

もし、その橋にこころ当たりのない人は、それはそれで幸せなことだと思うので、右から左に流してほしい。でも、その橋を見たことのある人は、ちょっと立ち止まってほしい。

その橋は、どういうわけか春になると、ついついわたりたくなる。

橋の向こう側につくと、自分の欠点、弱点、汚点だけが拡大されて、反省だけすればいいものを、後悔、自責をシャベルにして、どんどん過去をさかのぼる。そこで熱心に、掘って、掘って、掘りまくり、すべての辻褄を自分で勝手に合わせるまで掘る。

頭の中が、その作業だけに忙しくまわるようになる。あまりにも熱心にまわるので、そのうち、活字が読めなくなる、音楽はじゃまになる、人と会話ができなくなる。ご飯もおいしくないし、朝起きる元気もなくなる。世の中で、自分が一番無能で不幸な人間に思えてくる。橋の向こう側では、思うだけではなく、その裏付けもきちんと構築できる。だから、動くとその裏付けがこわれるみたいで、ますますこちら側にもどれなくなる。

今向こう側にいる人、今まさにわたろうとしている人、橋の往復に忙しい人、どうか、〇〇病、〇〇症候群という病名にしがみつかないでほしい。なぜなら、病名が医学会で認知されるずっと前から、その橋はすでにそこにあった。

その橋が見えたら、わたるべからず。あなただけではない。橋をわたったことのある人は、こんなにもたくさんいる。そして、こちら側にもどれた人も、こんなにもたくさんいる。

だから、もう一度言おう。その橋、危険につき、わたるべからず。わたった人は、一日も早くもどるべし。スイッチさえ見つければ、かならずもどれる。ぜったいにもどれるから、信じてほしい。