



悲しみの色

すみれの会は月二回、第一土曜日と第三水曜日に行われています。

すみれの会が始まった頃、参加者は分かれています。しかし、回を重ねる内に様々な疑問が湧いてきました。亡くなった方との関わりのあり方によって、喪失感の色合いが異なっているのではないかと。その違いは参加者同士の間で戸惑いや配慮、遠慮を生む。これは参加者が心からのわかちあいをやることの妨げになるのではないかと。全ての参加者にとって安全で自然なわかちあいができるのか。私たちは、参加者との体験を通して模索を続けました。友を失った時、人はその人と共に生きた時間そのものを失ったと感じます。失ったのはその人と共に歩んできた人生の旅の大切な記憶、届かなかった友

への気持ち。それは嵐のように心を揺さぶり、吹き抜けます。

家族は、自分とその人の命の始まりと終わりを共有する関係です。親を失った子は心のふるさとと自分の命の起源を。子を失った親は自分の夢と希望、未来を。兄弟姉妹を失った人は自らの分身、共に生きる命を。配偶者を失った人は自らの存在を証する相手、自身を身の内に喪失そのものが大きな空洞としてあるということです。

わかちあいの会ではこの事に関し大きな配慮と、注意深い関わり方が求められることを、参加してくださった方々との体験を通して学ばせていただきました。



同じ嘆きを繰り返しても

人は様々な事情で亡くなっていくけれど、どうして自死遺族はこんなにも傷つき、悲しみから立ち直れないのだろうか。人の死には、それぞれ死に至る原因がある。交通事故、病気、老い、それぞれに飲み込める理由がある。しかし自死には亡くなったという現実はあるが「なぜ死なねばならなかったのか?」「なぜ私は助けてあげられなかったのか?」と苦しむ。家族が、自分自身を追いそうになるのを必死でこらえる姿を、幾度も目にした。

「来るたびに、同じ話で」いいえ、たとえ「物語」は同じでも、今それを言いたい気持ちが溢れてきたのですから、気持ちのままにお話してください。語りつくさなければ、先に進めない。きっとそうなのです。生身の人間が聞いているから話せることもある。私たちは聞くためにここにいます。

☆「今日はどなたもいらっしやらないのかな」
誰も来なくても、私たちはいつも同じ時間、同じ場所でお待ちします。花を飾り、音楽をかけ、おいしいお茶を用

意して。きっと今日はここに来なくても大丈夫なのかなと思ひ、むしろそれは良いことかとも思ひます。また、来ようかどうしようかと迷って、今日は行かないと決めたかもしれない。だけど、誰かが自分を待っている、行ける場所があることの保証は大切です。「もしかしら、必要な人に、すみれの会があることが届いていないのかもしれない」とも思ひます。静かに人から人へ、この会があることが伝わっていけばと思ひます。いつか本当に不要になる日が来ることを願ひながら、私たちはいつも待っています。

☆いのちの電話

私たちは、電話相談員として訓練を受け経験を積み、さらに、遺族支援研修を受けながらこの活動をしています。それは個人の思いだけではいつか続けられなくなる時があるからです。社会の中で共に生きる仲間として、支えあう気持ちを大切に、続けたいと願っています。

※すみれの会：自死で、ご家族や大切な人を亡くされた方のわかちあいのつどい