



心が元気だったら、だいじょうぶ

井堀 恵

ある日の私。

髪の毛をブラシでといていたら、おやっ？急に抜けた。ポトンと落ちた。そう、抜けたのは髪の毛ではなく、手の力。床に落ちたブラシをじいーっと見ていた。自分の体なのに、自分の思うように動かないことが多くなった。

また、別の日は歯を磨いている最中にハブラシを落とした。洋服に白い歯みがき粉の道ができた。うまくよけられなかった自分に『もう～バカ』と思った。が、足も踏ん張りがきかず、もちろん咄嗟によけるなんて出来る訳もなく、『そうよね、仕方ないか…』と思い直した。着替えも時間がかかるようになり、出かける前には、早め早めに取りかからないといけなくなった。おしゃれなんていっている場合ではない。ズボンをはく、ボタンをとめる、靴下をはく、そんなことが簡単じゃなくなった。

お化粧も難しくなった。アイシャドーをつけていたら、指先の力が抜け、ほほに水色のシャドーがつき、顔色の悪い私になった。御飯をまぜる時、ご飯をよそう時、こんなに力が必要だとは思わなかった。しゃもじに叱咤激励をしても、しゃもじとスプーンを使っても結果は空しいばかりだった。

ある時から、工夫しても努力しても出来ないことに無理してしがみついていることもないかと思うようになった。過去の私は過去の私。今の私は今の私。出来なくなったんじゃなくて、『もうしない』『もうやめた』と自分で踏ん切りをつければ、納得もいく。心も楽になる。何事も考え方ひとつ。

心さえ元気だったら何とかなるもんだ。そう、何とかなるもんだ。そうやって思える私がいるのは、一緒に考えてくれたり、一緒に泣いたり、笑ったり、共に病気や現状に向き合ってくれる家族や友人、そして支えてくれる人たちがいるから。だから、私は今の私でいられる。今からの私を明るく向かえることができる。

出来なくなったことをあきらめるわけではなく、笑いに変えることができる。不便なことはあるけど、それは決して不幸なことではない。

私はみんなに恵まれている、幸せだと思う。

みんな、本当にありがとう。

