

---

# 私は人格障害だった。

Cindy

---

タテ書き小説ネット Byヒナプロジェクト

<http://pdfnovels.net/>

## 注意事項

このPDFファイルは「小説家になろう」で掲載中の小説を「タテ書き小説ネット」のシステムが自動的にPDF化させたものです。この小説の著作権は小説の作者にあります。そのため、作者または「小説家になろう」および「タテ書き小説ネット」を運営するヒナプロジェクトに無断でこのPDFファイル及び小説を、引用の範囲を超える形で転載、改変、再配布、販売することを一切禁止致します。小説の紹介や個人用途での印刷および保存はご自由にどうぞ。

### 【小説タイトル】

私は人格障害だった。

### 【Zコード】

Z0277A

### 【作者名】

Cindy

### 【あらすじ】

生き辛さを抱えながら、必死に生きようとする主人公の吉田マリ。不幸の原因が自分の生き立ちによつて形成された『人格障害』にある事を知つた主人公が、試行錯誤しながらも自力で“自分の育て直し”に取り組み、人生を180度変えていく姿を描く。

## 第一話「最初の記憶」（前書き）

最近、生き辛さを感じている人が増えているという。現代は人格障害の時代と言われているが、いったいどこまでが正常で、どこからが障害とされる範囲なのだろうか？人は軽重の差はあるども、其々に『人格の障害』を抱えているのではないだろうか？

この小説を通して「自分を抑え他人に合わせて生きている人」「自分に自信がない人」に【人は必ず変われる】こと【人は自分の力で幸せになれる】ことを知つてもらいたい。そして、社会性を持ちながら、自分らしく生きる術を見つけて欲しいと願つてゐる。

## 第一話「最初の記憶」

貴方の最初の記憶は何ですか？

私の最初の記憶は3歳の時に聞いた「ガラスの割れる音」。

あれは、まるで眠っている所を急に起こされたような瞬間だった。

夕餉の支度をする母の足に纏わり付いていた時、台所の隣にある居間の窓ガラスが大きな音を立てて割れた。お酒を飲んだ父が、何かを投げてガラスを割ったのだ。

私は、直ぐに母の顔を見た。母は表情を変えずに食事の支度をしていた。子供ながらにも母の表情に「違和感」を持った。

隣の居間に行くと、黙つて座っている4歳の兄。割れて飛び散ったガラスを無言で片付ける5歳の姉。一人の顔にも表情が無い。部屋の真ん中に座つてお酒を飲んでいる父だけに怒りの表情があつた。

シンと静まり返る部屋には、テレビの音だけが響いていた。

私の記憶は、この光景を確りと刻んで消去する事がない。

3歳の子供には、それほどショッキングな光景だったのだろう。

## 性格を決定するもの。（前書き）

大人们は知っているだろうか？  
子供が、親の行動や言動によって、自分の行動を決めている事を。  
そして、それが性格形成に大きく影響していることを。

## 性格を決定するもの。

ある日の晩、居間で晩酌をしていた父が「つむせー・静かにしろー。」と怒鳴りだした。

襖一枚隔てた隣室で、5歳の姉の美香が高熱に魔され、呻き声を上げていたのだ。

父の怒鳴り声に驚いた姉は、ピタリと声を上げなくなつた。母が心配して隣室へ行き姉の顔を覗き込み、何やら声を掛けている。私は直ぐに父の表情を見た。

父は少しバツの悪そうな表情をしていた。

少しして、父は急に立ち上がり、車に乗つて出掛けた。家族中がホッとした。

数分すると父は小さな買い物袋を提げて戻り、姉の枕元にロールケーブを置いて「ゴメンな。」と小さく呟いた。

姉の美香は母に性格が良く似ていた為、父から「お母さんに似て可愛い気がない。」と度々言っていた。その所為かどうかは分からぬが、3人の兄弟の中でも姉の美香が父の暴力の一一番の犠牲になつた。私は父に怒られる姉を見て、自分が被害に合わない方法を身につけたほどだ。

3歳の頃の私の記憶には、親と会話した記憶は全く残つてないが、両親の言葉や行動、表情などが非常に鮮明に残つている。

子供は、こうやって家族内での自分の位置や周囲との関係、行動様式を身に付けていくのではないだろうか。本能的に自分の命を守る習性がある動物であれば当たり前の行動である。

余談だが、私の姉は、父から異常なほど「しつけ」ならぬ虐待を受けた。

私は、その光景を見て“サークスのライオンが鞭で叩かれているのと同じだ”と思つたほどだ。

その後、姉がどのように育つたかは凡そ予想がつくと思うが、不良グループに入つて、シンナーを吸つたり、夜遊びをして帰つて来なかつたり…、

それは酷い状況だつた。

1980年代の不良と言えば『積み木くずし』といつてレギュラーラマ

が、

当時の不良をリアルに表現している。

このドラマを知る人なら「ああ、ああいう不良だつたのか。」とお分かりになるだろう。

姉は、両親を一番悩ませ、苦しませ、両親や兄から蔑まれていた。でも、私は姉の“人の良さ”“父への怨念”を知つていたので、小さな頃から、姉の気持ちを聞いて姉を諭していった。

私は姉にいつも次のように言つていた。

「今のような生き方をしていると、将来自分が困る事になるよ。両親に仕返しをした所で、何の意味もないんだから、もっと自分を大切にしなくちゃ。」

中学3年の頃に、こんな事を言つていた私は、まるで40過ぎの説教ババアのようだつたかもしれない。

## 性格を決定するもの。（後書き）

人間の性格を決定つけるのは、持つて生まれた資質も影響するが、それ以上に親の関わり方が大きな影響を及ぼす。

貴方が自分の性格のルーツを知りたいと思うなら、

親の性格や貴方の環境を見れば探すことができるだろう。

これが全てではないが、影響は大きい。

## 第三話『父の「機嫌取り』（前書き）

毎日のように続く父親の乱暴な行動にビクビクするようになった万里。万里は父親の顔色を伺い、父親の機嫌に合わせるようになつていつた。

## 第二話『父の1』機嫌取り』

ある日、「車を買い換えたい！」と言い出した父に、母が反対した事で、父が全く口をきかない無言の抵抗を始めた。

散財癖のある父は、もう何度も車を買い換えている。

父の散財は車だけではなく、映写機やステレオなど、当時としては贅沢品ばかりを買い揃えてしまうのである。

当時（1960年代）の父の月収は手取り14万円だった。住居は家賃3千円の一戸建ての社宅。安い家賃とはいえ、3人の子供を育てるには、苦しい経済状況であったと思う。

父の散財癖と3人の養育費の為、母はパート勤務をしていたが、収入は5万円前後。家計を楽にするほどの収入ではない。父は、そんな状況など全くお構いなしに自分が欲しい物を買いたがり、家族を困らせるのだ。

私は、1週間も続く父の“だんまり”に居心地の悪さを感じ、どうにか父の機嫌を取つて、家族の空気を和らげようとした。

その日は日曜日で、父が朝から洗車をしていた。

私は、洗車している父の後ろに立ち、父が大好きな車について5歳の頭で必死に考え、父を話させる質問をした。

「お父さん、どうして車にワックスを掛けるの？」

「（父）・・・」

「凄い綺麗になるね。万里も手伝うよ。」

「（父）・・・」

「お父さん、この雑巾で磨くの？」近くにある雑巾を取りつとする

と、

「それじゃない。これ。」と、雑巾を差し出す父。

「よいしょ！よいしょ！」

私は、父に聞こえるように、父が何か反応してくれるように大きな声を上げながら車を磨いた。

すると父が「そんなに頑張ると疲れちゃうわ。ゆっくり丁寧に磨きなさい。」と笑いながら声を掛けてきた。私は、それが嬉しくて満面の笑みを浮かべて「うん！」と答えた。

父と車を磨きながら私は今回の問題となつている事を聞き出した。

「ねえ、お父さん。車を変えるの？」

「良い車があるんだよ。カッコ良いんだよ。万里もきっと車に入るよ。」

「お母さんは買つちや駄目つて言つてるの？」

「うん」

「どうして？」

「この車、まだ乗れるからね。」

「ふうん…」

「確かに、まだ乗れるもんなあ…。」

「（万里）…」

「壊れた訳でもないし、換える必要もないのに、買い換えたといつたお父さんが悪いんだよな。」

「でも、カッコいいんでしょ？」

「うん。でも、無駄使いだな。」

父は、まるで自分に言い聞かせるかのように呟いた。

この後、やつと父の機嫌が直り、家族内に流れていた緊張した空気が穏やかになつた。

父は車を諦めた事を母に告げた。だが、二人の間にどんな遣り取りがあつたのか分からぬが、母は車を買い換える事を承知した。実は、これが我が家のパターンなのだ。

父が強く欲しがり、母が反対し、父が無言の抵抗をする。

そして、感情が少し落ち着くと母が父の欲しい物を買つてあげてしまうというパターン。

欲しがる父にも問題はあるが、買つてしまつ母にも問題がある。

## 第二話『父の1』機嫌取り』（後書き）

子供にとって家族は「唯一の世界」である。どんなに小さな子供でも、不安を修正して安定を得ようとする行動を取る。

この時の万里を子供らしくないとと思う人がいるかもしれないが、実はこれが「家族という唯一の世界」に生きる「子供らしい行動」なのではないだろうか。

#### 第四話『父の暴力』（前書き）

父の乱暴は、母への暴力へと発展していく。  
そんな両親をみていた万里は、ただ怯え、悲しむしかできなかつた。

## 第四話『父の暴力』

いつ頃だつたろう、父が母に暴力を振るつようになったのは。

あれは、私が小学3年生の時だつた。

きっかけは分からぬが、晩酌中の父が怒り出した。  
「やめて！やめて！ごめんなさい！」と言いながら、  
床に身を屈める母を何度も何度も大声を上げて蹴り続ける父。  
姉の美香と兄の裕一、私の3人は階段に座つて、  
その凄まじい光景を無言で見ていた。

泣いていたのは、私ひとりだけ。

私は、姉と兄の冷ややかな表情に違和感を覚えた。

蹴られ続けていた母が急に「心臓が痛い！」と言つて胸を押され  
呻き出した。

父は動転して母の体を摩りながら、

「美香！手伝え！」と姉を呼びつけた。

姉は母の傍らに座り、父と一緒に母の背中を摩つた。

「美香、裏の大田さんの所で電話を借りて救急車を呼んで来い！」

姉は言われた通り電話をかけに出て行つた。

当時、我が家には電話が無かつた為、  
電話を借りたり、呼び出してもらつたりしていた。

父は苦しむ母の背中を摩りながら階段に座つてゐる私と兄に向か  
つて言つた。

「お前達は家で留守番をしていなさい。」

その言葉に兄は返事をしない。

私は、ただ泣きじゃくるばかりだつた。

その時、隣に座っていた兄が泣いている私に小さな声で言った。

「万里、こんな親の為に泣くなんて馬鹿みたいだな。

俺は大人になつたら、こんな親、捨ててやる。

大人になれば、こんな所からいつでも出て行ける。」と。

私は兄のような「親を捨てる。」という発想がなかつた。

当時の私は悲惨な状況にありながらも、

「私が両親の面倒を見る。」と思つていたほど両親を慕つていたのだ。

私は、子供は“世界で一番の平和主義者”なのではないかと思っている。

安定を求め、保護を必要とし、愛を欲しがる。

安定の為なら自分の感情を殺せる。

虐待を受けている子供が親を庇うのは、

親との関係にそれらを求めているからではないだろうか・・・。

救急車を呼びに行つた姉が、

裏の大田さんのおばさんと一緒に戻つてきた。

「吉田さん、大丈夫？子供たちは私がみているから大丈夫だからね。」

大田さんは非常に親切な人だつた。

何がある毎に、面倒を見てくれて、力になつてくれる人だつた。この人がいなかつたら、私達家族はどうなつていたのだろう・・・。私は、今でも大田さんに深い感謝の念を持つている。

救急車で運ばれた母が、数時間後に回復して父の車で戻つて來た。私達を心配して付き添つてくれていた大田さんも、母の回復した様子を見て安心して戻つて行つた。時間は既に夜中の12時を回つていた。漸くして私と姉は寝床についた。

すると姉が救急車で搬送された時の母の様子を話しだした。

「あのババア、救急車に乗った途端、ケロッソと治りやがった。

あれは仮病だぜ。いい迷惑だよ。」

それを聞いた私には、その光景が想像できなかつた。

あれ程苦しんでいた母がケロッソと治つたなんて…。

今思えば、それは一種のパニック症状だつたのではないだろうか・・・。

父の暴力は決まつて夕食時に起つた。

今回も、夕食を食べている時に事件が起つた。

両親が何か「ゴチャゴチャ」と話しているかと思つたら、

父がヤカンの水を母の頭に浴びせ掛けた。

母は泣き叫びながらテーブルの上の食事を麻雀牌でも混ぜるかのように

両手でグチャグチャにして床に落とし、泣きながら居間から出て行つた。

味噌汁、煮物、「ご飯が絨毯の上に汚物のよつに散乱し、もう食べる事ができない。

私達子供は、その汚物のように散らばつた夕食を両親の喧嘩する声、母が殴られる音を聞きながら、黙つて片付けた。

すると、また母が発作を起こして救急車で運ばれる。

こんな事が日常茶飯事なのだ。

そんな生活に母は疲れきついていたのだろう、

ある日、母が私の記憶から消える事のない言葉を言った。

それは私が小学4年生の時、兄と母と私で10円玉を上に投げて手の平で取り、

裏か表かを当ててお金をゲットするゲームで遊んでいた時だつた。

「お母さんはね、万里を生みたくなかつたんだ。

お父さんが産めと言つたから仕方なく産んだんだよ。

美香と裕一の二人だけなら、離婚してもどうにか生活できるけど、

3人の子供を抱えては生活できない。

万里さえいなければお母さんはお父さんと離婚できたのに。  
万里さえいなければお母さんは幸せになれたのに…。」「

青天の霹靂とは、こういう事を言つのではないだろうか。  
私は、自分の存在というものをその時に初めて実感した。  
それまで当たり前だつたものが、全て当たり前ではなくなり、  
私は、生まれはいけない“必要のない存在”になつたのだ。  
私は、その日から「母にとつて良い子」になる事を常に選択するよ  
うになつていつた。

父の暴力は、私が中学1年の夏まで続いていたが、  
母が子宮癌になつたのをきっかけに、お酒を飲まなくなり、暴力も  
無くなつた。

母が癌摘出手術をした日の夜、父は母に一晩中寄り添つて看病をし  
た。

私は、その父の姿と毎晩暴力を振るう父の姿にギャップを感じ、次  
のように聞いた。

「お父さん、どうしてそんなに一生懸命になれるの?」

父は、母の額の汗を拭きながら答えた。

「愛しているからだよ。お父さんは、お母さんを愛しているからだ  
よ。」

その言葉を聞いた私は“愛しているのに、何であんな酷い暴力が振  
るえるのか?”

私は父がわからなくなつた。

母の手術は私達の夏休みに行われたが、入院は2ヶ月に及んだ為、  
母の居ない我が家では、家族が協力し合つて家事を分担した。  
元々我が家は“自分の事は自分でする”という習慣があつたので、  
大した苦労はなかつた。

母は退院後、初めて専業主婦となつた。

私は母が自宅に居る事が嬉しくて、

学校から帰るのが楽しみでならなかつた。

けれど、半年ほど過ぎた頃、母は「家に居ると色々な事を考えてしまい、

頭が変になりそだだから、仕事がしたい!」と言つ出し、反対をする家族を説得して、また働きに出てしまつた。

振り返ると、吉田家の安穏な日々は、この半年くらいだけだつた。

## 第四話『父の暴力』（後書き）

家族の中に恐怖を与える存在がいる事は、子供の心を蝕み、強迫観念を植え付ける。そして、それが人格障害へと発展していく。人格は、毎日の生活の中で少しづつ育てられていくのだ。

## 第五話『母の仕事』（前書き）

母の病気がきっかけで、父が断酒し酒乱が終息。だが、母の恨みは燐り続けていた。

母の病気を心配する父に対し、

母は、自分の病気を盾にするかの様に素行が悪くなつていいく。

## 第五話『母の仕事』

パート勤務をするよくなつた母は、職場の付き合いと書いては、飲みに行き、頻繁に朝帰りをするよくなつた。

父は、そんな母を心配しつつも飲みに行く母の送り迎えをしていた。時々、母の体を心配して父がお酒を飲むのを控えるようになつて、母は決まってヒステリックに喚き散すようになつた。

喚いて暴れる母を父が止めようとして、兄の裕一が「めえのせいで、こんな風になつたんだ！」と母を庇い父を突き飛ばした。

中三になつた兄は父と対等に張り合えるくらいの体格になり、事ある毎に父から母を庇う様になつていた。

女の私からすると母の醜態は、母自身のだらしなさからくるものと感じられたが、

兄は全て過去の父の酒乱の所為だと考えていたようだ。だが、その兄も、それ以上の母の醜態を見ることなく、子供の頃に言つていた通り、

中学を卒業すると北海道の親戚を頼り、あつという間に居なくなつてしまつた。

兄が出て行つた後、中学を卒業して働いていた姉も家を出て友人とアパート暮らしをしてしまつた。

私は、姉や兄のように両親を捨てないと思いつつも、「殺してやるー！」と喚いて刃物を振り回す母と、

それを黙つて受けている父の仲裁をしながらの生活に精神的に疲れ、

“一体、いつになればこんな暮らしから開放されるのだろう……？”

悲観的になる毎日だつた。

お酒を飲んでは醜態を曝け出す母。

子供の頃の“耐えていた母”は嘘のよつに変貌してしまった。  
それでも、私は両親にとつて良き娘であるうとしていた。  
良き娘である事が子供の使命と思っていたし、  
何よりも、そこ以外に行く所はなかつたから…。

ある日、母が男と共に蒸発をした。

その時、私は24歳で既に結婚していたが、  
私に『道徳』を切々と説いた母の蒸発に、  
私は天地が引つくり返る程のショックを受けた。  
何故なら、私は母の言つてつけを守つて道徳を厳守した結婚をしてい  
たからだ。

この結婚については、後の章で話すとしよつ。

## 第五話『母の仕事』（後書き）

父の酒乱と母の酒乱。

万里は両親の酒乱という現実から逃げたいといつ気持ちを強くしていく。

## 第6話『勉強より空想』（前書き）

人は自分の見たいもの聞きたいものを無意識に選択して見ていると言ひ。

万里も自分の見たい世界を空想の中に創り出し、  
その中に生きていた。

## 第6話『勉強より空想』

貴方は「空想の世界が現実だつたら」と思つた事はありませんか？子供の頃の私は、父の酒乱で毎日ビクビクしながら過ぐしていました。空想の世界に自分を住まわせていました。私の空想の世界は常に安全で幸せでした。

そこは、永遠に幸せが続く世界だつたのです。

私は、幼稚園の頃、ランドセルを背負つて登校する姉と兄が羨ましく、

姉のランドセルを背負つては「私も学校に行くんだよね！」と言つて入学する日が来るのを心待ちにしていた。

けれど、学校生活は、想像とは違つていて、

幼稚園のような遊びばかりで過ごすのではなく、長時間、椅子に座つて勉強をする毎日。

学校に持つていく物も多く、毎日の時間割を揃えるのが大変だつた。私の母は、登校の支度を手伝つてはくれなかつたので、時間割を揃えたり、上履きを洗つたりと、

それまでとは全く違う生活に戸惑つた。

ある日、私は遊びに夢中になり、

次の日の時間割を揃えるのを忘れて登校してしまつた。

2時間目の算数の時、ノートと教科書が無い事に気付いたが、私は臆病で引っ込み思案の性格の為、

先生に言い出せず、授業中ずっと下を向いていた。

すると、それに気付いた教師が凄い怖い表情で言つた。

「吉田、お前、教科書はどうした？」

「（万里）・・・」

「お前、忘れたのか？！」

「（万里）・・・」

「立ちなさい！」教師は、教鞭で机を叩きながら怒鳴った。

私が言われるままに立ち上がると、教師は、次のように言った。

「みんな！こいつを見ろ！！」こいつは教科書を忘れたのに先生に言わなかつた嘘吐きだ！！よく見ておけ！！

教科書を忘れたら、お前たちもこいつなるぞ！！！」

これくらいの事で、ここまで怒る女性教師の人格に問題があると今なら思えるが、

大人に支配された世界に住む子供には、そんな思考などできない。この時を境に、私は学校が大嫌いになつた。

運が悪い事に、小学校1年～4年まで、

この女性教師が担当するクラスの生徒となり、

教科書事件のトラウマを引き摺つてビクビクしながら毎日を過ごす事になつた。

授業を受けていた時の私は、家庭でも学校でも落ち着く場所を得られなかつた為、常に空想の世界に耽つていた。

自分が常にお姫様かお嬢様で、世界が自分の思い通りになる。自分は本当は金持ちの子供で、本当の両親が私を迎えて、好きな物を買い、好きな物を食べ、大事に大事に育てられる。というような“幸せ空想”ばかりを繰り返す日々。

これでは授業の内容など聞ける訳がない。

私は、どんどん勉強についていけなくなり、

成績は、常に10段階中の1～3という始末だ。

私の想像力は、空想だけに納まらなかつた。

算数の授業で掛け算を先生が「九九」と言えば、

「何故、九九と呼ぶよくなつたのだろう・・・」

小数点の掛け算では、

「掛けた後の小数点の置き方は、誰がどうやって考えたのだろう?」  
私は、一度疑問を持つと、そこから思考が離れなくなり、授業について行けなくなるのだ。

今思えば、あの頃の私は、まるで靈の上をフランフランと歩いてこるようすで、

現実を生きていなかつたよつこ思つ。

## 第7話『盗みと嘘』（前書き）

貧しさ故に盗み、寂しさ故に嘘を吐く万里。大人になれば、そんな事で空虚な心を埋めることなどできないと理解できる。

だが、子供の万里は感情に突き動かされるように行動することですか、心のバランスをとることができなかつた。

## 第7話『盗みと嘘』

我が家家の家計は、父の散財癖と両親のパチンコ狂で逼迫していた。その為、子供たちの教育に費やすお金などなく、必要な物さえ買つてもらえなかつた。

私は友人が持つてゐるたくさんの文房具が羨ましくて仕方なかつた。

小学2年生のある日のこと、私は友人宅で勉強をする約束をした。友人が勉強に夢中になつてゐる隙に、私は赤いラッショングペンを盗んだ。

このペンは、クラスの皆が持つてゐるものだつたが、私には買えなかつた。

どうしても欲しかつたペンを盗むのに成功した私は、友人の家に何度も遊びに行つては、必要のないボールペンや鉛筆など、目に付くあらゆるものを盗んだ。

ある日、盗んでゐる所を友人の妹に目撃され、「あれ？ 何で鉛筆が私の手にあるんだろう？」と、訳の分からぬ言い訳をしてその場を誤魔化したが、友人の妹は怪しそうな目で私を睨んだ。

その時、私の体を電気が走り、鳥肌が立つた。

“もうやめよう・・・”私は盗みをやめた。

盗んでゐる時の脳の状態は思考が麻痺し、頭の中を電流が「ビー」と流れ続け、視界は欲しい物しか見えない狭窄状態だつたのを今でもよく覚えてゐる。

空想癖のある私は、小学生の頃、仲の良い友人に度々嘘をついた。  
それは、自分がヒロインになれる嘘。  
あれは小学4年生の頃のこと。

私は、大切な友人の心を弄ぶような嘘をついた。

私の父は北海道の出身で度々故郷を思い出しては、

「そろそろ北海道に帰つて向こうで生活をするか…」と言つのが父の口癖だった。

私はそれをヒントに自分が転校するストーリーを考えた。

私が転校すると聞いた友人が別れを惜しんで泣きながら私に抱きついてくる。

私は、大勢の友人に囲まれる幸せを実感するというストーリーだ。

私は友人に宛てて次の様な手紙を書いた。

『私は、父の都合で北海道に転校する事になりました。

手紙を読んだ友人は号泣しながら、

「万里ちゃんが居なくなっちゃうなんて淋しいよおー！」  
と言つて私に抱きついてきた。

私は、自分がヒロインになつているな快感を味わいながら泣きじやくる友人に真実を告げた。

「あの手紙は嘘だよ。北海道になんか行かないよ。」

それを聞いた友人が怒つたのは言つまでもない。

「酷い！万里ちゃんの嘘つき！」

当時の私は、自分の事を誰かに心配して欲しかつた。

自分に注目を集めたかつた。

友人を騙す罪悪感や反省などなく、

ただただ可哀想な自分を見て欲しかつた。

だから、こんな風に泣いてくれる友人を見ると嬉しかつた。

今になつて振り返ると非常に恥ずかしい。

友人に悪い事をしたと思っている。

こんな私でも泣いて別れを惜しんでくれる優しい友人に対して、私は非情な事をしたと後悔をしている。

## 第8話『いじめ』

アルコール依存症（酒乱）の家族には、夜尿症になる子供が多く存在するという。

それは、情緒不安定が原因と考えられているそうだ。

私も父が断酒するまで（中学1年の夏）“オネショ”をしていた。その為、小学生の頃から

「お前、しょんべん臭え！あっち行け！！」

と男子生徒から苛められた。

後ろから追いかけられて頭を小突かれたり、廊下で擦れ違う時に「臭え！」と言つてわざと離れて歩かれたり、校庭では石を投げられたりもした。

唯一救われたのは、小学5年生になるまでは、女子生徒から苛められる事が無かつたこと。

だが、5年生になったある日、仲良しだつた一人の友人から「万里は臭いんだよ！今まで我慢して遊んでやつてたんだ！」と殴る蹴るの暴行を受けた。

私は這つて必死に逃げたが、逃げても追いかけて蹴られ続けた。そこへ偶然に人が通りかかって、私は漸く逃げる事ができた。

私は、余りの悔しさに藁人形を作つて呪い殺そうとしたが、臆病な私は、人形を作つただけで、

丑三つ刻の神社へ行く事は無かつた。（笑）

そんな事があつて、私は「学校へ行きたくない。」と登校を拒否したが、

母は理由も聞かず「絶対に行きなさい！」と休む事を許さなかつた。

私がダラダラしていると、私を自転車の後ろに無理やり乗せ、

学校まで猛スピードで走り、嫌がる私を教室に力ずくで押し込んだ。

私は自分の机に顔を伏せて、授業が始まるまで泣き続けた。

後ろの生徒が「こいつ泣いてる。」と言つたのは覚えているが、

その後の記憶は、何も覚えていない。

どんな授業があり、どうやつて自宅に帰つたか、一切記憶ない。

このように。私の子供の頃の記憶は。

「オネショ」によつて辛い記憶が沢山残つてゐる。

学校ではオネショが原因で苛められ、

自宅では父にオネショが原因でバーベルのようを持ち上げられ、玄関のコンクリートの上に叩きつけられた事もある。

あの時の恐怖は言葉に言い表せない恐怖だつた。

未だにあの時の恐怖を超える経験をした事はない。

私が「自殺」を考えるようになつたのは、

小学5年生のこの時期からだつたように思つ。

学校でも自宅でも自分の安全な居場所を得られない状況に、

私は逃げ道として「自殺」を真剣に考えるようになり、

果物ナイフを胸に当ててみたり、

練炭炬燵の中に長時間入つてみたりした。

けれど、結局私には死ぬ勇気が無かつた。

「人が死んだらどうなるのか?」と考え始めると、死ぬ事が怖くなつてしまつたのだ。

これから書く事は、私の心に深く残る懲りであり、未だ癒えることのない傷痕である。

あれは私が小学5年生の夏休みだった。

当時はエアコンなど無い時代で、

扇風機か水浴びで涼を取るのが手段だった。

私と兄は小さな頃から常に行動を共にし、甲虫を取りに行ったり、冒険ごっこをしたりと、二人で遊ぶ事が多かつた。

その日も、いつものように

兄とお風呂で水浴びをして遊んでいた。

ただ一つ違っていたのは、兄の身体が大人になり、性に興味を持ち始めていたこと・・・。

「万里、座りっこゲームをしないか？」

「座りっこゲーム？」

「うん。じゃんけんして勝つた方が負けた方の膝に座るんだ。」

「いいよ。やろう！」

「じゃんけんぽん！」

「万里の負けだ。兄ちゃんが座るぞ。」

私はお風呂の中にしゃがんで椅子の形になり、兄が私の腿の上に座る。

「じゃんけんぽん！」

「万里が勝った！兄ちゃん椅子になつて。」

そうやつて座りっこゲームが始まり、

何度も対戦した後、兄が

「ちょっと待つて。」

と言つてお風呂から出て行つた。

暫らくすると、兄は水中眼鏡をお風呂の角に股を開いて座るよつに言つた。

そして、私にお風呂の角に股を開いて座るよつに言つた。

私は言われるままに座ると、兄はお風呂に潜り、

私の股の下に顔を突き出した。

私の陰部を触りながら、

「ひつなつているんだ。」

と呟き、

「また座りつこゲームをしよう。」

と言い出した。

だが、今度のゲームは、さつきのものとは違つていた。

兄の股間が硬くなり幼い私の陰部を突き刺すのだ。

その内、ゲームはエスカレートし、

兄は私を洗い場に四つん這いになるよつ指示した。

私は兄の言つまま、求めるがままに身体を動かした。

兄は後ろから硬くなつた自分のモノを私の陰部に突き刺す。

私は余りの痛さに「痛い！」と何度も悲鳴を上げた。

兄は挿入を何度も試みたが、

私が酷く痛がつた為に完全な挿入までは及ばず、ゲームは終わつた。

この時の私は、ゲームをしている以外の感覚は無く、それが何なのか理解できなかつた。

そして、この出来事は、私の記憶の底に沈み、後年になるまで思い出される事は無かつた。

このゲームは、記憶の底に沈みながらも、

私の生活に強い影響を与えた。

その影響を説明するため、話は16歳の頃に進む。

私の初体験は16歳だつた。

相手は、当時、婚約していた男性。

交際中、SEXする事に不潔な感覚を覚えながらも、

嫌われたくないという気持ちから、求められる度に応じていた。

18歳で結婚した後もSEXに対する不潔な感覚は変わらなかつた。当時の夫は、そんな私に対して、

「まだ若いからだよ。歳を取れば変わるさ。」

と言つたが、私には、そう思えなかつたし、

気持ちがシックリしなかつた。

だが、ある日突然にその理由が分かる時が來た。

私は、SEXに対する違和感を他人に話す事がなかつたのだが、ある友人の“強姦に近い初体験”的話を聞いたのをきっかけに、兄との事を思いだしてしまつたのだ。

思い出した瞬間、私は自分に対して“おぞましさ”や

“汚らしさ”を感じてゾッ！とした。

子供の時は、単なる遊びだつたものが、

大人になつて意味を持ち、私の夫婦生活に影響を与えていたのだ。

人間には潜在意識と顕在意識があるというが、

意識の奥にしまわれた事柄が、現実の生活に影響を与えるとは・・・。

本人には「何故、こうなつてしまふのか？」と、

どんなに考へても理由が思いつかない事が沢山ある。

取り敢えず理由をこじ付けて、一時的に気持ちを落ち着かせても、やはり何となくシックリしないこともある。

自分の心でありながら、私は自分の潜在的な心理に操られていたのだ。

## 第10話『進路』

私も高校進学を考える時期が来た。

私は勉強嫌いだったが、友人と一緒に進学するのは楽しみだった。志望校への願書締め切りが近づいた頃、父が脳梗塞で倒れて入院した。

幸い症状は軽く、命に関わる事は無かった。

私と母が父を見舞つた帰り道、母がこんな事を言った。

「お父さんの病気は仮病に決まっている。

自分に気を引きたいから病気の振りをしているだけだ。

甘えてばかりで気の弱い男だ！」と。

私は“この人は、いつたい何を言つているんだ？！”と思いつつも、その言葉に何も返す事ができなかつた。

今から思えば、DVで苦しみ続けた母の心には、父への憎悪が燻つていたに違いない。

暴力を振るつてきた父が、

このような母を形成したのかもしれない。

だが、中学生の私には、そんな母の心理など

慮る心の広さなど無く、ただ、不気味な異様さを放つ母の横顔だけが深く心に刻まれた。

ある日、ベッドで横たわる父が私に言った。

「お父さんはこんな状態だし、お母さんの事も心配だから、悪いが進学を諦めてくれないか？」

就職して家族の為に家にお金を入れてくれないか？」

私は、元々勉強嫌いではあつたが、

友人達と一緒に進学したい気持ちがあつた。

皆が高校に行くのに自分だけ就職……。

何だか仲間はずれになつた氣分になつたが、  
病に臥している父の言葉に、私は就職の道を選んだ。  
父は入院から1ヶ月程で退院し、仕事に復帰した。

## 第1-1話『学歴差別』

中学を卒業した私は、

1980年4月に神奈川県S市にある電話製造会社に就職した。  
私の初月給は7万円と少なかつたが、  
自分の自由なお金を持てた事がとても嬉しかつた。

私はお給料の中から自宅に食費として2万円を入れ、  
残りは貯金と交際費として使つた。

最初のボーナスでは、父と母にプレゼントをした。  
両親は非常に喜んでくれた。

私は自分の行動で両親が喜んでくれるのが一番嬉しかつた。

私が勤務していた会社では、学歴別に配属がされていた。  
たとえ高校を卒業していても、  
知的レベルの低い高校であれば中卒と同じ配属になる。

私が配属されていた部署は中卒ばかりだったので、  
最初は学歴が気にならなかつた。

だが、同期の友人の送別会で

「自分は社会の底辺の存在」である事を思い知らされる。

同期で就職した大卒の同僚が

退職する事になり送別会が開かれた。

私が退職する同僚と気さくに話していると、

鈴木田という女性が大声で言つた。

「万里、あんた中卒のくせに可愛い子ぶつて話したり、  
ビール注いだりしてんじゃねーよ！

馬鹿のくせして何様だと思つてんの？！

中卒のお前が大卒の送別会に来る事自体間違いなんだよー！」

私が黙つて俯いていると、主役の同僚が、

「そういう事を言つるものじやない。

僕達は同期なんだから、学歴なんて関係ないだろ！」

と庇ってくれた。

私は、人前で馬鹿にされて悔しかつたが、それを表現する強さを持ち合わせていなかつた。

この鈴木田という女は、事ある毎に中卒の私達を苛め、同期会から疎外し馬鹿にした。

すれ違い様に「中卒の馬鹿！」と吐き捨てるように言つてみたり、「男を好きになる資格は中卒には無い」と言つてみたり。

けれど、この女は一応は高卒だが、

私が配属されている工場内で働いていて、

高卒と雖も中卒の私達とレベルは大して変わらない。

私は心の中で叫んだ。

“いくらお前が高卒でも中卒とレベルは変わらないんだぞ！

自分が高卒だからって私を人前で馬鹿にしやがって！

いつか、お前以上の学歴を得て「貴女、同じの高校を卒業されたんでしたつけ？」

と嫌味たっぷりに言つてやる！“

この苛められた体験が私の中に負けじ魂を養ってくれた。

この負けじ魂は、何年もの時を経て実現される。

私が就職した会社には、同じ境遇の人が多く、

私の隣席の先輩の鎌田さん（28歳）も中卒だつた。ある日、その先輩が仕事の合間にノートを見ては、ブツブツと独り言を言つていた。

私は、何をしているのか気になつて質問をした。

「ねえ、さつきから何してるの？」

「今度の日曜日に試験があるの。

だから、少しでも時間があつたら勉強したくてね。」

「試験？何の？」

「期末試験。私、通信制の高校に通つてているのよ。」

「通信制の高校なんてあるんだ？！」

「あるよ。4年制なんだけどね。」

「へえ…」

「万里、あんたはまだ若いから分からぬかもしれないけど、人生はね、10代でどんな生き方をしたかが20代に出る。20代でどんな生き方をしたかが30代に出る。そうやって時を積み重ねた結果は後から出るものなんだよ。人生は誤魔化しが利かないんだよ。」

これを聞いたのは私がまだ15歳の時だつた。  
幼い私でも胸に突き刺さる重い言葉だつた。

“私も進学したい！でも、私には無理だ、きっと続かない…。”

私は両親から常々『3日坊主』と言われるほど、飽きっぽい性格だつた。

そんな性格の私には続ける自信がなく、直ぐに行動に移す勇気もなかつた。

## 第1-2話『救いを求めた心』

就職して数ヶ月経つたある日の夜、見知らぬ女性が我が家を訪れた。「こんばんは。来月に私達が所属する団体の創立記念の会合が開催されるので、

合唱団員として参加してくれませんか?」

私は“何で私が?”と疑問に思い、

「私は貴女を知らないし、何で私がそんな会合に出る必要があるの?」

と訝しげに聞いた。

すると、その女性は自らが所属する宗教団体の話しを切り出した。彼女が言つには、私の両親が既にその宗教団体の会員となつていて、私の知らない間に私の名前が会員登録されているというのだ。

その女性は、名簿を頼りに訪れたと言つ。

両親は、団体の活動に十数年以上参加していなかつたので、私はその団体の事を全く知らなかつた。

ただ、私が5～8歳の頃に母と“何かの集まり”に何度か参加したのは、うつすらと覚えていた程度だつた。

15歳の私には宗教に対する偏見もなければ情報もなかつたので、何の抵抗もなく、相手の話を聞いた。

その内容は殆んど覚えていないのだが、たつた一つ私を虜にした言葉があつた。

それは、『この宗教は、必ず幸せになれるのよ』という言葉。

私は、その言葉に強く惹かれ、その団体の詳細も判らずに活動に加わつた。

私は、子供の頃から“幸せになりたい!”と願い続けていた。だから、彼女が言つた『必ず幸せになれる。』という言葉は、

私を一瞬にして引き込んだのだ。

さて、私が参加する事になった会合だが、それには合唱と演劇がプログラムに組まれていた。私が中学時代に演劇部に所属していた事から、私は端役として演劇にも参加する事になった。

その演劇の内容は、不良少年だった男性が宗教に出会いて更生し、不良仲間を宗教に勧誘して仲間も更生させるというものだった。その時の主役が私の最初の夫、中井浩志である。

彼は12歳も年上だつた為、最初は恋愛対象ではなかつたのだが、真面目に積極的に宗教活動をする姿に、「人生に真剣に挑む」姿勢を感じ、彼に惹かれるようになつた。

ある日、一緒に活動する女性に「私、中井さんが好きなんだ。」と打ち明けると、

「私達は、同じ宗教の人と結婚をするのが一番幸せなのよ。もしも、宗教が違う人と結婚したいという気持ちになつたら、必ずその人を会員にして結婚しなくちゃね。

貴女と中井さんとの事は、どう発展するか分からぬけど、貴女が幸せになる相手であれば、必ず実を結ぶし、幸せになれると思うよ。」

今、振り返ると「幸せになれる」という言葉を聞く度に、私は“大好きな人参を田の前に吊るされた馬”のような心境になつていたように思う。

私は、自分の苦しい生き立ちから、

『幸せ』という言葉に強く反応する傾向があつた。

だから“幸せになれるのなら”との思いで宗教組織の幹部から言われる事は、

全て素直に実践した。否、しなければいけないと思つていた。

嫌な事があつても何でも受け入れた。

だが、それによつて私は自分の“本音”に蓋をするようになり、“幸せ”的意味さえ分からなくなつていった。

どんな宗教にも教義がある。

その教義の中に“罰論”がある宗教は少なくない。

例えば、“同じ信仰者を軽んじてはならない。”とか、

“同じ信仰者を恨んではならない。”など、

幾つもの戒めが書かれている。

私は、育つた環境によつて恐怖心を抱きやすくなつていていた為、この“罰論”を強く恐れた。

いつしか“幸せになりたい！”という私の素直な思いは、“罰を受けないようにする”為の宗教活動になつていった。

## 第1-3話『初めての恋愛・・・結婚』

私の中井さんへの片想いは、1年以上続いた。  
彼を想い続ける私を見かねた周囲の友人が、

「見ていてじれつたい！」  
と最終的に協力してくれて、

交際に漕ぎ着けたのは、16歳の後半だった。

初めてのデートの日。横浜に向かう車中で彼は言った。

「出会った時から君に惹かれていたが、  
12歳の年齢差が壁になり、打ち明ける事ができなかつた。  
今回、こうやって一人で出かける事にも抵抗がある。  
僕は君より12歳上の大人だから、責任を感じるんだ。」  
彼の言葉に、私は次のように返した。

「私は結婚を前提としない交際なら、  
中井さんとの交際はできません。

いい加減な交際はしたくないんです。」

彼は少し黙り、次のように言った。

「そんな風に確りした考え方を持つているなら安心だね。  
不安はあるけど、結婚を前提とした交際をしましょ。」

私は、小さい時から母に道徳を教え込まれた。

「女はね、『身籠る』立場だから、何かあれば女が損をする。  
結婚をしない男とは肉体関係を絶対に持つてはいけない。  
と言われ続けて育つた。

この時の私は、母の言い付けを忠実に守つたのだ。

今思えば、この時の言葉は母に洗脳されて作られた言葉だったと言える。

彼と私は2年後に結婚する約束を交わし、

その2年の間に一人で結婚費用を貯める目標を立てた。

私は少ない給料から自宅への生活費を入れながら結婚資金を必死に貯めた。

それは母の為でもあった。

母は18歳で結婚をしたのだが、式を挙げていなかった。だから娘には花嫁衣裳を着てもらいたいというのが母の口癖だった。私にとって結婚式は母への親孝行なのだ。

結婚式を5ヶ月後に控えたある日、母が急に結婚に反対を言い出した。

理由を聞いてもハッキリ言わない母。

「まだ若いのだから、結婚しなくても良いじゃないか。」

と、はぐらかすばかりだった。（反対の理由は結婚後に判明する。）

ひと悶着あつたものの、当初の予定通り、

私達は1983年5月に結婚をし、私は中井万里になつた。

夫が30歳、私が18歳の時だった。

私は会社を退職し、系列会社のパート勤務をしながら結婚生活をスタートさせた。

結婚当初の私は、良き妻、良き嫁になろうと必死だったように思つ。だが、結婚後、次々と降り掛かる試練に、

私の『人格障害的性格』が先鋭化していく事となる。

## 第14話『続く試練・借金』

結婚によつて、私は知らなかつた多くの事実を知る事になる。  
夫の姉妹は、金銭にルーズな性格で私が結婚する以前から、  
身分不相応な贅沢をする為にサラ金に借金を重ね、  
返済ができなくなると義父が尻拭いをしていた。  
だが、その義父も金銭感覚がルーズで、

娘達の借金を他から借金をして返済するという始末。  
そんな親族の中で唯一金銭感覚に長けた私は当てにされる立場になつた。

ある日、夫が義父に呼ばれ本家に向かつた。

本家は私達の新居から徒歩1分で、玄関を開ければ本家が見える場所にあつた。

義父は夫に次のように言つた。

「金を用立てて欲しい。万里ちゃんは確りしているから貯金をして  
いるだろ?」

義父は、いつもこつやつて息子経由で私の貯金を引き出しにかかる。  
私は不本意だつたが、夫が喜んでくれるならと思い、  
少ない貯金を全て夫に渡した。

長男である夫は、親族の問題を「どう」とく背負つ立場にあつた。  
背負う問題は姉妹だけではなく、叔父や叔母、  
更には従兄弟の問題まで背負うのだ。

私は問題が起こる度に不服を抱いた。

“なぜ長男というだけで訳の分からぬ借金の尻拭いをしなければならぬのか!?”

“私達は贅沢もせず、質素に真面目に生活をして将来に備えて貯め  
ているお金を

なぜ親族は当てにするのか？！自分の問題は自分で解決しろ！”  
だが、中井家では義父が絶対の権力を持っていたので、

どんなに正当な不服であろうと口にする事は許されなかつた。

私は“何れ、夫の代に代わる時が来る。その時までの辛抱だ・・・”と、

日光の猿（見ざる、言わざる、聞かざる）のよう、環境の流れに呑まれ続けながら“その時”が来るのを待つた。

私の母が結婚に反対したのは、この問題を知っていたからだつた。  
母は、夫の親族問題で悩む私に次のように言った。

「こうなる事は知つていた。でも、恋愛に夢中になつてお前に、  
“あの男には金と男にルーズな姉妹がいる”と言つても、  
きつと素直に聞けなかつただろう？

それに“それが理由で、あの男は婚約破棄になつた”事実を教え  
ても、

それは過去の話としてしか聞かないだらうし・・・。

実は、金にルーズなのは姉妹だけじゃないんだよ。

あの男はお前に言つていらない借金もある。

お前は恋愛に純粋過ぎて何も見えなかつたし、見ようとなかつ  
たんだよ。」

私は、それを聞いて“何故、話してくれなかつたのか？！”と思つ  
たが、

母の言つ通り、当時の私は、それを聞いても、

“自分に都合の良いようにしか解釈しなかつたかもしけない”とも  
思つた。

『恋は盲目』と言つが、今から振り返ると、

私は結婚後8年以上は彼に盲目だったのかもしけない。

## 第1-5話『続く試練・不妊』（前書き）

結婚して暫くすると必ず言われる言葉。

それは、

「お子さんの「」予定は？」

「お子さんはまだ？」

不妊症で悩む者にとって、病と向き合いつらしみと同時に、「」のよう  
な周囲の何気ない言葉が鋭い刃物のよつに心に突き刺される。

## 第15話『続く試練・不妊』

夫の浩志は、長男だつた為「墓守」をする跡継ぎが必要だつた。私は15歳の初潮を最後に生理が全くなかったので、結婚が決まつた時点で婦人科へ治療に通い始めた。当時の診断は「子宮発育不全」。

ホルモン治療で月経と排卵を促す治療を受けたが、月経はあっても排卵が中々起きない。

当時のホルモン治療は副作用が辛く、吐き気と眩が毎日続いた。

辛い副作用に苦しみながら治療していたある日のこと。医師から次のように告げられた。

「卵巣が膨らんできたから排卵が数日中に起きるかもしません。赤ちゃんができるチャンスかもしれないのに、夫婦生活をして下さい。」

“赤ちゃんができるかもしれない！”

私は医師の言葉を自宅に帰つて夫に告げた。すると、夫は吐き捨てるように言った。

「犬や猫じゃあるまいし、ヤレと言われてできるかよ！そんな事より、俺は仕事と宗教活動で日夜忙しいんだ、子作りなんかしてる暇なんかない！！」

私は、夫の言葉に酷く傷ついた。

私だって自然に子供ができるものなら、その方が良い。でも、自然妊娠ができない私の身体は、夫婦が意識的に協力しなければ子供に恵まれない。

この人は、夫婦の問題より宗教の方がよっぽど大事なんだ。だけど、それが世界平和を謳う宗教と言えるだろうか？

最小単位の個人や家族が幸せじゃなくて世界平和なんてあり得るんだろうか？

私は、そんな疑問や反感を抱いたが、それを言葉にする事ができなかつた。

言葉にして夫に嫌われる事を恐れたからだ。

逃げ場の無い私にとって、居場所は此処しかない。

私は“彼に嫌われたら・・・”と思うと、

傷付いた心と悔しさを正直に伝える事ができなかつた。

その後も排卵の気配がある度に医師からチャンスを告げられたが、私は、その度に夫から同じ言葉を突きつけられた。

夫に「犬や猫じゃない！」と怒鳴られる度に、

私は“お前は犬や猫と同じだ！”と言わわれている気がした。

そう、まるで獣医から『交配』を促される犬や猫のような・・・。

私の不妊治療は23歳で終えた。

23歳の時、頸椎を痛めて整形外科に通つた際、

担当医師に大学病院を紹介され頸椎の精密検査を受ける為、都内の大学病院に行く事になつた。

その時に担当した医師から同病院の婦人科の教授を紹介され診察を受けた。

そこでやつと不妊の原因が判明したのだ。

私は、間脳からの指令が全く発令されない為にホルモンが分泌されず、排卵が無いという事だつた。

私は医師に質問をした。

「それは治るのでしょうか？」

「現段階では治療法がなく、通常のホルモン治療をするしかありません。」

「子供はできるのでしょうか？」

「具体的な治療法が無いので殆ど望みはありません。」

「殆ど？」

「治療は氣休めになるかもしません。どうしますか？治療をされますか？」

「氣休めの治療になるのなら結構です。  
氣休めの治療で苦しい副作用に苦しむくらいなら子供を諦めます。」

「

私は、長い不妊治療に終止符を打つた。

私が治療を止めた本当の理由は、望みがないからではなかつた。  
夫が治療に全く理解を示さず、協力もしてくれなかつたのが本当の理由。

「治療法が無い」と言われた事で、止める“理由”ができて私はホツとした。

これまで不妊治療で精神的に傷ついてきたが、もう夫の言葉や態度に傷つかなくて良いのだから・・・。

## 第16話『続く試練・孤独』

話を結婚当初（18歳の頃）に戻そう。

私にとっての結婚は、ホッとできる自分の居場所を持つ事を意味していた。

だが、結婚をしてみると色々な事実が表面化した。

夫が事業の失敗で借金を抱えていたこと。

夫の姉がサラ金から借金をする癖があること。

夫の妹がブラックリストに載るほど、金遣いが荒く男性関係にもだらしがないこと。

でも、私は好きな人の為なら、こういう事も乗り越えられるし、乗り越えなければならないと思っていた。

そうすれば、夫が私を大事にしてくれると思ったから……。

結婚後、夫は私に色々な事を制限した。

先ず、家族の話を他人にしないこと。

女は噂話が好きだから、話せばネタにされるだけというのだ。

また、女の井戸端会議に入らない事。

他人の噂話を聞いて「うん」と返事をしようものなら、

「万里さんが言つてた。」という事になるというのだ。

夫は「万里は、愚痴をぼしたり、悪口を言つたりするような、

その辺に『ゴロゴロ』している下らない女になるな。」と常々言つていた。

私は、夫に嫌われたくなくて言われた通りに行動していた。

だが、夫に言われた通りにしていたら、

普段の他愛無い会話さえできなくなってしまった。

自分がギクシャクしている事に気づいていたが、

どうする事もできず、私の世界は、どんどん狭まり夫だけになつて、いつた。

私の心が夫で充満すると、夫の行動が一々気になりました。

けれど、夫は宗教活動に忙しく午後6時半に仕事から戻ると、15分で夕食を終え、6時45分には活動に出かける。

帰りは午前3時や4時になる事が毎日だつた。

日曜日や休日も午前9時には活動に出かけ、やはり帰宅は午前様だつた。

私は自分の存在を無視されているように感じながらも、嫌われたくないという思いから、最初は必死に合わせていたが、とうとう我慢できなくなり、寂しさをぶつけた。

「私達は一緒に居たいから結婚をしたのに、何で毎日一緒に居られないの？」

たまにはゆっくりと一人の時間を過ごしたいよ！」

「こうなる事は結婚する前から分かっていたことだろ？！」

「一人の幸せの為に活動をしているのに、

お前は俺の邪魔をする気か！お前みたいな奴を悪魔と言つんだ！お前の生活が嫌ならいつでも出て行け！邪魔をするなら離婚するぞ！」

「！」

私は実家に帰る事だけはしたくなかった。  
あんな悲惨な家に一度と戻りたくなかつた。

私は、言われるままに我慢するしかない。

だが、私のパンドラの壺は結婚と同時に蓋を開けられてしまつた。

今までの生い立ちの中で凝縮された欲求が、

“愛して欲しい対象”的夫に激しく向けられていき、自分でもコントロールが利かなくなつていつた。

私は、本当は両親の愛を求めていた。

けれど、父の酒乱と暴力、そして母のヒステリックに怯える日常の

中で、

それを得られずに大人に成長した。

そして、やつと私を愛してくれる人に出会えた。

けれど、夫は親ではない。

求めて得られない事をこの時の私は理解していなかつた。

私は、自分の寂しさを近所に住む宗教団体の先輩に相談した。

「浩志さんの帰りが毎晩遅くて凄く寂しい。

私の気持ちを夫に話しても全然理解してもらえないの。」

「貴女、ちゃんとご主人に尽くしてる?」

「え! ?」

「家庭円満の秘訣はね、女が“朝は家政婦、昼は淑女、夜は娼婦に<sup>1</sup>る事だ”という指導があるのよ。

貴方は自分の気持ばかりをご主人にぶつけているんじゃないの?

そんな我儘は夫婦になつたら通らないわよ。

子供ができれば貴女もご主人ばかりを気にしなくなるのにね<sup>2</sup>。

あ、貴女、子供ができるんだっけ?

子供ができるなんて、女じゃないわね。

ご主人、可哀想<sup>3</sup>お<sup>4</sup>。」

「・・・」

私は、話を聞いてもらいたかつた。共感してもらいたかつた。

「こうしなさい。」「ああしなさい。」という説教が聞きたかつたんじやない。

ましてや、子供ができる私と結婚した夫が可哀想というような言い方をするなんて、

同じ女なのに、どうしてそんな言い方ができるのか?!

それに、“朝は家政婦で夜は娼婦”だつて?!

そんな女性の人権を無視した指導があるなんて考えられない。

ましてや、そんな事さえ疑問に思わないで人に言えてしまつなんて、

こんな人に話しても理解してもらえない。

理解できるはずが無い。

私はこれを最後に自分の気持ちを話すのをやめた。

夫に寂しさを受容されない私は、  
態と夫が嫌がる事をして氣を引こうとした。

ある日、夫が仕事から帰宅する頃を見計らって部屋中に破いた新聞  
紙をばら撒いた。

夫の反応が楽しみだつたが、彼は何の反応も見せず、無視して活動  
へ向かつた。

私は、その反応に怒りを感じた。

“あの男は、私の事なんてどうでもいいんだ！畜生！！”  
私は、夫の衣服を切り裂き、夫の眼鏡を踏みつけ、  
彼の枕に刃物を何度も突き刺した。

この頃から心臓神経症の症状が始まり、  
興奮したり、不安を感じたりすると心臓の鼓動と呼吸が速くなり、  
死んでしまうのではないかといつ発作が起きるよになつた。

ある日、夫にしがみ付く私に夫が言った。

「万里、お前は僕の事を見過ぎているよ。

僕の事ばかり見るなよ。息苦しくて疲れてくるんだよ。

何か、趣味でも見つけて視点を変える努力をしたらどうだ？」

その時、通信制高校への進学を考えたが、

3日坊主の私には続かないに決まつていい、  
行動に移す事はできなかつた。

## 第17話『続く試練：ノイローゼ・・・自殺未遂』

結婚後に私がパート勤務をしていた会社には、

あの“中卒苛め女”の母親も働いていた。

ある日、その人から次のように言われた。

「万里さん、貴女は洋子さんと上司の間口さんに利用されているのよ。」

私は、勤務先の上司に公私共に親切にしてもらっていた。

だから、この人は、そんな私に嫉妬しているんだと思った。

私は、以前正社員で勤務していた会社で仲が良かつた同僚の洋子さんと、

その上司と3人で会つたり、昼休みに電話をしたりして交流を続けていた。

この人は、そんな私達が妬ましくて嫌がらせをしているに違いない。私は怒りを抑えながら言った。

「あなた、何を言つてるの？」

「あら？ まさか貴女知らないの？ あの一人が不倫関係なのを。」

「まさか！？」

「貴女、知らないから利用されているのね。

間口さんは貴女を通じて洋子さんに昼休みに電話をかけさせているのよ。

貴女、度々洋子さんに電話して、間口さんに代わつてあげているでしょ？

それなら疑われないものね。」

「あなたは一人が不倫している現場を見たんですか？」

「いい加減なことを言つと本人に失礼ですよ。」

「私は見ていないけど、ホテルに入る所を見たと言つ人がいるのよ。それに、これは社内では有名な話よ。」

私には、信じられなかつた。

“私が利用されていいる？！そんなはずはない。

洋子さんに限つて、そんな事をするはずがない……。

”

その晩、私は彼女を信じたい一心で洋子さんに電話をした。

「洋子さん、間口さんと不倫していいつて噂されていいよ。気をつけた方が良いよ。」

「え！？誰がそんな事を言つたの？」

「鈴木田さん。ホテルに入る所を見た人がいるとまで言われてるよ。

」

「そう……。」

「洋子さん、そんなことしていいよね？」

「え？あ……うん」

「……だつたら良いけど。」

私は、彼女の反応から鈴木田さんの話は真実であると察した。

そして“私は利用されていた。裏切られた。”と思つた。

当時の結婚生活の不安定な状態に、

道徳観念の強さと思考の堅さが災いし、  
これをきっかけに私の精神は壊れ始め、  
ノイローゼへと進行していつた。

結局、ノイローゼが元で仕事を辞めることになり、

私は精神科に通い始めた。

過去に自分の寂しさを吐露して傷ついた経験がある私は、  
自分の正直な気持ちを話さなくなつていた。

だが“精神科の医師なら、きっと気持ちを汲んでくれる”と思い、  
私は正直な気持ちを医師に伝えた。

「私は信じていた友人に裏切られた。」

これまでの経緯を詳しく医師に告げると、医師は次のように言つた。  
「そんな事を気にしてるので？友達は貴女を裏切つたつもりはないと  
思うよ。

貴女の考え方過ぎだよ。気にし過ぎなんじゃないか？ハハハハハ！」

医師は私の正直な気持ちを話す『勇気』と、

行き場の無い『寂しさ』を一笑に付したのだ。

私は、その医師に不信を抱き一度と心を打ち明けなくなり、  
薬を貰う為だけに通院するようになつた。

その後、症状はどんどん悪化し、

通院以外は家から出る事ができなくなつた。

玄関の呼び鈴が鳴ると部屋の奥に隠れ、  
人陰が無くなるまでビクビクするようになつた。

押入れやトイレ、風呂などのドアが閉まつていると  
「誰かが潜んでいる。黒い影が居る。ナイフを持つて私を襲おうと  
潜んでいるんだ。」

と言つて、扉を開ける事ができなくなり、

部屋中の扉を開放しないと生活ができなくなつた。  
トイレに入る時もお風呂に入る時もドアを開け放ち、  
頭髪を洗っている時は、下を向く事が怖くて、  
開いているドアの方に顔を向けて目を見開いたまま洗い流した。

そんな私の状態に夫は苦悩し、更に宗教活動を熱心にするようにな  
つていつた。

夫が私の回復を祈つて経文を唱えると、私は半狂乱になり、

「お前は私を呪い殺すつもりだろ！お経を唱えるなー！」

そう言つて夫の頭を後ろから殴つたり、  
夫が仏壇の扉を開こうとすれば、

「仏壇の扉を開けるな！誰かが潜んでいる！飛び出してくるー！」  
と叫び扉を押さえて絶対に明けさせない事もあつた。  
ノイローゼの症状が進めば進むほど、

私は一人で居る事が苦痛になり、以前より更に夫にしがみ付くよう  
になつた。

だが、夫は、そんな私を煙たがり私への嫌悪感を露にするだけだつ

た。

ある夜、私は、いつものように宗教活動に出かけようとする夫を引き止めた。

「お願い、今日だけは行かないで。お願いだから行かないで！一人になるのが怖い！」

私は今までになく強く懇願した。

この時の私は“自分が何をしてしまうか分からぬ”という強い恐怖に怯え、

誰かの制止が無いと、とんでもない事をしてしまって怖かった。だから、どうしても夫に側に居て欲しかったのだ。

だが、彼は嫌悪に満ちた表情で、

「いい加減にしろ！俺の邪魔をするなー！」

と怒鳴り、彼はドアを激しく閉めて出て行ってしまった。

“ああ、もう駄目だ。私には誰も頼る人がいない・・・。

こんな苦しい毎日は、もう嫌だ。樂になりたい。・・・死のう・・・

”

私は、飲まずに溜めていた睡眠薬を一気に飲み込み、遺書を書き始めた。

遺書を書いている途中で私は意識を失った。

## 第1-8話『命の期限』（前書き）

ある人は『人は、望んでこの世に生を受ける』と言つた。  
でも、私にはそう思えない。  
私は、『私の意思に関係なく両親の意思と選択によつて産み落とされた』と思つている。

## 第18話『命の期限』

自殺をして死んだはずの私・・・  
でも、目を覚ましてしまった。

隣の部屋でぼそぼそと話す声。

それは、経文を唱える夫の声だった。  
私は、そんな状況に違和感を覚えた。

“普通の人は病院に連れて行くのに、何で、こんな状況でお経なの  
？”

生きる事に疲れて自殺を選んだのに生きてしまっている自分。

“私・・・この先・・・どうしよう・・・”

毎日が生きる事への迷いの連續だった。

私の状況を知った宗教団体の婦人が、  
毎日のように電話をかけてきたが、  
私は、その話の殆どを覚えていない。

ただ、一方的に話されても私の心には浸透せず、  
言葉は单なる音のようすり抜けていった。

“私の気持ちは誰にも分かってもらえない・・・”

そんな思いだけが心の中に居座っていた。

私は、心の整理ができず悶々と過ごしていた。

“私はどうしたら良いの？”

幸せになれると聞いて宗教を信じ、

同じ宗教の人と結婚するのが幸せだと言われ、  
その言葉を信じて結婚したのに、  
今の私は全然幸せじゃない。

私は幸せになれないの。

幸せを求めた自分が悪いの？

何故、周りの人は私の気持ちを汲み取ってくれないの？  
どうして、私の話を聞いて誰も『それは辛いよね。』と声をかけてくれないの？

何で、『それは貴女のこういう所が悪いのよ。』としか言わないの？  
そんなに私がおかしいの？駄目なの？  
私にだって心がある！意思がある！  
なのに、何故それを否定するの？  
ずっと言いなりになつてきたのに、  
ずっと我慢して良い子でいたのに、  
どうして両親も夫も周囲の人も理解してくれないのよ！  
誰か助けてよ、誰か私の話を聞いてよ、誰か私を理解してよ、  
だれか、私を優しさで包んでよ・・・。

私の周りには説教する人は大勢いるけど、  
私の心を聴いて理解しようとしてくれる人はいない。  
だつたら、もう誰にも話さない。  
誰も理解してくれないなら、

自分の気持ちを紙に書こう。

私の気持ちがスッキリするまで紙に書いて心の不満を発散させよう。  
周囲の人は愚痴をこぼすなと言つけれど、  
私の身体には愚痴と不満が充満している。  
だから、紙に訴えよう。

紙は私に説教しないし、私を押さえつけないから・・・。

私は、自分の気持ちを紙に書いては発散した。  
怒り、憎しみ、悲しみ、絶望、喜びなど、  
あらゆる気持ちを思いつくままに書き並べた。  
紙は私が何を書いても批判も否定もしない。  
自由に感情を表現する機会を与えてくれた。

時には夫への愚痴や不満。

“夫が私の気持ち分かつてくれない！ばかやうつー！”

“ひつしろ、ああしろと私を縛るな！”

時には、近所の主婦連中への叫び。

“私の不妊症の苦しみを理解しないで

「子供ができないのは女じやないわね。」だじょー！

思いやりのない女どもめ！”

“私も貴女みたいに身軽な独身のよつたな生活がしたいわ！」「だつ  
ふざけるな！だつたら子供を作らなきゃいいだらおが！

嫌味つたらしい女め！”

時には、夫の姉に向けて。

“あの女、近所の人「万里ちゃんはキツイ嫁でね…」なんて言つ  
てやがる！

何がキツイだ！お前が作る借金を返す私の方がよっぽどキツイわ  
い！

お前みたいに借金ばかりして迷惑かける奴が死んでくれたら、  
私はどれほど救われるか。

私はお前に苦しめられてお前を殺したいくらいなんだぞ！”

時には、両親に向けた恨み。

“中学時代は1年から3年まで同じ靴。

爪先が破れたら継ぎ接ぎして履いていたんだぞ！

戦時中じやあるまいし、子供の体が成長するのをお前ら知らねえ  
のか！”

贅沢品や酒、ギャンブルに使つ金はあつても子供の物を買つ金は  
ねえのか！”

“お前ら子供を作つたなら責任持つて育てろー毎日毎日酒飲んで暴

れて、

あたしゃ、あんたらの子供に生まれたくなかったよ！”

心が発するまま、規制も無く書き続けた後、それらを冷静に読み返すと、

私は言いたい事を言わずに生き続けてきた事に気付いた。  
そして考えた。何故、言いたい事が言えなかつたのかを。

私は『良い子でなくちゃいけない。』という意識が強かつたのだ。  
『相手にとつて良い子でいれば愛してもらえる。可愛がつてもらえる』と、

愛情欲しさに必死に生きてきた自分がいた。

自分の中人に愛される事、穏やかな時間を過ごす事が

『幸せ』であり、その形から外れると『不幸』と決めている自分。

現実と理想、表の自分と本音の自分との間の大きなギャップ。

・・・ああ・・・私は、自分が理想としている幸せを求めすぎたんだ。

自分の本音を押し殺して周囲に合わせてばかりで疲れちゃつたんだ。  
これじゃ精神を病んで当たり前だ。

私は、本当の自分に気付いた事で、

私が一番求めていた『言葉』を自分に語りかけた。

“良い子になつていた時の私”は、周囲の人々に褒められたかつたんだね。

沢山の人に認められたかつたんだね。可愛がられたかつたんだね。

私は自分の本音を汚いと感じて隠していたんだね。

だから、本音の自分は、人に認めてもらえないと思い込み押し殺していたんだね。

ごめんね、自分に気付いてあげられなくて、自分を大切にしてあげられなくて・・・。

私は生まれて初めて自分に謝った。

自分を理解していなかつたのは自分自身だつたのだ。

他人に理解されたい、認められたいと外にばかり欲求していたけど、それ以前に自分が自分を否定していた。

これでは本末転倒だね・・・。

私は、母に認められたいが為に母の道徳觀念を忠実に守つて結婚した。

それは、暴力で苦しんでいた母への親孝行のつもりだつた。

私は、自分の意見は全て誤りで、他人の意見が全て正しいと思い込んでいた。

だから、周囲の言葉に従つた。

私は、結婚によつてやつと自分の居場所を持てたと思つた。

だから、夫に嫌われて居場所を失うまいと嫌な事にも従つた。

でも、本当の私は、両親なんか大嫌い！あの人も、この人も嫌い！もつ自分の心を親や周囲の人に言われた道徳觀念で抑圧するのはやめよう。

もつと自分の心に素直に正直に生きよう。

「今まで形成されてきた私の性格は簡単に変わらないかもしねりない。でも、これからは常に自分の気持ちを聴くよう努力するからね。」

私は自分自身にそんな言葉をかけた。

これからは一瞬一瞬の本音を大切にして生きよう。

もう、誰がどんな評価を私に下そうと関係ない。

私は評価される為に生きているんじゃない、

私は私の人生を創る為に生きている。

今後、何が起きようと、全て自分を創るための材料にする。全てを引き受けて人生の肥料に変えてみせる。

もう、悲劇の人生は作らない！と決めた。

でも・・・。

そんな風に決めて、弱い自分がまた現れる。

人生は長いよ。80歳まで生きるかもしない。いや、90歳かもしれない・・・。

そんなに長い時間必死に生き続けられるかな？

そんな生き方をした事が無い自分に続けられるのかな？

私は強い不安に駆られた。

そして考えた。

-----それなら、期限を作りつ-----

期限があれば少しは楽に生きられるんじゃないだろうか？

自分で期限を決めて、その日まで徹底的に生きてみたらどうだろう？

期限があれば、苦しくても“もう少し、あと少し”と生きられるかもしれない。

期限はいつにしようかな・・・、20年後の40歳ではどうかな？  
取り敢えず20年後の40歳まで生きよ。

40歳まで徹底的に生きてから死ねばいい。

もしかしたら、その時が来たら気が変わっているかもしれないし、  
その先の事はその時になつたら考えれば良い。

40歳まで徹底的に生きてみて、それでもまだ“死にたい”と思つ  
気持ちが強いなら、

また自殺すればいいじゃ ないか。

それに、どうせ死ぬんだから、もう幸せを求めるのはやめよ。  
この世に幸せや不幸があるなんて思わない。

あるのは現実だけ。“今”を感じている自分だけ。

幸せを求めるから苦しくなるんだ。

幸せを求めるなら「幸せになれる宗教」は私には必要ない。  
私は心の中から宗教を排除した。

私の人生は残り20年。

私は、自分の命の期限を決めて生きる事で、  
1日1日を大切に生きられるよつになつた。

この時、私は数カ月後に20歳を迎えたとしていた。

## 第1-8話『命の期限』（後書き）

たとえ自分の意思に関係なく産み落とされた自分の命であつても、生きしていく中で産み落とされた事を引き受けなければならぬ日が来る。

苦しい環境にあればあるほど、それは受け入れがたいものとなるが、引き受けける事が「自分になる」事の第一歩かもしない・・・。

## 第1-9話『22歳の高校生』（前書き）

人間の可能性は無限であり有限でもある。  
それを決めるのは『心』。  
無限と捉え、希望を捨てない者が、  
最後には可能性の扉を開く。

## 第19話『22歳の高校生』

“命の期限”を決めた私は、積極的に活動するようになつた。

エアロビクスダンス教室、

水泳教室、英会話教室など

外へ外へと向かうようになつた。

だが、一つだけ挑戦したくても踏み切れないことがあつた。

それは高校進学。

15歳の時に会社の先輩から聞いて心に刻まれた言葉。それは『人生は誤魔化しがきかない』。

幾つ習い事をしても高校進学が頭から離れない。

私は、何年も悩んだ末、

先輩と同じ通信制高校へ進学する事を決意した。

卒業した先輩にアドバイスを受け、

通信制高校の仕組みを教わり、

入学願書を提出した。

余談だが、私が願書を出した通信制高校は入試がなく、入学審査として面接と作文を実施していた。

当時は入学希望者が少なく、殆どが審査をパスしていたようだが、私達が卒業した頃から増加傾向の不登校生徒が編入するようになり、定員オーバーになり入学できない人もあつたらしい・・・。

話を元に戻そう。

1987年4月。

私は22歳で高校生になった。

私の通う高校は、自宅から車で1時間の場所にあつた。

隔週土日に通学して1时限目から6时限目まで通常の授業を受け、規定数のレポートを提出するという学習形態だったが、基本は自学自習。

不安はあつたが、夢を実現したことが嬉しかった。

ある日、私は高校へ進学した事を知人に話した。

「私ね、高校生になつたんだよ！」

私は、念願かなつて高校生になつた嬉しさを受け取つて欲しかつたのだが、

知人は次のように言つた。

「4年も通うんだろう？あんたに卒業できる訳が無い。

卒業できたら見直してやるよ。ガハハハハ！」

知人は、私の喜びを一瞬にして悲しみに変えた。

確かに、私は小さい頃から3日坊主で

何かを遣り遂げたことがないのは事実。

でも、出ばなをぐじくようなことを言わなくとも良いじゃないか！

よし！この悔しさをバネに頑張ろう！

必ず卒業して見直させてやる！みてろよおおおお！！

私は、知人の言葉に傷ついたが、

卒業まで闘志を燃やせたのは、

この言葉のお陰でもある。

前章でも書いた通り、

私は子供の頃から空想癖があり、  
小、中学校代は授業そつちのけで

“幸せ空想”に耽つっていた為、  
授業の殆どが頭に入つてない。

でも、今度は自分で決めて入つた高校である。

私は卒業までの4年間に一つの目標を立てた。

【目標・全ての科目テストで80点以下は取らないこと】

低い目標かもしだれないが勉強ができない私には丁度良い目標だ。

だが、目標を決めて勉強に取り組んではみるもの、中学を卒業して7年のブランクと

元々の頭の悪さが災いして中々勉強が捲らなかつた。

私は自分のそんな状況を友人の真紀子に相談をした。

真紀子は、教習所に通つている時に知り合つた友人だ。

彼女は非常に頭が良いので、

何か勉強のコツを教えてくれるのではという期待があつた。

「ねえ真紀子。私さあ、ちつとも勉強ができないんだ。

頭が悪いからなあ・・・。成績を上げる方法ないかなあ？」

「万里は、中学時代の国語の成績はどうだつたの？」

「国語？国語は大好きだつたから、中の上だつたよ。」

「それなら、他の教科も国語の成績まで上げられるはずだよ。

国語は全ての基礎なんだから。」

「へ？ そういうもんなの？」

「そうだよ。読解能力があれば、他の教科だつて理解できるはずだよ。」

私は、“へえ”、そういうものなのか”と単純に納得した。

その時から“私もやればできるかも・・・”

という期待を持つようになり、

出来ないと思い込むのをやめ、

楽しんで勉強に取り組む事にした。

また、寝る前には『私は頭が良い、勉強ができる。』  
と必ず10回唱えて眠るようにもした。

人は自分の可能性を自ら閉ざしている事が多い。

私は友人の言葉から“私もやればできるかも・・・”という気持ちになり、

頭が悪いと決め付けて苦しむより、勉強する事を楽しもうー・という転換ができた。

気持ちが変わつて勉強が楽しくなり、理解するのも早くなつてきたが、

今度は、一番苦手な数学で躊躇した。

勉強してもしても中々理解できないのだ。

すると、また真紀子がアドバイスをしてくれた。

「数学はパズルみたいなものだから、

ジグソーパズルを楽しめるようになると良いよ。

国語の読解力とパズルを解く楽しさが身に付けば、きっと成績が上がるよ。」

私は集中力が続かず、飽きっぽい性格の為、パズルのように時間の掛かるものは大嫌いだったが、その言葉を疑わず、1日2時間のパズルの時間を作つた。そして、寝る前の自己暗示も

『私は数学が好きになつて得意になる。』

という言葉に変え、毎晩10回唱えて眠つた。

すると不思議な事に数学の成績がグングン上がり始めた。友人のアドバイスで「自分にもできるかもしれない。」という期待と、

自己暗示、そして、努力によつて勉強が苦手で嫌いな私でも成績が上がり、勉強の楽しさも知る事ができた。

人間とは複雑な様で単純なものだ。

『自分でも、やればできる。』という経験をすると、

それが力となり、3日坊主は返上され

「努力」を惜しまなくなる。

人間の成長に於いて『どんな経験を積むか』

という事の大切さを実感する体験であった。

私はこの体験から、何かに取り組む際は、

『できないかもしないし、できるかもしない。』

でも、先ずは、できるかもしないと思って取り組もう。

そして例え結果的に駄目だったとしても、取り組んだという歴史を作ろう。

取り組む事で諦めなかつた、逃げなかつたという歴史を作る事ができる！

そして、それが必ず生きる上で自信になる。』

と考えるようになつた。

こうして勉強への取り組みはクリアできたが、それで全てが解決する訳ではない。

私には、どうしても苦手な領域があつた。それは“人間関係”である。

## 第19話『22歳の高校生』（後書き）

『これが限界』と思つて諦めるか、  
それとも『まだまだ』と思つて続けるか。  
私は自身の体験から、そこが人生創造の分かれ目のように思ひ、  
自分だけは自分の可能性を諦めないでいてあげたい。

## 第20話『友達は要らない』

私は、他人に気を遣い過ぎて疲れてしまう傾向があるので、入学してから卒業するまでクラス内で友人を作らうとしなかった。特に女同士の悪口や陰口が大嫌いだった私は、そういう煩わしさに振り回されて

勉強に身が入らなくなるのを避けたかった。だから、授業の合間の休み時間は、誰にも話しかけられたくないで、常に廊下の片隅で窓の外を眺めてばかりいた。

通信制高校には成人も通学している為、

「親睦会」ならぬ“飲み会”が度々行なわれたが、私は人間関係を持つのが嫌で一度も参加しなかった。4年生になったある日のこと、

クラスメートの中年男性から次のように言われた。

「なぜ君はクラスの中に溶け込もうとしないんだ！？」

君は、自分のクラスが嫌いなのか？

私達はクラスメートじゃないか・・・。

私は君のように和を大切にしない人は大嫌いだ！」

私は次のように返した。

「私は貴方や他のクラスメートの為に学校に来ているのではありません。

自分の為に来ているのです。だから、私を嫌つても結構です。

貴方のような人には好かれようとは思わない。」

私は、このような『自分の眼鏡でしか他人を判断しない人間』を好みません。

ましてや、人の心を思い計る前に自分の考えをぶつける人には、絶対に心を開きたくなんかない。

私は、絶対に高校を卒業し、

大学へ進学して中卒の私を馬鹿にした奴等をどうしても見返したかった。

だから、人間関係に翻弄されたくない。

高校を卒業する為に深い人間関係を持たないことは、私にとって最良の手段であり、

目標を達成する為の選択だった。

何の為の勉強か？

何の為に今があるのか？

私には、それが明確だった。

故に、クラスメートの言葉に動じなかつた。

その中年男性は私の返事を聞いて次のように言つた。

「君は、何故そんなに頑ななの？」

もつと皆と仲良くしても良いじゃないか？

皆の中に溶け込んでも良いじゃないか？

だつて、せつかく高校に入ったのだから。」

「貴方がそう思うなら、貴方がそうすれば良い事です。

私が高校に入ったのは未来に目標があるからです。

勉強しなければ、その夢は叶いません。

私の事を誰がどのように評価しても構わない。

私は勉強をする為に学校に来ているのであって、

友達を作つたり、つるんだりする為に来ているのではありません。

貴方と私とは考え方を押し付けないで頂きたい。」

「君は、確りとした目標があるのだね。」

話してみたら、君は凄い人なんだね。

君の話を聞いて、僕は君になつたよ。」

「あ・・・それは、どうも・・・。」

と、そう言いつつも私は次のように思つていた。

“ 何とまあ、心が口口口口簡単に変わる奴なんだ。

こういう奴は人間を感情論で判断するもんなんだよな。

こういう奴こそ気をつけなくちゃいかん。 ”

私は、こうして高校4年生になるまで友達を作らなかつた。  
そう、修学旅行のあの日までは・・・。

## 第21話『修学旅行』（前書き）

私は“人間が嫌い”だ。

修学旅行でクラスメートと交流するまで、そう思い込んでいた。

## 第21話『修学旅行』

私は親しい友人を作る事無く、高校4年の2学期を迎えていた。

通信制高校にも修学旅行がある。

私は親しい友人がいなくとも、自分の人生に思い出を残す為、

修学旅行には参加するつもりだった。

通信制高校の良さは、班単位で行動しないこと。

私のように集団行動が苦手な者には打つて付けである。

修学旅行は10月1日からの3泊4日。

行き先は広島県の平和記念公園と宮島。そして、山口県の秋芳洞など等。

旅行出発の日

集合場所は神奈川県のA駅。

集合は夕方で、夜行寝台列車で広島県へと向かう。

誰がどの座席になるかは、当日配布される切符で決まる。

寝台列車は2段ベッドが向き合う4名単位の座席。

私の同席者は、20代の男性2人と10代の女性1人。この3人は、クラスの人気者で友人が多く、

その為、私の座席は溜まり場となつた。

彼らは夜遅くまでガヤガヤと騒ぎ、

上のベッドで眠る私のことなど気にする気配えない。

私は仕方なく通路で窓の外を眺めていた。

すると一人の男性が話しかけてきた。

「煩いでしょ？すみません。」

彼は同席者の男性の友人だつた。

「あ、良いですよ。せつかくの旅行なんだもの。

沢山思い出を作らなくちゃ。」

「いつもこうやって一人でいるんですね。」

「私?」

「うん。」

「人付き合いが苦手なもんで・・・。それに面倒くさいの。人と話すのが。」

「あ、すみません。面倒なのに話しかけちゃって。」

「あ、違う違う。『ごめんね。言い方が悪かったね。』

自分から話しかけたりするのが面倒というか苦手なの。

でも、話しかけられるのは大丈夫だから気にしないで。」

「良かった。いつも一人でいるから、修学旅行には来ないかと思つてた。」

「いやいや、参加せにゃあ。勿体無いよ。

私、高校に入った時から修学旅行を楽しみにしていたくらいなんだから。」

「へえ?」

「だつて、修学旅行は学生じゃなきゃ体験できないじゃない? 成人しちゃうと中々できない体験だよ。」

それに、主婦から開放される貴重な時間だわ。」

「え? 結婚してるの?」

「うん。25歳の主婦です。」

「え? 20代前半かと思ってた。」

「サンキュー! 若く見ててくれて。といひで君の名前を教えてくれる? 飯村と言います。」

「何歳?」

「23歳」

「独身?」

「はい」

「4年間同じクラスだつたんだ・・・。」

君と話したの初めてだよね？」

「俺は知つてたよ。綺麗な人がいるなつて思つてたから。」

「あ、そう。嬉しい事言つてくれるわね。（笑）」

「1年の時から、ずっとそつう思つてたんですよ。」

「ありがと！」

そこへ、同席の10代の女性がやつて来て、

「祐ちゃん、戻つて一緒に飲んで話そつよお～。」

「君、祐ちゃんて呼ばれてるんだ。」

ほら、友達が呼んでるから行つてあげなよ。」

「一緒に行つて話しませんか？」

「私は遠慮する。先に眠らせてもらひうわ。」

彼は仲間の中へ戻り、私は自分のベッドに入った。私のベッドの下では、朝まで会話が続いていたが、いつしかそれも気にならなくなり、眠りについていた。

朝、広島県に到着。

目的地の平和記念公園へは、バスに乗り換えて向かう。私はバスの一番後ろの席に座つた。

すると、列車で同席だった10代の女性がやつてきて、「隣に座つても良いですか？」

と親しげに聞いてきた。

「どうぞ」

「私、串田順子です。よろしくね！」

「うん、知つてるよ。貴女、とっても綺麗だから、クラスで目立つてるもの。」

「そうですかあ～？」

彼女はふざけるような口調で言つた。

少しすると、寝台列車で溜まつて話していた連中が

彼女の周りを陣取るようにドカドカとやってきた。

「順ちゃん、さつき、駅の売店でこんなのが見つけたよ。」

と、祐ちゃんこと飯村祐司が紙風船を取り出した。

「わあ！ 可愛い！ 遊ぼ！ これで遊ぼうよお！」

バスが走り出すと同時に、紙風船バレー試合が始まった。いつの間にか私は、順ちゃんチームに入つていて、紙風船をレシーブしていた。

「うりや！ おりや！」

私が声を上げながらレシーブしていると、

「あんた、声を出さんと打てんのかい？（笑）」  
と順子が言った。

「そりなんよ。私は声を出さんと打てんのよ。（笑）」

すると、皆が私の真似をしてボールを打つ度にわざと声を上げた。その声が紙風船バレーを更に盛り上げた。

その盛り上がりに前方の人から喝が入った。

「こら、後ろ、煩いぞ！」

「はーい。すみませーん」

甘い声で順子が謝る。

紙風船バレーが終わると、順子が話しかけてきた。

「あの・・・」

「なに？」

「結構、面白い人なんですね。」

「面白くないよ。普通だよ。」

「学校では余り笑わないから、怖い人かと思つてた。」

「怖い？ 暗いじゃなくて？」

「確かに、暗そうな感じもあつたけど・・・（笑）」

「私は、普通の人よ。ただ、人と群れるのが苦手なだけ。」

「ふーん」

「だつて、人間関係つて面倒じやない。」

「・・・・ 実は、私ね・・・・ 通学高校に行つてたんだけど、仲良しだつたはずのクラスメートに苛められて退学したんだ。」

それで、通信の高2から編入したの。

「そうだったの。辛かつたでしょ？」

貴女、綺麗だから嫉妬されたんじゃない？」

順子は宮沢りえ似のとても綺麗な顔立ちをしている。

「ショッちゅう“可愛い子ぶるな！”って苛められた。

「女の嫉妬ね。私、そういうの大嫌い。

良いじやない。可愛いんだから可愛い子ぶつたつて。

貴女みたいに綺麗なら私は許せちゃうし、

貴女が友達だったら自慢しまくるけどな。」

「ほんと！？」

「うん。私、綺麗な女の子が大好きだもん。」

「うれしい！ゴロニヤーン。スリスリ」

順子は私の肩に頭をスリスリさせながら笑った。

そこに祐司の友人の小田勝正が話に入ってきた。

「ねえねえ、何を楽しそうに話してるの？」

「内緒お～！ねえお姉ちゃん。」

「おいおい、いつの間に私は貴女のお姉ちゃんになつたんだい？」

「たつた今！」

「あ、そ・・・」

「俺も家族ごっこに入れてくれよ。」

と、小田勝正が言つと、

「良いよ。じゃあ、私のお兄ちゃんにしてあげる。」

すると、そこに祐司が入つてきて、

「じゃあ俺は？」

「祐ちゃんはね・・・従兄弟」

「え～。俺だけ家族じゃなくて従兄弟かよ。」

「文句言わないのあ～。（笑）」

私の世界は順子によつて一変した。

順子は、修学旅行の間、ずっと私にくつ付いて歩き、

そして、自然と順子の周りの友人が私の周りに集まつてきた。

修学旅行が終わってみると、

私には気軽に話すクラスメートが数人できていた。

その中でも串田順子と小田勝正、飯村祐司は、

生涯の友といえる存在になつていった。

彼らは、今までの私にはなかつた別の人格を引き出してくれた。

彼らと過ごす時の私は、まるで別人のように明るく、

それが後年の私の人生を大きく変える一つの要因となる。

## 第21話『修学旅行』（後書き）

人は、環境によって変わる。

人は、出会う人によつても変わる。

どんな影響を与えてくれる環境や人に出会うかが、

人生を左右する重要なポイントになる。

“人間嫌い”だったはずの私は、順子や祐司、勝正との出会いにより、凍り付いていた心が解凍され、他人を受け入れる心が芽生えていった。

## 第22話『卒業～初めての自信』

1991年3月、私の高校生活が終わった。

高校生活4年間を振り返るとコツコツと勉強した日々だった。自宅での勉強、家事、仕事、そして隔週土日の通学に疲れる事もあり、

「疲れた…」と愚痴をこぼしてしまう事もあった。

その度に夫から「自分で決めて行つたんだろ？！疲れたなんて言うな！！」と叱られ、

ちょっとした愚痴もこぼせない緊張の4年でもあった。

この4年の中には、私生活に大きな変化もあった。

夫が事業を始めたり、夫の姉妹の借金返済の為に

彼の実家を購入する形で私達が銀行から融資を受け、

彼女らの借金を返済したり、

購入した実家に小姑一人と舅、姑と同居する事になつたり・・・。

これは、私の夫への愛情を形で表したものだった。

“彼が喜んでくれるなら・・・”という気持ちから全てを引き受けた。

引き受けたと言つても、すんなり引き受けられた訳ではない。

“他人が贅沢して作つた借金を何故私達が借金して返済しなければならないのか？”

という怒りや落胆があつた。

そのような問題が生じた中で、翻弄されずに勉強を貫き、卒業できた自分を誇りに思つた。

今までの私は、一つの事を遣り遂げた体験がなかつたにも関わらず、色々な難題を抱えた中で、高校卒業という目標に到達できたのだが、単に目標を達成しただけではない。

手を抜く事無く全力を尽くして勉強したという中身の充実があつての達成だ。

この時、私は自分の中から沸々と沸き出する『力強いエネルギー』のような物を感じた。

今後、目標に向かつて取り組んで、もしも負けそうになつたら必ずこの体験を思い出そう。

そうすればきっと諦めない自分になれる！

この時の私には、そんな自信さえ芽生えていた。

私の人格障害的な性格は、

とても極端で生き辛さを感じさせる事が多い。

だが、それは時に長所となり、大きな力を發揮する。

私の粘着質で固執する部分は、

短所となれば人を恨み陥れるような現れ方をする。

だが、それが長所になると、

一つの事を遣り遂げる原動力となる。

私の高校卒業体験は、

私を馬鹿にした者への恨み（短所）が、

卒業に執着し遣り遂げるという原動力（長所）になつたのだ。

心理学者のアドラーが、

次のような事を提唱している。

劣等感＝優越欲求

劣等感があるが故に「優越欲求」も高まるというのだ。

この劣等感を補う事が欲求の本質とし、

それは未来の目標を実現しようとするものであり、

それがうまくいかないと神経症になると彼は言つている。

また、アドラーは次のようなことも言つている。

『自分が認識している性格（長所や短所など）は、経験の中で“認識”として形成されたものであり、自分が作り出した“自分の世界観”なのだ。

でも、人は、短所を長所に考え直し（臆病 慎重）、

行動を変える事で自分の性格が変えられる』と。

私は、アドラーのこの提唱を  
高校卒業後10年以上経つてから知ったのだが、  
まさにその通り!と実感した。

## 第23話『大学進学』

1991年4月、大学進学。

私は通信制高校卒業という実績から、迷う事なく通信制大学への進学を決めた。

この時、私は26歳になっていた。

私は、自宅から近い通信制併設の大学を幾つか見学に行つたが、どの大学も校内が不潔で学生の愛校心の無さが目に付いた。そんな中で、学費が安くて校内が綺麗で

学生達が自らの大学を大切にしようとする意識の高いS大学への進学を決めた。

だが、正直な気持ちを言えば、これは表面的な理由に過ぎない。

私は、私が所属する宗教団体の会員が一日置いてS大学に入学する事で、子供ができる私をなじつた婦人を見返したいと思っていた。同時に妄信的な夫にも認めてもらいたいという下種な考えがあつたのだ。

現に、私が大学に進学する意向を、

ある婦人会員に話した時のこんなエピソードがある。

「私、今度は大学に行くつもりなんです。」

「ええ？！万里さん、あんた主婦なんだから、そんなに勉強する事ないだろ？」

大学なんて行く必要ないんじゃないかい？

取り敢えず高校卒業したんだから、

今度は宗教活動に専念したら？」

だが、後日、私がS大学に進学が決まった事を伝えると、

「万里さん、それは凄い事だよ！素晴らしいね！！」  
と、手の平を返すように態度が変わったのだ。

人は誰もが先入観や固定観念を持っている。

それが偏見となり視野を狭くする要因になる事がある。

そんな視点で現実世界を見ると、

人間関係に亀裂や差別が生じてしまう。

私は、私自身の人格障害的性格の為に、  
その団体の中で“変わり者”と言われ、異端者扱いされた。  
そんな蔑視が、どんなに悲しく辛い事かを私は知っている。  
だからこそ、私はそんな人間にだけはなるまい。  
私は、この体験を通して心に強く誓つた。

話を大学進学に戻そう。

心を病んだ経験のある私は、

心理の道を目指していたので

心理学とカウンセリングの科目がある教育学部に入った。

この頃の私は「心理カウンセラー」になりたいと考え始めていたが、  
未だ明確な目標にはなっていなかつた。

また、この大学では高校時代の様に

閉鎖的な心を持たずに大学生活を過ごす事にした。

高校を卒業した事で自信が付いたというのもあるが、

修学旅行で知り合つた友人達から“人と関わる事の楽しさ”を教え  
られ、

何よりも“偏屈な性格の私でも人と楽しく交流する事ができる”こ  
とを

彼らが発見させてくれた。

それが私が変化させる大きな要因になつたといえる。

4月某日。大学のテキストやレポート等が入つたダンボールが届  
いた。

先ずは、レポートの提出期限を確認。次に、学習スケジュール計画。  
私は、レポート提出期限のひと月前には必ず提出するという計画を

立てた。

そして次に、折り目の付いていない真新しいテキストをパラパラ捲つて見る。

高校時代のテキストとは違い、難しい漢字が沢山並んでいる。

“ひえ～！これはレポートに手を付ける前に漢字の勉強が必要だ！”少し大変そうな気配を感じつつも、私の心は弾んでいた。

そして、どうせ大学を卒業するなら、

多くの事を吸収して卒業しようと心に決めた。

「さあ！勉強に取り掛かるぞ！」

私は決意も新たに意気揚々と勉強に取り組んだ。

大学の勉強は高校とは違い、多くの参考文献を読む必要もあった。だが、私は読書が苦手な上に難しい漢字は飛ばして読んでいたような奴なので、

参考文献やテキストを理解しながら読む為に、辞書を一々引きながら読み進めなければならなかった。

その為、1ページ読み終えるのに40分以上も掛かってしまうほどだった。

辞書を引いては参考文献やテキストに読みかなをふり、意味も書き込んだ。

こうしておけば再読する時に辞書を引く必要がなく時間を短縮できるからだ。

因みに、私はこの作業を1年以上続けた。

その結果、その後は殆ど辞書を引かなくても読める程になっていた。何事に対しても面倒くさがりで根気強く続ける事ができなかつた自分が、

まさかこんな細かい作業を1年以上もコツコツと続けるとは想像もできなかつた。

人は何が切つ掛けで変わるものか、本当に分からぬものだ。

だが、何事も順調に進むとは限らない。  
この後、意氣揚々と始めた勉強が手に付かなくなる事態を経験する。

## 第24話『迷走1・・・・・摂食異常』

大学1年の夏。最初のスクーリング終了後、夫から「子供が欲しい。」と懇願された。

「僕は、もう38歳になつた。

できれば40歳までには子供が欲しい。

大学病院でどんな診断をされたか分かつていて、が、もう一度治療に行つてもらえないか?」

私が真剣に治療している時は協力しなかつた癖に、何て自分勝手な奴なんだ!という怒りが込み上げたが、私は感情的になるのを抑えながら次のように言つた。

「不妊治療に行かないのは、

大学病院の診断だけが理由じゃない。

私が不妊治療に通つていた時、

貴方は私を何度も傷つけたんだよ。

排卵誘発剤を打つて、排卵があるという時、

貴方は私に何と言つたか覚えてる?」

「え! ? 僕、何か言つたつけて? 何を言つたの?」

私は“こいつ忘れてやがる! ふざけんな!!”

と心の中で怒鳴りながら、表面的には冷静に答えた。

「貴方は『犬や猫じゃないんだから、

やれと言われてできるか!』

自分は宗教活動で忙しいんだ!!』と言つたんだよ。

私は、それを何度も言われて傷ついたけど、仕方が無いと諦めた。もう一度とそんな事を言われたくないし、傷付きたくもない。

だから、治療には絶対に行かない。』

「そうか…。それは僕が悪かつた。

もう一度と言わない。

今度は必ず協力する。

だから、頼むから治療に行つて欲しい。

どうしても40歳までに子供が欲しいんだ。

彼は涙ながらに私に訴えた。

私だつて子供が欲しくない訳じゃない。

1%の望みがあるなら治療をしたい。

でも、治療は心身両面に大きな負担がかかる。けれど、涙ながらに懇願する夫を見ていたら

“彼がそこまで言うのなら、

辛いけどもう一度だけ治療をしてみよう”といつも気持に変わり、「分かった。これが最後の治療だよ。

必ず協力してくれるんだね？

もう一度と傷付ける事は言わないんだね？ 約束してくれるんだね？

「必ず約束する！」

彼は強い口調で返した。

私は治療を承諾し、車で30分程の所にある不妊治療で有名な病院に通い始めた。

私は、医師に“治療はこれが最後といつも気持”で取り組むことを伝え、治療を再開した。

9月から始めた治療は中々効果が上がりず、強い薬を使用するようになつていった。

治療開始から3回目の排卵誘発剤で卵巣が腫らみ始め、「2～3日中に排卵があるかもしません。

この期間に夫婦生活をして下さい。」

と、医師から告げられた。

私は医師の言葉をそのまま夫に伝えた。

すると、彼は苛々した表情を浮かべながら言った。

「お前、僕の状況を見て分からぬのか？！」

今、活動が凄い忙しいんだよ。

犬や猫じゃないんだから、

医者に“やれ”と言われてできるかよ!」

夫婦生活を促す方法は幾らでもあったのかもしない。  
でも、私は彼が発した『約束』という言葉が、  
どれだけ強い意志から発せられたのかを試す為に、  
敢えて医者の言葉をダイレクトに伝えた。

だが、彼の『約束』を貫く意志は、3ヶ月目にしてあっけなく崩れ  
た。

彼は一度と言わないと誓った言葉を言ったのだ。

私は“自分から頼んでおいて……”と怒り心頭だつたが、  
ここでも敢えて冷静に対応した。

「そう、わかった。貴方は、活動が忙しいのよね。」

何故、私は怒らなかつたのだろうか?

ここは怒つて当然の場面なのに・・・。

人格障害を抱える人は、自分の感情を的確に捉え、  
上手に表現する能力に乏しいといつ。

その為、感情は行き場を無くし、燻つたまま放置される。

それが蓄積され、臨界点を超えると巷で言う所の「キレる」状態と  
なるのだ。

私は過去の体験から、自分の心を常に受け取れるよう心掛けていた  
が、  
瞬時に自分の感情を捉えて対応するまでには至つていなかつた。  
自分を知るのは、そう簡単ではないのだ。

話を戻そう。

今回の治療は最後という事もあり、

強い薬を使つた為、卵巣が拳大まで腫れあがり痛みを伴つた。

痛みの酷さに病院へ行くと医師が次のように言つた。

「卵巣の腫れが引くまで入院された方が良いですよ。直ぐに入院で

きますか？」

「・・・はい」

「それにしても、私は貴女の意思に沿つて治療をしているのに、なぜ今回のチャンスに夫婦生活をしなかつたのですか？」

貴女は、本当に子供が欲しいのですか？！」

「すみません・・・」

医師の強い口調に、私は、ただ謝ることしかできなかつた。

「そんなんじゃ、治療しても意味無いでしょ？」

「すみません・・・。あの、一度自宅に帰つて入院の準備をしても良いですか？」

「いいですよ。但し、重たい物を持たないで下さいね。卵巣から出血する可能性もありますから」

「分かりました」

私は自宅に戻り、夫に入院する事を告げた。

すると夫は、心配する気配も見せず、

「また入院かよ…」

と面倒くさそうに言つた。

私は結婚してから年に一度は神経性胃炎で入院を繰り返していた為、彼にとつては“またか”と感じたのだろう。

「重い物を持たないよう医者に言われているから、悪いんだけど病院まで送つてもらえる？」

と私が頼むと、彼は渋々私を病院へ連れて行つてくれた。

そんな夫の態度を見た私は“何で私が下手に出なくちゃいけないんだ！”

あんたに懇願されて治療したんだぞ！私が悪い訳じゃないのに、どうして私がこんな思いをしなくちゃいけないんだ！！”

と、心の中で思い切り叫んでいた。

入院中の回診のこと。

「中井さん、治療はとても辛いでしょう？」

次からはチャンスを逃さないようにして下さいね。」

と医師が何気なく放つた言葉に、私は思わず号泣してしまった。

その姿を見て、医師は何かを悟り、一人の看護婦を病室に残した。

私は、これまでの経緯をその看護婦に泣きながら話した。

説教ばかりされる宗教団体の中で、

私はいつしか本音を他人に漏らさなくなつていて、こんな風に自分の本音を他人に泣きながら話したのは久し振りだつた。

看護婦は、私の話を一通り黙つて聞くと次のように言つた。

「そんなことがあつたのね。

『ご主人にとつては子供より宗教が大切だつたんですね。ご主人にそんな事を言われて辛かつたでしょう。

先生がそれを知つていたら、

あのような事は言わなかつたと思いますよ。

辛かつたですね・・・。

そんな気持ちでは治療も辛いだけですから、少し休まれてはどうですか?』

私は頷きながら、

「そうですね。 そうします。」

と答えた。

私は看護婦が言つた、

『ご主人にとつては子供より宗教が大切だつたんですね。』

『辛かつたですね。』

という言葉に、気持ちを受け止めてもらえた安心感と充足感を味わつた。

看護婦の言葉は、私が心の底で思つていたことであり、強く感じていたことだつた。

私が口にする事ができなかつた本音を、看護婦が代弁してくれたようで嬉しかつた。

数日後、卵巣の腫れが引き、

私は夫の仕事が休みになる日曜日を選んで退院する事にした。

私が夫に迎えに来て欲しいと電話で頼むと、

「仕事で行けないから、妹に行かせる。」

「え!? 日曜日なのに仕事なの?」

「忙しいんだよ。」

「そう・・・でも、これは私と貴方の問題だよ。」

妹に迎えに来てもうのは納得できない。

私はタクシーで帰る。」

私はタクシーを呼び帰路についた。

帰宅するタクシーの中で私は自分の置かれている状況をポツリポツリと運転手に話した。

私は、夫から“周囲の者に愚痴を溢すな。家の問題を話すな”と言っていたので、

何の関わりもない運転手なら何を話しても大丈夫だらうと思つたのだ。

すると、その運転手の奥さんにも子供ができず、夫婦で散々苦しんだという話をしてくれた。

二人は既に老齢になり、労わりあいながら暮らしているといつ。

「私の妻に貴女の話をしたら、

きっと大切にしてあげてと言われますよ。

貴女の苦しみが痛いほどよく分かります。

また病院に行く事があつたら、

私を呼んで下さいね。」

運転手はそう言つと名刺を差し出した。

運転手の温かい言葉に私の心が癒されていくのを感じた。車の運転ができる私は、その後利用する事はなかつたが、今もこの光景は心から消える事は無い。

私は19歳の時の自殺未遂を境に、

自分の中の自分自身（本音）と会話をして、自分をケアするように心掛けていた。

だが、人は誰かに本音を話して受け止めもらえると、こんなにも楽になり、救われるものなのだと、いつ事を知った。恐らく、この小さな体験が、

数年後の自分の道を決めるきっかけになつたのかもしれない・・・。

自宅に戻ると仕事をしているはずの夫が居間に寝そべつっていた。

「浩志さん、今日は仕事じゃなかつたの？」

「・・・うん。」

「忙しいから迎えに来れないって言つてたじやない。」

「面倒だつたんだよ。」

彼は私の顔も見ずに、『ゴロゴロしながら面倒くさそう』に言つた。

この言葉に私の中で抑圧されていたものが大きな音を立てて一気に爆発した。

私の臨界点を超えた一瞬だつた。

“こいつ、絶対捨ててやる！”

“好き放題お金を使って遊んでやる！そして困らせてやる！..”

“高価な物を買い揃えて、十分揃えてから離婚してやる！..”

この日を境に、堅物で真面目一筋に生きてきた私が、

怒りの感情と共に豹変し、夜遊びや散財をするようになつていつた。

実生活では一人で家事をこなし、夫に手伝つてもう事を避けた。

それは、私が家を出た時に何が何処にあるのか分からぬ状態にして夫を困らせる為だつた。

夜遊びをする時も夫の夕食を整え、温めて食べるようにして外出した。

それは、私の変化を夫に気付かせない為だつた。

そして、別れて一人で暮らす為の貯蓄も始めた。

だが、別れるまでには数年かかる。

その間に夫が死亡するかもしれない。

私は死亡時に高額保険金が保証されている貯蓄型生命保険に夫を加入させ、

離婚を計画している時期に満期になるよう設定した。

着々と計画を実行していた私だが、ある異変が起きていた。  
それは、多量に食物を食べたかと思うと、

10分もしない内に意図的に吐くという行動だった。

無心に食べ漁つた後には、潰されそうな恐怖に襲われ、

喉の奥に指を突っ込んで吐くという行為を一日に何度も繰り返す。

潰されそうな恐怖 それは“太つたら夫に捨てられるかもしれない”

“太つたら夫に嫌われるかもしれない”という恐怖だった。  
捨ててやると決めた私だったのに、矛盾していると思うだろう。  
だが、これは全く矛盾していなかつたのだ。

当時の私は“夫を捨てる”と考えていたようだが

実際には“捨てられる前に捨てる”という気持ちがあつたのだ。

私は子供の頃、母から『お前を産みたくないな

万里さえいなければお母さんは幸せになれたのに』。

と言われた事で孤独の恐怖と不信感に陥り易くなつていた。

その為“偏屈な性格の上に子供ができる私は、この人を不幸にする。

だから、必ず嫌われて捨てられる”という恐怖に追い立てられていた。

そして、“捨てられたら立ち直れない。だから私の方から夫を捨てる”  
という気持ちになつっていたのだ。

自己防衛心が歪んだ形で現れていたのかかもしれない。

当時、不妊治療の副作用で43?だった体重が、

治療期間の3ヶ月で50?に増え、顔も浮腫んでいた為、そんな自分を鏡で見る度、おぞましさを感じた。

だが、過激な摂食異常行動によつて、

体重は数ヶ月で38?にまでみるみる減つていった。周囲からは「痩せ過ぎ」「身体を壊す」と忠告されたが、「いや、まだ太っている」「もつと痩せなくちゃ」と、自分の状態に全く問題を感じる事ができなかつた。

全くの余談だが、当時の身長は148cm。

50kgの体重では、ポッチャリを通り越してパンパンだった。現在の身長は152cm。

身長が伸びたのは28歳を過ぎてからで、4cmも伸びている。この体験は「自分は小さいと悩んでいる人」には朗報ではないだろうか?

身長は成人になつてからでも伸びる!

## 第25話『迷走2・・・浮氣』

私の異変は、摂食異常だけでなく、  
“自暴自棄”という形でも現れていた。

私は、週に2～3回は都内で夜遊びをして終電で帰るという自堕落な生活を送っていた。

当時はジュリアナ東京が盛況だった時代。

私もジュリアナ東京で逆ナンパをしては「独身」と偽つて何人もの男性と遊んだ。

ある夜、友人の順子といつものようにジュリアナ東京で踊っていると、

私の隣で30代後半から40代前半位のサラリーマン風の軽そうな男性が踊っていた。

“この男、遊ぶには丁度良さそう・・・。後腐れなさそうだし、頭も悪そ.udだから、嘘をついてもバレないだろ。”

そう思った私は、その男性に声をかけた。

「一緒に飲みませんか？」

「ああ、良いよ。でも、今夜はもう帰るから、今度で良いかな?」「良いですよ。ところで、変える方向はどっち?都内?」

「多摩方面」

「え!? 多摩方面? 奇遇だなあ。私も多摩方面ですよ。」

「じゃあ、一緒に帰るか?俺、車で来たから乗せてってやるよ。」

「そう?悪いなあ。じゃあお言葉に甘えて・・・」

こうして私と順子は初対面の見知らぬ男性の車に同乗して帰宅することになった。

この時、不思議と恐怖心は全くなかつた。

以前の慎重な私からは想像もできない行動である。

帰りの車中で、助手席に座る私の手を彼は握つて離さなかつた。  
“こいつ、結構な女つたらしかも…。だつたら騙すのは簡単だ。  
私は、そんな事を思つてた。

「ところで、君達の名前を聞いていいかな？」

「私は串田順子です」

「私は、中井万里です。貴方は？」

「大島 豊」

「見た感じ、結婚されてますよね？」

「そういう事は言いたくないな。」

「…」

「今後、君と連絡を取り合つて、どうしたら良いかな？」  
「ポケットベルに連絡して下さい。」

「それじゃ、お互いのポケベルの番号を交換しよう。」

私達は、それぞれの番号を交換した。

大島は私と順子を私の家の前で下ろし、自宅へと戻つていつた。  
「姉ちゃん、あいつ、姉ちゃんの手を握つたまま離さなかつたね」

「ああ、そうね」

「何で、そのままにしてたの？」

「そのままにしておけば、“この女、俺に気がある”と思つと思つたから」

「へ？！な、何で？」

「あいつ相当な女好きだよ。

自分になびかない女は居ないと思つてこりゃく信があるんじやないかな。

ああいう男を見ると腹が立つんだよね。

だから、私がその鼻つ柱を折つてやる！…つて思つたわけ。  
手を握らせておいたのは、その為で…」

「…」

翌日、大島から私のポケベルに連絡が入つた。

私は直ぐに表示された番号に電話をした。

「あの、中井ですが・・・」

「あ、電話をくれてありがとう。昨夜の約束だけど、今夜一緒に飲まない?」

「良いですよ。それじゃ、送つてもうひつたお礼に私に、」馳走をせて下さい。」

私の夫は、毎晩深夜まで宗教活動をしていたので、

私はいつも気軽に夜遊びができた。

大島は、多摩の居酒屋で21時に待つよこと指定した。

私が居酒屋に向かうと、彼は既にお酒を飲んでいた。  
お酒が進むと彼は自分の事を話しだした。

彼は、36歳の都内の会社に勤めるサラリーマンで、  
現在、妊娠7ヶ月の妻がいること。

女房は家事が下手な上に気が強くてムカつくところ話や  
高校1年の長男と小学校2年の長女がいて、  
長男が高校に進学したくないと言って困った話など、  
彼は無防備に自分の話を続けた。

「ところで、君は独身?」

「私? バツイチの独身です」

「バツイチ? 若そうに見えるけど・・・。歳を聞いて良いかな?」

「良いですよ。26歳です。もう直ぐ27歳になるけど」

「若く見えるな。20代前半かと思つてたよ」

「そうですか?」

そんな会話から、自然と私は自分の境遇を話しだした。

勿論、作り話ではあるが・・・。

「私、長男と結婚してね。」

子供ができなくて姑に無理やり離婚させられたんだ。  
今は実家を継いだ兄夫婦と同居しているの。

お嫁さんがいるから、息が詰るんだよね・・・。

だから、ついついこうやって夜は遊びに出ちゃうんだ。

「そういう話、ドラマとかでは見た事あるけど、実際にあるもんな

んだ

「ありますよ」

「でも、そういう暗い話しさ、やめよう。

君には悪いけど、酒が不味くなるだろ?

お互いの境遇は関係ないからな。それよりさ・・・。」

「何?」

「言い難いな・・・。」

「何よ、はつきり言ひなよ」

「気分悪くするかもな・・・。」

「大丈夫だよ。気分悪くなんかしないから、言つてみてよ

「君、子供ができるんだろう?遊ぶには丁度良い女だよな」

“それはこっちのセリフだ。私が遊んでるのも知らないで、アホ!“

「子供ができないんだつたらさあ・・・。」

「今度、生でやらせてよ。

俺、ゴム付けてするの嫌いなんだよ。

今、女房が妊娠中で、できねえから溜まつてるんだよなあ。」

“何とまあ下品な男・・・。”

“そういう気になつたらね。』

「ホント!?じゃ、今夜は?そういう気にならない?」

「う~ん・・・。」

「良いだろ?此処に来たのだつて、当然そういう事も考えていたはずだろ?

子供じゃないんだから、そういう当たり前の事、分かつてゐるよな

「?」

「・・・じゃ、ホテル代は貴方が出してよね。」

「出す、出す、金も精子も出す!」

“馬鹿かコイツ。結局、男なんて下らない。私がどれほど男を馬鹿にして騙しているかも知らないで、SEXを喜ぶ单細胞な奴め”

私達は、そのままホテルに向かい、体の関係を持った。私にとっては一人目の男性体験。

大島は私の名前を「万里、万里」と呼びながら尽きた。私は、尽きていく大島の顔を見ながら、

“ なんで名前を呼べるのかな。他にも女がいるだろ？ 、元気で間違えて呼んだらどうするんだろう。

そういう事、考えないのかなあ・・・”

と冷めた感情で大島が終わるのを待つていた。

大島と3ヶ月ほど関係を続けていたある日のこと。

友人の順子がこんな事を明かしてきた。

「 姉ちゃん、姉ちゃんの遊び相手から『万里には内緒で 』 こつそり会おう 』 って電話があつたよ。 」

「 馬鹿な奴。そういう姑息な事しないで、会いたきや会えれば良いのに。 」

お互い独占する権利なんか全くないんだから。好きにすればいいものを。アホな奴。 」

「 姉ちゃん、そういうの平気なの？」

「 当たり前じやん。私、あいつの事が好きで付き合つててる訳じゃないもん。 」

「 すつ 』 おーい！ 冷めてるう！ そういうカツコ良い事言つてみたい！ 」

「 カツコ良い？」

「 うん！ 何か大人の女つて感じ！ 」

「 何を言つてるんだか・・・。そういうのは大人とは言わないの。あいつさ、すつごい独占欲強くて嫌なんだよね。 」

「 そつなの？」

「 うん。この間、あいつとBarで飲んでたら、

23歳の素敵なアメリカ軍人に声を掛けられたの。うふー。 」

「 うふつて・・・。姉ちゃん、何を喜んでんのよ。 」

「でさ、その軍人と仲良く話してたら

『俺に焼もちを焼かせようとしてんだる？！』 だつて。

本氣で怒ってるんだよ。ばっかみたい。

そんな気さらさらないのにさ。自惚れんじゃないつて感じ。』

「姉ちゃんつて、そんな人だっけ？」

「そんな人つて？」

「もっと真面目だと思つてたけど・・・」

「自分でも、この豹変振りにはビックリしてるよ。ははははは！」

以前の私は“結婚をしたら絶対に浮氣も離婚もしてはいけない”  
と思つていた。

ましてや、自分は絶対にそんな事をしない人間だと信じていた。  
でも、その『絶対』が崩れたのだ。

この絶対が崩れたきつかけは、夫の所為だけではない。

私に“一人の男に尽くしなさい”と道徳観念を教え込んだ母が、  
浮氣相手の男と蒸発した時に、私の中に作られた『道徳』は土台か  
ら崩れ去つた。

母は“母の言葉を信じて貰いた私”を裏切つただけでなく、私を捨てたのだ。

何故、従順だつた私を裏切つて捨てたのか？

何故、従順だつた私を最後まで愛してくれなかつたのか？  
もう、何も分からない、分かりたくない！誰の言う事も聞くもんか！  
どんなに良い子になつた所で、誰も私を大事にしてくれないんだ！  
こうして私の中の“良い子”が反旗を翻し、

今までとは正反対の行動を取るようになつていつたのだ。

話を元に戻そう。

当時の私は、まるで心のネジが外れて壊れたように荒れた生活をしていた。

だからと言つて、決して葛藤が無かつた訳では無い。

でも、止められない何かが私の中で暴れていた。

大島との関係は5ヶ月ほど続いた。

流れしていく時間の中で私の中の“私”が、  
『40歳までは必死に真剣に生きると決めたのを忘れたのか?』と、  
強く問い合わせようになつていつた。

そして、その“私”は日に日に力を増し、大島との別れを考えさせるようになる。

私は、大島とホテルから帰る車中で順子から聞いた話を切り出した。  
「貴方さあ、順子に『万里に内緒で会おう』って電話をしたんだつ  
て?」

「え・・・」

彼は気まずい表情を浮かべた。

「私は貴方と遊んでいるだけの関係なんだから、  
お互いに何をしようと自由だよ。」

でもね、私の友達ってのはねえ・・・。」

私は大島を睨んだ。彼は私と目を合わさず、

「あいつ、しゃべりやがつて・・・」

と呴いた。

「はあ?! 貴方、馬鹿じゃないの?」

喋つた彼女が悪いと思ってるの?

それは大間違い。

貴方の遣り方がまずいんだよ。

もつと頭を使いなさいよ。あ・た・ま・を。」

私は自分の頭を人差し指でコンコンと叩いた。

「何だと!」

「ふ・・・。頭の悪い奴は、自分が追い込まれると逆切れするんだ  
よね。」

お決まりのパターンだね」

「お、お前、俺と別れて、あのアメリカ人に乗り換えるつもりだろ！だから、そんなことを言い出したんだな！」

「はあ？ 私が誰と別れるって？」

「いつから私らは付き合つてることになったわけ？」

貴方と私はただのSEXフレンドじゃん。

貴方は自分の奥さんが妊娠中だったから欲求の処理をしただけでしょ？

利害が一致しただけの関係で付き合つとか別れるとかの次元じゃないわよ。

それに、奥さん、出産したんでしょ？

だったら、もう私と会う必要ないよね。

これからは連絡しないでくれるかな。

会いたくないから。」

「そ、それは、こっちのセリフだ！ 淫乱女め！」

「ふつ・・・・。好きなように言って下さい。それじゃ。」

そう言って、私は大島の車を降りた。

こうして、私達の関係は後腐れなく終わつた。

私の中には、一かけらの未練もなかつた。

浮気をした事も驚愕の出来事だつたが、

大島との関係が終わつた後に気持ちを引きずらない事も不思議だつた。

私という人間は、一体どんな奴なんだろうか？

私は自分を知つてゐるつもりだつたが、

私が認識していた自分とは全く違う部分が自分の中にはあるようだ・

・・。

後年、幼馴染の友人が私が遊び狂つていた時の様子を次のように話した。

「あの時の万里は狂つていたよ。  
黙つて見ていられなかつた。

何があつたのかと思つたけど、言えない理由があるのだろう。

言いたくなればきっと話してくれる。

そう思つて深く追求しなかつたけど、

真面目な万里が壊れていくのが心配で傍を離れられなかつたよ。

振り返ると、この友人は私が遊びに行く先々についてきてくれていた。

後から、それは私を心配しての事だつたと知り、

私は初めて自分の愚かさと最高の友人に恵まれていた事を知つた。

余談になるが、この浮氣体験は、

私の中に埋もれていた過去を掘り起こした。

私は、男遊びに明け暮れていた数ヶ月間を決して楽しいとは思つていなかつた。

自分の中にSEXへの嫌悪感がありながら、冷めた感情で浮氣をしている自分に違和感を抱いてもいた。ある日、そんな自分のアンバランスな気持ちを順子に伝えると彼女は次のように言つた。

「姉ちゃん、過去にSEXで凄く嫌な体験をしたんじゃない？」  
私の友人で強姦された子がいてね。

その子、それから自分の身体を大切にしなくなつたんだ。

本当は、そんな事したくないのに何故かそうなつちゃうつて言つてた。

「姉ちゃんも何かあるんじゃないの？」

その話を聞いた途端、子供の頃にお風呂で体験した兄との情景が鮮明に蘇えってきた。

同時に涙が止め処なく溢れ出ってきた。

「私、小学生の時、兄にSEXをさせられた・・・凄く、凄く、嫌だつた。」

「姉ちゃん、かわいそう・・・」

私と順子は抱き合つて思い切り泣いた。

その時、私は自分の中にSEXに対する強い嫌悪感と汚らわしさがある事を明確に悟つた。

そして、それがあつたから夫とのSEXにずっと抵抗を感じていたのだと理解した。

私は、その日から夫からのSEXの要求に応じる事が少なくなつた。

## 第26話『未来への誓い』

不妊治療をきっかけに、夫との関係に亀裂が生じ、勉強もそつちのけで遊び呆けているうち、

私は大学2年の半ばに入っていた。

私は過去の自分との誓いを果たしていない自分に対し、

“これで本当に良いの？私は何の為に大学に進学したの？40歳まで確り生きると決めたじゃないか！”

と自分を責めた。

私は、やつと正気を取り戻し

“もう一度、大切な自分の人生を丁寧に生きよう！”

という気持ちになり軌道修正をして

遅れていた1年分の勉強を数ヶ月で全て取り戻した。

そんなある日、大学の分校ロサンゼルスで語学研修があり、抽選で80名が参加できるという発表があつた。

私は、この語学研修を再起のチャンスにしたいと思い応募した。数百名以上の応募の中、私は参加者80名の中に入る事ができた。参加メンバーが決まり、出発に向けた説明会が大学で行われた。当日は、大学の創立者が大講堂で講演をしていたのだが、急遽、研修に参加するメンバーも聴講できる事になった。

私は、そこで人生の原点となる言葉に出会う事になる。

創立者と言えば、在学生なら誰もが一度は会いたい人である。でも、私にとつては会いたいと思い焦がれる対象ではなく、普通の人であり、カリスマ性も感じていなかつた。

だから、何んを正すこともなく何気なく講演を聞いていた。だが、そんな私の心に次の言葉が染み込むように入ってきた。

「鶴は渡りの“時”を感じると一声鳴いてから飛び立つといつ

今、君達は周りから理解されず苦しいかもしない。

けれど、君達は“21世紀に時の声を上げて飛び立つ鶴”なのです。

今は理解されなくても、挫けずに頑張りなさい。

君達の活躍する時は必ず来る。

飛び立つ21世紀まで確り勉強をして鋭気を養いなさい。

私は『今、君達は周りから理解されず苦しいかもしない。

という言葉を聞いた途端、どつと涙が込み上げた。

自分の気持ちを周囲の人伝えても理解してくれる人はいなかつた。ましてや、一番理解して欲しい夫にさえ・・・。

理解されないまま過ごした時間は、私にとつて拷問のようだった。だが、荒れた生活をした事で、私の中の苦しみや悲しみは排出されたと思っていたが、

実は排出されていなかつたのだ。

その言葉と共に私の中で積もり積もつた苦しみが胸の奥から噴出し涙になつた。

『君達は21世紀に時の声を上げて飛び立つ鶴

『今は理解されなくとも、挫けずに頑張りなさい。君達の活躍する時は必ず来る。』

“こんな私でも飛び立てるの！？”

“こんな私でも誰かの役に立てるの？社会で活躍できるの！？”

“今まで理解されなかつた私でも、理解される日が来るの？”

私の頭の中を色々な思いが巡つた。

私は、この言葉通りに生きてみたい。

だが、直ぐに“生きられるかな？”という不安が起きた。否、不安や疑問を抱くのでは無く、

飛び立つてみせると決めて諦めずに取り組もう。

そうすれば、その時は必ず来る。そう信じよう。

今まで胸に響いた言葉を大切にして生きてきたじゃないか。

その結果、マイナスになつた事は一度だつてなかつたじゃないか！

だから、今回も胸に響く言葉をせつかく聞いたのだから、  
決して無駄にするまい！大切に胸に刻んで生きていく！  
そう、心に決めた。

当時（1992年）の私は、心理の道を目指していたが目標は明確  
ではなかつた。

だが、自分に何ができるのか？何がしたいのか？  
と考えあぐねた結果、自分の寂しい生い立ちや子供ができずに悩ん  
だこと、

病院で看護婦に話を聞いてもらつて救われたこと、

退院する時に乗つたタクシー運転手の優しさに支えられた体験を通  
して、

私は人の心をサポートする事で人や社会に貢献できる人材になりた  
い！

と強く思うようになり、心理カウンセラーの道を目指した。

私は、その日を境に

『10年後には、人や社会に貢献できる人材になる！

せつかく生まれてきて何もせずに終えるものか！

これからは「人と社会に貢献」を目標に

自分を鍛え必ず目標を実現してみせる！』

と私は新たに自分自身との誓を立てた。

## 第27話『10日間のアメリカ語学研修』

語学研修出発の日。

初めてのアメリカ本土。

飛行機に10時間以上乗るのも初めて。

期待と不安を抱きながら私は日本を飛び立った。

アメリカでの語学研修では、  
勉強するのはホンの数時間で、  
殆どがショッピングや観光というスケジュールが多かった。  
私はショッピングモールに行つても買い物をせず、  
ただベンチに座つて時間を潰していた。

すると、現地スタッフが不思議そうに話しかけてきた。

「買い物しないの？」

「買いたい物がないから・・・」

「日本人は、みんな買い物好きだと思ってた。」

「そうじゃない人もいるんですよ。（笑）

でも、せつかくアメリカまで勉強に来たのに、  
どうして買い物ばかりのスケジュールなの？  
これじゃ勉強にならないよ。

文化の違うアメリカに来て、

此処でしか見られない美術や歴史に触れたかったな。  
だつて一度と来られないかもしないから・・・。  
すると、スタッフが次の様に言った。

「それは貴重な意見ですね。」

皆さんが此処に来てから、

生徒の中からリーダーを決めて

毎晩意見交換をしているけど、

誰も貴女の様に自分の意見を言う人がいない。

日本人にも自分の意見をハツキリ言う人がいたのですね。

それは、大切にして下さい。」

「・・・」

この時、私の中に堰き止められていた、

“自然で純粹な湧き水（私自身）”が溢れ出るような感覚が走った。

私は、自分の意見を明確に持っている事で

“変わってる” “細かい”と言われる事があつても、  
この様に受け止められたことがなかつた。

このように受容されたのは、初めての体験だつた。

アメリカでの私は、本当に自由だつた。

しがらみもなく、私に対する固定観念や先入観を持たない人々との  
交流は、

私の中の“私自身”を解放してくれた。

この体験は、私という人間を更に発見する機会も与えてくれた。

私が住んでいる地域は、因習深い地域だつた為、

自分の意見を主張すると「我儘」というレッテルを貼られ、

私は、不本意な事も仕方なく受け入れていた。

しかし、アメリカで自分の意見や価値観を話すと、

否定される事なく受け入れられた。

“私は今まで自分の事を偏屈な性格だと思っていたけど、

それは、周囲がそう言うから『偏屈』と思い込んでいただけだつた  
んだ。

私は、自分への印象さえ周囲からの烙印で決定していたんだ。

私は、自分の事を一番知つていて、

また、一番知らないのは“自分自身”だという事に気付き、

そして、周囲からの烙印を消し去りたい一心で、

不本意な事を受け入れていた事にも気付いた。

この語学研修で知り合つた現地で暮らす日本人男性が

次のような事を話していたのが印象的だつた。

「私は窮屈な日本が嫌でアメリカに渡つた。

日本の文化は若者の才能を摘んでしまう傾向がある。「確かにその通りかもしない。

「神の手」と称される脳外科医の医師が封建的な日本に嫌気がさして日本を離れ、

異国之地で独自の技術を開発したという話もあるのだから・・・。

話を戻そう。

私は、アメリカでの語学研修で

日本の文化を初めて外側から見る事ができたように思つ。同時にそれまでの自分自身も見えてきた。

私は、知らず知らずの内に

“長い物に巻かれて”生きる術を身につけ、巻かれる事で摩擦を避けていたのだ。

だが、それで外的な摩擦は回避できても、内面的摩擦は強くなる一方だつた。

私は、自殺未遂をきつかけに

『自分の心の声に耳を傾け、自分に正直に生きる』と決めたはずだったが、

そう易々とは変われていなかつたのだ。

私は、自分の心の声を聴こうとする反面、

内面の摩擦を感じないようにもしていたようだつた。何故なら、そこ以外に生きる場所が無かつたから。

でも、既に離婚を視野に入っていた私には、

現在の場所以外に生きる所や帰る実家がなくとも、

新たに生きる場所を作れば良いというサッパリした気持ちさえ芽生えていた。

帰国後、私は更に『私自身を知る』努力をして、心の自律を促そうと強く決意した。

## 第28話『一つの道』

心の自律は一朝一夕では確立できない。

私は、自殺未遂後に続けてきた『心の声を聞く』という習慣を、『心の殴り書き』にして、時間を置いてから、それを読むというものに変えた。

そこには誰にも話せない愚痴、不満、怒り、悲しみ、喜びなど、私の本音が表現されていた。

中には、子供のように小さくなつて周囲の目や言葉を気にしている自分がいた。

ちょっとした言葉に傷つき怒りに震える自分がいた。

愛されたいと懇願する自分がいた。

親を恨む自分がいた。

そしてそれらの感情を“そんな風に思つてはいけない。と抑圧する私も未だにいた。

私は気付いた。

“ああ、周囲の人私が拘束していたんじゃないんだ。私自身が自分の心の自由を奪つていたんだ。”と。

本音で生きると息巻いていながら、まだまだ周囲の目が怖かつたんだなあ・・・。

そんな『殴り書きを後から読む』というセルフケアをしている内に、私は自分の中のあることに気付いた。

私は“自由な自分を愛された経験が無い”ということ。

親を恨むほどの経験をした私に対し、

他人は「親を恨んじやいけない」と言つ。

何故、他人は私を“良い形”に変えようとするのでしょうか？

何故、私の心と向き合ってくれないのでしょうか？

「苦しい子供時代を過ごしたんだね。それなら親を恨みたくなる

よ。」

と何故言つてくれないのでしょうか？

そう言つて欲しいと思う私は我慢なのでしょうか？

他人の言葉に傷つき、言つた相手を憎むと

「その程度の人だったのよ。憎むだけ損だよ。」と“良き形”に片付けられる。

何故、「それは酷いね。傷付いて当たり前だ。それじゃ憎みたくもなるよ。」

と言つてくれないのでしょうか？

私が求めすぎなのでしょうか？

私は自分に言つた。

『求め過ぎてなんかいないよ。恨んだって良い、憎んだって良いんだよ。

先ずは心の中の“苦しんだ”“傷ついた”という事実を大切にしよう。

恨むこと、憎むことで、何が嫌で、どうしたかったのか、どうして欲しかったのか、という自分が見えてくる。

マイナスと思われる感情こそ大切にしてごらん。

きっと自分が見えてきて、そんな自分との関り方も見えてくるよ。

』

人を殺したい！と思う事はいけないことなの？

殺したいと思うほど傷ついた気持ちを聞く前に、

「そんな事を考えちゃ駄目！」と人は言つ。

実際に人を殺してはいけない。そんなの分かつてゐる。

でも、殺したくなるほど傷ついた心はどうしたら良いの？

私は自分に言つた。

『殺したくなるほど傷ついたんだね。苦しかったんだね。

でも、現実には人を殺してはいけない事を貴女は知つてゐる。

そんな事できないことを貴女は知つてゐる。

誰かが貴女を話を聞いてくれたら、貴女の心は、  
穏やかになり、冷静に他人の話を聞けるようになるんだよね。』

心の中で何を思っても良いはずなのに、周囲の人はそれを正そうとする。

でも、心の中で何を思っても良いじゃないか、心は自由なんだから。だけど・・・、だけど・・・、

実は、それは私が周囲の人に左右されているだけのこと。

「駄目だ」と言わされたから、諦め、抑圧していたのは自分。私が私の心の自由を奪っていたのだ。

私の心の自由を私自身が常に確保できれば、きっと生き易くなる。

そんなセルフケアの中で、私は一番大切な事を発見した。

それは“お母さんに愛されたい”と強く求めていた私の存在。でも、私が求めるように愛してくれる母親は既にいない。求めても無理なのだ。

諦めるしかないのだろうか・・・?諦めきれない・・・。では、どうしたら良いのだろう?

・・・私がやっているセルフケアは、私が求める『母』と同じなんじゃないかな?

そうだ!セルフケアを『独占できる私だけの母』にしよう。

こうして、私は自分の心の中に『母』の存在を創った。

私の中の『母』は、決して私を攻撃せず、受容してくれる。私の話を「そうか、そうか。」と聞いてくれる。

ある日、私は自分の結婚について心の中の『母』と会話をした。

「私ね、夫の事は凄く凄く好きなの。でも、一緒に老齢を迎えるたいとは思わないの。」

『何故なんだろうね?』

「老齢になつたら支え合いが必要でしょ?彼とは支えあえない。」

憎しみが溜まつて、私が彼を支えられないと思つ。」

『憎しみ?』

「うん。だつて夫は私を嫁としてしか見ていなんだもん。私自身を愛してくれない。

彼の姉妹の問題で努力しても“嫁なら当たり前”と言つて認めてくれないし、

彼の家族の事で愚痴をこぼすと直ぐに“嫌なら出て行け!”って言うし……」

『認めてもらいたいの?』

「うん。“ありがどり”の一言で、遣り甲斐を感じられるし、また頑張ろうと思える。

でも、彼は“嫁なら当たり前”で終わっちゃう。私には彼が求める“嫁”はできない。

彼の事好きだけど、未来に向かつて一緒に時間を過ごす自信がないな……。」

『未来に向かつて一緒に時間を過ごす?』

「うん。だつて、結婚は“共同生活”でしょ?」

不妊治療の時、酷い仕打ちを受けて、こいつを捨ててやるーって思つた。

協力が必要な時に、あんな事されて……。

それがきっかけで、私は仕返しみたいに浮氣をした。

私のした事は許されないことだと思う。誠実じゃない。

でも、あいつが悪い!って思つ自分がいて、自分を正当化しようともしてる。

何だか、自分を責める自分と、自分を理解しようとする自分がいて凄く苦しい。」

『そうか、苦しいか。』

「でも、もう逃げたくない。自分の人生をちゃんと生きたい。他人のものじゃない、自分の人生なんだから。」

『そう……。直ぐに結論を出す必要はないけど、疑問に思つなら、

じつくり考えて見詰め直す必要があるみたいだね。』

私は“好きな人と暮らしているのに苦痛を感じる”自分への疑問、“結婚生活を続ける事に価値を見出せなくなっている”自分を、もつと丁寧に見詰めていこうと思つた。

そして、見詰めた結果、彼との結婚生活を続けるか、離婚するか、という究極の選択になるかもしれない。

既に離婚の準備も整えながらではあるが、取り敢えず、大学を卒業するまで、じっくり考へることにした。

## 第29話『卒業・離婚』

ある日、私は温泉旅行の懸賞に当たり、友人を誘つて旅行に出かけた。

私は余り写真が好きではなく、なるべく写真撮影には加わらないようにしていたのだが、友人が「記念だから」と強くせがむので、仕方なく写真撮影に加わった。

後日、その写真を見て私は自分の豹変振りに驚いた。頬がこけ、肌の色は浅黒く、鎖骨と肩にかけて骨がくつきりと目立ち、

まるで病人のような表情で私がそこに写っていた。その写真を見た瞬間“意図的に食べ物を吐いている私はおかしい”と悟った。

気が付くと体重は38?にまで落ち、不健康な痩せ方をしていたのだ。

“このままではいけない”と思った私は、その日から意図的に吐く事をやめた。

直ぐにやめられた訳ではなかつたが、徐々に症状は治まつていった。

自覚をした事は症状改善の一因ではあるが、“生きる事から逃げず、真剣に向き合つた”ことが、治癒の最大の原因であつたように私は思う。

1995年3月大学卒業。  
私は30歳になつていた。

この頃になると過去の学歴差別の屈辱は気にならなくなり、“あれは私に高校、大学進学を促してくれた大切なきつかけ”と捉えられるほど心が成長していた。

同時に、私は常に自分の心と対話をして納得するまで自分と向き合  
い、  
一つ一つにスッキリと対応できるまでに変わっていた。

この頃は、バブルが弾け建築事業をしていた夫には辛い時期だつ  
た。

仕事がめっきり減り、先の不安からかギャンブルばかりするよつこ  
なつていた。

私は、自分がおかしくなつて浮氣をした経験があるので彼の行動を  
理解し見守つていてが、

ギャンブルをするようになつて既に5年の歳月が流れていた為、少  
し苛々し始めていた。

「ねえ、いい加減にギャンブルをやめたら?貯金も底をつくよ。」

「うるさいな。何もわからないくせに口を出すな!」

「はあ!?今まで貴方の家族の借金や仕事で騙された時に奔走した  
のは誰よ!」

「そんなの当たり前だろ!中井家の嫁になつたんだから  
「当たり前なんかじゃない。私は貴方の妻だけど、貴方の家族の親

じゃない!」

「嫌なら出て行けばいいだろ!…出て行け!…」

「いつもそりやつて出て行かつて言うのよね。私には帰る家なんか  
ないのに。」

「君は、僕や僕の家族が嫌いなんだろ?だったら離婚すればいいじ  
やないか!」

「離婚?・・・そう、わかつた。」

私は、そう言つと少しの荷物を持って家を飛び出した。

行く当てもなく、1時間ほど車でふらふら彷徨つたあと、  
目に付いたビジネスホテルに宿泊する事にした。

ホテルから夫に電話をすると彼は泣きそうな情けない声で言つた。  
「悪かったよ。頼むよ、戻つてくれよ。」

「出て行けって言ったのは貴方でしょ？言われた通りにしただけだよ。」

「明日には帰つて来てくれるんでしょ？」

「ギャンブルを止めるなら戻つても良いよ。」

「止めるよ。だから戻つてきてよ。」

私は、ホテルに一泊して翌朝自宅に戻つた。

夫は私と目も合わせず、バツが悪そうに俯き、何も言わずに仕事に出かけていった。

これを境に、夫はギャンブルをやめ、毎日仕事に行くようになった。

だが、それは行つている振りだった。

ある日、従業員が困つた表情で事務所に入つて来た。

「あの、今日は社長は何処の現場に行つているんですか？」

「え！？何処の現場つて、貴方と一緒に現場に行つたんじゃないの？」

「あ！いえ・・・その・・・僕が間違えました。すみません。」

「彼のこと底わなくて良いよ。私は薄々勘付いていたんだから。彼は、毎日仕事に行く振りをして、パチンコに行つているんでしょ？」

身体に染み付いた煙草の臭いを嗅げばすぐ分かるわよ

「・・・」

「私ね、離婚を考えているの。

貴方も将来の事を考えておいた方が良いわよ。

余計な事かもしれないけどね・・・」

「・・・」

従業員は何も言わずに帰ろうとしたが、また事務所に戻つて来て私にこう言つた。

「僕、最近の社長に疑問を感じる事が多いんですね。実は、転職も考えているんです。」

万里さんもまだ若いんだから離婚して

遣り直す事を真剣に考えた方が良いと思つています。」

「そうね。お互い、将来の事を真剣に考えよ。」

従業員の言葉をきつかけに、私は更に真剣に離婚を考え始めた。

夕方、仕事から帰った夫に私は言つた。

「今日の現場は小田君と同じ所だつたの？」

「うん」

「へえー。そこには銀の玉が沢山転がつてゐるんだ。」  
夫の表情は見る見る変化した。

「貴方、ギャンブルはやめるつて言つたよね？」

「仕事が少なくて貴方が苦しい」と思つからこそ、

この5年間何も言わずに好きなようにさせてきた。

下職や従業員への給料を払うと自分達の収入がなくなつてしまつ  
けど、

それでも貯金引き出しでどうにかやつてきた。

でもね、人間には限界というものがあるのよ。

私には、これ以上此処で生活する事はできない。」

「今度こそやめるから、嘘ついてゴメン」

「私、貴方の事は凄く好きだけど、これ以上は無理。別居しようよ。

「好きなのに何で!? 理解できないよ! 別居なんか絶対にしない!」

「好きなだけじゃ結婚生活はできないわ。  
別居するなら離婚だ!」

「好きなだけじゃ結婚生活はできないわ。

だつて、結婚は『生活』なんだもの。貴方はそれを認識してゐる?

少し距離を置いて冷静に考えてみない?

別に直ぐに離婚しなくても良いじゃない?」

「お前の言つてること全然意味が分からぬ!」

俺は絶対に別居はしない! 別居は離婚と同じだ。別居するなら離

婚だ!」

「そう・・・。わかつた」

「お前・・・お前は僕が一番苦しい時に逃げるのか？！冷たい奴だな！！」

「冷たい！？よくそんな事が言えるわね！」

貴方は私が一番辛い時に何をした？

どんな仕打ちをしたか忘れたとは言わせないわよ！」

「お前が我侭だった以外に何があつたんだよ！」

「何い！？貴方に懇願されて不妊治療に行つたら、

貴方は一度と言わないと約束した事を簡単に破つたじゃない！

『犬や猫じゃないんだから医者からヤレと言われてできるかよ！』

つて言つたじゃない！

貴方が治療してと懇願したから治療したのに、

その所為で私が入院したら面倒くさがつてお見舞いにも来なれば、

退院の時も仕事と嘘をついて迎えに来てくれなかつたじゃない！

帰つてきて寝転んでいる貴方を見て、私がどれほど傷ついたと思う？！

それに、私がノイローゼになつた時、貴方は無視をし続けたわよね？！

あの時の私は、奈落の底に落とされた気持ちだつたわよ！

それに、それに、私の父が入院してお金がないから10万円都合付けてと頼んだら

『お前の親はいい年齢して10万の金もないのか？』つて言つて

見捨てたじゃない。

自分の親や姉妹が贅沢して作った数百万の借金は背負つくな！私が少しでも不満を言つと『嫁なんだから当たり前だ。嫌なら出て行け！』つて

怒鳴つてばかりだつたじゃない！

「お前は、しそつちゅう入院して面倒な奴だつたんだよ！

お前みたいな我侭女、俺以外の誰も相手にするものか！」

「入院して面倒だつただとお！当たり前でしょ！」

こんなに問題ばかり抱えている家に嫁に来たんだから、神経が磨り減つて病氣にもなるわよ！」

「俺と一緒にいれば金の苦労はしないのに、

お前は態々苦労する道を選ぶのか！？」

「はあ！…お金で苦労はしないだつて？」

笑わせないでよ！十分苦労してるわよ！

それにね、この家にはお金があつても心が無い！

私は贅沢なんか望まない。心が豊になる家族が欲しい。

お金は働けば得られるけど、貴方とは安らぎを得られない。

私はお金より心の安定と充実を選ぶ。」

「綺麗」とばかり言って、結局、お金が無くなつたから僕を捨てるんだろ！…」

「何回言えば分かるのよ！

お金があるとか無いとか問題じやない！

心だつて言つてるでしょ！

こんな所にいたら、神経擦り減らすばかりで、長くもたないわよ！

それに、私みたいに我慢女でも、それが良いと言う人がいるかもしれないじやない！

「お前は必ず僕の所に戻つてくる。

お前みたいな奴を相手にできるのは僕くらいしかいないんだ！」

「そう思つてれば！話が通じない奴と話すだけ無駄だね！疲れる！」

私は、先ず別居をして距離を置き、もう一度考えるつもりだつたが、夫との遣り取りの中で『価値観の違い』を強く感じ、離婚する気持ちへと変化していった。

次の日、私は離婚届にサインをし、夫にサインを迫つた。

夫は「絶対に離婚しない！」と言つてそれを破り捨てた。

5月下旬、私は、離婚の為に準備していた300万円を持ち、一人暮らしをしている姉の所に身を寄せた。

家を出てから3ヶ月の間に夫と話し合つ機会を数回持つたが、話す度に価値観の違いが明確になり、

結婚生活の継続と離婚の二つの道の内、私は離婚して一人で生きていく道を選択した。

1995年8月、私達は離婚した。

離婚の理由は“夫の、ギャンブル”と言つてはいるものの、それは体裁を繕つただけなのかもしれない。

私は、自分の過ち（浮気）を許せなかつた。

責められるべきなのは私自身だ。

なのに、私は自分にとつて正当な理由が整つてから離婚している。

私は、そんな自分を“する賢い奴”だと感じている。

そして、もう一つ理由がある。

綺麗事と言われるかもしれないが、

私は夫に子供を持つて欲しいと願つた。

私では、その願いを叶えてあげられない。

だから、子供のできる女性と再婚して

子宝に恵まれて欲しいという気持ちもあつた。

色々な気持ちが錯綜する中での離婚だったが、

それは、新たな自分となつて生きることへの旅立ちでもあつた。

『離婚』・・・そこには表現し尽くせない多くの背景が存在する。

他人は『離婚』という現象に時々口を挟み、評価を下すが、他人には到底計り知れない“当事者だけの世界”なのだ。

離婚後、私は直ぐに立ち直れた訳ではない。

私は、毎日のように過去の結婚生活を振り返り続けた。

“苦しいことばかりが続いた結婚生活だったのに何故13年も暮らしたのだろう？”

“何故、あれほど中井浩志という男性に拘つたのだろう？”

“離婚後、夫への想いを断ち切れないのは何故だろう？”

私は、こうして6年間考え続けた。

そして、ある日、ふと気付いた。

私は夫の幻想を自分で勝手に作り、  
それに恋をしていたのだということ。

子供の頃のような空想世界を大人になつても作つていたのだ。  
それは、まるで恋に恋しているようなものだった。

私は、37歳でやつと空想の世界から抜け出す事ができた。

### 第30話『宗教との別れ』

私が独身の頃、「幸せになれる宗教」と聞かされ、その言葉にすがり付く様に宗教の世界に足を踏み入れた。でも、私の捉え方が悪かったのか、それとも、私が浅はかだったのか、

私の中には「宗教への疑問」だけが残った。

私は、離婚と同時に宗教に対する自分の考え方を明確に持ちたいと思うようになった。

私は「この宗教は幸せになれる」と聞き、それを信じて言われるままに活動してきた。

幸せになる為には、教えを守らなければならない。

そうしないと罰があたつて不幸になる。

罰が怖いから従っていた私は『信じている』と言えるのだろうか？私は、信じていたのでは無い。

宗教が私を幸せにしてくれると思い込み、そして期待をし、宗教に依存していたのだという事に気づいた。

私は疑問と不信を抱きながら依存の為だけの宗教を保つ事に意味がないと考え宗教から離れる決断をした。

私は友人に言った。

「私、この宗教から離れる」

「どうして？」

「宗教を持っていることが息苦しいから」

「何故？」

「私は、団体に属するなんて無理だと分かったから」

「でも、人は皆、団体の中で生きているんじゃない？」

「確かに、私達は団体の中で生きているよ。」

でも、それは地域の自治会だったり、子供会だったり、会社だつ

たり。

それらは所属が必要な団体でしょ？

だけど、宗教は自由でしょ？

宗教には選択の自由があるのだから、属さない自由を選んでもいいでしょ？

私は自分の権利行使するだけのことだよ。」

「万里、貴女は我に支配されちゃったんだね。」

「人間は皆、我があるし、それに支配されて生きてるものじゃない？」

貴女にも“宗教を保つ”と決めた我があるんでしょ？

私ね、自分に宗教の必要性を感じないの。

それに、宗教って一体何なのかも分からぬ。

分からぬままでは、続けれらない。」

「100%分かっている人なんていないよ。

万里は医者を100%信じる？」

「あのさ・・・宗教と医者は次元が違うよ。」

「万里、貴女はきっと戻つてくるわよ。」

「・・・」

ああ、まだだ。お決まりの文句。聞き飽きた。

これ以上、話しても無駄だ。

私が不幸な姿で戻つて来るつて思つてているんでしょ？

だつて、今までもそういうた話は色々な人から聞かされたもの。でもね、不幸になつて戻つてくると思うその心が私に疑問を抱かせるのよ。

人の幸せを心から願う宗教が、何故そういう考え方をするの？

そう思う根拠に「この宗教が絶対に正しい」という考えがあるからでしょ？

でも、宗教のような不確かなものに対して正しいとか誤りを誰が決めるの？

私はね、正しいと信じていた母の道徳を守つて生きてきた。でも、その母が裏切つたの。

そして、私は自分は絶対に離婚しないし、絶対に浮気もしないって信じてた。

でもね、自分自身が自分の信頼を裏切ったの。

絶対があるとするなら『死』だけ。

死以外に絶対つてあるの？

私にはわからない。

この世は不確かなものだらけ。

だから、「この宗教は絶対に正しい」と言われても、あなたがそう思うものを私に押し付けないで…って言いたくなる。でも、この友人には私の心は通じない。

友人が最後に言つた言葉が今でも心に残つている。

「貴方の別れたご主人は、活動に真剣だつたし、

頑張つていたじゃない。立派な人だと思つよ。」

「活動を頑張つていれば立派なの？

それが貴女達の評価の基準なんだよね。

私は、それに翻弄され苦しんだの。

私は彼が本当に立派なのか分からぬ。」

「万里、変わつちゃつたね・・・」

私は、宗教を否定しているのでも批判しているのでもない。

私が宗教を如何に経験し、如何に捉えているかを友人に表現していただけだった。

だが、友人からすると、私の言動は否定や批判に聞こえたのかもしれない。

友人は、私に戻るよう必死に説得したが、

私は、人に言われるままに行動してきた事が自分を苦しめていたと悟つた今、

他人に素直になるのではなく、自分に素直に行動する事を最後まで崩さなかつた。

### 第31話『恨んでいた人の死』

ある日の夜、友人から電話がかかってきた。

「万里ちゃん、久し振り！美香です。」

彼女は、私が離婚する前に住んでいた時に仲良くしていた近所の友人である。

「あ、美香ちゃん！凄い久し振りだね。

私が離婚して以来だよね。元気だつた？

ところで、今日は、どうしたの？」

「万里ちゃんの声、久し振りに聞いたけど、凄い元気そうだね。

ところでさ、圭子さんが乳癌になつて手術したんだつて。」

「圭子さんて、あの意地悪な圭子さん？」

「そう」

「女性にとつて乳房を取るのは辛い事だよね。」

「うん、そうだけどさあ、私は彼女を可哀想だとは思えないな。だつて、散々人を苛めてきた人だから。」

「確かに・・・私も子供ができない事で、

散々苛められたし、嫌味も言われたつけなあ・・・」

「そうよ！何人の人があの人の心無い言葉に泣いたと思う？！言つちゃ悪いけど、ざまあみろつて感じ！」

「そうだね。私も美香ちゃんも彼女には沢山苛められたよね。」

「だから罰が当たつたのよ！..」

私も正直な気持ちを言つと彼女と同じ言葉を言つていたに違ひない。

彼女が代弁してくれたから、私は自分の口を使わずに済んだ。

私は、圭子さんから、『子供ができるのは女じやない。

子供ができる貴女と結婚したご主人は可哀想』

と言われた事を当時まで恨み続けていた。

そんな恨みの心は、『乳房を取つた事で、

子供ができる私の苦しさが分かつたか！』という言葉になつてい

た。

1年後、同じ友人から電話がかかってきた。

「あ、万里ちゃん・・・。」

「美香ちゃん? どうしたの? 何か声が暗いね。何かあったの?」

「圭子さんが亡くなつたんだって・・・。」

「え! ?」

「去年、私が万里ちゃんに電話した時、

既に余命宣告されていたんだって・・・。」

「そうだったの・・・。」

「私、あの時は彼女が生きていたから“さまあみるー”なんて言つたけど、

亡くなると知つていたら言わなかつたな・・・。

何だか悪い事をした気がする。」

「美香ちゃんだけじゃないよ。私だって同じ事を心で思つてたもの。お通夜とか葬儀の日程は分かる?」

「うん。今夜が仮通夜だつて、万里ちゃん行く?」

「うん。私は今日の深夜に行く。離婚してからそちらの地域には顔を出し難いから。」

「そう・・・。」

「圭子さん、まだ45歳くらいだよね? もつと生きたかっただろうね。」

「だって、子供の成長を凄く楽しみにしていたもの。」

「そうだね。確かに上の子が高3で下の子が中2だつたと思つ。」

「母親が一番必要な時期だね・・・。」

「うん・・・。」

「懇々連絡をしてくれて有難う。」

「万里ちゃんの性格なら、きっと、お焼香に行くと思つたから。」

「うん。本当にありがとう。」

電話を切つた後、私は号泣した。

圭子さんが亡くなつた事も辛かつたが、それ以上に、自分の愚かさを自覚したからだつた。

私は、子供ができない事で女性としての不幸を実感しているはずなのに、

彼女が乳癌になつて乳房を取つたと聞いて哀れむどころか

“私の気持ちが分かつたか！”などと勝ち誇つたかのよう心で叫んだ。

そして、私の母も癌になり心配した経験がある。

更に、生き別れにしろ母を失う辛さを知つていて。

それなのに、癌になつた彼女の子供達の事など少しも気に留めなかつた。

私は、自分ばかりが可哀想だと思つていたから、

人の事を思い遣る事ができなかつたのだ。

何て情けない人間なのか！

人は必ず死んでしまうのに、人を恨みながら時間を過ごしてはいたなんて！

たつた一度の人生なのに・・・。

確かに、私は彼女の言葉に傷付いた。

でも、私の捉え方、対処の仕方によつては傷付かずに済んだかもしれない。

一人の人間を大切に想う気持ち、命を大切に想う気持ち、たつた一度の人生を大切に想う気持ち、

それがあつたら、私は彼女を恨まなかつたかもしれない。

もう一度と、人を恨んで人生を過ごすのはやめよう。

恨みは、自分の視野を狭くしてしまうから・・・。

そして、他人がどんなにきつい言葉を言つたとしても、

私は、それを一度と“攻撃された”と捉えるのはやめようと決めた。

その日の深夜、私は圭子さんの仮通夜に向かつた。

彼女の亡き骸は、癌で亡くなつたとは思えない程、ふくよかで綺麗な表情をしていた。

私が圭子さんの顔をじっと見つめていると、傍に居た彼女の『ご主人が圭子さんの頬をさすりながら、万里ちゃんが来てくれたよ。ほら、万里ちゃんだよ。』と泣きながら何度も何度も声をかけた。

私は、『圭子さん、ゴメンね。本当にゴメンね』と、心で何度も繰り返し詫びた。

人は生きているからこそ、心を伝える事ができる。

圭子さんは、それを私に教えてくれた。

傷ついたから恨む、だから、一度と話さない。と心を閉ざしてはならない。

『私は傷つきましたよ』と伝える事が大切なのだ。

私は、これから的人生で出会う人を大切にしようと決めた。自分の気持ちを伝え、相手の気持ちを聞く。

そんな心の交流をどんな時でも忘れてはならない。

嫌な事があったからと言つて、関係を“ブツー”と切つてしまつ

のではなく、自分から心を開き、相手を受容する姿勢を示そう。

そんな努力をしても相手が受け入れない時は、それまでだけど、先ずは自分の気持ちを相手に分かるように表現し言葉でも伝えよう。この決意を忘れない為に、私は圭子さんの命日を『決意の確認の日』とした。

圭子さんが亡くなつてから既に10年。

私は毎年、彼女の命日に報告に行つている。

『この1年、貴女が教えてくれた事を大切に生きてきましたよ。そして、今日からまた気持ちを新たに生きていきます。

また来年も』報告に来ますね。』

私は生きている限り、彼女に感謝の意を込めてこう語り続けたい。

## 第32話『心理カウンセラーへの一歩～再婚』

31話と話が前後するが、

私は、離婚後、一人暮らしをしながら、

昼は商社の営業事務、夜は恋愛相談を中心とした

恋愛心理カウンセリングの仕事をして生計を立てた。

幸運な事に大学を卒業すると同時に、

私の目標の一つでもあつた「心理カウンセラー」の職に就くことができた。

それは、「人と社会に貢献」という過去の誓いを果たす為の第一歩となつた。

恋愛心理カウンセリングをしている内に、

悩みが起きる背景には生育歴が大きく関わっている事を実感した。

その生育歴は、言葉の受け取り方、問題の捉え方

思考の方向等、あらゆるものに影響を与える。

私は、もっと心理学を勉強する必要があると思い、

民間のカウンセラー養成所や心理学教室で勉強を続けながら仕事を続けた。

すると、今度は、心理学だけでは対応できないケースがあることに気が付いた。

それは、生活を守つたり、被害から身を守つたりする為に法律を必要とする人や

精神疾患を訴える人が存在したことである。

カウンセリングには、心理学だけではなく、精神医学、福祉、法律の知識の必要性と、

それらをコーディネートする能力を身に付けなければならないと思つた。

だが、昼夜働きながら一人で生活する私には、

それらを学ぶ為の勉強時間はなく、  
いつか勉強したいという思いを持ち続けるしかなかつた。

私が離婚すると、高校時代のクラスメートから、  
ずっと好意を持ち続けていたと打ち明けられた。

「僕は君の事がずっと好きだつた。

でも、君は結婚をしていたから、

この気持ちを打ち明けることはないと思つていた。

僕と付き合つて欲しい。」

「貴方は良い人だし、一緒にいて楽だけど、恋愛の対象じゃないよ。

それに、私は結婚をする気はないし、

人を好きになるのが怖いから好きになる事もない。

まだ離婚の傷が癒えていないし、いつ癒えるかも分からない。

そんな中途半端な状態じゃ、貴方が辛いでしょ？」

私は結婚によつて生じる束縛やしがらみが面倒で結婚する気がなかつたし、

人を好きになると心が壊れてしまう気がしてた。

そんな不安から、彼の気持ちを受け入れる事が直ぐにはできなかつた。

すると、彼は言つた。

「君が前のご主人をどれほど好きだつたかは知つていい。

君が前のご主人を一生想い続けても良い。

僕は君に好きになつてもらえるよう努力する。

だから、チャンスが欲しい。」

私は、彼に言つた。

「他の男性を一生好きでも構わないなんて、

そんな状況に貴方が耐えられると思う?

どんなに気が長い人でも、それは無理だよ。

私は我慢で面倒な女だよ。

貴方は、きっと途中で逃げ出しあがくなるよ。

私は、一度と悲しい思いをしたくないから、人を信じることもできなくなってる。

そんな猜疑心の強い私と生きるのは大変だよ。それに、今後は、自分の心のケアをする為に、感情を抑えないし、我慢もしないつもりでいる。だから、感情的になつて泣き喚くかもしれない。落ち込んで口も開かなくなるかも知れない。

でも、いつか必ず自分の心を成長させて人格の偏りやヘコみを修正し、

自分の中の自分と共存できるようにしたいと思つてはいる。私の傍にいるということは、それに協力する事になるんだよ。そんな私を支えるのは大変なことだよ。」

「一生支えるし、協力もする。だから、チャンスが欲しい。」

「貴方は甘いわよ。人は変わるのよ。

一生支えると言つても今だけよ。

私が貴方の言葉を信じて結婚して、

貴方が前の夫みたいに、途中でギャンブルに狂つたり、暴力を振るうようになつたりしたら、拠り所の無い私はどうなるの？

それに、私だつて浮気をした事があるのを知つてはいるでしょ？自分自身でさえ、自分を裏切るのに、

貴方が私を裏切らないという保証が何処にあるの？人間ほど信用できないものはないんだよ。」

「別れた旦那さんと一緒にしないでもらいたい。

僕は、君を裏切らない。」

「その言葉、何年経つても実行できる？

私は執念深いから忘れないわよ。（笑）」

こんな遣り取りが半年ほど続き、

私の心は彼の一途な気持ちに少しづつ変化していった。

そして、離婚した翌年の1996年に、私は彼と再婚をした。

彼は、私の過去の過ちを知つていて、そうなつた経緯を理解してくれた。

また、彼は私の近親相姦による心の傷も受け止めてくれて、セックスレスになつても、決して責めることはなかつた。

彼は私の心が癒えるのを急かす事無く、じつと待つてくれた。

それは、まるで『太陽と北風』（男性の外套を脱がす物語）の太陽のようだつた。

彼は私が求める『母親』のような存在となり、

成育歴で染み付いた私の人格の偏りや人間不信を少しずつ癒してくれたのだ。

人は、自分の力だけでは心を癒すことができない。

誰かに認められたり、優しく愛されたりする事で、心は深みを増し、穏やかに成長していく。

私は、それまで人間が嫌いだつた。

人は、誰かの落ち度を探しては陰口を言い、悪口が絶えない生き物だと思っていたから。

でも、それが人間なのだ。

心がコロコロ変わり、常に変化していく。

それで良いじゃないか、私だってコロコロ変わるのでだから。

私にだつて嫌いな人が存在するように、

他の人にだつて自分の尺度に合わなければ“嫌い”と感じる感情があるのだ。

私は、他人を責められる程、立派な人間じゃない。

私は、自分に“こうあるべきだ！”という型を押し付け、それから外れることを恐れていた。

でも、そんな型は元々存在しないのだ。

自分に対する型や偏りが改善されると、不思議な事に他人への偏りも改善され、

他人のあるがままを受け入れられるようになり、

『他人は他人、私は私』という、一定の距離が保てるようになった。 そうなれたのは、日常生活の中で泣き喚いたり、落ち込んだり、自分を責めたりする感情の激しい変化を抑える事なく、あるがままに生活できた事と、

そんな私を支えてくれた第三者（夫）の協力があつたからだと思つ。 この体験を通して、私は“人間が成長する為には、人間が必要”なのだと実感した。

人生は、心構え、捉え方、関り方で、プラスにもマイナスにもなる。

人間と人間の交流から自分を学び人間を学ぶ。

この姿勢は人格修正において、重要な鍵のように思われてならない。

再婚後、私は昼間の仕事を退職したが、

深夜勤務の恋愛心理カウンセリング業務は続けていた。

私は、これまでのカウンセリング経験の中で、心理学、精神医学、福祉、法律の知識とそれらの対応方法を身に付けなければならないと思い、それらを勉強できるものを探し続けていた。

そんなある日、インターネットのBBSで

“国家資格の精神保健福祉士養成学校に通信教育が導入される。” という発言を読み、私は、あらゆる情報をかき集めた。

そして、都内にある福祉専門学校の入学試験（論文）を受験。 運よく通信教育開設第一期性として合格し、2001年4月に入学することができた。

### 第33話『苦難の受験』

2001年4月某日、入学した専門学校のテキストとレポート課題が送られてきた。

在学期間は1年7ヶ月。

その短い間にレポート学習、夏季（2期）のスクーリング、実習を受け、

卒業の3ヶ月後には国家試験を受験するのだ。

ということは、仕事と家事と学校の勉強をしながら、

国家試験対策の勉強もするという過密スケジュールになる。

私は、高校、大学と通信教育だった為、

勉強のコツは身に付けており、

その経験が生かされ、殆ど躊躇事がなかつた。

私は、最初の1年で規定のレポートを終了させ、

残りは全て国家試験に向けた勉強に時間を費やす事にした。

だが、同時期に再婚した夫がリストラに遭い、

私は生活を維持する為、自分の仕事以外に

もう一つ仕事を増やすなければならなくなつた。

また、主人の両親の相次ぐ他界により、

後処理で雑務に追われ、私生活は多忙を極めた。

そんな中でも試験勉強を削る訳にはいかない。

何故なら、これは大学時代に「人と社会に貢献できる自分になる」という、

自分への誓いを果たす為のステップだからだ。

私は、試験は1回で合格すると決めて勉強に取り組んだ。

1回で受からなければ、その分のお金と時間がかかってしまう。

自分の年齢を考えると“2回というチャンスは無い”と思っていた

私は、

『チャンスは一度！』と毎日自分に言い聞かせた。  
そつは言つても、やつぱりきついものはきつい。

私は何度も勉強と生活に行き詰まりを感じた。

私は勉強に行き詰ると一人でお風呂に入りながら、母校の学生歌を歌つては、誓いを立てた日を思い出し、

“負けるものか！必ず1回で受かるぞ！”

“受かってみせる！誓いを果たしてみせる！頑張れ万里！”

と自分を励まし、一人で泣いた。

不思議な事に、泣くとスッキリして気持ちを切り替えることができた。

人間にとって『泣く事は大切な行為』というのを実感した体験だった。

私は、試験教科のテキストを1ヶ月かけて全て読み終えた。

残りの1ヶ月は過去の試験問題集を全て学習し、

38歳の脳が悲鳴を上げるほど必死に詰め込んだ。

そして迎えた2003年1月の国家試験当日。

都内の試験会場に向かつた私は、駅を間違えて降りてしまった。

“どうしよう…”私は焦った。

すると自分の中の私が言った。『焦つては駄目だよ。駅員に聞いてみよう。』

私は気持ちを落ち着けて駅員に試験会場の住所を尋ねた。  
すると、その駅から会場近くを通るバスがあり、

20分程で行ける事が分かり、私は会場に余裕で到着する事ができた。

だが、この間違いが私に幸運を招いた。

この交通経路を知る受験者は皆無だったので混雑もなく、座つてゆっくり勉強しながら往復できたのだ。

そんな幸運に恵まれたにも関わらず、

第一回目の専門科目は悲惨な結果に終わった。

自宅に戻つて答え合わせをしてみると、

合格ラインから程遠い事が分かったのだ。

私は、嘆くように呟いた。

「こんななんじや共通科目で点数を上げても合格は無理だ・・・。  
明日の試験に言つても意味がない。  
行きたくないな・・・」

それを聞いた夫が言つた。

「万里ちゃんらしくないね。

駄目じやないかもしけないだろ?

頑張つて勉強してきたんだから、

最後までしつかりやろつよ。

その方が悔いが残らないんじやないかな?」

「そうだね。私らしくないね。

今まで諦めないで生きてきたから今があるんだもんね。  
駄目で元々だ。最後まで諦めないで試験に臨むよ。」

私は、彼の言葉のお陰でヤル気を取り戻し、2回目の共通科目試験に臨んだ。

2回目の試験には、試験会場に向かうバスの中で勉強した所が何問か出題され、

また、開き直つたのが良かつたのか、1回目に比べると緊張も和らいでいた。

後は、合格発表を待つばかりなのだが、  
これが不安と恐怖の辛い辛い待ち時間になる。

2003年3月31日。

国家試験合格発表の日。

発表は午後1時。

私は朝から落ち着かない。

「落ちいたらどうしようつ・・・。」

私は、ドキドキしながら、合格発表のホームページを開いた。自分の受験番号を探す。

「・・・あ、あつた！受かった！」

私は、コンピューターの画面を見ながら声を上げた。同時に嗚咽と涙が溢れ出た。

日本社会は今でも学歴社会の国である。

人間の中身や経験より資格や学歴で人間の価値を測られてしまう傾向が強い。

私はその厳しさを痛いほど知っている。

故に、カウンセリングの世界で活躍する為には、

信頼できる資格が必要であることを過去の経験から感じていた。だが、資格があるから、それで良いという訳では無い。

常に人格を磨き、智慧を磨き、知識を増やし、応用力を磨く事を忘れてはならない。

私は、学歴社会に苦しんだからこそ、資格に胡坐をかいてはならないと、いつも自分に言い聞かせている。

### 第34話『果たした誓い』

少し話しが前後するが、私は、1997年に個人で格安のカウンセリング事業を立ち上げていた。

2000年には、私の親友である新藤由紀さんが、『貴女が実践している“心の自律を促すカウンセリング”を、もっと多くの人に提供できるよう、私にも協力させて欲しい。』と言つて仲間に加わつてくれた。

私は彼女の心強い協力を得て、更なる飛躍を目指した。やがて私達は、個人事業を社会貢献組織である「NPO法人」にする計画を打ち出した。

私と新藤さんは、NPOに関する書籍を読んだり、市の社会福祉協議会へ足を運んだり、

NPOを設立した人に会うなどして、NPO法人化に取り組んだ。多くの人の協力のもと、私の会社は2002年12月に個人事業から社会貢献組織のNPO法人となつた。

それは、あの“誓い”から丁度10年にあたる年でもあつた。

人生の過ちを経験して目標を失い迷つていた時に大学の講演で聞いた、

『君達は、21世紀に時の声を上げて飛び立つ鶴』という言葉に奮起し、

“10年後には、必ず人に貢献できる人材になる！

せつかく生まれてきて、何もせずに終えるものか！

これからは「人と社会に貢献」を指針に自分を鍛える！

と誓つた時にその10年後であつた。

NPO法人化と共に、

更に私達の活動に賛同してくれる人々が現れ、

地域での無料カウンセリング活動や精神障害に関する正しい知識の普及活動と共に参加してくれる仲間が増えた。

皆、地域を良くしたい、人の役に立ちたいといつ貢献意識を持つた人々で、

微々たる謝礼にも関らず、手を抜く事無く真剣に活動してくれる。

あるテレビ番組でハナ肇さんが

「心が変われば行動が変わる。

行動が変わればと環境が変わる。

環境が変われば幸せになる。」

と言っていたのを聞いた事がある。

心によつて環境は良くも悪くも変化すると言つが將にその通りかも  
しれない。

離婚後の私の心は『幸せを求めるのではなく、どんな状況の中でも充実を見出し、

喜びも悲しみも成長の糧とする。』といつ氣持ちに変わり、苦しみの中から成長できる喜びを感じられるようになつていった。

すると、環境は180度変わり、

出会つ人に恵まれ、多くの幸運にも恵まれた。  
皮肉にも“幸せ”を追い求めなくなつたら、  
向こうから幸運が訪れるようになつたのだ。

## 第35話『命の期限2』

2004年・・・、それは、自分が決めた命の期限の40歳を迎える年。

私は過去を振り返り、もう一度自分を見つめ始めた。

私は、母から「万里を産みたくなかった。」と言われたことで、『自分は生まれてはいけなかつた存在。』と心に深く刻み込んだ。生まれてはいけない私に『生きている意味、生まれた意味があるのか?』と

自分にとつての“生”を更に考え始めた。

人格障害の特徴に『極端から極端に移行する』というのがあるが、私は将にそれである。

以前の私に比べれば、その極端さは軽減されたものの、ふとしたきっかけで、私は急に塞ぎ込んだり、全て大丈夫!という根拠のない万能感を抱いたりと、極端なマイナス思考と極端なプラス思考を行き来する事が度々ある。命の期限の40歳を迎えると言つても、当時とは環境も違い色々な経験をしていくはずなのに、20年前に逆戻りして固着が始まり、退行現象が始まった。すると、私は毎日自殺を考えるようになつた。

私は、この20年間を必死に生きてきたのに、何も残していないじゃないか!

何も変わっていないじゃないか!

やっぱり私は自分が大嫌いだ!

私は、自殺未遂した19歳の自分に戻り、自分の全てを否定し始めた。本当の私は、ずっと死にたかった。本当は生きたくなかった。

40歳までは真剣に生きると決めながらも、

心の底では『苦しい、死にたい。』と常に死を望んでいた。

『一息もつけない毎日・・・。40歳までもたないかもしない。』

『必死に生きたという証を残せば、自殺しても“頑張って生きた人”として

自殺を受け入れてもらえるかもしない。』

『必死に生きれば、魂が削られて命が短くなるかもしない。』

頭の中では、いつもこんな思いが巡っていた。

本当の私は、前向きに生きる振りをしながら、

常に死を望み、自分の両親のようになりたくないという恐怖に怯え、

それから逃げるよう必死に生きてきた。

まるで追われているかのように・・・。

・・・人の心は一瞬で変わる事がある。

2004年2月。あるテレビ番組で正岡子規の半生について

放映されていたのを何気なく見ていると、次のような件があつた。

“彼は30代で結核になり、幾ばくも無い人生を病牀諱語綴つた。『政治家…40歳を超えざれば天下を動かす能わず。病？蠹々命、旦夕を測られざる者 岌手を拱して四十歳を待たんや。獨り文學はしからず。四十歳を待たず、三十歳を待たず。』

(病牀諱語：明治32年3月13日)

＜訳＞

「政治家というものは、40歳を越えなければ、天下を動かすことはできない。朝夕の命も定まらない身で、どうして40歳を待つことができようか。しかし、文学はそうではない。40歳を待たず、30歳を待たず。」

私は、この言葉を聞いた時、

『人間は、40歳からが本番なのかもしない。』と思つた。

私は、自分が生まれた意味、生きる意味を求め、

そして、両親の様になりたくないという強い思いから人生を建設してきた。

それは、まるで休みの無いマラソンのようで、途中で息が切れて自殺するのではないかという不安を抱えながらの日々だった。

そして40歳を目前にした今、私は『自分にとつての“生”』を追求し、再度迷っている。

私は考えた。

人間が生まれる事に意味など無い、

意味を見出すのは無意味な事ではないだろか・・・・ど。

何故なら、例えそこに答えを見出したとしても、

それを真実と言える確証がないからだ。

確証が持てない事を追求し導き出すことより、

事実を受け入れる事が大切なではないだろうか？

その事実とは、私が生まれ、今を生きているという『現実』。

正岡子規の言葉は、私に現実を受け入れる事を促し、消沈していた私の心を蘇生させた。

そして、否定的に見ていた『今』を冷静に見つめる機会を『えてくれた。

私は40歳を区切りに必死に勉強し、真剣に生きてきた。

そして、小さいながらも結果を出し、活動の場も作ってきた。

なのに、私は常に自分を否定している。

この『自己否定』は、私の思考を支配する程の力を持つているのかもしれない。

でも、これまでの私の人生では、この『自己否定』が、

今までの人生を築くプラスの動力ともなった。

現在の私は、自分の中に潜む『自己否定』によつて、強いマイナスに引き込まれているだけなのではないだろうか？

この20年間をもう一度冷静に考えれば、

糸余曲折があつたものの、努力を怠らず生きてきた。

私はそんな自分に次のように声をかけた。

「貴女は良く頑張ったじゃないか。

これまでの貴女は、人生の本番に向けて地ならしをしていたんだ。

今度は作ってきた地盤の上に日に見える結果を出す時代だよ。

今までも挫けずに頑張ったんだ。これからだつて大丈夫。貴女ならできるよ！」

私は、自分に元々与えられている“生まれた意味”や“生きる意味”を

明確にして安心したかつたのかもしれない。

そうすれば、母の言葉を打ち消す事ができるから。

でも、それを追求する事に意味はない。と私は悟った。

人間の「生」には元々与えられている意味などなく、個々が生き続けていく中で「生」の意味は創られていくのではないだろうか？

否、意味（結果）を作る事に執着したら、

心の自由が束縛されるかもしれない。

自然に意味が後から付いて来るだけ・・・かもしれない。

こうして私は、マイナスの渦から抜け出る事ができ、

「苦しくとも、よく生きてきてくれたね。貴女は私の誇りだよ。」

と、

漸く優しい言葉をかけられる自分になれた。

人間は、自分自身の力で『自分』を価値あるものにしていかなければ、

その存在価値は高まらない。

また、人は、どんなに子供の頃に不遇な状況にあっても、

大人になつて『自分』を見詰め、『自分』を知る事で、  
新たな『自分』を作り直す事が可能となる。

その為には、自分に厳しいだけでは駄目なのだ。

自分の中に『自分』を包む新たな母を創る必要がある。

現在の私の心の中には、私だけの『母』が居る。

その『母』は、私を常に肯定し、包んでくれる。

本当は、私を産んだ母にそうであつて欲しかつた・・・と思つ事があるが、

世の中には求めて得られない物がある事を受け入れた私は、  
産みの母に、それを求めるのを諦めた。

そうしたら、不思議な程とても楽になった。

### 第36話『可能性を信じて』（最終話）

人間の可能性は、たとえ1%でも“できるかもしれない”と信じ、全てを成長の糧と捉えて取り組んでいく中で、可能性の扉は開かれるのではないか。どうか。

例えば、誰かが私に「綺麗だね。」と言つたとする。それを“社交辞令”と取つて受け流したら、

この言葉は自分にとつて何の意味も持たない。

だが、“私を綺麗だと感じてくれる人もいる…”と喜び、

「ありがとうございます。」と感謝の気持ちで受け取つたら、その言葉は喜びと自信になり自分をより美しく変える言葉になる。または、一つの目標を持って取り組んでいたとする。でも、難関続きで目標は達成されない。

今度こそ成功するだろうと取り組んでみたが、結果は失敗だつたとしよう。

そこで“ああ、また駄目か。どうせ自分は駄目なんだ。”

と思った時点で、苦労は単なる嫌な体験となる。

だが、“また新たな問題に取り組んで成長できるチャンス! ”と意欲的に取り組んだら、

苦労はダイヤモンドの原石を削る道具となる。

捉え方一つで人生の明暗を分け、

可能性も捉え方一つで閉ざされるのだ。

私は離婚をする時、夫に次のように言われた。

「お前が幸せになれるはずがない。

不幸になつて俺の所に戻つてくる。」

私は次のように答えた。

「不幸になつても構わない。もつ、不幸を恐れない。

不幸の中から幸せを見つけられる自分になる。」

幸せは、物やお金が揃う事ではないが、生きるために最低限の衣食住は必要である。だが、人生に最も必要なのは、

心が充実できる時間を沢山経験すること。

けれど、それも個々によつて考え方が違う。

自分の考え方や価値観で他人を計つてはいけない。

物事を理想や限られた価値観で計る事のないよう心掛けたい。

私には未だ“人格障害的性格”が残つてゐる。

弱点をつく問題が生じると、それが直ぐに姿を現す。

時には、無意識に環境に過剰適応して気が付くと苦しんでいたり、時には、問題を避ける為に感情鈍麻になり小さな問題が大きくなつてしまつたり、

ちょっととした出来事に過剰に反応して極端な態度を取り周囲の者を苦しめたり・・・。

生き辛さを感じない日はないが、人間は、一生かけて“心創り”をしていく動物なのだから焦る事はない。

私は、自分の人格障害的な部分と共に存しながら、

自分を上手に生かしていく最高の「人生の職人」になれるよう、

『心創り』に気をかけて生きて行きたい。

どんな時も『自分には1%の可能性がある』事を信じて。

最後に、私は自分の人生を振り返つてみた。

すると、私は極端に違う2つの生き方をしている。

1つは、悲観的な人生。

ギャンブル好きで金使いが荒く、

酒乱で諂いの絶えない両親の元に生まれた事で、

他人を羨み、自分の境遇を憎んだ。

誰かに幸せにして欲しくて常に依存するような人生だった。  
もう一つは、積極的な人生。

自分の境遇を受け、幸せより心の充実を実現する自立（自律）  
した人生。

瞬間的に出てくる感情を全て肯定し包み込む心の母を得て、  
その温かい存在に見守られながら安心して過ごせる時間が増えた。  
自分の境遇がどんなに苦しくても、親や環境に恵まれなくても、  
自分の人生を転換する力人は必ず持っている。

ただ、それを引き出すか否かは自分次第。

人生は、行動を起こしてみる事、諦めない事、

何かに依存し過ぎない事が大切だという事を苦しみの中から学んだ。  
そして、苦しみの中で私を変える原動力になったのは、  
自分が自分を見捨てない、自分の可能性を諦めないことだった。  
そうすれば、誰もが“時の声を上げて飛び立つ鶴”になれるのだ。

完

今まで、読んで下さり、有難うございました。

初めての小説で一貫した表現ができていない部分もあつたり、  
上手に感情表現ができなかつたりと、読み難い面が多々あつたと思  
います。

また、感想や評価を頂いた事にも感謝しています。

頂いた評価を元に、もう一度書き直してみるつもりです。

## PDF小説ネット発足にあたって

PDF小説ネット（現、タテ書き小説ネット）は2007年、ルビ対応の縦書き小説をインターネット上で配布するという目的の基、小説家になろうの子サイトとして誕生しました。ケータイ小説が流行し、最近では横書きの書籍も誕生しており、既存書籍の電子出版など一部を除きインターネット関連＝横書きという考えが定着しようとっています。そんな中、誰もが簡単にPDF形式の小説を作成、公開できるようにしたのがこのPDF小説ネットです。インターネット発の縦書き小説を思う存分、堪能してください。

---

この小説の詳細については以下のURLをご覧ください。  
<http://ncode.syosetu.com/n0277a/>

---

私は人格障害だった。

2010年10月9日07時16分発行