

フレデリックの母のその後¹

山本孝子

1. 運命的なできごと

運命的なできごとは突然やってきました。最愛の息子が先に逝ってしまうことなど、これまで想像したこともありませんでしたから、心の準備も何もないまま突然絶望の淵に突き落とされたような感じでした。

昨年13回忌を執り行い、あの日から早くも12年の歳月が流れたのだと頑張ってきた日々を思いました。日常生活では明るく元気なのですが、その日はご住職様の温かい言葉に涙があふれ、普段は涙を見せない夫も皆様へのご挨拶に立った際に涙し、その姿を見て私もまた泣きました。

12年経った今でもそんな風に何かの一言、きっかけでそうになってしまうのですから、その当時は悲しみを殻に閉じこめて自分を必死に守る必要がありました。当時、私はカウンセラーとして学校に勤務しており、自分の問題で泣いているわけにはいかなかったので、仕事をしている間は何も思い出さないように感じないように頑張っていたのだと思います。

2. ログセラピーとの出会い

そんな日々が何年続いたでしょうか。心理学を学んだ経験から常々、自身の感情に蓋をしたままの今の状態はよくないと感じていました。どうしたものかと何かを探し求めていた時、インターネットでログセラピー・ゼミナールを見つけて参加することにしました。2014年1月の「生と死の意味」の回が初参加だったようです。