

まえがき

大切な人（もの）を失ったとき、人はこの悲しみが永遠に続くものだと思ってしまう。こんな思いを抱えたまま、明日から私はどうなってしまうのだろうか。

暗闇に閉ざされた野良猫が行き場を失ったかのように、計り知れない孤独感が私を襲う。

ここに残されたものの悲しみは、後悔と自責の念。

涙が涸れることを知らずにあふれ出す。

腕の中にある優しい温もりが、時間とともに奪われていく。

さらなる孤独感が夢ではないことを示すかのように……。

今までで一番泣いた日。

2013年夏、私の最愛のパートナーは虹の橋を渡りました。

「もう一度、会いたい。抱きしめたい」

大切な人（もの）を失う悲しみ、それは私にとって新しい世界への始まりでした。

悲しみの先にあった新たな気づき、愛犬が自らの死を通じて私に伝えたかったこと、それがなんだったのか、5年という年月が過ぎようやく気づけたような気がします。

私は伝えたいのです。

人はたかさんの可能性を受け入れることができず、自らの望む道を諦めてしまう。

私なんかにできるはずない……、生まれたときから環境が違う……など、今を生かすことをせず、とりあえず目の前にある道を進んでいこうとします。

本当は納得していないんです。そんな人生は嫌だっただけです。

だから、うまくいっている人を妬ましく思ったり、そんな自分に自己嫌悪になったり。

夢や理想を追うことをやめたとき、惰性で流されるように生き、生きることの目的さえもわからなくなります。

何かを始めるのに遅すぎることはないのです。年齢を重ねていくことは、決してマイナス

ではありません。今だからできること、今のあなただからできることがあるはずですよ。

現状を変える怖さに抵抗を覚えるのは、みんな同じです。私もずっとそうでした。

私は幼い頃から劣等感が強く、内向的、自分に自信なんてまったくありません。

愛犬と過ごした15年と6カ月、愛犬は私をずっとそばで支えてくれました。

今まで何度も挫折を繰り返し、何をしてもしつくりこなかった私……。

愛犬の死、ペットロスからヒーリングを学び、自分の進むべき道、使命へと目覚めました。

愛犬のあと押しがなかったら、きっと私は永遠に変われずにいたかもしれません。

今までの弱気な私は卒業。

「人や動物さんたちの癒やしになりたい」

「自分の足で立ちたい。自分の人生をしつかり生きたい」

この気持ちを支えてきたのは、ただただ愛犬への純粋な思いだけ……。

私の名前「レイキ縁」には、ご縁の『縁（えん）』という字を用いています。

今回の執筆に至った経緯は、子どもの頃から書くことが好きで、口数は少ないものの、書くことで自分を表現していたからです。自分の経験や思いを伝える手段として、皆さんにお伝えするには最良だと思ったからです。

この本を手にとってくださったご縁あるすべての方に、あなたの望む人生を歩んでほしいから。大切な人（もの）を失い、深い悲しみを抱え先へ進めない方、自分に自信が持てずにいる方、一緒に私と進みませんか？

ひとりでもいい、ふたりでもいい、あなたの心に光をさすことができるなら……。

先代犬みるくと、2代目バナラとともに活動します。

あなたを光のさすほうへ。