

まえがき

わたしには、愛する夫がいる。2016年4月6日に、34歳で、永眠した夫。肉体を持たぬ、魂の存在となった夫。

この本は、夫の死によって、悲しみの中で氣つき、真実の愛を知ったわたしの物語である。同時に、愛する存在を亡くし、悲しみの中にいるあなたへ届けたい物語。

2016年4月6日、この日、わたしの人生が変わった。

当たり前前に続くと思っていた幸せのかたちが、音もなく、突然、崩れた。自分が息をしていることすら苦しいと感じた日。世界がグレーの一角に変わっていくのを感じた。その日を境に、わたしは、もがき苦しみ、悲しみ、闇の中へ落ちていった。終わりのない悲しみの闇の中。自分が、上を向いているのか、下を向いているのか、前を向いているのか、後ろ向きなのかさえ、まったくわからぬ世界で、何かに向き合った日々。

死んだら人はどうなるのか？

生きることはどういうことなのか？

愛することとは？

愛されることとは？

問いかけつづける日々だった。

その日々の中で、出逢えたたくさんの縁^{えにし}。

導かれるようにつながった偶然と想われる必然の出逢い。

暗闇の中で見つけた光。氣づいた愛。

闇を知って光を見つけた。光も影も引き連れて、今のわたしは歩んでいる。

魂となった最愛の夫とともに。

この本を読んで、悲しみや痛みの中にいるあなたが、あなたの最愛の大切な人からのメッセージに氣づけるきっかけとなつてほしい。

そんな願いを持って、夫とともにこの文章を綴っている。

最愛の人は、亡くなっても、なくなったりしていない。

愛する存在は、肉体を持つわたしたちの網膜には映らないし、声が聴こえたりもしない。肉体がなくなつたから、もちろん、触れることもできない。

「亡くなつた存在を見たり、話したりできる人がいるとしたら、ごく限られた能力を持った一部の人のだけ」そんなふうに、わたしは、ずっと想い込んでいた。

最愛の人はいつでもそばにいてくれる、そのことは直感でわかるのに「見えない、聴こえない、触れられない」そんな想いがほとんどを占め、長い時間、わたしを悩ませつづけてきた。

魂ではわかっていたのだと想う。本当に大切なのはそんなことじゃないと。

人は、マイナスなことや、ネガティブなことに想いを引っ張られがちだけれど、それは、本当のことに気づかせるための「鍵」なのだと思う。

その鍵を持って、新たな扉が開かれる。

鍵は、体験して、自分で手に入れるしかない。

夫が他界して数年間のわたしは、突然の事故だったこともあり「なんでこんなことになってしまったのだろう？」と現実がわからなくなっていた。

姿の見えぬ夫に対し、肉体を求めていた。

本当にこのままなのか？

夫の声は聴こえないのか？

何も言わず消えてしまったのか？

わたしのそばに戻ることはないのだろうか？

悲しみと疑問ばかりを頭で考え、寂しさの想いで覆われ、真実から遠ざかっていった。

魂の夫から目を背け、死を否定していた。自分自身の想いが、夫から遠ざかるような行動を起こしているのだとまったく気づきもせず。

肉体を持ち、心の変動を体験しているわたしには、自分の心を守るために「死を否定する時間」も必要な時間であった。

今、この文章を綴っているわたしは、悩み、もがき、苦しむ時間に意味があつたと感じている。その当時は、そんなことは微塵も感じられなかつたけれど、苦しむ闇の中で見つけた光の存在が、闇の意味もあるのだと教えてくれた。

光は、最初からわたしのすぐそばにあったのだ。光のほうを見なかったのはわたし自身だった。

わたしたち、遺された者は、肉体を纏っている。だから、悲しみも感じるし、痛みも感じる。もがくことも、悩むことも、苦しむことも、肉体がなければできないことだ。

夫は、光の世界にいる。光の世界は、肉体が必要ではない。溢れるほどの愛に満ちていて、苦しめない。光の世界から、愛する者たちに、止めどない愛を届けている。

肉体を持つわたしたちは、その愛に氣づけるときもあるし、どっぶり悲しみに浸るときもある。光の世界から届けつづけられている愛も、悲しみや苦しみの強いバリアで、氣づくことが難しくなるときがあるのだ。そのどちらを体験してもいい。それが「肉体を持って生きている」ということ。胸の痛みと悲しみを抱きしめて、自らに「生きることとは？」と問いかけつづけたい。その答えは、正解なんてないし、その人の中に答えがあるから、他人とまったく同じものにはならない。

わたしは、闇の中にいたことで、光の輪郭がくつきりと理解できた。

生きていること、大切な人を愛すること、有限である肉体を使うこと、楽しむこと。

愛する魂の存在と一緒に、答えを見つける旅をしよう。

旅のゴールには、愛する存在が両手を広げて、あなたを抱きしめようと待っているはずだから。