

歳重ねる変化、なんでもウエルカム！

私は私、あるがままでいい

白髪やシミ、シワを隠したがる人がいるが、落合さんは違う。年齢を重ねる「こと」で起「る」、さまざまな変化を、そのまま受け入れる。若さ至上主義的な世の中にあって、年齢を重ねていく「こと」の意味とは。「あるがままがいちばん」という落合さんに聞いた。

作家
落合恵子

●おちあい・けいこ 1945年栃木県生まれ。文化放送アナウンサーを経て作家活動に入る。東京と大阪で、子どもの本の専門店「クレヨンハウス」と女性の本の専門店「ミス・クレヨンハウス」を主宰。著書に『母に歌う子守歌 わたしの介護日誌』『積極的その日暮らし』、最新刊に『孤独の力』を抱きしめて』がある。

加齢からの贈りもの

以前、テレビ局の男性アナウンサーから、「ご自分に自信があるんですね」と言われたことがあるんですよ。白髪もまったく染めないし、高い服を着ているわけでもない私を見てのことだから、いいように解釈すれば、内面に自信があるから外見に

あまり頓着しない人だと思ってくれたのかもしれませんが（笑）。

別に内面に自信があるわけではありませんが、白髪をカラフルに染めて楽しむ方がいてもいい。私は、面倒だし、白髪が増えるのは自然だと思っているの、そのままにしているのです。白髪染めをしないことで、誰に迷惑をかけるわけでもありませんし。それでもご好意から、いろいろ

ろとアドバイスしてくれる方はいますが、「私はこれで行かせていただきます」と言っています（笑）。

歳を重ねれば加齢からの贈りものが増えるのは当たり前です。年齢とともに体力は落ちるし、肌だって衰える。シミもシワもあらわれてくる。「いつまでもお若いですね」と言われたと思えば、白髪、シミ、シワを必死に隠さなきゃならないでしょ

うが、そうしていたら、自分の存在そのものを消さなくてはならなくなる。それは問題でしょう。

年齢とともに体の内と外、もちろん精神的なものも含めて起こるさまざまな「変化」。私はすべてウエルカムなんです。あるがままでいい。「あるがまま」に開き直るのではなく、自分にとって望ましい「あるがまま」を重ねていきたい。それが私の信条です。

いつまでも若くありたい、見られたい——これも人の欲望の一つなのでしょうが、私自身はなぜかそういう欲望がない。欲望というところで言うと、もともと社会的地位やモノへの執着も少ない。人様からいただいた肩書なんて、風が吹いたらどこかへ飛んで行っちゃうでしょ（笑）。

地位や名声、お金、外見などへの欲望や執着が強ければ強いほど、人

生はとても疲れる。心身の消耗の度合いは大きいでしょうね。

それに、そもそも女性は歴史的に社会的地位というものからはじかれてきた存在です。ですから社会的地位と関係なく生きてこざるをえなかったというものはあるかもしれません。はじかれてきたからこそ手に入れたという人もいるし、セクシュアリティによる差別はむしろ反対ですが、私は人からもらうものではなく、自前で自分の立つところをつくっていきたくて思ってきた。

それに欲しいものは、別にあるんです。モノや地位ではなく、泰然と自分自身を生きることです。よりよきあるがままの自分を生きる——。もちろん苦しみや悩みにぶつかると重い責任も生じます。無様でみっともないこともあります。しかし、そこには、なにもものにも代えがたい自

由がある、と言えるかもしれません。

自分を笑って「ま、いつか」

権力や政治といったものに対して、私は「アンチ」の姿勢を取り続けていますが、アンチエイジングにだけは「アンチ」ではないんですよ（笑）。加齢によるさまざまな変化をマイナスにとらえ、目をそらすのはセンチメンタルに思えます。年齢とともに体力はなくなることは、徹夜などすればヘロヘロになることで否応なく実感させられます。

ちょっと前なら「新幹線に遅れるぞー！」って、駅の階段なんか二段跳びで駆け上って、電車に飛び乗っていたのが、いまそれをやるとホームに辿り着いた途端、足がガクガクになって、目の前の新幹線に乗り込めない（笑）。情けないけど、そん