

なぜ人は時を戻すのか

福岡高等学校 3年 中屋敷夏花

失敗や後悔に直面したとき、「時を戻せたら」「過去を変えられたら」と考えたことのある人は多いだろう。しかし、過ぎたことをやり直すという都合のいい話など現実には存在しない。それでは、なぜ過去を変えることができないと知っていてなお、人は「時を戻すことが、できれば」と思いを巡らせるのだろうか。

私は、「もしも時を戻すことができたなら」という現実逃避は、自身が抱えている精神的な負担を軽減し、いち早く立ち直ろうとする働きがあると考えている。人は過去の行動を何度も振り返り、「あのとき別の行動をしていれば」と考えることがある。これは、起きた出来事を受け入れられないために生じる空虚な妄想に思われるかもしれない。しかし、実際に過去を変えることはできないにしろ、現実とは異なる結果を想像することによって、後悔や憂鬱感を和らげることができる。そして精神が安定すると、失敗を経験として建設的に捉えることができる。つまり、「時を戻したい」と願う現象は、本当に過去を変えようとするためのものではなく、自身の心を苦しませる現実と一時的に距離を置きつつ、これからの自分をよりよくするために生じるものであると考える。

「失敗は成功のもと」とはよく言われる。もちろん失敗は、次の行動に生かすために大切な経験である。しかし、失敗に直面して強い後悔に打ちひしがれている最中では、そのような言葉は単なる綺麗事でしかないと感じる人も一定数いるだろう。なぜなら、そのときに変えたいものは「今この瞬間起こってしまった事実」であるからだ。そのため、自責の念に苛まれて悲観的になっている状態では先のことを考える精神的な余裕はないと思われる。私も、自身が犯した失敗によって意気消沈している中で、「この失敗を次に生かそう」と直ちに気持ちを切り替える事はなかなか難しい。そのような状況下において、「時を戻してやり直す」という思考は、一時的に精神を休ませる安定剤になるのではないだろうか。

どれほど願っても過去を変えることはできない。しかし、「時を戻せたら」と考えることは、沈んだ気分から立ち直り、意識を切り替える契機となる。そのため、たとえ非現実的な妄想であったとしても決して無意味ではないだろう。失敗を次に生かすためには、まずは意識を切り替える必要がある。自身の行動を振り返り、過去の自分と折り合いをつけることで、新たな一步を踏み出すことができるのではないだろうか。過去を変えることはできなくとも、その過去をどのように受け止め、これからの行動にどう生かすかは自分自身で選択できる。「時を戻したい」と願うことは、単に現実から目を背けるだけではなく、もう一度前を向くための過程の一つであると考えている。