

はじめに

今私は、地方の街で、フリーランスの女医をしています。夫と猫2匹、鳥3羽と暮らしています。今の暮らしは穏やかで、自分らしく生きていますが、これまでいろいろなことがありました。

私がこの本を書くかと思ったのはブログがきっかけです。ブログの最初の記事は悩んだ結果、「母の病と野良猫」というタイトルにしました。母の病気がわかったときと、初めて猫を保護したのが同じときだったからです。

とても仲良しだった母との別れは平成31年でした。それから2年の間、私は心のなかにぽっかりと穴が空いたようになり、何をしても生きていくという実感のない時間を過ごしました。仕事をして家事をして寝る、その繰り返しでした。

ふと湧いてくる悲しみをどうにかしたくて、ひたすら本を読み、先人の知恵や経験にふれました。そうすることで、私はグリーフケアを1人でしていたのだと思い返しています。

そんな日々が1年過ぎた頃、遺品にあった母の日記や手紙をやっと読むことができるようになりました。母の書いた手書きの文字から、私はどれほど母から愛されていたか、そしてどれほど自分の想いを私に託していったかを思い出しました。「自分にできることをそのとき、その場でしなさい」と母はよ

く言っていました。

「自分ができること、好きなことで、誰かの役に立ちたい。自分の想いを発信したい」

その一心で、ブログを書きはじめました。ブログの内容は、今までの医師としての経験や、女性としての人生経験、どのようにして医師になったのか、夫婦関係の悩みなど、さまざまです。

記事を書いているうちに、今まで自分の頭のなかで、悩んでいたことが急にはつきりと見えるようになり、過去のつらい経験も癒やされることが多々ありました。

書くことの楽しさを思い出し、ほぼ毎日ブログを書きつづけました。そうするなかで、ありがたいことに、記事をよく読んでくださる方も増え、そしてコメントもいただけるようになりました。コメント欄や個別にいただくメッセージは本当にすばらしく、またたくさんの方の人の生き方や、悩みや考えに触れるかけがえない経験となっています。

そして、いただいたコメントから、自分が書きたいと思うことが見つかりました。

この本では、私がどうして医師になったのか、母がどのようにして私を産み、育て、私のなかに何を残していったのか、自分の半生と母の人生をふりかえりたいと思います。

そして、どんなにつらくても、苦しくても、たとえ1人になつたとしても、自分を信じ、周りにいる人を大切にしていけば、道は必ずひらけていくことをお伝えできたらと思います。

私と母の人生の軌跡が、読んでくださった方の勇気になったり、お心を少し軽くできたり、温かくできたらこんな嬉しいことはありません。