


～人生をもっと大切にしたいになる～
片側顔面痙攣が教えてくれた、
かけがえのない人生の記録



小柳 雅恵

つらいよー、つらいよー、大変だよー。

なんでこんなことが自分の身に起こるの？

なんで自分だけこんな目に遭うの？

友人たちはみんな幸せそうなのに、それに引き替え自分は……。

生きてきた中で、一度や二度はこんな風に思ったことがあるはず。

もしかしたら、今この本を手にしているということは、あなたはその最中にいるのかも
しれませんね。

私自身、2011年に、10万人に5人の発症率といわれる「片側顔面痙攣（脳内の血管
と神経が接触して起こる症状）」を発症してから手術を決意するまで、ずっとそう思ってい
ました。

神様は不公平だ、いや、実は神様なんていないのだ。そう思っていました。

だけど神様はいらっしゃいます。

そして、あなたや私が乗り越えられない試練はお与えにならない。

私がこの5年間でそう信じられるようになったことを、これからお話ししようと思いません。

今までの人生の中で一度や二度は、とてもつらくて耐えられないと思った後に、心が楽になる出来事があったりしたことはありませんか？

それは、振り返れば、とても不思議な流れだったりしませんか？

けれどその渦中にいるときは、また笑えるようになる日が来るなんて信じられなくて、逃げ出してしまうようになったことでしょうか。

でも、あえてこう言います。「大丈夫だから。すべてうまくいくから。だけどこの悩む時間、あなたに必要なの」

ハワイのこんなことわざをご存じでしょうか。

Ole ua, 'ole ānuenu (No rain, no rainbow)

雨が降るからこそ虹が出る、という意味です。

きれいな虹は、雨によって作られます。

そして雨は、ハワイの人にとってみれば、草木が大きく育つための天からの祝福です。

今つらくて、前に進めないあなたへ。

「大丈夫。雨の後にはきれいな虹が出るから」

お伝えしたい私からのメッセージです。