

はじめに

人生には、それぞれにさまざまなドラマがあります。

生き方も考え方も人それぞれですが、どんな生き方をしているても、誰もが自分らしく生きたいと思い、本来は前向きで幸せを求める生き方を意識しているのではないのでしょうか。

頑張っても思いどおりにならないとき、信じていたのにうらぎられたとき、前向きになんてなれない、幸せを求めるなんてうそくさいと、思うこともあるかもしれません。

でも「自分らしく」という言葉の中に負のイメージや、不幸を求める意味が込められていないように、幸せな生き方を求める心が誰にでもあると思います。

私の人生にもいろいろなことがありました。女性の平均寿命まで生きられるかどうかはわかりませんが、人生の前半で結婚、出産、離婚、子育て、再婚を経験しました。後半では大手結婚相談所でアドバイザーとして十八年勤務し、六十四歳で退職しました。

ボランティア感覚で婚活企画を立ち上げ、お金のための仕事ではなく、のんびり誰かの役に立ちながら生きていこうとしていた矢先、脊髄梗塞（せきずいこうそく）という初めて聞く珍しい病気を発症し、

車椅子での生活を余儀なくされました。人生はドラマの連続です。

そして、まだ人生はこれからも続くでしょう。

障がい者になつたら、それで終わりではなく、これは単なる通過点にすぎません。

「一生車椅子生活をするようになります」と医師には言われましたが、「大丈夫、私はきつと回復するから」と一人、心の中でつぶやきました。

私の場合、幸いなことに脳に異常はなく、会話もでき、両手も使えます。

座っていると普通の人です。ですから今までと変わらず日々自分らしく生活をしています。最初はやっぱり大変でしたが、毎日リハビリを積み重ね、立てなくても歩けなくても、楽しく家族と旅行にも行けて、お友達とお出かけできるまになりました。

私は以前から「私は幸せだ」と自分に言い聞かせながら生きてきました。

そして幸せな人生を歩くために、私なりに意識している三つのポイントがあります。

一つは「健康」です。

今の私は「闘病生活の悩み解消・症状の改善」と言えますが、健康な人には、その健康がとても価値のあるものだとして知ってほしいし、障がいがある人を遠ざけるのではなく、知人や家族がそうであるように感じてほしいと考えています。

二つ目は「夢を持つこと・やりたいことをやる」です。

私はその時々で、やりたいことのほとんどをやってきました。だから何が起きてても後悔はありません。これからも旅に出たり、友人と楽しい時間を過ごしたり、新しいことにも挑戦したりしていきたいと思っています。

三つ目は「存在意義を持つ・人の役に立つ」です。

私は四十年以上仕事をし、社会の一員として生きてきました。

そのなかでいつも存在感のある人でいたいと思ってきました。身体が不自由になったから、誰の役にも立てないというのは残念です。そこでホームページを作りました。

『脊髄梗塞仲間たちの闘病記「幸せな人生の歩き方」』です。個人のホームページですから人の目に触れることもなかなか難しいですが、それでも症例の少ない病気だけに、必死に探し出してくれて、全国から連絡をくださる方が少しずつ増えてきました。「たくさん情報をありがとう」と言われるだけで幸せです。

私には、特別な知識も豊かな才能もありません。ただ、どんなときも私が自分らしく、心豊かに生きてきたことが、誰かの幸せな人生を生きるヒントになれば、とても嬉しいです。