するためのノウハウを、社会が学ぶ助けにもなります。

あなた自身の、ほかの人が発するSOSを聞き取る能力も、アップするでしょう。

そして、あなた方の「ルック・アット・ミー」という権利を意識してほしいことに、社会参加があります。あなた方の中には、すでに選挙権を得ている人がいるでしょう。三年生はじき全員が、一二年生も、しばらくすれば選挙における投票の権利を得ます。

現在、選挙の平均的な投票率は50%前後でしょうか。計算上、全有権者の26%の得票で、住民100%が納めた税金の使い道を決定でき、住民全員を縛る法律を作れます。

世界中のデータは知りませんが、先進国内ではかなり低い数値ではないでしょうか。

これは教育の問題が関わっていると思います。少なくとも私は、中学高校、大学を通じて、現実社会における選挙や投票について、踏み込んで教えられた記憶はありません。

学級委員や生徒会役員の選出によって、選挙の練習をしていると考える向きもあるかもしれませんが、校内の人気者を選ぶことと、現実社会での投票が異なるのは当然です。けれども、いまも多くの人が、選挙を人気投票のように捉えている気がしてなりません。

だから、テレビで見たことがある人に投票しようとか、見たことがないから入れないとか……どの人も見たことがないので、よくわからない、と棄権する。

現実社会の選挙の投票とは、あなたの暮らしが楽でないときに、また将来が不安なとき

に、政治家に向けて「ルック・アット・ミー」と訴えることのできる最も有効な機会であり、「私たちのことを気にかけてください」と伝える大切な権利の行使です。

政治家とは、あなた方が働いたり買い物をしたりして納めた税金の使い道を、何にするか、どこにするかを、忙しいあなた方に代わって、議会で話し合いをして、決める人たちです。あなたが暮らしていく社会で、何が許され、何が許されないかという法律を、同じくあなた方の代表として、議会で話し合っ、決める人たちです。

たとえば、政治家のもとには、大企業や、大勢の人が加入する団体が、「ルック・アット・ミー、私たちのことを見てください、気にかけてください」と、直接お願いに行きます。つまり、自分たちの企業や団体の利益になるように税金を使ってください、私たちのためになる法律を新たに作ってください、と求めるわけです。

でも多くの市民は、政治家のところへ直接お願いには行きません。だから選挙の投票があるのです。政治家にとっても、直接会えない市民の声を聞き届ける機会が選挙です。

投票後のデータに、政治家はよく気を配るそうです。投票者の願いを知ることは、大切な務めであり、願いを聞き届けていかないと、次の選挙で落選する恐れがあるからです。

先にお話した、患者Aさん、患者Bさんを思い出してください。

政治家の人たちも、Bさんのように願いを訴えてくる人たちの求めには、できるだけ応じようとしています。でもAさんのように黙っている人、つまり棄権をする人のことは、「いまのままで問題ないのかな」と考え、スルーしてしまう可能性があります。

投票した人たちが、六十代や七十代が多く、十代や二十代の多くは棄権していると分かれれば、高齢者や陳情してきた団体に向けた税金の使い方、法律の対応を考えるでしょう。そして若い人のことは、ひとまず考えなくてもよさそうだ、と後回しになりかねません。

あなたが、ある候補者や政党は、自分たちのために税金を使おうとしている、と考えれば、その通りに投票すればよいと思います。その人が当選したとき、データを見て、「若い人の投票もあって当選したんだな、若い人のことをますます考えよう」となっていく。

ある候補者や政党は、自分たちのために税金をさほど使う気がないのかな、若い世代は将来が不安なのに、安定につながる法律を作る考えがないのかな、と感じたら、「ルック・アット・ミー」と訴えるつもりで、その人とは反対意見を持つ候補者や政党に投票することも考えてはどうでしょう。あなたの投票した候補者が落選しても……当選した側の政治家は、データを見て、次の選挙に対する危機感を抱き、今後はもっと若い人のことも気にかけていこう、と考え直してもらおうきっかけになるかもしれません。

あなた方一人一人が、その声を世界に聞き届けてもらう権利を持っているのです。

自分の細胞の活性化を意識しながら、無理して働いてる家族がいたら、しっかり休むように勧め、入院中のおじいちゃんやおばあちゃんがいたら、「つらいときはつらいついて、お医者さんや看護師さんにちゃんと伝えてね」と諭し、選挙の際は自分たちのことを気にかけてもらおう、「ルック・アット・ミー」だよと、友だちと話し合ってみてください。

最後に三つ目を短く。

皆さんが望まれていることは、何ですか。

志望校に受かること。高収入あるいは安定した収入を得られる社会人になること。医療従事者や教育者、お菓子や料理の専門家、プロスポーツ選手、芸術や文化方面で有名人に

なりたい人、結婚して家庭を持ちたいと願っている人もいるでしょう。

究極には、一つにしぼられるかと思います。すなわち、「幸せになりたい」。

世界中の人が願っていることが「幸せになりたい」ということです。そして、「幸せ」とは何かがわからないから、多くの人が迷い、いろいろ試行錯誤をしている。

私は北高の生徒だった当時、映画監督になりたいと思っていました。そのための努力も始めていた。なれるかどうかわからないけれど、なれたら幸せという意識はありました。結果、映画監督にはなれませんでした。一方で、自分で考えた物語が、映画化され、ドラマ化され、スクリーンやテレビに映され、多くの人に見てもらえることはできました。

幸せだね、と言われれば、そうだね、と同意します。

けれど、私が本当に幸せを感じたのは、小説を読んだ人から、「ありがとう」というお便りを複数いただいたときでした。面白い小説への感謝ではなく、小説の内容によって、自分の人生は救われた、命を救われた、という意味での感謝でした。

私は、これを書きたい、と欲求し、書かないといけない真実がある、と思い込んで、自分の心に誠実であるよう、一生懸命に書き上げましたが……読者が「ありがとう」と感謝してくださるとは、夢にも思っていませんでした。

皆さんが、いつか、自分の仕事を一生懸命果たした後に、誰かから「ありがとう」と心から言ってもらえる日が来ることを、強く願っています。

そのとき、皆さんは、幸せというものの意味の一つを、確かに感じ取るはずです。

そして、いま私はいろいろな経験を積んだことで、理解できた幸せがあります。

実は中学生、高校生のときに、すでに幸せを見つけていたことに、気がつきました。

私は、松山に帰省したおり、小中高の同級生を中心とした友人と集まり、お酒を飲みながら、どうでもいい話をします。心の通う友人と、大したことの無い話題で笑い合う……そこに人と共に生き、人と共に歩いてゆく幸せというものが隠れています。

仲間たちと一緒に、ばかなことをしたり、話したりして、笑い合う……皆さんも、そんな時間を持ち、楽しい、と思った経験があるでしょう。そこに幸せは隠れています。

友だちとくっついて、笑ったり、歌ったり、恋の話をしたり、将来の話をしたりして、笑い合うこと、悩みを分かち合うこと。それは、この先それほど多く訪れる機会ではありません。どうかいまいる友だちとの日々を……ばかな話、恋の話、どーでもいいような話で、埋め尽くしてください。人と共に生きている時間に、たっぷりひたってください。

親や先生に、何を無駄なことをしてるの、と叱られても、聞き流して、信じられる友との時間を、幸せの時間として、大事にし続けてください。

だって、親や先生たちも、その昔、たとわりとその幸せな時間を経験しているんです。たとわり経験した人たちだから、人のことを好きになるんです。人を信用し、人から信用される人になって……結婚して家庭を持ったり、子どもたちを相手にする仕事を選んだりしているのです。

みなさんが、長く生き延びていかれることを……幸せの意味を知るときが訪れることを……いまある幸せな時間を大切にされることを……心から願っています。

いつか、どこかで。

天童荒太