

口で料理をつくれますか

地域で自立生活したいと願う人へ、ある養護学校の校長先生が「自立生活はむずかしいよ。自分で、ごはんがくれるの」と尋ねました。

自立生活は自分で料理をつくれなければ、できないことでしょうか。実際に自立生活をしている人の生活はどうでしょうか。

山口さんの場合、食事は自分の家でつくります。ヘルパーさんやボランティアさんへ献立を言い、買い物をお願いします。彼女は、調理のしかた、味付けなどもはっきりと指示をします。彼女は口で料理をつくるのです。料理が好きな人、料理を学びたい人と共に料理をつくります。私も料理を手伝ってキムチ鍋をつくったことがあります。彼女は自分の味付けをしっかりと指示をします。気楽に料理づくりを楽しめました。料理をつくる時は、はっきりした指示があると助かります。そして、互いに食べることも楽しめます。

山口さんは、彼女の生活を知らない人からみると、ごはんをつくれぬ人に見えるかもしれませんが。しかし彼女は料理をつくるのがとても上手な人です。

失敗は成功のもとではなく、次の失敗のためである

山口さんは25年以上、親から離れて、自立生活をしています。しかしそれを続けていく危機がありました。それはトイレの失敗の話であります。

ある日、介助を約束したボランティアの人がドタキャン！！たまたま、その日は体の調子も良くなく、トイレに行くのに間に合わなかったのです。自分が惨めになり、次に介助にくるボランティアの人にも着替え、洗濯のことを思うと「申し訳ない」と思いました。そして非常に落ち込みました。

自分が惨めになり、こんな思いをしてまでも自立生活を続けていくことに…。

ところが、介助に来た女性が山口さんに「落ち込まなくてもいいんじゃない。洗えば済むことでしょ」とサラリと言いました。「あ～。このようにとらえるのか。」と、山口さんはこの言葉がストンと自分に入りました。そして気持ちの落ち込みから脱出しました。そして次の失敗から落ち込まなくなりました。

人の言葉が人を絶望から救い出します。人との出会いは常識を超えとらえかたを生み出します。「失敗は成功のもとではなく、次の失敗の時、落ち込まなくてもいい準備になった。結果としては次の失敗のためになった。」

失敗の現実から教訓を学ぶことは多いのです。しかし私たちは失敗をしないように、転ばないように先に杖をだすことが多いのです。特に失敗をする前に、失敗した後のことと「何もしないこと」を天秤にかけてしまいます。

障がいのある人のなかには外に出ないことを安全とされたり、人から傷つけられることを恐れて家のなかで生活をするを常としている人たちもいます。「一年で数える位しか外出しない」と話す人もいます。

失敗を恐れて、何もしないことから学ぶ機会は少ないのです。失敗も落ち込みも経験しながら、生きることの醍醐味を知るのではないのでしょうか。「失敗する経験」も大切なこととして、新たな価値観を獲得して前向きに考えることも、山口さんから学びました。

そして人は精神的に落ち込んで絶望した時も、人の言葉や態度により、その絶望から抜け出せることも。

