卓話：古市佳央様（オープンハートの会会長）
ワンファミリー（～みんなひとつの家族～）

23歳で社会に出ます。この社会に出てから僕の人生の戦いが始まる訳です。世の中が差別と偏見に満ちていました。表に出ればジロジロ見られる、小学生から指を指され「あのお兄ちゃん変だよね」って笑ったり。僕は埼玉県に住んでいまして東京には電車で行きますが、電車に乗るとジロジロ見られ、この視線に耐えながら毎日毎日生きていて、こんな生活無理かもしれないと思う事もありました。でもそんな時に優しい人が現れるのです。その笑顔を向けてくれる人が現れてきます。この世の中がこんな優しい人だらけだったら夢と希望が持てて自殺者も減るだろう。障害を持って自殺する人もいる。障害の子供を守れず子供を殺して母親も死ぬ。そんな事件もあります。世の中にこんな悲しい事件が起っている。これは世の中が冷たいからだと思います。この世の中暖かい世の中にしたいという思いがふつふつと芽生えてきました。そして今から19年前ある出会いをし講演活動のきっかけを頂きました。その出会いとはメイクの先生の、かずきれいこさんです。僕はかずきさんに思いのたけを話しました。かずきさんはこう言いました「古市君、講演しなさい。貴方の歌詞を沢山の人に聞いてもらいなさい」という事を勧められました。僕は即答で断りました。「いやいや無理ですよ」と「僕は人前に出る事が一番怖い事なので、人に見られる事を苦痛に生きて来たのです。だから人前に立つ事は出来ません」そう言いました、かずきさんは「古市君、さらけ出す勇気を持ちなさい。貴方は沢山の人に勇気を与えるわよ」そう言って背中を押してくれたので「わかりました」と講演をする事になりました。実は最初はいやいや立ってお話をしましが、自分の人生をさらけ出していったら、そのうち沢山の方が感想をくれました。「古市さんありがとう」「古市さん私の涙はちっぽけだった」ありがとう、ありがとう、ありがとう、とありがとうの言葉を貰い始めて行きます。そして「古市さんそのままで大丈夫だよ」と抱きしめてくれる人も現れる。大嫌いな僕の手を両手を掴んで握手してくれる人が現れて、そうやって人のやさしさに触れていきます。そして1年後本を出します。そうすると読者の方から手紙を頂きました。その内容は自分の辛い人生を綴ってくるもの、辛い経験をして来た人が古市さんの本を読んで生きる勇気をもらいました。死ぬのをやめました。何故か死ぬことをやめる人が沢山現れました。僕がこうやって話をする事、表に出る事で何か意味があるのかもしれないと講演を続けて行きました。ある小学校に行った時、子供達に「古市さんタイムマシーンがあったら事故の前に戻りたいですか？」と質問されました。僕にとっては一番簡単な答えのはずなんです。あれだけ事故を後悔して、毎年毎年事故の日になると心が苦しくて、あの日あそこを通らなければと人を恨んでずーと生きていた。でも、このたった一言「戻りたい」という言葉が出てこなかった。何故か？これまで講演をしてきた2年間を振り返りました。僕は沢山の優しい人に認めてもらった。笑顔を貰った。抱きしめてもらったその顔が沢山出てきました。そして子供達にこう答えました。「僕は今自分の事が大好きです。今本当に幸せです。だからタイムマシーンがあっても戻りません」そう答えている自分がいた。僕の人生が大逆転した瞬間でした。それから毎年4月2日は第2のバースデーとして事故の記念日として毎年お祝いをしています。ありのままを受け入れて貰って認めてもらった経験が今の僕です。是非、身近の人、家族、社員を認めてあげてもらえないでしょうか。認められる事で人は幸せになっていきます。そして認められないと自分の事を好きになれないです。今この世の中に自分の事が嫌いな人がとっても多いです。それは、いじめであったり、パワハラ、モラハラを受けたりと否定されてきた経験から自分が嫌いになり、自殺、うつ、精神的な病になっていく。この状況って直らないのだろうか？簡単に出来る方法があります。それは笑顔です。微笑みかけるという事。それは相手を承認しています。認めていますというひとつの証拠となり、そこに挨拶が加わると最強になります。そして笑顔の力ってどの位なのか。実はある自殺願望者の話を聞いた事があります。「私はね古市さん、死のうと思って、今日で死ぬと決めて死に場所も決めて、そこに向かって行った。そこに到着する前にコンビニがあった。そこで人生最後の買い物をしようと寄ったんです。そしたらそこの店員さんが女子高生らしき女の子が、とっても優しい笑顔で接客をしてくれた（又、いらっしゃってください。ありがとうございます）とニコッと笑ってくれた。そしたらね心が暖かくなって、その日Uターンして帰ったんだ」死ぬことをやめて帰ったんです。僕はこの話を聞いてすごく感動しました。微笑みかえるという事はそれだけの力があって実にシンプルで簡単な事なんです。障害を持っている人、道行く人に普通に笑顔を向けて挨拶が出来るようになればこの世の中は確実に変わります。小学校、中学校に行って子供達にお話をする事は、「君達は体は小さいけれど子供ではないんだよ。この社会を作っている一員なんだよ。なぜなら君達の態度や言葉や視線が人の命を奪ってしまう事があるんだって。いじめもそうだ。本当に辛い経験なんです。その経験が積み重なったら、もうこの世の中で生きていけないって、死んじゃおうと思う人が世の中にいる。それで命を絶ったとしたら殺人なんですよ。目の前で刺してはいないけど、君達はもしかしたら人を殺してしまうかもしれない。人殺しになりたい人手を上げて！」・・手を上げる人はいないです。「みんな人を救いたい、人を助けたいというのを本質的に持っているんだよ。僕達は人を幸せにする力を持っているんだよ」子供達は直ぐに理解してくれて「明日から微笑みかけて笑顔で挨拶しようと思います」と子供達は言ってくれました。このシンプルで大切な事をやることに意義があると思っています。そして一番身近な所で笑顔になって頂いたら少し変わって行くんじゃないかなっとそんな風に感じています。僕は歌を歌わせて頂いております。このタイムマシーンという歌を作りまして、歌う講演家として活動しておりますので、一曲歌わせて頂きたいと思います。

タイムマシーン
～あの日に戻れるとしても～

古市佳央
FURUICHI YOSHIO

地獄の日々にいた僕は
タイムマシーンで
過去に戻りたいと

人生が
一度だけ
リセットできるなら

一生貧乏でも
いいと思った

あの時の僕が
問いかけている

未来の僕は
笑っているのかい？

過去へ戻りたいと
思ううちは
変われないそんなこと
わかっていたんだ

だけど扉が開いた
戻るための
ボタンを押せば
全て無しに
タイムスリップ
できるけれど

タイムマシーン
あの日に戻れるとしても
僕は戻ることを
選ばないだろうな

あなたと出会えた思い出
捨てるならば
タイムマシーンを
壊すだろう

タイムマシーン
あの日に戻れたとしても
僕は君に声を
かけないだろうな

泣いた日も
傷ついた日も
それすらも君が優しくなるため

君は大丈夫
そのまま進め

さあ目をつぶって
数えてごらん

君に優しさを
くれた人の数

あの時の僕が
問いかけている
将来幸せに
なっているのかい

そして扉が開いた
戻るための
ボタンを押せば
タイムスリップ
できるけれど

タイムマシーン
あの日に戻れるとしても
僕は君に
声をかけないだろう

泣いた日も
傷ついた日も
それすらも
君が優しくなるために

タイムマシーン
あの日に戻れるとしても
僕は戻ることを
選ばないだろうな

あなたと出会えた
思い出捨てるならば
タイムマシーンを
壊すだろう

タイムマシーン
あの日に戻れるとしても
僕は君に
声をかけないだろう

泣いた日も
傷ついた日も
それすらも
君が優しくなるために

君は大丈夫
そのまま進め

12/2
（土）