

捨てられない感情が胸に詰まる日もある。
捨てたはずの記憶が夢に忍び寄る夜もある。
選択はいつも難しい。

けれど、私は知っている。
捨てることも捨てないことも、
どちらも私の一部だ。

手放した重さも、抱え続けた温もりも、
すべてが、私を形づくる。

今日、またひとつ手にとる。

それをどうするか、まだ決められないけど、
その迷いこそが、生きている証だと思う。