

# 樹になつてください、樹は強いよ。

永<sup>なが</sup>  
草<sup>くさ</sup>  
真<sup>ま</sup>  
美<sup>み</sup>

母が統合失調症の診断を受けたのは、私を産んで四か月後のことだったらしいです。五十年以上前のことです。お産がきっかけの発症だったのか、きっと今ほど妊産婦のメンタルケアが重視されていない頃だったろうと想像してしまいます。当時の病名は精神分裂病と言われ、父は母の病気を出来るだけ人に知られないように努めていました。精神科専門病院だと健康保険でかかった医療機関が会社にならなくなってしまふから、国立の総合病院にしたと小学生の頃に父に言われた記憶があります。父は、母の病気について子供に説明することは一切無く、人には話せない病気なんだと思ひながら、どう母に接して良いのかわかりませんでした。

母は発症するも、子供が小さいからと、通院治療で六年を過ごし、私が小学生に入ってから入院するようにになりました。一回の入院は半年くらい、母が入院してしまうと、学校から帰っても家に誰もいません。寂しくて、母恋しさに、庭の方ばかり見ていました。庭の向こう側の道に人影が見えると「お母さんが帰ってきたのかも？」と気になって仕方ありませんでした。

母の状態が落ち着き、退院出来そうになると、慣らしのため、外泊で母が週末家に戻ってくるようになります。少し照れ臭そうにした母は、家に着くなり台所に立ち、家事をしていました。その時はそれが当たり前のように思っていたが、自分が大人になってから、なぜ父は全く手伝おうとしなかったのだろうか。なぜ、子供に母の病氣のことを説明しなかったのか、と疑問が湧いてきました。母はきつと孤独だったと思います。その中でも自分ができることを文句も言わずやってくれていたんだと、後になってわかるようになりました。

母の病状は一進一退。在宅に戻り、不調になると入院、外泊して退院、それが何回も繰り返され、数年が経ちました。

不調の時の母は、全く動けず布団に潜って寝ているか、早朝四時くらいから出かけて行ってしまい、訳のわからない買い物をしてきたり、常に幻聴にさいなまれ、幻聴相手に一人喋りしゃべりをしています。病気がそうさせていることはなんとなくわかって、コミュニケーションがとれず、どう関わっているのかわからないことに苛立いらだち、母をなじったこともあります。

普通のお母さんと買い物に行ってみた、特に思春期になり下着を買いに行きたい時などそう思いました。切ないのは、学校の行事です。運動会が一番辛い。友達は皆、家の人が応援に来て、お昼には家族とお弁当を一緒に食べています。私は、その時の記憶が全くないのです。誰も来ない運動会のお昼ご飯の時間をどう過ごしてたのか、どう<sup>し</sup>凌いでいたのか思い出せない。何か必死の気持ちで過ごしたのか、自分で記憶から消してしまったのか。

子供時代から学生時代まで、母の病気も障害も理解する機会はなく、母と話すこともあまりありませんでした。病気がアクティブだった間は、母は病と闘っていたのかもしれない。母は五十歳を過ぎる頃から少しずつ落ち着き、波はあるものの入院する間隔はかなり空くようになりました。そして、私は大学を卒業すると、就職の為、名古屋の実家を離れて神奈川に暮らすことになりました。

再び、母と暮らすようになったのは、それから二十年後のことでした。

実家に入り、その三年後に父が亡くなり、母との二人暮らしになりました。母の症状は随分と落ち着いていました。精神科の主治医が「年を経ると（統合失調症の）病気のポリウムが減る」と言っていました。そのとおりになっていました。しかし、幻聴と独語と空笑いと言った統合失調症特有の症状は残っています。精神障害者手帳は一級、投薬も欠かせません。

母の独語や空笑いが出る時、自分がイライラしていると

「気持ち悪っ！」

と言いつ捨てたり、私の言うことより、幻聴の言うことを優先すると、激怒して母に当たることもありました。私は、在宅で出来る仕事に切り替え、家の事を全て行い、このまま母を見て終わるのかという、いろんな気持ち<sup>な</sup>が緬<sup>な</sup>い交ぜになっていました。そのうち、自分に余裕がない時ほど、母に当たっていることに気づきました。母は変わりません。いつもと同じように幻聴と会話し、笑っています。それをどう感じるかは自分の問題であって、母の問題ではないのだと。

段々と、母の世界を理解したい気持ちになっていきました。

思えば、これまで、母の病気について向き合ってきたことがありませんでした。幻聴さんはどんな人なのか、女性か男性か、性格は。

母によれば、幻聴さんは女性で、少し意地悪な人らしいです。複数幻聴さんがいるタイプの患者さんもあるようですが、母はほとんど同じ女性が話しかけてくるそうです。私は、その人に「ブツ子さん」と名付けました。幻聴さんが出てくると母がブツブツ言う独語が始まるからです。それからは母の独語が始まると

「今、ブツ子さんと話してたでしょ」

と言うと母は

「はぐ」

と言って、いったんブツ子さんとの会話を終わりにします。二人にとって、幻聴さんはブツ子

さんという人物になったのです。

私には聞こえなくても、母にとつてはリアルに存在する人なのです。

母はしばしば空を見つめて幻聴さんとお話しています。今、私の目の前にいるのに、私の隣に座っているのに、「ここ」に居ないことがあります。そんな時は、母は宇宙船に乗っているという設定にしてみました。宇宙船に乗ってしまっているの、「ここ」にはいないのです。ちょうど若田光一さんがエンデバーに乗ったことがニュースになっていた時でしたので、宇宙船の名前はエンデバーになりました。母がぼーっとしているな、と感じたら、こちらの世界に戻ってもらうために

「今、エンデバーに乗ってたでしょ？」

と声かけます。母にはそれで意味が通じます。母は

「はい」

と返事をし、いったんエンデバーから降りてきます。その後の続きのやりとりも定番化しました。

私 「エンデバーに乗ったのは？」

母 「若田光一さん！」

このやりとりで、母が幻聴さんとのやりとりや妄想にはまっている時に、こちらの世界に連れ戻せるようになり、私のストレスも減り、母の障害も少し理解出来るようになりました。きっと私自身が寂しかったのだと思います。目の前にいるのに、母の独自の世界だけで完結してしまっているような

気がして、私も関わりたかったのだと思います。

母をスーパーに連れ出しても、心ここにあらずの時もあります。

「ほらっ、お母さん、もう梨が出てるよ」

と声をかけても、反応無し。母の頭は妄想の中という時、

「聞いてなかったでしょ」

と聞くと

「聞いてたよ」

とごまかす時もあります。母は統合失調になってから、見えない箱に入っているような気がするころがあります。一緒に家に居てもエンデバーに乗っちゃうし、スーパーに来ても、なんだか箱に入っただけで動いているようです。

名付けて「Mother in the box」。でも、それでいいじゃないか。「お母さん！」と呼んだら箱から出てきてくれる、もし、箱の中が居心地がよく母にとって安全ならそれでいいのかも、思うようになりました。

そんな風に段々と、母の障害と自分の気持ちに折り合いをつけていくようになっていきました。

しかし、いつもうまくいくとは限りません。自分が疲れている時、自分一人が大変な気持ちになっ

ている時は要注意です。

ある日のことです。とても疲れていて、

「今日くらいはお母さんが夕飯作ってよ！」

と母に当たりちらしました。なにやら作っているような物音が聞こえてから、食卓を見ると、ご飯茶碗ちやわんと並べて置いてあるお皿に食パンがサイコロのように切ったのが盛られています。ご飯のおかずがパン？

「何やってんのよ！ ふざけないでよ！」

と私の怒りは爆発し、扉を音を立てて閉めて怒りを表し、自分の部屋にこもりました。

でも、きつと母は一生懸命作ったのだと思います。

少し落ち着いてから母に

「お母さん、ごめんなさい。言い過ぎた。私もつと優しい娘になるわ」

と言うと

「優しいよ、優しいよ、そのままでもいいよ」

と言ってくれるのです。年老いて障害のある母に優しくできない娘に対して、そのままでもいい、と言ってくれるのです。私を全肯定し、丸ごと受け止めてくれるのです。やはり母親なのです。私はと

いえば、お母さんが病気になるなかつたらどんな人生だったのだろう、病氣じゃないお母さんとお買物したり、おしゃべりしたりしたいと思っていました。病氣の母を、障害の母を否定しているような娘に対して、「そのままでもいい」と言ってくれる。

自分が面倒を見ていると思っていた母に丸ごと受け止めてもらっていたことに気づきました。そうして母と暮らしているうちに、母が見えてきたのです。それからは、まるで失われていた子供時代を取り戻すかのように、私は母に甘え、「かわいい、かわいい、たまらない」と言ってくれる母に赤子のように抱かれました。そして母の精神性の高さにも気づき、まるで宇宙の真理のような、禅問答の答えのような言葉を放つ母を尊敬するようになりました。

五十にもなる子供に対して

「大きくなっていく姿は本当に可愛かったよ、ありがとうね」

とお礼を言うのです。私がふてくされて

「このまま花も咲かせず枯れていってしまうんだわ」

と言うと即座に

「樹になってください。樹は強いよ」

と間髪入れずに返ってくる。心に響く言葉をたくさん残してくれました。

母は「(子供に) 何もしてやれなかった」とよく言っていたので、病気にならなかつたら、したいこともたくさんあつただろうに、悔いがあるのでは、と思い

「お母さん、自分のこと好き？」  
と尋ねると

「(まあ) まあだね」

との返事。母は自分に対して合格点を出しています。きつと、病気になった人生も、母はやるべきことをやってきたという自負があると思います。

自分の人生を引き受けている。私は、正直父への不満がありました。精神を患った妻に対して家族として助けているところを見たことがない、母の病気に対して子供に説明し、家族としてどうしていくか、母親不在の子供への心情の寄り添いなど、して欲しかったことがたくさんあつたから。

でも、母は父への不満は一言も言いません。父はその時の父の能力で出来ることを父なりにやってきたのだと思います。そして母も、もうそれ以上を求めなかつたのだと思います。

母の障害に向き合うことで、大切なことをたくさん学ぶことが出来ました。丸ごと全肯定された経験は私自身を安定させてくれました。

私は今、相談員として仕事をしています。私がそうしてもらつたように相談される方に対して「そ

のままでもいいよ」と声がかげられるようになりました。まず、肯定する。そして、本人自身が変わりたいことがあるのなら、そこを応援していいこうと思うようになりました。

そして、自分の人生を引き受け、自分で自分に対して「まあだね」と合格点が出せるように生活していききたい。母のおかげで根っこの部が太くなりました。そしてこの先、樹のよう強く生きていききたいと思うのです。