

講演会＆ライブな日々④

古川 秀明

『般若心経とオープンダイローグ 4』

「死ぬのが怖い」「死んだらどうなる?」「宇宙の果てには何がある?」「何で僕はここにいて、この先どうなる?」

こんなことを寝る時に考え出すので、不安の恐怖で全く眠れませんでした。

息が苦しくなり、胸がドキドキして、冷や汗が出てくる。

恐怖のあまり両親を起こすと、ひどく機嫌が悪くなる。

ひとりで眠れない夜と戦わなくてはならない。

大人の不眠症は辛い、しかし子どもの不眠症はもっと辛いです。

生まれてまだ十年くらいしか生きていないので、世の中を上手く把握できません。

夜中に起きているのは世界中で自分だけだという妄想に憑りつかれます。

窓の外の月を見ていると、なんだか鬼か悪魔の顔に見えてきます。

今にもマグマ大使に出てくるゴアにたいな怖い悪者が出てきそうに思います。

あまりの恐怖に父の腕に咬みつくと、父は「いた～、なにすんねん！」と飛び起きました。

その声に他の家族もびっくりして起きだし、茶の間に集合しました。

みんな私が死ぬのを怖がって眠れないのを知っていましたが、夜中に起こされることに少なからず怒りを覚えていました。

私の歯形のついた右腕をさすりながら、父は明日から私を兄や姉のいる部屋で寝かせようと提案しました。

睡眠不足になると仕事に支障が出るので、そうするしかないと言う意見にまとまりかけました。

しかしその提案に姉と兄が反対しました。

自分たちも学校があるから、夜中起こされるのはしんどい…。

例え、姉と兄が賛成しても私に行く気はありませんでした。

もし悪者が来たら、兄と姉ではいささか頼りないので。

困り果てた時に姉がある提案をしました。

「これはきっと夜泣きに違いない。夜泣きにはひやきおーがんを飲ませれば良いのではないか？」

翌日、母はさっそくひやきおーがんを買ってきました。

そして、「赤ちゃんに飲ませる薬だろうけど、もう大きくなったので、たくさん飲ませよう」

という薬事法違反極まりない姉の意見に従いました。

用法用量は正しく守りましょうという発想はなく、たくさん飲ませればたくさん効果があると思ったのでしょうか。

その結果、私はぐっすり眠れるようになりました…なんてことにはなりませんでした。

私の体にはなんの異変もなく、死ぬのが怖いという考えに変化はありませんでした。

そんなある日、困り果てた両親の前に強力な助っ人が現れます。

(次号に続きます)

シンガーソングカウンセラー

ふるかわひであき