

# 意味とは何か

その光と影をめぐって  
意味をほどく



# 「意味とは何か」

その光と影をめぐって、意味をほどく  
“世界と、言葉と、私のあいだで”

# 問いの始まり

私たちは、日々あらゆるものに意味を与えながら生きています。  
天気、出会い、仕事の失敗や成功、あるいは人生そのものにさえ。

でもふと立ち止まってみると

「この意味って、本当に“ある”のか？」

「私を与えてるだけじゃないのか？」

そんな疑問が浮かぶ瞬間があります。

この「意味」や「意味づけ」という営みを、  
5回シリーズの”詩的エッセイ風”に、お届けしてみたいと思います。

## 【意味をほどく 01】

意味の衣をまとわずに、世界と出会う

なぜ、あのとき涙がこぼれたのか。

なぜ、あの人の言葉が、自分を傷つけたのか。

同じ景色を見ても、

同じ言葉を聞いても、

人はそれぞれ違う現実を生きている。

違う、というより、

意味を通して“世界を見ている”と言った方が近いかもしれない。

「こういう意味だったんだ」

「きっと、これには理由がある」

「だから私は、大丈夫」

そんなふうに、意味は私たちを支えてくれる。

意味が与えられた瞬間、

苦しみはストーリーに変わり、

迷いは「学び」へと姿を変える。

私たちは、意味の衣をまとうことで、  
世界の冷たさから、身を守っているのだろう。

けれど。  
ときどき、意味のない世界に立ちすくむことがある。

努力が報われなかったとき。  
死や別れが、唐突に訪れたとき。  
理由を探しても、なにも見つからないとき。

そのとき私たちは、  
「意味なんてなかったのかもしれない」という、  
深い虚無と向き合うことになる。

だが、ほんとうは、  
意味がなければ生きられない、というのもまた、  
あるひとつの“信じ込み”にすぎないのかもしれない。

意味なんてなくても、  
空はただ青く、  
風はただ吹き、  
あなたは、ここにいる。

花は、意味があるから咲くのではなく、  
咲いてしまったから、  
私たちはそこに意味を読みとる。

世界は、意味の前にすでに在る。

意味の衣を脱いでみると、  
その下にある、まだ言葉にならない感覚が立ち上がってくる。

痛みや喜び、ざわめきや静けさ。  
どれも、意味の名前をつけられる前の、生のままの手触り。

それは不安でもあるけれど、  
とても静かで、  
とても正直な場所でもある。

だから私は今、  
意味を焦って探すのではなく、  
少し立ち止まって、  
意味がやってくる前のまなざしで世界を見たいと思う。

たとえそれが、うまく言葉にならなくても。

そこには、  
意味のないことが、こんなにも美しいのだと  
ふいに思えるような光景が、  
待っているかもしれない。

## 【意味をほどく 02】

意味は、誰のものか

この「意味」は、  
ほんとうに私のものだろうか。

あの言葉に、なぜか傷ついた。  
あの沈黙に、どうしようもなく不安になった。  
あの出来事に、必要以上に重たい意味を与えていた自分に気づく。

でも、その意味は、  
いったいどこから来たのだろうか。

「～すべき」  
「こうあるのが普通」  
「あなたのためを思って」  
「誰かに迷惑をかけてはいけない」

そんな言葉の奥には、  
無数の「他者のまなざし」が折り重なっている。

親、先生、社会、文化、過去の恋人、憧れていた誰か。  
いつのまにか、私たちはそれらのまなざしを借りて  
世界を見つめている。

知らないうちに、  
“他者の言葉”で、自分を語ってしまう。

たとえば、  
「わたしは価値がない」と思ってしまうとき、  
それは誰の声だったのか。

自分でそう感じているつもりでも、  
その「感じ方」すら、  
何かの影響を受けているのかもしれない。

だからこそ、問い直してみたい。  
その意味は、ほんとうに、自分が選んだものなのか？

意味は、ただ「ある」ものではない。  
意味は、つくるもの。  
そしてときに、**引き受けさせられるもの**でもある。

だから私たちは、  
自分の中にある「意味」を、もう一度ゆっくり見つめなおしていい。

それがほんとうに今の私を生かしているのか。  
それとも、もう役目を終えた意味なのか。  
あるいは、最初から“私のもの”ではなかったのか。

そう問い直したとき、  
意味のなかに封じ込められていた「ほんとうの声」が  
静かに、息をしはじめることがある。

自分の言葉で語られた意味は、  
いつか、自分の現実を育てていく。

他人のまなざしをとおしてではなく、  
自分の輪郭を、もう一度選びなおすために。

意味は、選べる。  
意味は、ほどける。

そして意味は、  
自分の手で、織りなおせるものでもある。

## 【意味をほどく 03】

### 意味を求める手 - 占いと物語のこと

「なぜこんなことが起きたんだろう」

「これには、何か意味があるのかもしれない」

そんなふうに、  
説明のつかない出来事の前で、  
人はしずかに“物語”を必要とする。

未来が見えないとき。  
選択を迷うとき。  
誰かとの関係に、心が揺れるとき。  
私たちは、占いのことばに耳を傾ける。

それは、「正解」がほしいわけじゃない。  
ほんとうは、「安心」がほしいのだ。

自分の中にうまく言葉にならない揺らぎを  
誰かの語りによって、仮にでも“意味あるもの”として整えてもらう。  
そうすることで、自分の時間に「納得」を与える。

占いとは、未来を見せてくれる鏡ではなく、  
不確かさに物語を与える**意味の翻訳機**のようなものだ。

そこには、救いもある。

心が折れそうな夜、  
「きっと意味があるはず」と誰かに言ってもらえたことで  
耐えられた痛みがあった人もいるだろう。

意味は、時に命を支える。  
それは事実だ。

でも同時に、  
与えられた意味に、すぎりすぎてしまうこともある。

「占いでこう出たから」  
「〇〇さんにそう言われたから」

その言葉の下に、自分の感覚や選択が  
うすく、うすく、消えていくとしたら。

意味は、わたしたちを守ると同時に、  
わたしたちを困う檻にもなりうる。

だから、占いを信じる・信じない、ではなく、  
それがどのように“働いているか”を見つめる視点が、  
いちばん大切なのもかもしれない。

この言葉は、  
わたしを縛っているのか、  
それとも、わたしをひらいているのか。

“意味を求める手”が、  
いま何を求めているのかに、耳をすませてみる。

それが、意味に囚われずに意味と共に生きる、  
第一歩なのではないだろうか。

## 【意味をほどく 04】

### 意味の底にある、沈黙の場所

ときどき、  
どんな言葉も届かない場所がある。

慰めの言葉も、  
分析や理解のことばも、  
するするとすり抜けていくような、  
深い沈黙の中に、ただ佇むしかないような時間。

そこでは、もう意味は追いつかない。

「なぜこうなったのか」と問うことさえ、  
場違いに思えてしまうような、静けさ。

禅の言葉にあるように、  
「言葉にならないもの」をこそ、  
ただ坐して見つめること。

その沈黙のなかに、  
言葉以前の真実が、かすかに呼吸している。

意味がほどけたその先には、  
空虚ではなく、**気配**がある。

まだ意味づけられていない感情、  
名前のない感覚、  
曖昧で頼りないのに、なぜか確かにそこに在るもの。

詩もまた、  
この「意味未満の場所」を生きる表現だと思う。

明確な主張でも、正解でもなく、  
ただそのままのゆらぎを言葉の影にそっと差し出すこと。

そして、読む人の心の中で立ち上がる“余白”にこそ、  
詩のほんとうの呼吸があるのかもしれない。

意味とは、  
理解ではなく、  
たぶん「出会い」なのだ。

言葉で完全に掴みとることのできないものに  
向き合い続けるとき、  
わたしたちは不安になる。

でもその不安のなかに、  
なにかが育っていく。

沈黙に耐えられないのではなく、  
沈黙に耐える時間を、  
私たちはあまりにも失ってしまっただけかもしれない。

意味を超えて、  
ことばがほどけ、輪郭がにじんでいくとき、  
ようやく届く声もある。

それは、音にならない声。  
けれど確かに、あなたの奥のほうで応えてくる、静かな声。

意味を求めることをやめた瞬間、  
世界は、別のしかたで語りかけてくるのかもしれない。

言葉にならないものと共にある。

それだけで、  
もう充分、なのだと思う。

## 【意味をほどく 05】

それでも、意味は立ち上がる

どれだけ「意味にとらわれたくない」と思っても、  
どれだけ「意味なんていらぬ」と突き放しても、  
それでも、意味は立ち上がってくる。

風が吹いた。  
鳥が鳴いた。  
ふと見上げた空に、泣きそうになる。

そんなとき、  
誰かが言葉を添えなくても、  
胸の奥で何かはゆっくりと形になっていく。

それは、どこから来たのだろうか。  
誰のための意味なのだろうか。

与えようとしたのではなく、  
考えたわけでもなく、  
ただ、自分の中から静かに湧いてきた。

たぶん、意味とは・・・

探すものではなく、  
「やってくる」ものなのかもしれない。

無理に手繰り寄せなくても、  
説明しなくても、  
なにかが深く動いたとき、  
そこには自然と「意味のようなもの」が立ち上がる。

それは、はっきりした言葉にならないこともあるし、  
詩のような、夢のような、  
ゆらぎのままに留まることもある。

けれど、それでも確かに、  
私たちはその“意味の気配”とともに、生きている。

意味を手放すことで、  
意味が自然に生まれてくる。

その意味は、  
もう以前の意味であって、  
以前の意味とは違うもの。

その逆説を、  
私たちはどこかで知っている。

意味を否定するのでもなく、  
意味に縛られるのでもなく、

ただ、  
意味とともに生きていくために、  
少しだけ距離を取りながら、  
そっとその訪れを待つような、  
そんな時間のなかにいたいと思う。

そしていつか、  
ふと立ち上がったその意味が、  
ほんとうに自分の手で編み直されたものならば、

それは、過去のわたしとも、他人の声とも違う、  
「いまここにいる自分」を生きるための、  
ことばになるはずだから。

意味をほどいたあとに  
あらわれてくる、  
やさしく自由なまなざしのよう。

# あとがき

私たちは、なぜ「意味」を求めるのか？

占いや解釈、誰かの評価。

一見すると、それは自分の外側にある“答え”を見にいく行為です。

なぜなら、これらは共通して、

「自分以外の何か・誰かが示す答え」や「意味づけ」に関わるものだからです。

でも、その根底にあるのは、

「わたしの人生は、何か意味があるのだろうか？」

「この出来事には、どんな意味があるのだろうか？」

という、“意味への渴望”です。

たとえば、

つらい出来事が起こったとき、

人はその「理由」を探そうとします。

「これは、何かの試練かもしれない」

「きっと意味があるのだ」

「前世のカルマかもしれない」

そうやって“意味づけ”することで、  
「ただの苦しみ」を、何かしらの「物語」に変えることができる。

それによって、痛みを「耐えるに値するもの」として、  
心が受け入れやすくなるのです。

占いや誰かの評価を求めるとき、  
私たちは「意味づけの軸」を自分の外に求めています。

「この結果が意味することは何か」  
「この人が言うなら、間違いないはず」

それは、自分自身の不安定さを、  
“意味”という枠組みで支えようとする行為でもあります。

けれど、そこに依存しすぎると、  
いつのまにか「意味がないと生きられない」状態になってしまう。

意味があるから頑張れる。  
意味があるから耐えられる。

裏を返せば、意味が見いだせなければ、  
生きることさえ不安になってしまう、ということです。

だからこそ、問い直してみる価値があるのです。

「意味がなくても、わたしは、ここにいる」

そんな在り方にこそ、  
ほんとうの自由があるのかもしれない。