

大震災から、1年11ヶ月

昨日で東日本大震災から、1年11ヶ月経った。

つい先日、津波でご自宅を流された方から、次のようなメールが……。

「最近、変なんです。

あんなに、これをした、あれをしたと思っていたのに、何もしなくない。

突然の動悸と頭を締め付けられるような感覚（頭痛じゃないんです）、特に、動悸は大変です。心臓を捕まれてグーパーされているような感じです。

そうすると、津波が来なければ、こんなことにならなかった！

昔に戻りたい、この現状から、逃げたい、逃げたいと思ってしまうのです。

震災後も、ピンチはチャンスと何度も何度も唱えながら、これまでやってきました。

なのに、なぜここにきて、これほどの不安と体調不良になったのか??

メールに書いていたら、少し落ち着いてきました。」

時間が経っても被害に遭われた方々は、我々では想像できないの心の内の余震が続いているよう。

同じように被害に遭われた方の次の言葉を思い出す。

「悲しみを閉じこめることはできない。一生持ち続けると思う。

ただ、悲しみを次第に口に出せるようになると、悲しみと同居できるような気持ちになり、悲しみの涙を流すことが少なくなっているかな？」

我々に出来ることといえば、メールであれ、電話であれ、お手紙であれ、折々のお心の内を口に出せるように寄り添い、その折々のお気持ちをお聴きし続けるというお手伝いかな。