

ここからは、自分の価値観で生きる方々の多様な人生を紹介します。
彼らは何をきっかけに自分を知り、自分らしい人生を送りながらどのように社会とつながっているのでしょうか。



小田 ビニシウスさん

自分を受け入れることで広がる人生。

国籍はブラジルですが、日本で生まれ育ったので、日本人だという感覚ですと生きてきました。しかし、日本ではブラジル人と扱われ、ブラジルに行くとも外国人になったような不思議な感じが何者かわからず、寂しくなる時もありました。幼少期から、家の外では他人との違いを意識せざるを得なかったんです。特に思春期を迎えたころは、周りから外見の違いについてひどく言われることもあり、否定的な声ばかりが大きく聞こえてしまっていました。

社会人になってから、友人の紹介で「港まちの社交場NUCO」に出会いました。建物の見た目はカフェですが、珈琲はあくまで出会いの手段。そこで自分は「人と会話することが好きなんだ！」と気づいたんです。いつしかその好きが強みとなり、今ではスタッフとして、お客さん同士をつなげる役割も担っています。NUCOの運営に携わる傍ら、「港まちづくり協議会」で地域の人々とまちづくりの活動にも参加しています。今の私があるのは、とことん自分と向き合ったから。自身の「ルーツ」「経験」「得意や苦手」、そして「やりたいこと」よりも「できること」をひたすら紙に書きだしました。「珈琲は好きじゃないけれど煎られる!」「話すの好きだし、外国にルーツをもつ人の気持ちも理解できる」一。将来は、外国にルーツをもつ人々が多く住み、私も幼少期に暮らしていた保見団地で、悩みなどをシェアできる居場所スペースを作りたいです。そして、彼らが生きやすい地域づくりの一助になりたいと思っています。

「自分をなるべく好きでいること」、そして「人に依存しないこと」を大切に生きています。「失敗した、迷惑かけた自分も愛おしい。人間なんだから」って思うように。誰かに認めてもらいたいと思うこともやめました。憧れ、尊敬する相手に自分を認めてもらおうとすると、その人の言葉一つひとつに揺れ動き、依存してしまいます。人はそれぞれ皆違うし、自分の軸を見つけないといけないと思ったんです。当時は、自分を否定する人たちが日本社会に認められたい一心だったからかもしれません。

自分がつながれたお客さんや地域の人々が、また新たな人々に出会い、関係性を築いていく。そんな持続的なつながりが広がっていくことに喜びを感じています。



リカさん

自分に素直に。無理せず生きる。

一回逃げてみよう。日本での働き方に違和感をもった私は、無理して日本で働き続けることをやめ、北欧デンマークへ留学。そこでは、「疲れた」や「昨日こんな嫌なことがあった」など、周囲の学生らがネガティブな感情を素直に表現するのに驚き、こんなふうには自己表現してもいいんだと、無理しないことが心の健康につながることに気づかされました。日本で会社勤めしていたころは、「こんなことで疲れたなんて言うのはダメ」、「嫌なことがあっても頑張る」といった考え方で毎日を生きていたので。

また、現地の学校で、女性同士がカップルとして自然に付き合いはじめ、周囲も普通に受け止めていたことも自分の中で契機になりました。そうやって自分の気持ちに素直になって人を好きになってもいいんだ、と思えるようになりました。その後、現地で出会ったデンマーク人女性と結婚し、今はスウェーデンで共に暮らしています。私たちにとって幸せは「一緒にいること」。だから「結婚」は目的ではなく、「手段」でした。時々、LGBTや難民、人種差別に関するデモに参加します。「誰かや何かのために!」とそれを生きがいにはあえてしないようにしています。すぐに社会は変えられないので、絶対に社会を変える!という想いで活動すると辛くなるから。自分がしたいからそうする、そのスタンスを大切にしています。

自分らしく生きるために、「いろいろな経験をする」を大切にしています。好き嫌いや向き不向きがわかり、自身の素直な気持ちに沿って生き方を選択できるから。

スウェーデンでマイノリティとして暮らすようになって、大変なことも多いけれど、周りに似た境遇の人が全然いないからこそ、比べる(比べられる)ことも少なく、自分らしく楽に生きられている気がします。

デンマークで出会った同性カップルの存在。その「誰かのありのままの生き方」が自分に大きな影響を与えたのかもしれない。そして、今の自分の生き方がまた誰かのプラスになれば嬉しいです。私が実際にそうであったみたいです。



中西 祐美子さん

好きなことが、自分そして他者の“喜び”に。

新たな自分を発見できる場所、それが「アトリエ・フルート」*。「創作すること」や「人と話すこと」が好きな自分に気づいたんです。前職はひたすら単純作業の繰り返しで、何かを創ることや人と会話する環境ではなかったんです。

私は特に絵を描くことが大好き。キャンパスだけでなくTシャツや靴にも描きます。私が描く絵は、昔イグアナを飼って好きになったからか、ほとんどが爬虫類をイメージさせるもの。自分の想像の世界でイメージを膨らませ、色をつけて賑やかに彩ります。

アトリエと一緒に働く仲間たちとの共同作業もあって、ここでの勤め自体が「自分のため」。「好き」に触れられる時間をとても幸せに感じます。自分の作品が市内の有名カフェの店内に飾られ、訪れる多くのお客さんに喜んでもらえる時はすごく嬉しかった!気づいたら、好きなことの延長線上に今の私がありました。

*アトリエ・フルート

認定NPO法人ポパイ(名古屋市北区)が運営する生活介護事務所のひとつ。障がい者によるアート活動を支援している。同法人は、住み慣れた環境で主体的に生活し、社会参加できるよう、障がい者の自己実現のため、さまざまな事業を展開している。



無目的に生きてみる。

「頑張って勉強して、良い企業に就職したら幸せになれる。」という大人たちの言葉に幼いころから疑問をもっていました。幸せを掴む方法はもっと別にあるのではないかと。

大学卒業後に就職した会社を3年で辞め、2年かけて世界一周の旅に出ました。なんとなくやってみたかったのと、さまざまな国や地域の人の考え方や、自分の心が弱っているときの薬のようで、そのコレクションもしたくなったんです。

そして40歳の1年間は、仕事をせず、思いっきり子どもに振り回されてみる生活を送りました。すると、「自分」から「子ども」が主語の人生に変わり、子どもを通して新しい視点生まれ、ここ最近では自分自身が最も成長できた年となりました。

今は、南太平洋のフィジーに暮らしています。“世界一幸せ”と称される国です。これまでの経験から、幸せは貯金できないけれど、その捉え方次第では簡単につくり出せるとわかったんです。僕にとっての幸せは「感謝」。感謝の反対は「当たり前」。例えば、毎日妻が作ってくれる料理を当たり前と思うのか、ありがたいと感謝するのか。そうした「当たり前」を失くしていけば、自然に「感謝」が増えてハッピーな気持ちになれる。

今思うと、「余白の時間」を得たことで自分と向き合うことができ、そのおかげで今の人生があるようにも思います。日本では、確保できた時間を自分に得を生み出すもの(有意義なもの)のために割いてしまう。損得勘定ではない「無意味(無目的)な世界」でこそ、自分の心の声に耳を傾けられると思うんです。また、日本社会には同調圧力だけでなく、「成長圧力」の文化もあるように感じます。「成長」という名のもと、それを良いこととし、「自分の人生の大切な時間を売り渡し、それと換金」してしまおう。成長することは決して「悪」ではありませんが、いっそ「成長しなくてもいいや」と思えた時に、たくさんの時間が生まれ、逆説的だけれど、それが自分の成長をすこく促しました。

情報社会が発展すればするほど、「こっちの方が得だね。コスパいいよね」といった情報が共有されがちで、誰もが同じような価値観や人生となり、自分らしさが失われていきます。有意義な時間、何か得をしようとする時間を過ごすのではなく、「無目的」に生きてみるのもいいかも。「損得」ではない、自分の「好き嫌い」を得られる時間と幸せってすごく関係があるのではないかな。

自分自身が幸せでないと、誰かに拡散できません。自分が幸せに生きる姿が、子どもたちの将来の彼ららしい人生につながると思います。



持続可能な社会はもちろんのこと、自分を大切に、「自分らしい人生」を歩むこと、そして持続可能な自身のあり方を考えてみてはいかがでしょうか。それが間接的でも「誰かや何かのため」につながっていくのかもしれない。