

「自分の気持ちを伝えてください」

2020年4月26日 渡戸千穂

50年以上も生きてきたのに、自分の気持ちを説明するのは釈明するみたいで恥ずかしくてできなかった。自分の気持ちを説明するのは医者とカウンセラー以外にはしたことがなかった。けれども、薬のせいで1か月以上意識が混濁し点滴だけで生きていたら、声を出すこともできなくなった。声を出せるようになっても「言ってくれなきゃわからない」と看護師に言われた。言わなくてもわかってくれるということはない。間違いだった。

「私は」を主語にして自分の気持ちを伝えるのは間違っていたことではない。そうした自分は間違っていた存在ではない。自分の気持ちを伝えないのは、自分に、相手に失礼だ。そう思えるようになった。いま、自分の気持ちを吐き出さなくては前に進めないことに気づいた。まるで息を吐かなければ息を吸えないように。

医療従事者に、育児従事者に、介護従事者に、DV被害者に、学生に、働く人に、職を失った人に、住むところを失った人に、障がい者に、病者に、子どもに、親に、大人に、すべてのところに。

その声を聞きますから、その声をあげてください。自分の気持ちを伝えてください。