

はじめに

初めまして、ユミです。

千葉県在住で、20代の息子と80代の母と暮らすシングルマザー。好奇心旺盛で人と話すことが大好きです。趣味は西洋占星術と引き寄せの法則、ピラティス、食べ歩き、YouTube鑑賞です。

17年連れ添った愛犬のチワワは、この本の執筆中に虹の橋を渡りました。

友人から、

「ユミさんの人生って、本に書けるぐらい波乱万丈だよね」

と言われたことがあります。たしかに順風満帆とは程遠く、困難の多い人生でした。

現在は普通の聴力ですが、小学生のときは聴力を補うために補聴器をつけていました。学童期は1人の世界を好み、中学生ではイジメに遭います。

社会人になってからは転職を繰り返し、最初の結婚ではモラルハラスメント夫と2年で離婚。

再婚し、切迫流産の末に息子を出産しますが、やっと授かった息子は発達障害のグレーゾーンでした。

鬱病の夫とは結婚後5年で死別。そして2022年に、私は新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が重症化して生死の境を彷徨います。

今回、ブログから出版化の話をいただいたとき「一生に一度ぐらい、自分の人生を書籍というかたちで残してもいいんじゃないか」という気持ちになりました。

思い返してみると、私は子どもの頃から文章を書くことが好きで、書き上げた日記帳は何冊にもなります。10〜20代の頃は文通が趣味で、国内外問わずやりとりした手紙は段ボールいっぱいになりました。

正直さが取り柄と自負しているので、そのときどきに感じたこと、心に浮かんだことをありのままに書きました。

特に、鬱病の家族と向き合うとはどういうものか、実際に体験してみないとわからないと思います。私の場合、夫が鬱病で休職していた間は深い海の底に沈められ、出口のない迷路に迷い込んだ感覚でした。夫の死後もうすぐ20年になりますが、当時はパニックで、心の整理がつくまでに何年もの月日を要しました。時が解決するというのは本当ですね。

長い人生、曇りのときもあれば、雨や雪、時には嵐のときもあります。

若い頃は、雪や嵐に対して必死に抵抗しましたが、最近ようやく肩の力が抜けて、悪天候も楽しめるようになりました。

それでも、私は自分の人生が嫌いじゃないです。「ああ、この世に生まれてよかったな」と思いながらこの世を去りたい。あの世に持っていけるのは、肩書でも財産でもなく「自分の体験」と「心」ですから。

私の体験から得た学びが、同じようなことで悩んでいる方の励みになったら、こんなに嬉しいことはありません。

この一冊が、ご縁のある方に届きますように。
心からの感謝を込めて。