

体験版

死ぬということ

死ぬということ

はじめに

◇塩川香世さんのホームページより

UTAブックさんが、死について寄せられた原稿を冊子に纏めるといふのを見て、今世学びに触れた仲間として、一言言いたいと思いました。

何としても自分が生まれてきた意味、死んでいく意味を今世こそ間違えずに自分に伝えていきましよう。

学びに触れた、繋がったこんな絶好のチャンスを決して無駄にしないでという思いを強く感じます。

それぞれに、環境、事情が違い、その中で学ぶということについて、それぞれに色々と思いがあろうでしょうが、自分の心の叫びを、色々な形で知らされていることは私達みんなに共通しています。それを受け止めていけるような肉になりましよう。自分の叫びです。自分以外に受け止めてあげることはいきましよう。

肉がどんなに周りに認められても、中の自分を置いてきぼりでは、どこまでいっても空虚な風

が自分の中を吹き荒れます。

学びに触れ、田池留吉、お母さんを思う瞑想を続けている人ならば、それは心でお分かりだと思えます。

もう自分を誤魔化さずに、しっかりと自分を受け止めていきましょう。心から、心から自分にありがとうと伝えられる喜びと幸せを感じてまいりましょう。

(UTAの輪の中でともに学ぼう
1512)

死後の自分の状態を知ることは大変大切なことです。

肉を持ちながら、今、自分の状態はどんな状態なのか、死んだ自分から伝わってくる思いの世界を感じていくことにより、はつきりとしてきます。

日々の生活の中で、瞬間飛び出るエネルギーを感じて、それを反転していくことは、もちろん、大切な大切な仕事ですが、それをさらにそうだと感じていくには、肉、形もない、何もなしの中で、全く誤魔化しがきかない中で、自分はどうなっているのか、それをはつきりと知っていくことが必要です。

他の誰でもない自分なんです。その現実から目を背けて、田池留吉だ、アルバートだ、二五〇年後だ、次元移行だと言つても、どこか嘘っぽいと思いませんか。

現実把握はあくです。しっかりと自分の今を把握しましょう。肉を自分に持たせている今だからこそ、そのお勉強ができるのではないのでしょうか。

肉のことばかりに思いを分散しては、もう自分の行きつく先は決まっています。地獄の奥底の底の底のもつと奥底から這はい上がってきた意識だということを、それぞれの心で感じていくことが肝要かんようです。

(UTAの輪の中でともに学ぼう
1513)

ご自分にとって、

【「死」とは何か】を書いてお送りください。

(二〇一九年二月)

自分にとつての死、という十五年前の交通事故の時の体験が一番大きいと思います。

短大生だった春休みのある日、ゼミの先生に抗議をしに短大へ出かけた帰りの事でした。自転車で横断歩道の青を確認してペダルをこぎあげたその時、自分の視界の左側に車体が映った、と認識した次の瞬間、意識を失いました。

しばらくして、「大丈夫ですか？」と言う人の声と救急車のサイレンのものがすぐ大きな音が聞こえたのは分かったけれど、目を開けることも体を動かすこともできず、次の瞬間、救急車の車内の中で、消防士の人が色々と話しかけてくる声を聞いていました。自分は、死ぬのかもしれない、という思いが遠のく意識の中で過ぎり、「命に別状ないですか？」と消防士の人に尋ねて、「黙ってください」と言われたのを覚えています。

肉体の感覚が抜けていく、どんどん気が遠くなっていく、ああ……このまま死んでいくんだ、と思った瞬間、「アルバート……」と心で呼んでいました。助けてくれ、でも、恐怖でもなく、意識の私の素直な思いだったと感じます。

そこからまた意識が飛んで、気が付くと病院の中のようでした。ざわざわとした空気の中、音は聞こえるけど目は開けられない状態で、「瞳孔が開いてきてる」という声も耳にしました。そこからの記憶はあいまいで、ただ私は死なずに生きていました。

病室で意識を取り戻した時、世界が一変したように鮮やかに爽やかに心が軽くなりました。不思議な体験でした。自転車ことはねられた私は、うつぶせの状態で地面に打ち付けられて、その体の上に乗っていた自転車がアツたと、後から知りました。

左の眼の上を怪我した以外に、骨折もなく、た

だ顔がお岩さんのように、腫れあがっていただけでした。病院にかけたつけた両親が、あわてふためく様子も、母が私の顔を見て、「なんて顔に……」というような事を言って泣きそうになってた姿を見ても、自分の中に不安や恐怖の思いがなく、何か、もう一度生まれ来てきたような気持ちだったことを覚えています。

あの時、私は確かに、今世の肉の死を意識して、直感的に、「死」というものを体感したように思います。あの時、死なずに今日の今まで、肉の時間を与えられているということに、あまりにも無頓着で、あの体験を本当の意味で、自分の転機むとんちやくにしなかつた自分の己おのれの偉さを今になって感じます。

意識が遠のいていく中で、自分の思いと肉体細胞の思いというのを感じました。自分にただただ寄り添そってくれている肉体細胞の思いを感じました。お母さんのようでした。そして、自分の思

いだけがそこにありました。

そして、ここ最近、いつからか気が付いたら、よく「自分の死」を体験する夢をみるようになりました。夢の中で自分が死ぬ瞬間の心の練習をしている、という体験です。十五年前の交通事故の時のように、意識がうすれていくというリアルな体感、感覚があり、夢というより現実なのです。ある時は、体からどんどん力が抜けていく、ある時は、車に乗っていて猛スピードで崖がけから転落する瞬間、ある時は天変地異で津波に飲み込まれる瞬間……いつも「夢だ」という感じではなく、実体験で、その時、「田池留吉!!!」と声に出して叫んでいる、そういうことがよくあります。自分が死ぬ時の練習をしているのだと思っています。

今世、どういう形でこの肉を終えるのか、はつきりとまだわかりません。あと何年、この肉があるのか、自問自答するたびに、答えが違つような、自分の願望がそう言わせてるんじゃないかとか

そういう思いが出るので、まだ、はっきりと自覚してないというのが正直なところですよ。

ここまで打ったところで、去年の六月にも交通事故にあったことを思い出しました。

およそ事故が起こるはずのない、安全運転で直進でバイパスに乗ろうとした瞬間、いきなり左側から車がつっこんできました。ぶつかって引きずられていく時、スローモーションのようにその情景を感じ、その時、なぜか「優しいなあ」と感じました。自分の我を通すエネルギーだ、と直感的に感じました。そこから、近くのコンビニに移り、警察の方がきて、母が事情説明してる間も、状況と関係なく、優しい思いに包まれているのを感じました。加害者の方は大きなおなかの妊婦さんでした。お互いけがもなく、良かったなあざと爽やかな思いでした。

十五年前と状況は違うけれど、「思い」だけが存在していると体感したのは同じでした。あれが大

型トラックだったら、今度こそ死んでいたと思います。

去年の六月の事故の瞬間、「田池留吉……」と軽やかに自分の中が思っていました。だから、どうと言うことは何もありませんが、自分の心が苦しくない、責める思いもその時は出てこず、優しい時間だけが流れている……ひよっとしたら、本当はいつもこんな時間の中にあるのではないか……と思いました。

「自分にとつての死」。物心ついた頃から、目に見えないものを恐怖する思いから、夜眠る時、お布団から手と足を出していると、怖くて、お布団の中に手と足をしまわないと、とても恐怖だったことを覚えています。目に見えないものを感じる体験が多々ありました。自分の体が勝手に転げまわったこともあり、何も知らなかった私は、自分の外にある何かの力が作用していると思っ

て疑いませんでした。自分の中の苦しみは肉を突

き破つてきた、もう飽和状態^{ほうわ}で、ギリギリの状態だったのだと今、思います。敏感な肉体を用意してきたことで、自分のエネルギーをストレートに感じる機会を沢山用意してきた、それを「自分の死」に活かしたい、そう心から思います。

今、自分の死を思うと、とても近いというか、身近なことに感じます。いつ死ぬのか、どんな形で死ぬのか、……自分にとって必要なら、必要な時に知るかもしれないし、その機会のないままに、突然死ぬかもしれません。

だけど、今世は、本当の意味で明るく死にたいと思います。形はどうであれ、心は、田池留吉、アルバート……とお母さんと、心から呼びたいです。まるで優等生の作文のようかもしれません。が、正直な思いです。

今回、改めて、「自分にとっての死」について、色々思い出し、こうして書くことで、自分の死と仲良く向き合うという大変ですが、忌み嫌うので

はなく、優しい思いで向き合いたいと思います。

2

自分が三歳か四歳の頃、母方の祖母が急死しました。その時の心を母親の反省の中で書いたものがあります。夜、母親に抱かれて寝ていた自分が、必死で母親に尋ねたのです。

死ぬとどうなるの？死ぬときは苦しいの？お母ちゃん、わたし、ものすごく怖くて怖くて、自分にも死ぬ時が来るんだって思うと、もう狂い出しそうになる。死んだらどうなるの？どこへ行っちゃうの？さっきまで動いていたのが動かなくなつて、冷たくなつて、固くなつて、あんなふうになるのが怖い！怖い、怖い。だけど、わたしも死ぬんでしょ。一人で死んでいくんでしょ。

考えるともう怖くて怖くて、真つ暗い気持ちの中に沈み込んで恐怖一色。お母ちゃん、どうしたらいいの？ 一人で死んでいく時つてどんなに怖いことだろう。どんなに寂しいだろう。本当はどうなの？ お母ちゃん、わたしが納得できるように、安心できるような答えを言つてよ、お母ちゃん。お母ちゃんは何でも知つているから、この問いにも答えてくれるでしょ。大人は何でも知つているんでしょう？ 死は、怖いことではないんだよ、苦しいことではないんだよつて、はつきりと言つてほしかった。なんだ、そういうことだったのかつて、ホツとできる答えを、ちゃんとちょうだい、お願い！

わたしは死ぬことでもう頭が一杯。死んだらどうなるのか、死ぬときは苦しいのか、心が悶々もんもんとして頭がぐるぐる回つて、恐怖が心から離れない。辛い、苦しい、このことに答えてもらいたい。

考えれば考えるほど、不安と恐怖で到底寝られる気分じゃありません。

知りたい、本当のことが知りたい。死について本当のことを教えてほしい。それも、安心できることを教えてほしい。お母ちゃんは死ぬのが怖くないの？ 死ぬことより、今寝ることの方が大事なの？ どうして平気でいられるの？ 死は、自分一人で乗り越えていくしかない。誰も助けてくれない。自分だけが苦しみもがいて死んでいくなんて耐えられそうにない。みんなは平気なの？ 何とも思わないの？ やがてくる死が怖くないの？ 悩まないの？ 不安じゃないの？ どうして普通にしていられるの？ お母ちゃん、わたしのこの恐怖に、どうか答えてよ、教えてよ！ 怖くないんだよつて、何か安心して寝られることを言つてほしくてたまらなかつたのに、ダメだった。あんたはまだ小さいから、まだまだ大丈夫つて、ぼそつと言つて寝ちゃつた。

この時、私はお母ちゃんに、死の底知れない恐怖の苦しみから、優しく手を差し伸べ救い上げてもらいたかったのに、それが叶わなかったことで、お母ちゃんを見限る思いを出したのです。その後何度かの同じ場面での反省で、母の思いが伝わってきました。

それは、あなたがやっていくんですよ。まだまだだあなたには死ぬまでの時間がある。その時間の中で、本当に優しい思いで、安らぎで包んでやれるのはあなた自身なのです。そう慌てないで、たくさんの苦しみをこれから経ていきながら、自分でその苦しみを本当の本当に優しい思いに変えていくんだよ。焦らなくていいんだよ。今はいっぱい寝て、また明日、元気で遊ぼう。そんな顔して縋り付かれてきても、私はあなたに答えてあげることではできません。今、何かを語れば、過去、苦しんで苦しんで死んでいったあなたが

一斉に飛びついてきます。その言葉にしがみついて、縋り付いて、後生大事にすることでしょう。それではダメなのです。他力はあなたを救えませんが、自分の心で分かるまで待つてね。

今の自分の思いです。

母の思いが響いてきた時、今までの自分の被害者意識がひっくり返りました。とんでもないことでした。嬉しくなりました。今世、お母ちゃんに産んでもらったから、死についても、なんで自分が生まれできたのかも、生きて自分が何をすべきなのかも、知ることができました。どうしても知りたかったことでした。その答えは自分の想像をはるかに超えた異次元のものでした。

三〜四歳のあの頃にはもう、本当のことが分からなくなっていたんです。死が分からなかった。生も分からなかった。自分の本質も分からなかった。でもあれから五〇年以上が過ぎて、やっと自

分に答えてあげられる答えは、田池先生が伝え続けてくれたものでした。

「私たちは肉ではなく意識です。消えてなくならない。私たちは意識、波動の世界に永遠に生き続ける命、エネルギーです。」

3

小学三年生の頃、どうしたら苦しまずに死ぬ事ができるか？ 考えながらお風呂を焚くという子供でした。裕福ではなかったけれど、ひもじい暮らしだった訳でもないのに、ただ、子供だからと甘やかされて育った記憶もありません。私は、毎日死ぬ方法を考えていたように思います。自分が嫌で仕方がなかったのですが、それでも学校を出て、就職、そして結婚したのです。子供にも恵まれ、人並みに年を重ねました。

それからこの学びに繋がった私ですが、大嫌いな言葉があります。

それは、「自業自得」。私は田池先生の口から、この言葉を聴くたびに、自分に向けられた言葉だと思いました。卑屈になり、全てに絶望感がついて回りました。それほど私は、自業自得を嫌いました。

人生を考えるイコール自業自得が、付いてまわりました。今思えば全てが、自分中心でした。夫や子供によって、幸せのレベルが揺らぎました。いつも人任せでした。そのレベルさえ、人の目で自分を見たものでした。自分の目で自分を見れば息もできない状態であっても、自分さえ目をつぶればやり過ごせるお粗末な幸せでした。

この状態の中で、夫の死を迎えました。突然すぎると思いがちながらも、その夫に向けて出るのは、またもや、この「自業自得」という思いでした。私は最後まで、大切に思われての結婚生活を送り

ました。この夫亡くしての生活は、全部にといつて良いほど、考えられない衝撃を伴ともないました。

先生が言われました。エネルギーの強いほうが弱いほうを飲み込むのだと。私が、飲み込んだのかと、嘔然あぜんとしました。ならば、自業自得はこの自分。死は悲しく、私に恐怖と孤独を残すだけでなく将来の不安もきっちり置いていくのかと恨めしくなりました。

それに乗せして、自分の体にも不具合が出てきたのです。病院のベットの上で、こんな人生を用意してきた自分を思いました。涙が流れているけれど、これでええんや。と思っている自分でした。不思議の一言です。三〇年余り何でや、なんでもこうなるんや、と何度もこの学びから、逃げ出そうとしましたが、それでも、私の心が放はなしませませんでした。ほんまもんやから、放せなかつた。これが、私の探してきたほんまものの幸せやつたと思うからです。こんなにならなければ死ねないの

かと思うぐらい、怖く壮絶そうぜつな死だったのに、今は、ひよっとしたら人生の通過点にすぎないのかもしれないなと思えるんです。

4

死は突然やつてきました。本当に……。いつかはとは思っていたけれど、こんなに早く、しかも突然に。そう思っているのは肉の自分でした。そして、どんなシチュエーションでもそれは自分(偽物の自分)にとつて一番必要なことでした。

妻の死を知らされた。一瞬にして膝ひざががくがくつとした。けれど、そのあとすぐに「田池留吉」と思った。今思えば、自分からすうーつと、そんな感じですよ。

死体を見たとき、母の時と同じで、抜ぬけ殻がらをし

た。心で、「一緒に帰ろうね」と言いました。これは家に帰ろうという意味ですが。死んだ現場から帰ろうという意味です。

さまざまな肉の用事をしました。滞りなくしようと思えました。ここは踏ん張りどころだと、てきばきと、そして心はしっかりとしていました。これから頼ることなく自分一人で生きていくんだから、しっかりと整えようと思えました。自分の思い通りにしました。どうしても来たい人だけが、断つてもきましたので、その人には対応しましたが、必要ない人は自然にすぐに帰っていきました。自分は絶対に人の死の時は行かないと改めて強く思いました。

直葬。お花は葬儀屋がくれたので、お棺かたに入れましたが、お線香はいらないといったので、なし。泣く人は泣いて、それぞれが亡き妻に思いを出していました。自分は悲しくなかった。ありがたかった。だって、大変だったから。世話が大変だった

から。それは妻の性格、妻のせいだと思ってきたけれど、肉なくなれば、それがすべて、恐ろしいほど底なしの自分の闇だと感じました。しかし、ありがたかった。いいえ、それだけを伝えて、そして先に肉を置いて逝いってくれた。

それもすべて自分が書いたシナリオなのか、それなら、これからの自分に与えられたすべてを自分の学びに費つやすのか、そうできる、ありがたい、ありがとう、凄い。恐ろしいほどの冷たい、厳しい私にこれほどの物を残して逝いってくれた。肉ある間私がかんで離はなさなかったのは妻の肉だった。妻が死んだそのあとから、妻自身に心向ける時間が残されてありました。肉とは全然違っていた。肉ある間にこのことはわかりませんでした。意識に心向けることができなかつたことがはつきりとなりました。学びは遅々として進んでいなかつたことが判明しました。何もかもが、自分のこれからにかかっている。心を見るだけ、そし

て、心の針を一点に合わせる、これだけです。自分から目をそむけていた。勇気が湧いてきました。これほど与えられていた、これほど待ってもらっていた、これほど幸せだった。

これからです。厳しい時間が待っています。けれど、心を見ればそれが喜びに変わることが、やっとなんか、そうなんだと、一歩進められそうです。この程度の私です。学んできません。

5

自分の死を思うと、怖い、死にたくないと思います。避けて通りたいけれど、確実に死はそう遠くない先に必ずやってくる。私はこの現実をまだまだ受け入れていない。

私が一番初めに死ぬことは……と思ったのは、

父の母が亡くなって座敷に飾ってあるおばあちゃんの写真を見上げた時でした。

今まで一緒に生活していた人が消えてしまっ……。どこへいったんやろう……。今までいた人が消えて無くなるはずがない、そう思ったのを覚えています。

その後、田池先生と出会いました。

おじいちゃんが死に、数年後には父が、一年後に母が亡くなり、五年前に主人が亡くなりました。

いくら学んでも人の死と自分の死とは違います。受け入れ方が違います。死を受け入れない、死を拒否する思いは肉の思い、私は肉だと抵抗する思いでしょう。肉の思いを少なくしていただくいと伝えてもらっています。意識の転回を、本当に私は未熟だと感じています。色々心で感じさせてもらっても未だこの状態かと思っています。

苦しんでいるあなたが間違っています。あなた

は今幸せですか？ 死は確実にやってきました。今、嬉しい思いが上がっています。

頭で理解して学んでいた自分を認めています。とても嬉しいことです。本当に死を受け入れられるように、心の世界を開いていきます。答えを出すのは自分です。その結果を受けるのも自分です。死ねば分かりますとの田池先生の思いを心に日々心を見ていきます。1+2=3の世界をこの心に照らし合わせて、自分の死をありがとうと喜びで受け入れていけるように、少しでもそう有れるように残りの時間を田池留吉に正しく向けていけるよう努めます。

死は確実にやってきました。

この恐怖の思いが少しでも喜びへと変われるように、自分を愛していきます。愛に心を向けていきます。

6

自分にとって死を思うとき、やはり二〇〇二年九月十八日に起こった長男の交通事故です。十九歳の彼はあと半年で自動車専門学校を卒業し就職も決まっていました。卒業旅行のアメリカに行くパスポートもと順風満帆じゆんぷうまんぱんでした。しかし、二〇年連れ添そってきた私たち夫婦はその時ギクシャクしていました。その事を一番心配して優しい態度で接してくれたのが息子でした。

その朝、いつものように、「いつてきます」と四百CCのバイクに乗って家を出たのが七時五〇分、その僅わずか二〇分後、息子は車に接触し、近大に救急搬送されていたのです。

私に連絡が入ったのは九時半、息子に会ったのは十一時になっていました。彼がいる部屋に通されたとき、鼻に綿花が詰められている人がいましたが、私はサッと我が息子を探しました。だけど、

部屋には一人しかベッドにいらなくて、いったい何が起こっているのか、ただ大変な事が、今、私の目の前で起こっている、身体が震えるのを感じました。

その時はつきりと聞こえました。「お母さん！」と。心細かったと言わんばかりの思いが飛び込んできました。私はその体に飛びつくように抱きしめ、「大丈夫や！お母さんが来たで、もう大丈夫や、しっかりしいや」とその体にしがみつきました。主治医がすぐに頭を手術しなければ命は持ちません。しかし手術しても5%しか可能性がありませんと言われました。ハッキリと聞いたのですが、息子が死ぬということは微塵みじんも感じませんでした。受け入れることができなかったのだと、今は思います。

できる事なら変わってやりたいと思いました。宙を飛んだと聞けば、キヤッチしてあげたかった、下敷きになって私が死んでも構わない。

だけど、そうではありませんでした。後から思えば、できないことが分かっているから言える綺麗ごとでした。

人は年齢に関係なく死ぬんだ。あつという間に死ぬかもしれない。それから心の中にこの思いは消えることはありません。死ぬこと、死というものを学んだなあと思っています。

「夫婦の調和は外はずせません。」

これが田池先生から私への一番大切なメッセージだと受け取っています。

それから八年後、私は義理の兄の癌告知がんに立ち会いました。医師は検査の結果を淡々と語り、治す薬もないし、この病気は発症してから七年が寿命だと言いました。そしてもうすでに何年か経過しているから七年は生きられないという告知もしました。私は凍り付く感じでした。

それからの付き合いは私から遠ざかった感じでした。本人の気持ちになれば何も言えなかったです。家族でしか受け止められない現実でした。同居の母を見送ったその二か月後のことでした。

母は一日前から具合が悪かったらしいのですが、朝いつも通りにおかいさん焚きもしていたのに、その粥かゆを食べることなく家で倒れて死んでいました。連絡を受けて母を見たとき、やはり何も言えませんでした。一緒にセミナーに集っていましたから、泣くことよりも、受け止めることがまず第一でした。私は「おかあさん、ありがとう。又会いしましょう」と手を繋つなぎました。そしてその繋いだ手を写メに収めました。これが私の母を送る手段だったように思います。

私には九十一歳になる父がおりますが、幸いにもセミナーと一緒に学んでいます。父を送るときは、姉妹三人で送りたいと思っています。息子や

娘、孫を入れると総勢三〇名ぐらいになります。そして、私たち姉妹はそのお世話に明け暮れることとなります。だから姉妹三人で静かに送りたいと思っています。お母さんのこと、お父さんのこと、田池留吉との出会いなど、語り合いながら送りたいです。そして正しい瞑想ができれば、本当に幸せです。

7

死には触れたくない、瞬時に出てきた思いです。そして学びに集ってきた動機の一つに、死んだ後はどうなるのか知りたいという思いもありました。

死ぬことは怖い、それは死んだあとのことを知っているからなんだ、知らないなら怖いという思いは出てこないはずだと思ってきました。今、

自分の中から伝わってくる思いは、もう二度とあのような苦しい世界へ帰りたくないという思いです。

四〇五年の間に身内を続けて何人も亡くしました。一番最近では義姉です。昼間、夫が見舞いに行っていた時は死ぬような感じではなかったということでした。深夜、身内が駆けつける時間もない状態で亡くなりました。お産の時の脳障害で子供を手放し、離婚し、ずっと施設に入っていました。死ぬときも一人淡々と死んでいきました。訃報を聞いたときに「あつぱれ」という思いがでて、肉としてみれば良い人生とは言えないけど、人生に良いも悪いもない、自分が設定した計画なんだと思います。

我が家に泊まりに来てくれた時、ふるさとの歌を二人で手をつないで歌いました。その時に「この歌いいね」と言って歌詞カードを持って行きま

した。癌がリンパに転移した最近のこと、電話がかかってきて、何か言っているのですが何を話しているか分からなくて、ふと「お姉さん寂しいんでしょう」と言葉ができました。ふるさとの歌を歌ってお母さんを思っていこうと言ったら、「ありがとう」と言って電話を切りました。

その後、施設に行った夫から歌詞カードが見えるところに置いてあったということを知りました。何かを感じてくれたのではないかなと思います。

記憶にある最初の死は姉が二〇歳で亡くなった時です、私は小学五年生でした。脊椎カリエスという病気で、自宅で母の胸に抱かれて死にました。母は、一段、二段と言っていた、登り終えて死んだと言いました。その日は神社の祭りの日で、私達姉妹は舞台で奉納踊りをする予定でした。勿論できなかつたのですが、それで良かった

のだと思います。

死の前日に、甘栗が食べたいと言った姉の願いを聞かなかった私です。

そのことで自分を責めていました。でもそんな自分に自分を責めなくていいと伝えていけるんですね。苦しんできた自分に、もう苦しむのはやめようと伝えていけることがうれしいです。

母は熱海のセミナーの最終日に亡くなりました。セミナーの二日目の夜遅くに危篤きとくの知らせを受けたのですが、三日目のセミナーを母とともに学ぼうと、すぐには帰りませんでした。現象中に病院の匂においがして、母がいると感じました。仲間からも「お母さんが来ているよ」と言われました。一度もセミナーに連れてくるのがなかったから、あの時に帰らなくて良かったと思っっています。帰ったときは亡くなっていただけこうかい後悔はありません。

姉は入院して十日で亡くなりました。体調が悪いと病院に行つてそのままでした。悪化していく様子を聞いて、セミナー後にそのまま見舞いに行く予定を早めて行きました。姉は「私は死ぬよ」と言っていました。まさかそれから三時間後に死ぬなんて思わなかったと思います。肝臓がんで血を吐はいていましたが、しっかりとした態度と言葉でした。姉の状況から、人は死んでも死んだことが分からないという話は本当だと思います。

自分の死後の瞑想をしていると、とても苦しい世界の中にあるということが感じられます。喜びでというには程遠いです。そこからわずかでも這はい上がって、田池留吉のほうへ心を向けていけるようになっていくんだ、そんな思いで瞑想をしています。

死んで終わりじゃない、そこから出発していく

んだ。

「ありがとうって、お母さん産んでくれてありがとうって、それだけは言って死んでいけるようになっていく、と学んでいます。」

8

私が死というものに最初出会ったのは、父の死でした。私が二十八歳の頃だと思えます。その時はとても悲しかった。私は結婚してから随分と父に心配かけていたので、ズーツと泣きっぱなしでした。

一ヶ月位、毎日父の夢をみていたのを覚えています。世間並にお墓にも参りましたし、供養もしました。私は死後の世界もあると思ってきました。そして生まれ変わりも信じています。そして、

思うという事に不思議を感じていました。父の死を通して、又様々な出来事を経験し、思った時、そこにいつている、又いるとか思うってなんだろうと常々思っていました。

私は自分の死に対しては、皆と同様、眠ったままいきたいと思っています。しかし、去年の十月に体験した事で、いつどんな状態で死ぬかわからないと実感しました。去年の盛岡スカイプ十月六日の三日前に、柿ピーを食べて誤嚥したんです。元々気管が弱いのですが、お菓子の柿がのどに、気管に入って中々中々取れなくなり、苦しみました。

十年位前も一度、もつと苦しい誤嚥をした事があり、その時はひきわり納豆が詰まって、死を思いました。夫も私の顔が黒くなっていたと言う程苦しかったです。

その時思ったのは、「部屋をこんなに散らかしたままで死ねない」と思い、必死に側にあった水

を飲んで、その納豆がおちたんです。ちょうど十二月であちこちに、「りんご」を送る作業をして、部屋中にりんごがいっぱいの状態でした。その途中の昼食時の出来事でした。その時は、この学びも知らない時なので、その後色々病院へ行つて、頭の検査とかして何とか終わったのです。そして、忘れていたのです。その苦しさを。

今回又したのですが、何とか取れて、食事とを思っただんですが、もう恐怖でご飯が食べられなくなり、食事の時間が近づくと、泣き出していました。食べると死ぬと思う思いが出て、半端な恐怖でない。食べないと体が……と、恐怖の心でいつぱいになり、内科へいって事情を話して完全食（飲む）を三週間出してもらいました。

盛岡のスカイプに行く予定だったので、学びの友と話したら、「その恐怖の心を見なさい」と言われ、私はそれもできていない状態だったので、言われるまま見ました。そしたら、「わあわあ

泣き出しそして異語が飛び出してきて、しばらく泣きました。その後、ちょうど昼食の時間になつていたのですが、うそのようにその恐怖がなくなっていました。そして食べれたのです。学びの友、本当に本当に大事な存在でした。

今は、気をつけて、ゆっくり食べるようにして過ごしています。死とはすごい恐怖だったんだと思いました。全てにありがとうございました。

追、誤嚥した時は、ただただ、それを吐き出す事で精一杯で、田池留吉を思えませんでした。死に直面した時、田池留吉に心の針を合わせる、その作業、どれ程難しいか、思い知りました。ありがとうございました。

私が初めて死を意識したのは二歳の時でした。

当時、家族は仏教を積極的に信仰しており、住んでいた家には特設の仏壇があり、木製、金属製、陶器製、紙製（掛軸タイプ）の十数体の仏像等が並べられていました。

祖母や母が朝な夕なに水、茶、仏飯を上げ下げし、花瓶かびんに花を飾り、般若心経はんにやしんぎょうその他を唱となえる姿を見ていた私は、死に興味を持ち、母か祖母に「死ぬってどういうこと？」と質問したように覚えていきます。それに答えて、二人は、「年を取ったら死ぬ。私たちのほうがお前より先に死ぬ」というようなことを言ったので、私が「じゃあ、私は、生まれる前はどこにいたの？」と聞くと、母が「分からんけど、死んだ後の世界と同じようなところかな？」と答えました。私は母に「（その世界のことは）覚えとらんか？」と聞くと、母は「誰も覚

えとらんとたい」と答えました。

そこで私は、「死んだ後の世界に生まれる前の世界については、もしかしたら私は何か思い出せるかもしれない。だって、二年前のことだもの。記憶をさかのぼってみれば、母や祖母より簡単に思い出せるのではないか」と思い、二年前にいた場所について思い出そうとしてみました。

そうしたら、真つ暗闇が見えてきて、私の体と
いうものはなく、底無しに広がる真つ暗闇に（なぜか後ろ向きに）吸い込まれそうになりました。
何も実体がない、手ごたえもない、ただ広がっている真つ暗闇。少なくとも、今の肉を持つている「私（の意識）」というものは存在せず、「これ以上記憶をさかのぼるとヤバイ。自分が自分でない。今の肉に意識が」戻ってこれなくなる」と感じ、そこで探索を止めてしまいました。

その時、目に入ったのが仏像でした。恐怖の中で、仏像のブラックさ（怪しさ）は感じながらも、

「何もするものがないのであれば仕方がない」と、仏像に降参こうさんしてしまいました。

若干じやくかん二歳で、「この家の信仰は仕方がないのだ」と悟った瞬間でした。

死の恐怖から逃れようと神にすがっても、神などいないからなんの解決にもならないのだけれど、当時の私には他に選択肢がなかった。

こんなふうには、過去からずっと、疑問を持ちながらも宗教に帰依きえしてきた自分だったんだな、と思います。

本日のライブ配信について。

田池先生がおられた時のセミナーでも「死後の自分に向けて」という現象はありましたが、その頃はまだ恐怖いっばいで向けませんでした。

けれど、今日のライブ配信では、初めて落ち着いて向くことができました。

もちろん最初は「怖い、怖い、向きたくない、

助けて、助けて、死ぬのは嫌だ」という思いが出ましたが、しばらくしたら「お母さん」という思いが出たり、少なくとも底無しの真つ暗な世界で恐怖に狂うような状態ではなかった。

良かったです。ありがとうございました。

10

私が人生で初めて人の死に直面したのは、小四の頃でした。

小一まで一緒に暮らしていた父方の祖父の死でした。大腸がん末期の祖父を病院で目にした時、鼻や口には呼吸するためのチューブがつけられ、会話もできないほど痩せ細った姿に、この間まで元気だったのに人間て急にこんなふうになるのかと恐怖を感じたのをはつきりと覚えています。

葬儀の時、棺桶かんおけに入って鼻に綿が詰められて白

くなくなった祖父の顔がとても恐怖で、悲しくて、衝動的でした。

葬儀の後に親戚が集まって酒を飲み食い笑い話している大人の姿に、おじいちゃんが死んだ日に酒に酔って騒ぐなんて本当にどうかしている、もっと悲しめないものかと、そんな思いで大人を見ていました。私はしばらく明るい気持ちになどなれませんでした。

小さいころから家族に聞こえないものが聞こえたり見えたりしていた私は、死後、幽霊の存在を絶対的に信じてきました。

四つ上のオカルト好きの姉の雑誌に載っていた体験談で、金縛りにあった時にお経を唱えたら幽霊が逃げた等の話を隔々まで信じ込み、お経を必死に覚えたり、当時話題のキョンシー（映画）がお札を額に貼られ止まるのを見て、雑誌付録のお札のシールを部屋中に貼ったり、とにかくいつも

恐怖の渦の中でした。

幽霊は自分の魂を抜き取る存在だと思っていたんです。

神棚に朝晩、家族とともに祈りをあげるとき、私の心は「神様、私を守って!!」そんな思いでした。

酒乱の父と神経質な母の夫婦喧嘩はしょっちゅうで、幼い頃から両親の罵声を浴びながら育ち、大きくなるにつれて、こんな苦しい環境に私は生まれたくなかったと思うようになっていました。

死を恐怖する反面、このまま目が覚めなければいい、誰か私を殺してくれればいいのにと、枕を濡らしながら寝ていたことも記憶にはつきりと残っています。死を自分の逃げ道のように考えていました。そして死ねば楽になれるはずだと思っていました。当時、自分の死の捉え方は矛盾したものでした。

そんな私が学びに繋がり、今から三年前のことです。

ある日、祖母の死を父からのメールで知らされました。

当時、心が不安定だった私ですが、祖母にこの学びを伝えられなかったという後悔の思いで号泣し、メールをもらってすぐに祖母に思いを向けたけれどそこまでの苦しみを感じず、まだ意識は固まっていなかつたかもしれないと思い、その日の終電で飛んで実家に戻りました。

まだ何か伝えられるかもと本当に甘く思っていました。葬儀は出ないけど通夜は出ると両親に言つて、しかし通夜とはどんなことをするのかもわからないまま、とにかく私は最後に肉の祖母に逢おうとしていました。

棺桶に入った祖母の顔を見て、何度も「おばあ

ちゃん、おばあちゃん」と声を上げて呼びました。しかし、ああ、本当に抜け殻だと、自分の心は瞬時に感じ、肉の力が一気に抜けました。本当に蟬の抜け殻同様でした。祖母の意識は、もうそこにはありませんでした。

それから出雲神道と書かれていたと思います。神道にも流派があるんだなと思つている間に神主がきて、弔いの祝詞をあげ始めました。

そこからが本当に地獄でした。

私の心から、やめてくれ、やめてくれ、祝詞はやめてくれ、苦しい苦しい苦しい、と思いが噴き上がってきて異語が噴き出しそうになりました。

異語を抑えるのに必死で、でも中はもう叫びまわるくらいの苦しみで、祖母の思いと重なつて、ああ、本当に人が人を供養できると信じてきた、

素晴らしいとしてきたことがこんなに苦しく破壊に満ちた傲慢なエネルギーだったかと、ひたすら号泣し、式が終われば腰が抜けて、弟の力を借りなければ私は立つことすらできませんでした。

そしてその通夜の後から原因不明の首の痛みが現れ、針治療やマッサージにも行きながらもなかなか改善できず、二か月近くも体を横にすることができない日々が続きました。通夜の後の地獄だと思いました。椅子にもたれかかって寝ることしかできず、祝詞の波動は肉体細胞をもこんなに破壊するんだと感じました。

もう二度と葬儀に出たらいけない、私は自分の命すら危ないと感じました。

しかし、その現象は祖母からのプレゼントだったような気がします。その体験が宗教色の濃い信仰深き両親や兄弟に葬儀のことを話す原動力に

なりました。

家族に祖母の通夜で自分が感じたことを素直に伝えました。そのうえで自分の死後は直葬しか望まないこと、両親や兄弟の死後も仏や神主の関わる葬儀には参列しないことを告げました。

私の通夜での様子を間近で見ていた身内は、好きなようにしたらいいと受け入れてくれました。

先日、UTAブックさんのフェイスブックに棺桶かんわけの記事がピックアップされており、それを目にした瞬間、凄まじい恐怖が上がってきました。

それは死後の瞑想とも違う恐怖でした。

襲ってきたリアルな恐怖に、ああこれが私の実態なんだと思いました。その話を一月の志摩セミナーでお部屋でしていた時も瞬間的に恐怖の思いが上がりすぎて、「こわいこわい、もうこの話

やめて」と言ったほどでしたが、自分の死後がどんな状態であるのかを、今回の記事で初めて少し垣間見れたような気がします。

棺桶かんけいに入りたいたいような、入りたくないような、入れば自分の叫びが噴き出してもつと真剣に自分の死後を捉えられるのではという欲の思いも大きかったです。

あの記事で本当に自分の中の死後をリアルな現実として把握できたこと、本当にうれしいと思いました。

私にとって今、死は恐怖です。今までは高齢の父の死、母の死、その死に直面したとき自分は受け入れられるだろうかという、そんな思いで固まって、自分の死はその次のような感覚でした。

しかし今は、父や母の死よりも、自分の死の恐怖が圧倒的に大きくなり、生きている間に少しで

もおかあさんの温もりを、と思う日々です。

今、自分は死後の自分と生きている、しっかりと心でそのことを感じられるような肉の生き方をしていきたい、そう強く思っています。

そして死が恐怖ではなく二五〇年後に繋がる道筋だとしつかりと心で捉え、死後から来世へ続いていくことをしつかりと信じられるような学び方を試行錯誤のもと、進めていく次第です。

今回、初めて、死、死語の世界、その事について客観的に文章にする機会をいただきありがとうございます。幼い頃の自分を振り返り、私の心は恐怖そのものだった。死語の世界だったと再確認できました。死後を喜びに変えていけるかどうか、今世が岐路きろに立っていることを改めて感じます。

避けていたというかよくわからない。どうも死後の世界は、苦しいと、本にも書いてあるし、そこまで、そこから先はわからないからと避けてきました。

四十七歳、子宮筋腫しきゆうきんしゆの手術後、麻酔ますいからなかなか覚めなかった。麻酔から覚めないでそのまま死んでしまったら、自分が死んだ事もわからない、どうなるのだろうか？ 今、生きているの、死んでいるの？ どっちかしらと、手術室から帰ってこないと心配した家族から目が覚めた時に聞き、虚ろうつろに思ったことを思い出します。

あー、卵巣がんになるのが怖くて、主治医に勧められるままに、新しい治療に飛びつき、癌がんになっっていない卵巣までも全摘してしまい、体のほうが驚いて目が覚めなかったんではないかと思えました。夫にも相談せずに、なんてことをして

しまったんだと後悔ごうかいしました。

十八歳の時に、病名もはつきりわからないまま入院し手術を受けた時の事を思い出します。あの時は、同室だった十九歳で手術は難しいと言われてたけれど、発作ほっさの時の苦しさは辛いからと、それでも治りたいと手術を受けて手術室から帰ってこなかった同じ町のお姉さんような人の事を思い出します。四月で高校を卒業し、入社式でなく病院に入院になってしまい、両親兄妹にたいへん心配をかけてしまいました。三番目の姉から、あとから、「あの時頭がおかしくなったのかと思っただよ」と言われました。「すごく陽気になって、よくしゃべって心配したよ」と。子供心に、「自分でも幼いと思っていたのか」泣いたまま死んだと思われたくないと思った。精一杯、明るく振舞おうとしました。良性の腫瘍しゅようで、主治医の先生から、「不幸中の幸いだった。腫瘍が大きくなると心臓にくっついてしまい手術できないこともあ

るんだよ」と言ってもらい、どうして腫瘍しゅようなんてできたんだろう？ 高校生の時の再検査で受けたレントゲン写真にも腫瘍の影があつて、どうしてできたのかしら？ と不思議でならなかった。

癌がんになるのが怖くて、癌になつていない卵巣までも採とつてしまい、女でなくなつてしまった。これからは、ホルモン剤の副作用で、肝臓、乳がんの心配と苦勞が増えてしまいました。子供の事どころか自分の体がおかしくなつてしまった。このままでは死ねないと薬わらにもすがる思いでこの学びに集いました。

そう、このままでは死ねないと思つたのです。子供の為に、独り立ちできるようにと始めた学びでした。子供でなかった、ましてや夫でもなかった。独り立ちできていないのは私でした。みんな私の為に、間違い、思いの間違いを気づかせてくれている。あの手この手と教えてくれている大切な嬉しい存在です。やっとこの頃になり思い

ます。

七〇歳、今まさに「死」に向かつてまっしぐらの齡を迎えられ、日々の学びを振り返る良い機会をいただくことができました。ありがとうございます。死後の自分を思うことを怖がつている思いをしつかりと確認して、セミナー参加を喜んで励んでいきます。

12

私が初めて死を認識したのは、小学生の頃、祖母が亡くなった時でしたが祖母は半分、叔母の家で暮らしていた為、親しみを余り感じなく、更に老衰ろうすいの為に自然に亡くなったので特別、悲しいとも思わなかった。人間は歳をとれば、こうして肉体が衰おとろえて亡くなるんだと思つた。

そして私が四〇代の頃、突然免疫疾患やまいの病で入

院した時、多量のステロイドを点滴で午前中に打たねばならないのに、病院スタッフの手違いで夜遅くに二時間かけてステロイドを点滴された。その後眠りについたが夜中に余りの寒さで目が覚めた。頭もボーツとしてたせいかな二月の寒い夜、外の道路の上に寝間着のまま寝ていたのかと錯覚した。実際は病室のベッドの中なのに。体が冷たくて冷たくてどうしようもない。

少しでも温かくなるようにと体をこすった。しかし、こすってもこすっても体は少しも温かくならず、私は、この冷たい体のまま死んでいくのかと恐怖の思いがよぎった。朝になり看護婦さんにその事を話すと、驚いて先生に連絡した。後から思えば、途中で目が覚めなければ冷たくなった体のまま死んでいったのかと思った。私の体験から死とは肉体細胞の温もりがなくなり、やがて細胞としての機能がなくなる事かと思いました。

今回のテーマをきっかけに自分の死を見つめて

いかねばと思いました。ありがとうございました。

13

私が、まだ小学生だった頃、死にたいと思ったことが、時々ありました。こんなに寂しくて、悲しくて、惨めな人生なら、生まれてきたくなかったと自分の存在を呪いました。幼い頃、私は、両親に捨てられ、全然縁のない老夫婦の養女となりました。養父母は、良くしてくれましたが、養母は、しつけに厳しい人でした。私は、とても孤独でした。悩みもいっぱい抱え込んで、心が、重くとても苦しかった。誰にも自分の心の苦しみを訴える事ができなと思って、自分の心の奥に閉じ込めていました。だから今、私が、死んだとしても、誰も私の為に泣いてくれる人は、いないだろうと、心を小さくして生きていたので、無邪気で

明るい子供らしさはありませんでした。

そんな思いを抱えて、歳を重ねていきました。友達はいてくれましたが、その友達にも自分の心をオープンにはできませんでした。そして、本も私の友達でした。多くの本を読み続けました。その中で、生きる希望を探し続けていたのです。

私が、二十一歳の時主人との出会いがあり交際しました。その時初めて自分の心を、全てさらけ出せたのです。私にとっては、出会うべくして、出会った人でした。彼は、明るい性格で、あっさりしていたのでスムーズに私の思いを語る事ができたのです。私の全てを受け入れてくれて大切にしてくれました。暗い自分から、明るい自分に解き放たれ、生きている喜び、素晴らしい事を初めて感じられ、人生ってこんなにも喜び一杯だったんだと気づかされ、私の人生観は一変し、仕事にも喜びを見出し、積極的になり、充実した日々を過ごしていましたが、私が、昔思っていた疑

問が解けずに、私の心の中にありました。私は、何故生まれてきたんだろうとか、自分の存在価値はなんだろうとか、人生どのように生きていけば良いのか、そんなことを探求する為に、今まで多くの本を読んできたけれど、わからなかった。主人とも色々な本を読み合い意見交換をしました。が、今では、良い思い出になっていきます。

三年間の交際の後、私たちは結婚しました。私は、会社も退職し専業主婦になりました。ちょうどその時、姑が、ある宗教団体に属しており、私も姑の勧めで、その団体に入会しました。それから私の宗教遍歴が始まったのです。昔、疑問だった事が解けるかもしれないと探求する為に教義を学び、精神世界の本もたくさん読みました。

子供三人に恵まれてからも、私は、生きる姿勢を変えることは、ありませんでした。主人との間では、金銭問題で、私の心は、悩み、ダメージを

受け、又、会社で働かなければならなくなり
ました。私が、四十四歳の時この学びの
ことを知りました。しかし、疑問を感じて
いたので、辞めようと思っていたところ
だったので、この学びのセミナーに初
めて参加しました。

田池留吉氏との出会いは、私にとって、
衝撃的でした。ここには、きっと私が、
知りたい解答があると思いました。嬉し
くて、嬉しくて、涙が溢れ頬を伝い続
けました。家に帰ってから、宗教団
体に脱退届を出し、それまで読んでい
た本全て捨てたのです。でも、まだ会
社勤めをしていたので、毎回セミナー
に行くことは叶いませんでした。だ
から、五十二歳の時、この学びは、仕
事をしながらできない。真剣にしたい
のなら、仕事を辞めるしかないと思
い、自分の心が求める方向に従って
生きようと仕事を辞める決心をしまし
た。それから、反省と瞑想を毎日する
ようになりまし

た。時々できない日もありました。でも、
私は、喜びました。

二〇〇三年九月のセミナーに参加した
時、私は波動の勉強に出させていた
きました。その時思いがけず、塩川
さんのチャネリングを受け、私の意識
は喜びであることを知りました。その
上、私の足が痺れて立っていませんと
田池先生が、私に手を差し伸べてく
ださいました。その手を握った途端、
またしても、私は転んでしまいました。
その時また、田池先生は手を差し伸
べてくださいました。のです。先生の
手は、温かくて、柔らかくて、優しい
思いが痛切に感じられ、田池留吉の
意識は、私がどんなに愚劣で間違い
続けていても、ずっと手を差し伸べ
て、私の手を握りなさいと許し受け
入れて下さっている事に気づかされ
ました。それから、家で瞑想する度
に心は喜びで、涙が溢れてくるよう
になりました。やっと私の求める生き
方が、示されたように思いました。

主人が、二〇〇四年に上顎癌になり、検査入院しましたが、その当時、私にはお金がなく、途方にくれました。家で瞑想している時に私の心の奥から、「意識の世界よりバックアップします」という思いを感じました。私は、その時、もう不安とか心配することを止めて、田池留吉の意識の世界に全て委ねようと決心しました。主人も入院中でしたが、初版の「意識の流れ」を読み、とても衝撃を受けたようで、退院したら必ずセミナーに参加すると約束してくれました。

二〇〇五年の一月に上顎癌の手術が行われ、十時間ほどかかりましたが、無事に終わりました。

主人の生命は助けられましたが、私はショックを受け、主人がとても可哀想だと思えました。食事も食べられるようになり、体力も付いてきたので、三月の初めに退院できました。多額の入院費も全て支払うことができたのです。私は、意識の世界の計らいに感謝しました。

主人が退院してから、毎回セミナーに参加できるようにになりました。主人の顔は変形してしまいましたが、主人はそのことで心を落ち込ませる事もなく、不満も愚痴も言わず、いつも毅然とした態度で、全てを受け入れているようでした。やっぱり男やなあと何度も思われました。

セミナーに参加できるようになって、主人は、嬉しそうに「こんな自分が、このセミナー会場の片隅におれるだけで、幸せや」とよく私に言っていました。「お前が、この学びを続けていてくれて良かった」とも言うてくれました。だから、私はやっと主人に恩返しができたと思つたのです。

主人と出会って結婚してから、やっと私は、自分らしく、伸び伸びと生きることができました。私の思いで行動しても、主人は全て受け入れてくれて、協力してくれていました。だからこの学びを二十六年続けてこられたのです。私にとって主

人は恩人であり、大切な心を見る教材でした。本当に有難うと、その思いばかりが出てきます。

主人は、二〇一四年八月に肝臓にできた末期ガンの為に緩和ケア病棟に入院しました。肉体が日に日に悪くなつて、黄疸おうたんが出て、歩くのも難しくなつてきました。主人が、入院する三日前に、息子たち三人に、私が後困ることのないように死後は直葬する事、母親しゅうとあ（姑）の死後、財産の事は、司法書士に依頼している。それと、私が、後、生活が困らないように整えてくれていました。主人は、自分の死後、なるべく私に負担を掛けないように配慮してくれていたのです。

入院してから、主人は、ほっとしたのか、食事もできるようになり、少しずつ元気になつてきました。私達夫婦にとって、充実した時間を与えられました。昔の楽しい思い出話やこの学びの事等色々な事を話すチャンスに恵まれました。二人の間には、湿しめっぽい話にはならず、冗談ばかり言い

合い、楽しい時間を過ごしました。主人が、緩和ケア病棟に入ったことで、肉体の辛い部分つらが軽減され、食欲も出るようになり、良く眠れるから、「自分の心を客観的に見る事ができるので、良い時間を与えられている」と喜んでいました。「こは、天国や、自分の終末は、良いと思う。もう何も心残りはない」私に対しては、「俺が、死ぬば、お前にとって自分の心を見る絶好のチャンスや、ラッキーやで、自分対自分しかない。真剣にこの学びをしていけるなあ」と、言ってくれていました。

私は、九月のセミナーにも参加できました。九月二十一日の朝、病院に寄つて、主人の元気な様子を確かめて、セミナーにいきました。セミナーが終わつて病院に直行したところ、主人は水も薬も飲めず、食事も食べられない状態でしたので、私は、あくる日から病院に泊り込みました。八月二〇日頃、看護師さんが、「ご主人が元気になつ

てきたので退院できるかもしれないので、介護認定を受けといてください」と言われたので、市役所に行ったり、九月の初めにはバリアフリーのマンションを捜し、最適な物件があったので、主人と家族みんなでその物件の下見をしました。その時、「お前は、気が早いなあ」と主人に言われましたが、嬉しそうに握手あくしゅをしてくれました。

九月二十五日朝、家に帰る前に主人と握手しようとして私が、手を差し伸べた時、主人は私の手をぎゅうと握って、しばらく握りしめてくれていました。主人の思いが伝わってきて、私は、思わず泣いてしまいました。別れがもう迫っている事を感じていたのだと思います。

九月二十八日は、引越しの日なので、病院には朝から行けませんでした。引越しが終わった時、病院から急変との知らせを受け、家族十三人全員で病院へ駆けつけました。その時、主人の意識はしっかりしていましたが、入れ歯が合わなくなっ

ているので、しゃべることができなくなっていました。手足は驚く程冷たく、いくらさすつても温かくなりません。私は、この学びの事で、主人に絶対最後には伝えようと思うことがありましたので、皆がいても躊躇ちゅうちよせず伝え、異語でも伝え、ふるさとの替え歌を三回程歌いました。二五〇年後、必ず会おうねという思いで、悲しいけれど、主人の死を受け入れなければならぬ事態に直面しました。

新しい住まいに、帰ることなく、主人の退院予定の九月二十九日に意識の世界へ、潔いさぎよく、苦しまないで、静かに帰って行きました。その二日後、皆で直葬を終えました。

主人の死後、もう四年と少し経たつのに、主人に思いを向けると、涙が溢あふれます。なるべく主人の意識と語るようにしています。今世、主人と巡り会えて、意識でも、肉でも、喜び、幸せを感じられました。主人の存在を通して、大切なことを気

付かされ、心を見る教材が溢れるほど与えられていました。

遠い昔、私が小学生だった頃、あんなに死にたいと思つたのに、今は、死ななくて良かった。生きていて良かった。こんなに素晴らしい、幸せな体験ができるなんて、あの時とても思いも及ばなかった。本当に生きていて良かったと思つています。

日々、田池留吉を思い、瞑想し、穏やかな時間の流れを感じながら、何の不満も不安もなく、心静かに自分を思える事が、私が求めてきた生き方でした。今世の私の人生は、肉でも意識でも本当に至れり尽せりで、全て私にとって、母なる宇宙の愛の計らいの中で、生かされ、導かれていました。

今は、自分が一番切望して、必死で生まれてきた自分の思いに、素直に委ねていこうと思えます。過去の間違いを繰り返さないようにひた

すら、田池留吉の意識を信じて、正しい瞑想と自己供養に励みます。後どれ程、生かされるかわかりませんが、千載一遇のチャンスが無駄にする事のないように、喜びで、自分の今世のシナリオを全うしたいです。二五〇年後を目指して、もう自分を裏切る事なく、愛を信じて信じて、自分の心の中に存在する意識達とともに意識の流れに沿って、喜びで真実の道を歩いて行きます。

14

私が小学一年生の秋頃、交通事故で負傷したときの事です。

自宅の玄関先で、祖母と母親が私のことで言い争いをしていました。私はその場にいたくなく、友達のところへいくと言って、凧を手に出ていきました。

風揚げをしながら駆け出していました。風を地面に落とさないように走ることに夢中で、道路を横切っていることを気にも留めていませんでした。

突然、「ドン」という音がしたような感じがしました。自分に近づいている車が目に入らず、横断中の衝突事故でした。

気が付くと、私は道路の側溝辺りに転んで倒れていました。上体を起こして、立ち上がろうと膝を曲げようとしたとき、左脚の脛が「く」の字に折れ曲がっていました。自分の思いとは裏腹に身動きとれませんでした。同時に、なんだか今まで慣れ親しんできた肉親や景色が一気にすうっと自分から遠のいていく感じがしました。自分ひとりがそこへ取り残されたような思いでした。「自分はこれからどうなるんだろうか」、「身体（からだ）（脚）はどうなるんだろうか」と繰り返し、その思いが募るばかりでした。ケガの痛みはそれ程感

じませんでした。けれど、今までの日常に戻れなくなつた悲しみや寂しき、不安な思いがドツと込み上げてきて、堪えきれなくただただ泣いていた自分でした。

しばらくして、運転していた方に抱えられ、車で病院へ運ばれたことを覚えています。

15

父親の死から

今から六十五年前、私が小学校一年生の時に父親を病気で亡くしました。

当時、大方、お父さんが働きに出かけ、お母さんがうちにいるという生活パターンでした。そのときは、私の家もそうでした。そして、父親が死んでから生活が一変しました。母親は早くから働きに出かけ、夕方に帰ってくる生活になりました。

た。当時、私は幼くて、学校から帰ってもお母さんがいない、友達はお母さんがうちにいて待つてくれている、うらやましかったです。嫉妬しつと、妬みねた、自分の環境を呪のろい、母親も呪のろってきました。母親にすさまじい思いを使ってきました。

父親の死は、生活を一変させる恐怖でしかなかったです。それから私は何としても死んではならぬと、肉を守るだけ守ってきました。天国のお父さん、私をお守りくださいと祈ってきました。そして、神社、仏閣に手を合わせてきました。何としても幸せになりました。

また、一方で、お母さんがいない寂しさから、肉のお母さんを求めてきました。会社から帰ってくるのを待ちわびて、お母さんの姿を見つけると駆け寄かって手を繋つないで色々話しながら帰りました。唯一楽しみでした。

そして、この学びに出会い、田池先生の講話でお母さんの反省をと聞いたとき、その言葉がすん

なり入ってきました。先生の講話も楽しかったです。私の心癖が強くて、色々現象がありました。振り回されてきました。それでも、何くそ負けたまるかの思いでこれまできました。

父親の死から自分を呪い、環境を呪いに呪ってきましたが、今はそれも嬉しく感じます。待つてくれている自分を信じてこれからもセミナー参加です。

16

私が初めて死を認識したのは、認識というよりも出会ったのは、私が幼い頃に亡くなった父の死でした。

その時の私は四歳で、死というものが分かっていたいなかった。ただ、亡くなった父の側そばで母が泣いていたのを私は何かしら、何の驚きもなく、冷静

に見つめていたのを憶おぼえています。

そんな私が、いざ父の肉を棺ひつぎの中に入れておくと、私に初めて「お父さんをお棺の中に入れてたらあかん」と泣きじゃくりました。その時私は初めて父との別れを予感したのだと思います。

もう二度と父とは会えないという、さみしさ、悲しさ、不安が、ドツと出てきていたのだと思います。

その時の幼かった私にとって、死とは、自分の目の前から肉が見えなくなってしまうということだとどっただと思えます。

そして、その次に私が死と出会ったのは、母の死でした。

母の死後、悲しみに暮れている。私の夢の中で、私は母と話をしていました。真つ暗闇のその中で、何も見えないその中で、私は母と話をしていたんです。それは、まるで生きていた時のよ

うに……。

母「お前に男の子がでけへんかったことが残念やったわ」と……。

私「おかあちゃん、何もかも揃そろった人間なんておれへんやん」って……。

母「そややなあー」って……。

しみじみと、あきらめにも似たようなそんな納得でもしたかのような返事が返ってきて、びっくりして目を覚ましたことがあります。

そのときはまだ学びにも出会っていなかったの、不思議な夢やったなあ、リアルな夢やったなあという思いしかありませんでした。母は、内心こんなことを思っていたのかと思うだけでした。

そして、三回目は私が死というものを思ったときでした。

何気なく受けた子宮ガン検診で、医者にすぐ

来院するようにとのことで、即、精密検査を受け
るように伝えられた帰り道、自分は死ぬのかと思
いました。自分は死んだらどうなるのかと……。

そのとき、私は学びに出会っていたけれど、学
びの主旨は全然わからない私でしたから、その答
えの出せぬまま家に帰りました。

その夜、私は夢を見ました。

幼い私の末の娘が死ぬという夢でした。そして、
その時の私はあまりの悲しみに、夢の中で「神を
呪^{のろ}ってやる！」という叫びでした。びっくりして
飛び起きてしまいました。

その時、私は、自分の死後を知っているように
思いました。死んだら、私の行き着く先は、この
世界だと認識したように思います。

父の死も母の死も、私はまだ学びに出会ってい
なかつたです。しかし、この三回目の自分の死を
思ったときに出てきた思い、それが私のすべてを
物語っていると思いました。

母の死の時は、死んだらどうなるのかというこ
とがわからなかつたけれど、けれど、やっと母の
死後で、語ったことは、やはり私達は死後も意識
として生き続けているということを教えてくれ
ていたのかと思います。そして、私の死後の世界
というものを、はつきりとこの三回目の私の死を
思った時、確認していたんですね。

一回目、二回目、三回目と死後の世界がはつき
りと浮き上がってきたように思います。

今回、このような教材をいただき、改めて、私
が関わってきた死というものに、心に向けて書き
出してみた時、死後の世界がだんだんと私の中
ではつきりとしてきていたんだと思いました。

死後の世界、死んだら私はどうなってしまうの
か、どんな世界に生きるのか、それがこのテーマ
ではつきりとしてきたことでした。

今回、このテーマをいただいた時、はつきり言っ
て、難しいなと思っていました。

締め切りの迫る中、もう一度幼かった頃のことから思い出し、今回このような形で送らせてもらいます。

ありがとうございます。不思議なことは不思議でもなんでもなかったんだということでした。死とは心だけになることだという確認でした。死というテーマに沿^そっているのかどうなのかわかりませんが、送らせていただきました。

17

初めて死を認識した時

それは、中学生の頃、祖母の死であった。息の間隔が少しずつ長くなり、スーッと安らかに逝^いってしまった。見ていてこんな状態で死ねたらいいなあと思った。

そのころは、自分がそれを見ていても、自分が

死ぬとは考えてもいなかった。人は皆、死ねば終わりだと、この学びを知らない人は思っているの^で、人生は一度きりだと皆が思っている。自分自身が何らかの病気や事故にあわない限り、若い頃は死について考えたりはしないし、自分が死ぬなんて自分も思ったりはしなかった。

次は祖父の死で、病院で亡くなったので、状況は知らない。

次は父の死。脳溢血で倒れ、意識が戻らぬままであった。苦しむことなく亡くなった。

次は義母の死。これも病院で亡くなったので、状況は知らないがそう苦しむことはなかったらしい。

次は義祖母の死。寝こんで、そう世話もかけず、往診してもらった医師が延命の注射をしようとされたが、止められた。よって老衰^{ろうすい}であった。見ている自分も楽であった。

次は義父で、前日の夕食は時間がかったが、

朝起きたら亡くなっていた。上を向いたままの状態であらかな死であったと思った。

平成二十七年一月。次は実母だが、同年の二月であったが私は帰らなかった（葬式不参加）。

義父は親族葬をした。当地では、ここ四、五年間、前まで公民館での式が主であったが、今はほとんどが家族葬になり、とても楽になった。葬式なんて、それでいいと思うし、この学びをしていたらなおさらである。

次は自分のことであるが、もう少しで死んでいただろうと思うことは八回ほどあるが、一例だけ。

平成十八年の十二月である。市民検診で、二本の便の提出した一本に鮮血反応があるとのこと、大腸の内視鏡を受け、その写真を見せられた時、ああ、自分は手術を受けてももう長くは生きられないだろうと思った。腸は灰色で、鉛筆ほどの穴であった。横行結腸ガンの宣告である。セミ

ナーが琵琶湖である前で、セミナーをキャンセルした。

私は見ていないが、妻の話では切り取った部分は十五センチほどだったという。術後が地獄であった。当日は、夜も全く眠れず、次の日歩行を促されたが立てなかった。

当夜のことであるが、なんでこんな時に地獄の自分が出てくるのだ!!（それが、前年の十一月に地獄の釜の蓋が開いてからだだった。次の日、（田地）先生宅に行つて、開いたのではと相談に行つて、自己供養の話をして帰宅したことがあつて、ちょうど一年を過ぎてのことだったからである。まだ反転の出していない時代である）

術後の次の夜、来てくれていた妻を十一時三分まで側にいさせたことから、その状況がわかってもらえるだろうと思う。目を閉じると足の先から頭上までしびれを伴う。これほどの恐ろしい世界があるのだろうか。恐怖を通り越していた。

頭上に来た!! 「ヤバイ」と思つてパッと目を開ける。すると、また元に戻るのである。まさに死ぬのか? 狂うのか? それとも、まだ生きられるのか? 何度繰り返しても、全く収まらぬのである。看護師さん、また、妻にこの状況を説明しても信じてもらえない。妻は承知しているので、自身ができるしかない。こんな学びなんか、していなければこんな状態になどならなかつただろうに……と思つた。

学びを少しは知つているので、この病院で亡くなられたかたや自室(個室)で亡くなられたかたに、お話をしたり、自分でできることは全てやつた。それでも、なりふり構わず、状況は変化しなかつた。そして、決心した。妻に「すまんかつたなあ、遅くまでいさせて」と言つて帰宅させた。ついに死と直面する。目を閉じた。来た来た!! 足先からずーっと頭上に向かつてしびれを伴つてエネルギーが昇つてきた。頭上までできた!! と

(今までは目を開けたが) その瞬間自分自身に全託と思つた(発した)。

何としたことか、昼間から夜中まで続いていたあの恐怖は一瞬にして消え去つていったのである。その恐怖は今でも覚えているけれども、不安な心は全くなくなつてしまつて、その後、何やら不思議な問題を解決したような夢を見て、眠りについたのである。まだ、本当にあの時は死ぬかと思つた事例はあるけれども、私にとってはこれが一番恐かつた体験である。

何だか、体験談になつてしまつてすみません。

今年で十三年目になるけれど、腸の薬は飲んで一週間ほど服用した。

・余命宣告は、この学びをしていても、私は、なかなか辛いと思う。

・又、瞬時に死ぬことも、死の直前で、数秒の間がほしい。病はいつ起こるかもしれないが、私

のガンは肉体の酷使こくしによるものであったと、後で気がついた。学んでいようがいまいが、予防医療を心がけて、先を見て検査を受けることが大切で、大事よりまずは小事で生きる方法が良いと思う。私のように色々な病気になつたりするとよくわかるけれども、食べれて、眠れて、出るものが出て（小と大）それが、それだけで、幸せな人生だと私は思います。そして、田池先生に出会えて、真実はこうですよ!! と教えていただいて、自分は何者であるかを学んでいけば、それ以上に良い人生であると思います。

桐生氏の質問に反応すれば、

・臓器移植

できるのであれば、してもいいと思う。（あかんと聞いたが）

・死後の世界

死後の学びもしているので、あるのでしょうか。私はまだその世界を知らない。私が体験したのが、その世界では？と思う。

・生まれ変わり

生まれ変わると聞き知っている。恥ずかしい話ですが、底の底に沈んでいつてしまうのに、どうして産んでほしいとお願いできるのか、それが知りたい。

・終活について

妻には書き置きをしている。

・臨終りんじゆうについて

皆、楽に死ねたらと思うし、余命が少ないとすれば延命はしないほうが国にも家族にも良いと思う。

段々死が近づいてくる今、死について触れられなかつた。でも死も今も生かされていた。境目の無い、波動、エネルギーなんだなど、今、心の中に確認しております。意識の世界を学ばせて頂くまでは、本当に恐怖、何とも言えない、ただただ不安と恐怖におののいていた。

死Ⅱブラック、そして死んだら何も残らない、不幸せの世界と思つてきました。長い年月色々ドキュメントもあり、たくさんの学ぶチャンスを受きました。

その中で、姑しゅうとあさんが突如脳出血で倒れ、救急車で運ばれました。たくさんの点滴の中で、身じろぎもできず、意識を失つたまま、十日位たつて主治医から胃瘻いろうを勧められました。

義妹は長年クリスチャンで色々な症例を知っており、胃瘻をしたら六年も七年も生きて大変だと

言っており、兄弟、姉妹で相談した結果、姑さんも九十一歳にもなっているので、胃瘻はしない事になり、その事を主治医に伝え、点滴で一か月近く過ありました。

点滴だけでは瘦やせてきておりました。その様子をじつと見ていた医師をしている甥おい夫婦は、このままだとお祖母ちゃん死んでしまうので胃瘻をするようにと義姉に言つてきて、又、再度相談して、胃瘻をお願いする事になりました。お医者さんは人の命を救うのが使命であり、甥もお祖母ちゃんの初めての孫で、どれ程可愛かわいかられて大きくなつたかは、自分の心で良く知つたので、それ以外の道は考えられなかつたと思います。

最初は鼻からでしたけど、次に胃に穴を開けての栄養剤注入となりました。この栄養剤つて凄いカロリー高いので、段々蠅あやふし人形にんぎょうのようなお祖母ちゃんも顔に赤みがさしてきました。そして一年後には、リハビリができるような体になり、車椅

子でリハビリ室に行けるようになり、連れて行く
と、ぬり絵とかさせて頂きました。

それと同時にゼリー状の食べ物、プリンは食べ
れるようになりました。プリンを良く作って持つ
て行きました。でも、リハビリもあまり長い月日
は許されない国の方針で折角良くなってきたも、
リハビリできなかつたら寝たまま、又、意識も
はつきりしなくなってきました。元々がしりし
た体格でしたけれど、一ヶ月近く点滴で少し痩せ
てきましたけれど、胃瘻で太ってきました。そし
て、主治医に少し栄養補給を減らしてほしいと申
し出しました。それから、ぶくぶく太るのは無くな
りました。

そして、意識が分からなくなって、ただただ寝
たままの状態が七年たちました。

終ついの棲家すみかは老健（介護老人保健施設）に入れま
したけど、そこに入れるまでも受け入れてくれる
所をどれ程捜し歩いたか分かりません。たくさん

の胃瘻ばっかりの方を受け入れてる病院もあり
ました。長い年月肉体があっても、無いのと同じ、
自分で自由にならない人生を、最後のほうに描い
てきたのかと思っております。それまでは
言いたい放題で立派な自分を演じてきたお祖母
ちゃんでした。九十八歳で去りました。でも皆、
皆、私の姿でした。お祖母ちゃん有り難う御座い
ました。お世話様になりました。

そして姑さんを送った時に、主人のお姉さんに
「私はお葬式は家族だけでしますので、宜しく御
願います」とシュツと言えました。私の親戚は
大分前に言ったら、それぞれ考え方があるからと
納得してくれました。それから、私は家族に自然
体の死を何度も言ってきました。認知症で何にも
分からなくなったら、尊厳死もあるなど今ふと思
いました。

意識の世界を学ばせて頂き、全部全部、過去か

ら間違つてきた事を知り、反省です。

愛の中に皆々一つで生かされていた事を学ばせて頂き、田池留吉に出会わせて頂いた事で人生が変わりました。どれ程悪い自分、どれ程愚劣な自分だったかを知り、生と死を見つめるチャンスに今恵まれております。生も死も自分の中にあつたんだ、何度も何度も生まれてきて何度も何度も死んでいった、死に対しての恐怖を、今見つめる時間を頂いて、意識の世界に存在させて頂いてる事に感謝しかありません。

死も田池留吉の意識の世界、愛の中の出来事と感じさせて頂いた事が嬉しくて、涙が溢れてきます。有り難う御座いました。

19

旦那の祖母が数日前亡くなった。昨日は通夜に呼ばれた。この学びを始めてから仏事は避けてきたが、今回は逃げれず出席した。

子どもである旦那の父親達は、一〇〇歳ですつと入院していたこともあり、大往生の彼女に対しては未練のない感じでさっぱりしていた。私は自分の母の時は未練だらけだったので、こんなものなのかと思つた。

坊さんの説教があり、内容は、三途の川を渡るか、天国での生活のためか忘れたが、七日置きに試験があるそうでそれを乗り越えないといけならしい。内心突っ込みたくなる内容ばかりだった。それを頷きながら聞いている旦那の家族達に驚いた。死後の世界はあると思つているようだ。

姑は、小姑達から、戒名をつけず俗名で葬儀をしたことに嫌味を言われ、腹を立てていた。明

日の告別式の後の説教で、坊さんより、俗名も戒名もあの世では関係ないと小姑達に説明してもらえないか頼んでほしいと葬儀屋に依頼していた。そもそも天国での生活なんてないし。宗教の世界は怖いと思った。

田池先生が「肉は抜け殻がら、火葬かそうしておしまい」と言われていた。それが当たり前となっていた自分に気が付いた。名前も本当どうでもいいこと。木の板に書かれている名前がそんなに大事なもののなのかと呆あきれた。

私にとって「死」は、肉の世界の「死」。肉がこの世から無くなること。お互いが会話できなくなるのだと思つた。旦那の家族は、数か月前から入院してほぼ眠っていたおばあちゃんをお見舞いに行き、会話もできない期間を体験したことで心の準備ができてた。

私の時は、病状が急変して母が亡くなった。妊娠中だったのに、孫の顔も見せてあげられなかつ

たとすごく悲しかった。私は慣れない子育て中に、母に子育ての疑問を聞けないことがすごくストレスで、軽度の鬱うつになった。自分の学びの設定なのだから仕方ないのだが、結局私は母を便利なツールの一つとして利用できないのが悔くやしいんだと、自分のあさましさに驚いた。

自分が死ぬことに対しては恐怖。子供の死も恐怖。地震の時怖かったし、子供を守らなくては、と思つた。

頭では自分は意識と思いたいのが、結局は肉。五感で感じられる物しか信じられない。天変地異の時に田池留吉と思いたいが、きつと思えない。

今世、肉の田池先生との学びの時間を自分に用意できたこと、それだけ私は今世にかけてきた。やっぱり今世も駄目だったと思つて死にたくはないと思う。思うだけで全く学んでない状態で、

たくさんの自分に申し訳ない。

20

最初に死を認識したのは、小学一年生頃。親が死ぬ話をしていたのを聞いたのか、テレビからの情報かは覚えていないけど、ある朝、学校の通学中で死ぬということを思った。真っ暗、体はなく、地球はいいなど見ている自分を想像していた。周りがただ暗いだけ、暗い中に自分がいる、ずっといることに恐怖を感じ、それ以降は考えないようにした。

死について答えが出ない、友達と死んだらどうなるのかと話したこともあったが答えはわからなかった。ただ、せつかく生まれたから寿命まで生きよう、自殺はしてはいけないことだと思っていた。

三〇代前半で田池先生の本、セミナーに出会い、生まれてきた目的、死ぬこと、私たちは意識、愛のエネルギー、永遠の命だということを教えてもらいました。そのことを知った時、嬉しく思い、何か今までの考えから解放された感じがしました。

その後、セミナーに何回か参加した年に、癌が見つかりました。検査結果を聞いた時に、真っ暗に落ちてくような、なんで自分ばかりこんな目にと恨み、死にたくない、という思いが出ましたが、自分が間違ってきたから肉細胞を細胞にしてみました、間違っていると知らせる病氣と思うようになりました。このように思えるようになったのも、田池先生が真実を教えてくださいましたからです。

入院中の病室では、「意識の流れ」や塩川さんの本を読んだり、書き出ししたりと淡々と過ごし

ていましたが、自分は早く死ぬかもしれないと自分の死を思った時、真つ暗闇でおおわれた感じがしました。真つ暗闇の中で自分の意識だけしかない、私の人生は何だったんだと空しい寂しい思いばかりで、田池先生が教えてくださった死後は本当だと感じました。あと何年かは生きて心を見て自己供養をしたいと強く思いました。

短くて上手く書けませんが、死を認識したことを思い出して書かせていただきました。

このような機会をありがとうございました。

21

「返ってきた死への思い」

大阪市大正区三軒家西二丁目、そこは僕が小学

校二年までを過ごした場所です。物心ついてすぐ「死ぬ」ということが不安でたまりませんでした。ピークは幼稚園に上がる年のことです。団塊世代に生まれたため、幼稚園も数が少なく抽選で入園が決められます。僕の住んでいる地区では、僕だけが抽選に漏れ、今まで遊んでいた友だちたちは、一斉に遊び場である路地から姿を消してしまいました。

一人残された僕はする当てもなく、電車道や商店街をうろつくのですが、一人になると「死んだらどうなる」「死ぬときって痛いんだろうか、苦しいんだろうか」、そんな不安な思いだけが押しよせてきて、最後は「まだ先の話だから考えないようにしよう」「今は楽しいことを考えよう」と、不安な思いにピリオッドを打ちます。

しかし、夜、眠る段になって、またぞろ「眠っ

たまま死んでしまったら」と、眠るのが怖くなってきました。「眠らないでいよう」、そう思いながらいつしか寝てしまう。そんな繰り返しを繰り返して、いつか思い出したように記憶しています。

そして小学校に上がるなり、新潟の叔父が自殺したというので、父親や親戚のおばさんと一緒に新潟へ行くことになりました。これが身近な人の死を体験した最初です。

当時はまだ土葬で、棺桶かんおけも座棺でした。叔父は田舎という閉鎖社会の中で、いじめられて井戸へ身を投げて死んだということでした。野辺の送りといって、みんなで棺桶かんおけを担かかいで墓場まで行くのですが、僕は戒名かいみょうを持たされ棺桶かんおけの前を進むことになりました。墓地に着くと、墓を掘っていた人が、「掘りよったら、別の棺桶が出てきよってなあ、開けて覗のぞいてみたら、そのまんまの姿で座つ

てるんよ。棒でついたらザーツと溶とけるように崩れてしもた」、そんな話を世間話でもするように平気でやるんです。

以来、「死」は僕にとつて「不安」ばかりでなく「おぞましい」ものになっていったように思います。

最近になって、幼い頃、「死ぬということ」を誰から伝えられたんだろうかと思議に思います。父からも母からも聞いた覚えはないし、親戚やペットの死に出会ったわけでもないし、今みたくにテレビもラジオもなかったし、そういうえば、ラジオが我が家に来たのは小学校二年生の時でしたから。

以来、成長するに伴ともない、自分にとつて「死」は遠いものになっていきました。「死」に近づいていなのに、誰が死のうが、自分には関係のないよ

そ事で、自分には「死」は近づいてさえこない存在になってしまいました。

それがこの歳になって、気がつけば、またぞろ「死」が身近なものになっています。心の勉強をするようになって、「肉体が死ぬ」とはどういうことなのか……、意識が本当だとすれば「死」は存在しないのでは……むしろ「死」は肉体から解放されることでは……。

今、違う意味で、幼かった頃のように「死ぬ」ということ」を考える時間が多くなってきました。まるで昔に投げたブーメランのように、やっと自分の手に返ってきたという感じです。であれば、やっと返ってきてくれた「死への思い」、この際、とことん、こだわってみようと思っています。

22

身近な人が死んだ。私の目の前は真つ暗になった。「死ぬかもしれない」と思っていたけれど、「死ぬ」とは思っていなかった。死を現実のものとして受け止められなかったし、分からなかった。

この人が生きていた証あかし、生きていたという形跡は確かに残っている。でも、もうこの人の声を聞くことは無い。起き上がることもない。運転していた車はどうなる？ 着ていた服は？ かけていた眼鏡は？ この人が書いた文字が残っているノートは？

確かに存在していたけれど、今は目の前にいない。見えないし、聞こえない、触れない。死ぬということはどういうことなんだ。しばらくの間、そのことが私の中で繰り返された。死ぬということがどういうことなのか分からなかった。

世の中の、若くして、専業主婦の母と就学中

の二人の子供を残して、死んだ父。父の母（私の祖母）は、離婚して女手一つで三人の子供を育てた。長男である父は学力があったので大学に行かせたかったけれど、お金がなくて行かせられなかったことを祖母はずっと悔やんでいた。大変な生活を支えてきてくれたと言っていた。そんな中、短大で出会った母と結婚。仕事が塾の先生だったので、仕事は遅めに始まり、夜遅くに帰ってきた。休みの日も仕事やゴルフで忙しかった。私が寝ている間に帰ってきて、起きたら父は寝ていたので、私が父と顔を合わせたのはたまに合う休みしかなかった。仕事では役員をし、成功をおさめているように見えた。祖母の話からすると、苦労してきた父にとっては、やっと手に入れた幸せ、普通の暮らしだったのではないだろうか。そんな中で病気になる、若くして、亡くなった。

父が亡くなった後、「この人の人生は本当に自分の生きたかった人生だったのか？」と思った。

その疑問がずっとぐるぐる回っていた。私から見たらそうではなかったように見えたからだ。もう死ぬかもしれないという時期に、病室で、無言で私の肩に手をかけた父の顔からは無念さしか感じなかった。

父の死を見てから、私は、人生を後悔こうかいしたくない。私は、自分が生きたかった人生を生きたい。誰に何を言われようと、私は自分が納得して後悔しない生き方を選びたい、そう思うようになった。

死んだという現実を受け入れられない状態のまま、お葬式の手配が始まった。葬儀場の人に写真を探してくれと言われた。写真なんかどうでも良かった。お葬式のいろんな決まりもどうでも良かった。それは、今、本当に必要なことなのか。私たちは、この現実さえ受け入れられていないのに、こんなにも形を整えなければいけないのか。

宗派？それがどうしたと思っていた。

若くして亡くなった父のもとにはたくさんの仕事仲間や友人が集まり、お葬式で私はたくさんの人に声をかけられた。その時私は高校一年生だった。「お母さんを助けてあげて」「お母さんはあなたが頼りなんだよ」「あなたがしつかりしなければ」「弟をよろしく」「綺麗な顔だった、幸せそうだった」「苦しまなくて良かった」「早かった」……。どんな声をかけられても私は表面的なものにしか思えず、この言葉をかけてくる大人に腹が立った。こつちのことを何にも分かっていない。何も分かっているのに声をかけないでほしかった。

その反面、私にとって、死とはなんなんだろう。どう受け止めれば良いのか。やっぱり、分からなかった。学びをしていた母から、いくら「人間は意識だ。お父さんは心の中にいるんだ」と伝えられても、実感は全くなかった。高校の友達にも自

分の思いを話してみたけれど、結局誰に聞いても分からなかった。それに比べて、母や叔母からの学びの話は、まだ、「そうなのかなあ」と思えたけれど、実感が無いというところだった。

そんなことを抱えながら、まずは学生生活を過ごさなければいけなかった。その中で幸せを求めて奔走した。死が現実から遠ざかっていった。

あれから、二十四年が経とうとしている。

死を思った時、私の思いはここまでで止まっていた。死ぬということが分からなかったし、頭で色々理解しようとしても、前には進まなかったから。そして、進めようとしてもしていなかった。「分からない」と、そこで止まっていた。死ぬということについて自分の思いを見てこなかった。

今、父に思いを向けてみる。

闘いのエネルギーに思いが向く。闘いのエネルギーを思うとあたたかいものが響いてくる。父もずっと闘っていたのかもしれない。私が広げてきた闘いのエネルギーと同じ存在だった。仲間。私たちは同時期に肉を持たせてもらいました。仲間でした。懐かしい懐かしい仲間でした。今世こそ、今世こそ、と、私たちは出会いを持たせてもらった。仲間でした。

思いがけず、そんな思いが響いてきた。

死んでも生きている。そのことを私は私の心の中で確認していききたいと思う。父も闘っていた。私も闘い続けてきた。死んでも闘い続け、生まれ変わっても闘い続ける私達に、もう闘わなくていいんだよと私は伝えていきたいと思います。だから、闘いのエネルギーに向けていけることが本当にうれしいです。

「死」と思った時に出てくる思いを書いてみましたが、闘いのエネルギーは今の私の課題で、思いを向けると、それが出てきました。

思いは一つ。死とは何か、考えるというより、思い、エネルギーに向けていくことを実践していくことが待たれていると思いました。

23

死について自分の心を深く見ることがなかったので良い機会をいただき掘り下げればと思います。取り組んでみようと思いました。

死人が怖いと思った経験からです。

伯父と暮らしていた祖母が亡くなった日、伯母に座布団を祖母のそばに置くように言われました。座布団を積み重ねていると風が起きて祖母

ました。

十代の後半にかけて、私はいつ死のうか死ぬことばかりを、夜、布団の中で考えていました。なかなか寝付けず、羊が一匹二匹と数えても全然だめなので、いつのころからか死ぬことを考えるようになりまし。今度旅行に行つてその先で死のうか、母の友達に子供がないので私を養女に出そうかと聞けば、鹿児島だと死んだことが分からなだらうと、死への思いをいっばいっばい膨らませました。

とにかくみんなに知れずに死にたいと思いましたが、そんなことが数年続いたように思います。実行に移すことは一度もありませんでした。今から思いますとそうやって自分をごまかしていたのだと思います。死を思うことで自分に酔いしれていたのだと思います。自分自身をもごまかし、逃げていたのにも気づいていませんでした。

ずっとずっと私は母から嫌われている、愛され

ていないと思つて寂しい心を抱かかえていたもので、自分の心をごまかしたり転嫁てんかすることはお手の物でした。周りのことを思いやる余裕がなく、自分のことをするだけでいっばいっばいでした。母にわがままだと言われていました。すぐくひねくれていて、結婚してから夫にひがみっばいなど言われるほどでした。

なかなか素直な自分になれないで、お勉強してからも、頭では少しは理解できても自分の心が何を思っているのかストレートに出てこないの自分分がかりませんでした。自分を押し殺して押し殺してきた結果でした。自分にかわいそうなことをしてきました。申し訳ないことをしてきました。今もその心癖が残っています。自分を愛していく受け入れていくことを始めています。ここが私がお勉強に長くかかった理由の一つだと思ひます。

◇周りでなくなった人に出した思い

伯父が糖尿病でなくなりました。足に血が届かなくなり痛い痛いと言っておりました。付き添っている伯母は、この人タバコを止めないからと、行けば愚痴ぐちつてました。父がアルコール依存症で伯父の家に避難したとき、仕事や学校に行く私たちに、得意の卵焼きを作って食べさせてくれました。

その伯父が亡くなった時、もう田池先生とお出会っていました。お葬式に行きました。夫と息子と三人で行きました。その日は息子の小学校の卒業式でした。家でゆっくりお祝いをしてあげればいいものを、伯父の家で遅くまで過ごしました。その息子がその後一型の糖尿病になり、伯父との関連を思いましたが、心を見ていない私の意識の世界は野放し状態でした。とにかく己おのれが偉かったです。今世なんの誇れるものがない私が、どうしてこんなに己が偉いのか、学び始めて疑問

を持ちました。若い頃の私は手のつけようがないほどでした。今振り返っても鼻持ちならないほど、己が偉い私に大変だと思えます。それでいて己を落とし込めるのも人一倍です。

母が大変厳しくしてくれました。心の面では私に大変厳しく、行儀作法や一般的な常識はほとんどうるさく言われた記憶がありませんが、その母を嫌い、馬鹿にし、死んでも許さないと豪語している私でした。その結果、その息子も、私が母への思いを変えられない中で肉を終えました。

今、UTAブックさんが提供してくださっている田池先生の以前のセミナーでの講話を聞かせていただいています。自己じこく供養きょうと早くから言っておられるのに全くできていない自分を知ることとなりました。それでも、自分はできている分かっていると思込んできた己の愚かさ、一番のエネルギーに、なんとまあと思えます。そのエネルギーで、家族を、周りの人をたくさんの人

を狂わせてきました。殺してきました。

今、完膚なきまで相手を打ちのめす、叩き潰さないと気が済まない私のエネルギーと向き合っています。心の中で、今世だけでもどれほどの人を殺してきたかしれません。それでも生かされて許されて愛されてここに存在させていただけることのありがたさにやっと目覚めるといふ今でございます。

私の狂ったエネルギーで、弟は自殺をしました。弟の苦しみを思いやることなく、自分を守る自己保存の中で強い私を知りました。なんと冷たい私であるか思い知りました。自分はダメだとする思いと己偉い思いとが交錯する日常でした。本当に落ち込んで落ち込んできました。

でも亡くなった息子が「おかんが自分を責めても俺うれしないわ」といつてくれました。学びながら、わたしは何をしているのだろうと思いがらやはり母を責めていました。息子が死んだのは

母のせいだと責めました。いつも人のせいにしてきました。そんな自分を許せないで苦しみました。自分が癌になることで、相手ではない、自分だと、やつとやつと思えるようになりました。肉が自分だとする思いからは苦しみから離れられないことを痛く知ることになりました。

◇私が癌になりました

少し体が重く学びが進まないので、市が推奨する特定検診を受けました。一緒に大腸がんと肺がんの検査も受けてみませんかと看護師さんに勧められ、軽い気持ちで受けました。数年前の特定検診の時、検査に異常がないけれど念のためがん検診も受けてくださいと言われていたのをとっさに思いだしたからです。結果は特定検診に異常はなかったのですが、大腸がんの検査を受けてくださいと言われました。何かの間違い？と思いました。でも、受けてみるとがんの疑いありで大

きい病院に行つて再検査することになりました。私が地域のお勉強会で言ったものですから、いろいろと言つてくださいました。そのどれもに引つ掛かりました。

しかし不思議なことに思いがプラスに代わつていくんです。次から次から変わつていくんです。こんなに簡単に変わることは今までなかったの嬉しうでした。体も軽くなりました。その上、あまりお付き合ひのない方から電話をいただき、て、おうちに寄せていただくことになりました。お話を聞いていて、私に一番か欠けていることに気づかせていただきました。他のことで行つたのですが、この話を聞くために来たんだと家に帰つてから思いました。私もずっとそうでしたが、病気になる自分の出しているエネルギーが原因だと思つてきました。体の不調はこれまでにたくさんありましたから、心を見る環境でないと収束しませんでしたので見てきました。でもそれで終

わつてはいけなかつたのです。自分を責めて、それで終わるか、ああ気づかせてもらつてよかつたと思つて終わりにしていました。そこまりなので、何回も何回も現象が起きました。話に出た方は亡くなられたと聞きました。私は死んでられない。でも肉の終わりが来れば受け入れなければならないと、暗あんちゆうもく中模索の中、やつとやつと、自分の出したエネルギー肉細胞よ、教えてくれてありがとう！ごきげんいかが？何だ、自分の出してきたエネルギーだと自分を責めて終わるのは肉の次元の反省だつたのだと思えたのです。【意識の世界には喜びしかありません】何度も何度も聞いてきた一文です。そうだ、私は肉の勉強ばかりしてきたんだ。意識の転回をするんだとそのチャンスをおいただいたんだと思ひました。肉細胞が惜おしみなく協力してくれているんだと思ひました。病気は悪いことじゃない、愛なんだと思ひました。喜びなんだと思ひました。

この学びをして、私の周りにどうしてこんなに病人が多いのかと思っておりました。疑問でした。私の病人に対する接し方が間違っていたんだと霧が晴れたように心が軽くなりました。大腸がんの検査から心を見ると不思議にプラスに変えられてありがたく思ってきましたが、こんなにも愛されていたとは……。

現象は温かくて優しいものでした。検査の結果はやはりがんでして、検査の段階で切除したので完治しましたと医師が報告してくれました。現象を嫌って嫌ってきました。それほどたくさん現象をいただいてきました。やっとやっとプラスに変えられた現象でした。自分が計画してきた私の人生、心で分かっています。

たれ人間でした。欲ったれ、文句たれ、馬鹿つたれ、しみつたれ、何よりも何よりも文句たれでした。感謝がない。もっともっとの私でした。長く長く学びに籍を置かしていただいています。今

もいつもいつも原点からそう思っています。まだまだ私は死ねないなと思っています。死んではいけないんだと思っています。

私が切望して生んでいただいたこの肉、望みがない田池先生にもお会いさせていただきました。たくさんの意識の勉強もさせていただきました。それを今までどぶに捨ててきました。大切な宝物をないがしろにしてきた代償は大きいものでした。それでもそれでも、今も私たちを導いてくださっています。心の中で最初軽い感じで書き始めましたが、だんだん重みが増えてきて書かせてもらってよかった、本当にありがとうございますの思いです。

UTAブックさん、塩川さん、陽子さん、たくさんの学びのお友達、本当に本当にありがとうございます。この場を借りまして感謝の気持ちをお伝えさせていただきますこと、お許しください。

有難うございました

私はまだ自分の死後の世界が心で分かっています。瞑想で、心に湧き上がってくるのはまぎれなく怖いです。死にたくない、死にたくない、肉が無くなった苦しさ、ただ苦しさを演じているのではなにか？そんな思いが出てきます。まさに肉、肉、肉です。こんな状態ですので、このたびのU T A ブックさんの原稿募集に際して、自分にとつての「死」ではなく、母の死に直面した時に私を感じたことを書きたいと思います。

母は四年前、二〇一五年の六月に九十六歳で亡くなりました。脳梗塞のうこうそくでした。高齢ですのでそれなりに身体からだの不具合はたくさん抱かかえていましたが、亡くなる数年前から特に足が悪くなり、一人で歩くことが困難な状態でした。それでも元気で、家の中では何とか一人で歩けたし、自分の身

の回りのことは自分でしていました。そして、セミナーに参加することを楽しみに日々を過ごしていました。

こんな母でしたので、ひよっとしたら一〇〇歳まで生きられるのではと、本人も周囲も思っていました。死は突然にやってきました。亡くなる前日の夜まで普段通り夕食を食べて寝床に入ったのですが、深夜、トイレで倒れて脳神経外科病院に運ばれました。救急車の中で種水を握にぎらせました。母は、私の手と種水をしっかりと握にぎっていました。その時は必死でしたが、今思えば少しでも田池留吉に心を向けてほしいというまさに私の欲、他力の思いからの行動でした。とつきに出した思い、その時の自分のエネルギーを見ていかねばと、後になって気が付きました。

検査の結果は脳梗塞のうこうそくで、右脳全体が真っ黒に

なっていて余命僅かと言われました。そして、治療方法の説明と延命治療を打診されました。もちろん、手術も薬も延命治療もすべて必要ありませんと返事しました。これらのことは、生前、母の希望でもありましたし、私も同じ思いました。母は高齢でしたので、医者もすぐ承諾してくれました。

入院して一日目は何とか会話ができましたが、二日目、三日目になるとこちらの呼びかけにうなづく程度になり、四日目からは全く反応なし、いわゆる植物人間の状態でした。毎日、反応のない母の顔を見、話しかけ、手足をさすりながら母の意識は？と心に向けても鈍感な私には思いが取れませんでした。無反応な母の顔を見ながら、これが肉の姿なんだ、最後はみんな消えて無くなっていくのに、肉を本物と思い、肉がすべてだと、ずくつとしがみついて生きてきた。今も同じこと

を繰り返している。何ともむなし、肉の愚かさを母は見せてくれました。

入院して十日目、病院では私が母のお世話をすることは何もないけれど、毎日の病院通いでさすがに疲れが蓄積されてきました。この日は、病院に泊まる予定で簡易ベッドの予約等手配していたのですが、家でゆっくりと休みたくて、看護師さんに母の容態を聞いたところ、非常に良好で安定しているので家に帰っても大丈夫とのお墨付きをもらいました。家に帰る前、母に思いを向けました。「お母さん、いつまでこの状態が続くの？私、少し疲れてきたから今日は家に帰るね。明日、また来るからね」

私は、母が高齢だったからかもしれませんが、母に一日でもいいから生きてほしいという思いはありませんでした。むしろ、私をそろそろ解

放してという気持ちのほうが強かったです。突き詰めれば死んでくださいということ。今、死んでくれたらセミナーに参加できるという思いまで出てきました。自分でもびつくりするくらい淡々としていました。

家に帰ってベッドでうつらうつらしていると、午前一時頃でしょうか。病院から、容態が急変したからすぐ来るようにとの電話がありました。急ぎ病院に駆け付け付けたのですが、すでに母は肉体を離していました。覚悟はしていたものあまりの急な出来事で悲しい、寂しい思いすら出てきませんでした。その時、ふと出てきた私の思いは、「ああ、昨日、私が語りかけた私の思いがお母さんに伝わったんだ。私のことを思いやって死んでくれたのか？これが母の今世の人生計画だったのか？意識はひとつ、私達は確かに思いの世界に存在しているんだ」と実感しました。今世の肉のお母さんに私は凄まじいエネルギーを出して

きました。そのエネルギーを見させてもらう母の存在、思いの世界に存在しているからこそ見られる。私達は確かに思いの世界に存在している、母の最後にそのことを教えてもらいました。

冒頭にも書きましたが、私はまだ自分の「死」に対して真向かいになっていません。むしろ避けてきました。でも、母の死から学んだこと、それをどう自分のものとして捉えていくか、頭クルクルから少しでも心で分かる自分になりたいと思います。この原稿を書きながら色々な思いが出てきました。今回のUTAブックさんの原稿募集が、私の学びを少しでも前進させる良い機会となりました。有難うございました。

七十八歳の祖母が、それまで元気だったのに、急に肝臓癌で亡くなった時、二十五歳でしたが、身内で初めての死。まだこの世に未練を残しながらの死。なんと死とは惨い、恐ろしい、厳しいものだなあと思いました。この学びを知らない時だったので、死んだらあの世に成仏するようにと、手を合わせ祭ったり祈ったりしていました。本当に信じていたわけでもないけど、聞いた話で、ちゃんとしてあげているから、成仏して、私を見守ってくれるのではないかと、手を合わせ、私を見守ってください、力を貸してくださいとか欲一杯で、祈っていました。

自分も重度障害の娘を持つ母として、手のかかる娘を置いて、消えて亡くなる恐怖を強く感じていた頃でした。死を身近に感じていました。

そんな頃、「意識の世界があつて、お話しされ

ている田池先生がおられて、おばあさんは、あなたを守るどころか、あの世で苦しい苦しいと喘いでおられる」ということを聞いて衝撃を受け、次に「目に見えない意識の世界というものがあつて、私達は本当の姿は意識、死んでも死なないあの世が私たちの本当の住む世界だ」と聞いて、私の恐怖は緩み、「神の子の心を持った私達が、そんなもの頼らなくても凄いパワーの持ち主だから自分で自分を救える」と聞き、まったく今まで聞いたことのない話だけど凄く心で納得するものがどんどん学びに惹かれていきました。

そういうお話しされている田池先生という方のお話聞きませんかと言われて、そうそう、その人その人、その話が聞きたかった。と言葉が口を突いて出てきました。うれしくてたまらない感じになりました。【ずっとそれを知りたかった、教えてくれる人を探してきた】との思いが湧き上がってきました。不思議な感覚でした。

私が死というものを、恐怖する思いは同時に、

真実を知っていく道につながっていったのかと思えるようになってきました。

死んだ自分が、なぜ生まれてきたのかを教えてください、生きるという事は、死を意味すること。それが嫌だったけど今は少し、死に対する思いが、変わってきました。人生はどう死んでいくか。死というものを外せはずない。死んでいく自分に、今、生きている時間、どれだけのことをしてあげられるか。死に真向かいになれることは本当に大切な事だと思ひ始めています。死んだ自分を思う時、真剣に今時間の残されている事が、幸せ、喜び、大切に生きていこうとなると思います。

26

自分の子供の頃を振り返り、死Ⅱ葬式Ⅱあの世行き。生まれ育ったところは、田舎でお葬式とは私にとってお祭りみたいなものでした。

道中、大きな花籠はなかごにお金を入れ、人が集まると、振り返りながらお金を落としてゆく。それを拾って喜んでいたという記憶があります。(当時は土葬で行列を作り、寺まで道中があった)

幼き頃、母が死んだらどうしよう、母のいない生活なんて考えられない、お母さんがいないと一日も私暮らせない、いつもそう思っていた。

もし、母が死んだら私一緒について死のう。いつもそう思っていた。

このことを母に話しました(成人してから)すると、「何歳くらいまで？」と聞かれ、「小学校三〜四年生ぐらいまでかなー」と言ったら、そうかと母の返事。母も自分もそう子供の頃思っ

いたとのことでした。

今でも覚えています。その母が九十六歳まで長生きしてくださって本当にありがとう。ありがとうとございます。感謝の気持ちでいっぱいです。

では、自分の死について考えたことがあるのか
と言え、あります。

もし、私が死んだらどうしよう、夫、子供がと自分が自分に高額の生命保険を掛けていた。死んだら終わりと思っていた（今ならわかりますが）。そんな私も七十九歳になりました。死後の世界がありますよ。死んで終わりではありませんと田池先生から教わり、三〇年、いまだよくわからない。（頭では理解しているつもり）

◇私の体験したこと

高校生の時に流感（今のインフルエンザ）にかかり、もう自分は死ぬかもわからないと思ったこ

とがあつた。鼻血が洗面器にいっぱい出て、身体が重く、起きれない。もうダメ、このまま死んでいくのかなーと思っていた。そこへ姉が、○○○どうやと言つて、優しい言葉と波動をくれました。その時、嬉しいという思いが出て、元氣を取り戻したことを覚えています。

その時の自分の思い

（何故、母が私の部屋に来てくれないのか。私のことが心配でないのかと恨みつらみ寂しい心を出していた。）

後日、母は言った。姉が行かせてくれなかった。母にうつるといけないから、私が行くと、若いからと氣遣つてのことでした。お母さん、お姉ちゃんありがとうでした）

ある人から言われたことがある。あんた一度死に損ないしてるね。先祖に救われたねと。

◇もう一つの体験

学びの友の死。私の紹介者である友が自らの命を絶った。大変なショックでした。私の地域で私を含めて三人しかいない友が二人も亡くなった。次は私の番かと死の恐怖でした。

箱根のセミナーでチャネラーを通じて言葉のやり取りをさせていただきました。

「神はおられます。みんな、何をぐずぐずしているのですか、生きている間に学んでください。死んだら心を見ることが難しい。私を見本にしてください。……」

今でも鮮明に覚えています。

自分も一日一日死に向かって生活している実感。田池留吉にどれだけ心を向けることができるか、合わせられるか、死ぬまで元気で頑張ります。

臓器移植

初孫が心臓の奇形の一つである左心室がほとんど存在しない状態で生まれてきました。生まれた時から保育器に入っている孫を見て、「どうしてなんだろう？」という不安がありました。退院する頃には元気になって出られるだろう」と、自分に言い聞かせていました。しかし、低体温がおかしいということで、急きょ救急車で運ばれ、検査の結果、左心室がほとんどないということがわかり、大きな病院へ救急搬送されました。

赤ちゃんは元気に生まれるのは当たり前だと思っていた周囲の思いは一変し、「なんで？こんなことになってかわいそうに。死んでしまうのか」と、最終的には、心臓の悪い家計はどちら側だというところまで思いは膨らんでいきました。とりあえず、娘はお産の後なので安静にしていなけれ

ばいけないので、相手の家族が孫に付き添^そって行きました。小さい体にも関わらず、カテーテルで検査をし、簡単な手術が行われました。

私はもう頭の中が真っ白という言葉が適切で、とっさに心の中で手を合わせ祈っている自分がありました。孫の詳しい状態を聞く勇気もなく、思いは悪いほう悪いほう、すなわち死んでしまうという方向に膨らんでいきました。死んだら終わりという思いが根強く私の心の中にあります。

そんな時、医師が、「赤ちゃんは子宮の中では正常に育っているけれども、一旦子宮の中から出てくると、心臓の中のある器官が閉じてしまします」と……。それを聞いた時に、子宮の中ってすごいな、科学では解^とき明かすことのできないものがあるんだ。これが波動なのかと思つた時に、私の心がほんの少し軽くなつたのを覚えています。

何度かの手術に耐えて退院したのが九ヶ月後。その後、最終の手術を待つだけの日々は、死への

不安と恐怖しかありませんでした。熱を出せば、救急車を呼び、「死なないで」という思いはいつも心の中にあつたのは確かです。

そんな時、あと少しで手術という時に、孫は心肺停止を起こし急ぎよ病院へ……。不安と恐怖の思いがこんな現象を起こすのかとふと思いましたが、周囲もおろおろして、大丈夫大丈夫と自分に言い聞かせ、なんとかしてくれという思いを出し続けました。幸い、一命はとりとめたものの、今まで歩けていたのが歩けなくなり、おすわりも寝返りもできなくなつてしまいました。人工呼吸器をつけた孫の目から一筋の涙が流れるのを見た時には、どうしてこの子だけこんな目にあわすんだ、神はあるのか」と神を呪^のいました。そして、自分の心がどんどん落ちていくのがわかりました。

意識の流れの本の中にある、「たとえ、重い障害を持ってきても喜びなんです」という文言が浮

かんできたけれど、それを打ち消すように、そんなこと思えるか」という思いのほうに立ちました。

そして、何とかしてくれと心は外へ外へと向いていきました。何とか退院でき、家に帰ってから口では言い表すことができない程、肉では大変でしたが、訪問看護の方が、「年寄りの人は諦めるけど、小さな子の可能性を信じていこう」と励まし、協力してくださったことが唯一がんばってこれた言葉でした。孫は少しずつ回復していきましたが、手と足に障害が残りました。

最後の手術の日を迎える何日か前になると必ず痙攣けいれんを起こしました。娘夫婦のピリピリ感が孫に通じるのかなとも思いましたが、延期、延期だった手術を五歳を目の前にして迎えることができましたが、医師が「手術はしますが想定外が起る可能性があります。本当は心臓移植ができれば一番いいのですが」と言ったことばを掴みまし

た。小さな子の心臓移植は日本ではできないので、募金を募り、アメリカに渡米して手術をするというニュースを今まで気にもかけなかったのに、医師の言葉から関心を持つようになりました。移植さえできれば、この不安や恐怖はなくなるのではないか。死を恐れなくていいのではないか。頭では自分勝手な思いだとわかっているけれど、心の中では移植を望んでいる自分がしっかりとあります。

本当に最後の手術は大変だと聞いていたのに、手術当日、私はなぜか心がウキウキしているのが不思議でした。個室で手術を待っている孫を見ると、何か嬉しくてたまらなかったです。孫は笑顔でみんなを迎え入れてくれて、手術前に飲むシロップも笑顔で飲んでくれ、自分から進んで手術に行く台に乗ってくれるのを見て、涙が止まりませんでした。喜びで手術を受ける孫から、私は何

かを教えてもらったような気がしてなりません。心の中で、「他力やけど一緒に田池留吉（タイケトメキチ）を思っている」と思いました。手術は成功しましたが、私の中には移植ということばが心の中から離れません。現象から出る思いを確認して愛に帰ろうという学びをしているのに、やはり外を整えようとする思いが先に立ちます。

どうして、こんなにも孫のことが気になるのだろうかと問いかけてみました。すると、孫の現象は私の汚点おてんだという思いが出てきました。肉ではやさしく接しているつもりでも、こんな体に生まれた孫を心の底では私の汚点、自分の思い通りに生まれてほしかったという冷たい思いです。

肉を本物とする思いはこんなにも苦しい冷たい思いだということを孫の病やまひを通して、少し感じさせていただきました。

「必要だから目の前に現れ、必要でないものは消えていく。」

このメッセージが心に響きます。

28

小学校高学年の頃から、なぜか「死にたい」と思っていました。生きていくことは悲しいこと、辛いことと、どこかで思っていました。その一方で、いつも一番でいたい、人より上にいたいという思いも強かったです。「生きることは闘うこと」と無意識のうちに自分の中にあつたのでしょうか。今から思えば、まさしく「アマテラスの芽生めぼえ」だったのでしょうか。闘うことは辛い、だから死にたかったのでしょうか。

思春期の頃は『人間失格』の太宰治に憧れたり、田池先生の講話の中によく出てくる「人生不可解

なり」と記して華嚴の滝に飛び込んだという藤村操という人こそ真実の人だと尊敬したりしていました。

二〇代半ば、京都の劇団の研究生として籍を置いていた時、美人薄命という感じのきれいな同期の女性がいて、「この本私好きなんだ。あなたにあげる」といただいたのが、十七歳で自殺したという長沢延子という人の『海—友よ私が死んだからとて』という本でした。あれから四〇年以上経つても、私はこの本が捨てられずとずっと持っていました。いまだにどこかで「かつこいい」という憧れがあるのです。

結婚してかわいい子供が生まれても、どこかで「死にたい」という思いはずっとずっと私の中では消えませんでした。四十二歳でこの学びに出会い、田池先生の「自分を殺す人は一番の悪人だ」という言葉をよく耳にしていました。肉の思いが強くて「死」ということが意識に響いてこない

私には、「自殺」がそんなに悪いことには思えませんでした。

そして、十一年前、かわいい一人娘が二十一歳で自ら命を絶ちました。見ず知らずの土地のマンションの十四階から飛び降りました。まさに私にとって青天の霹靂、天変地異でした。それでもどこかで「やっぱり」という思いがありました。私は実行する勇気がなかったけれど、娘は私の代わりに実行してくれたんだと、娘の「勇気」をすごいなと思う自分がいるのです。

娘が死んだ直後、塩川さんが当時UTA会メッセージのホームページで、「若くして死んでいくには、それだけの理由もあり、意味もあります。……もちろん、自らの命を絶つということになれば、そこには例えようもないほどの暗闇の世界が広がっています。そこに投げかけられた現象を通して、人の命、人生、自分というもの、家族の存在等々を見つめ直す大きなチャンスですが、その

チャンスをと、ことごとく潰していくのが、肉という思いです。肉という壁は、そんなに容易く崩れ去るものではありません。まさしく未曾有の天変地異が、唯一最大のチャンスです。……」

ここまで昨晚、パソコンに打ったのですが、何回もフリーズしてパソコンが動かなくなりまして。中古のパソコンですが、買ったお店に持って行って見てもらっても異常なしでした。でも、家を持って帰って動かそうとすると、五分ぐらい経つとフリーズしてしまうのです。

なぜパソコンが動いてくれないのか？ これは「間違っているよ」という意識の世界からの警告だと私は受け取りました。

私は十一年経つてもまだ娘の本当の「暗闇」をみていません。つまり「死」と真向かいになっていません。「死」「自殺」をどこかで美化していません。文章をきれいに整えようと頭をくるくる回し

ています。娘の自殺というこれ以上ない天変地異を私は肉の思いで、小さい頃から自分の中で形成してきた文学（私にとっては他力信仰でした）で解釈しようとしていました。私は真実を追求していけば、「死」しかないはずと思っていました。

全く全く意識の世界が分かっています。今でも分かっています。本当に申し訳ありません。「死も喜びですよ」という田池先生や塩川さんの言葉を聞いて「そうなんだ、うれしいなあ」と暗闇の底の底も見えずに上っ面だけを自分の中に入れていました。

これから娘の意識とともに「例えようのない暗闇」にまっすぐに真摯に向き合っていこうと思います。死の実態を出して出して出しまくらないと、娘の意識も、私の意識も、本当の愛、温もりへ帰れないことを実感しています。

このような機会をいただいたこと、本当に感謝しております。ありがとうございました。

肉体に戻れなくなった意識

自分が肉体から離れる事を言うのだと思います。
す。

肉体に戻った体験

私は幼い頃、肉体に戻れたとき涙が止まらず、その後疲れていたのと、ホツとしたので、二〜三日ふらふらで、眠っていた事を思い出しました。

まだ幼い、三歳頃でした。病弱だった私は、熱を出していたのだと思います。水枕と、冷たいタオルで冷やしてもらって眠っていました。苦しくて、気持ちが悪くなり、息ができません。苦しくて、我慢できなくなり、横で看病かんびやまして疲れて眠っている母に、「苦しい助けて」とやつとの思いで声に出したのに、母には聞こえません。いつもは小声でも気付く母なのに、変な気がしました。

さつきまで動く事もできないほど苦しかったのに、動けるし、大声も出せます。母に、「おかあさん、起きたよ」と大声で、話しかけ揺すりました。返事がありません……。今度は父に、父にも聞こえません。気づいてくれません。私の声が聞こえない。あー。私が、母のそばにいる。私が、私を、上から見ている、母や父も下にいる。見ていたら、ずうつとそばを離れずに戻ろうとしても私のなかに戻れない。何か、別の空気のようなものを感じていたら、気流のような少し流れがあり、その流れから出られない、離れるのが難しいそんな感覚でした。暗いなかで、不安でふわふわと流れている、変な感覚でした。帰りたい。遠くに私が小さく見えています。

何とか戻ろうとしました。何か、フツと感じたとき、遠くで微かすかに、鳥の鳴く声があった気がしました。明け方でした。温かいものを感じ、母が冷たくなった私を、「大丈夫、大丈夫」と言いなが

ら温めてくれていました。ただただ涙がでて、その時、母の手と涙は温かいと感じたことを思い出しました。ありがとうございました。

初めて「死」を意識したのは、小学生の頃、祖父の臨終りんじゆうに立ち会った時です。だんだん息が細くなり、医師の「ご臨終です」の言葉でおじいちゃんが死んだと思いました。悲しみもあまりなく、「死」への恐怖心は無かったように思います。

子どもが小さい頃はこの子達を残して死ぬことはできないとの思いはありましたが、子どもが大きくなった今、そのような思いも薄れてきました。

また、父母をはじめ近親者との別れも、臨終に立ち会う機会がなく、目の前で「死」を意識する事がなかった。

しかし、阪神淡路大震災の時はそうでもなかったが、東日本大震災で津波のテレビ中継を見たときは、音声はなかったが津波にのまれる多くの人々の叫び声が聞こえるようで身震みふるいをした。正直「死」に対する恐怖の思いが出たのか？ 学びは「天変地異」は気づき、愛、喜びであるとされていますが、肉の思いが強く、なかなかそこまでは至っていません。

私自身、自覚はありませんが、就学前の六歳頃に、腸炎にかかり、医師から「今晚が峠です」と言われるような状態になったようです。幸い懸命の治療で一命をとりとめて、その後は、今日まで生死に関わるような事はありません。

次に葬儀については、学びに出会う前は、世話好きの父の影響もあり身内だけでなく近所の葬儀にも喜々？としてお手伝いをし、葬儀の進行にも慣れて結構重宝ちようほうがられてきました。そんな葬式好きの私が、この学びに出会い、なんと中身のな

い無駄な行為であると知らされ、自分自身もそれを感じ、以後葬儀には立場上やむを得ず参列が必要（これも本当に必要？）な場合以外は周囲から「水くさい」とか「冷たい」などと言われたりしますが、関わりを持たなくしているところです。

最後に自分の臨終については、「ピンピン、コロリ」逝いきたいものですが、これは理想でなかなか難しいでしょうね。いずれにしても周囲の人達に迷惑にならないよう、もちろん延命治療は不要で、お世話になった肉体細胞に感謝して喜びのうちこの肉を離していきたいと思っています。

31

「死」というテーマと向き合った時、死と真向かいに向き合ったことがなかったなあ、とつくづく思った。

身内どのお別れを何度も体験してきたが、いずれも、お別れする、遠くへ行ってしまう、という感覚だった。

若くして亡くなった方、病気や事故などで亡くなった方には、お気の毒に、という思いがあった。

どこか死を美化しているところがあった。色んな言い伝えや、映画などでの話を信じていた。

たとえ地獄に行つて、三途さんずの川を渡つて閻魔えんま様の前に出たとき、悪いことをした人は舌したを抜かれるという話を聞いても、恐ろしいところという思いもなかった。

心中すると、愛し合った二人があのだめでたく結ばれるということも信じていたように思う。

両親が死を迎える時も、不思議と「死なないで」という思いが出なかった。

十一年前の母は末期がんで、苦しい痛みを少し

でも緩和かんわできるようと、最後の一ヶ月はホスピスに入れた。

寝たきりになって亡くなる前の二ヶ月は、自宅とホスピスで殆どほとんどつきつきりだった。「何か食べたい」「寝返りを打ちたい」「足をさすってほしい」「トイレがしたい」など、言われることは何でもした。母に優しい思いを向けられなかった自分ができる、せめてもの親孝行だという思いがあつて、苦痛な思いは全くなかった。その母が、寝返りの手伝いをしている時に突然、「あんた、いつまでいい子ぶっているの、闇を出しなさい、私が手伝つてあげるから」とはつきりした口調で言ってきた。まだ闇と向き合うことをしていなかった僕は、「そんなこと言われても、なかなか出てこない」と答えるのが精一杯だった。母はもう、いつものうつろな目で遠くを見ていた。今でも鮮明に思い出す衝撃的な一瞬だった。

意識がなくなつてからの九日間は、「おはよう

「僕の声が聞こえる?」「何かしてほしいことは無い?」などいろいろ話しかけた。イヤホンを耳につけて、ふるさとの音楽を聞かせた。自分ができることを、精一杯やろう、という思いで接した。退屈でも、寂しくも、悲しくも何もなかった。ただ、もうすぐお別れなんだ、という思いだけがあつた。臨終りんじゆうの時も、はつきり聞こえていた呼吸が止まって、すぐに医者に連絡、その後、葬儀屋に連絡をすべき取つた。亡くなった直後に飛んできた父が、「いろいろ世話かけたな」「何にもしてやれんかったな」と体中をさわりながら、声をかけ続けていたのが印象的だった。

五年前の父は、肺炎から肺気腫を併発して、入院から僅かわずか四日で息を引き取つた。意識がなくなる二日前から、酸素吸入が始まったが、酸素吸入に頼り始めると、先は長くないことを知っていた父は、少しでも自分の肺で呼吸しようと努力して

いた。それでも苦しくてすぐに酸素吸入器を口に当てて、の繰り返しが続いたが、それも僅か一日だった。夜中に意識がなくなつて、翌朝主治医から、「肺に酸素吸入用の管を入れると延命できるが、死ぬまで意識は戻らないがどうしますか。私はお勧めできません」と聞かれて、即座にお断りをした。この医者 of 助言は有難かつた。全く迷うことはなかつた。その日の夕方、意識のない父と二人きりになる時間があつて、突然申し訳なかつた、父に偉そうなことばかり言つてきた、という思いがわいてきて、お父さんに「今までごめんなさい」と何度も言つた後、「一緒にお母さんを思う瞑想しよう」と十分ほど父の足に頭を乗せた状態で瞑想した。その時は大変嬉しかつた。その日の晩は、看病疲れのため、付き添いを娘と交代した。そして翌朝十時に他界したのだが、娘から「おじいちゃんが酸素マスクをつけた状態で、おかささん、と二回呼んでいてビックリした」という

話を聞いた。娘はこの学びをしていなかった。その瞬間、驚いたと同時に、言葉にならないほどの嬉しさを感じた。父と学びを共有してきて良かったと思えた瞬間だつた。

今日のポッドキャストは良かった。まさに僕にピッタシだつた。死を思う瞑想で、死んだ自分が、一生懸命、親しい人を呼んだり、何かしようとしたり、どこかへ行こうとしたりしている、でもどれも思う通りにはならない、何度も何度も挑戦し続けて、そのうち疲れきつてもう何もできなくなつてきていた、虚無的な感じだつた。その後のお母さんを思う、がものすごく嬉しかつた。お母さんと呼ぶだけでこんなに嬉しいのかと、久々に、いや初めて思った。これをやっていけばいいんだ。今回は、良いテーマと良い瞑想の機会をもらえたと思ひました。ありがとうございます。

私は高校一年生の時に飼っていた犬に初めて「死」を教えてくださいました。

家の屋号からとった名前「忠太」です。忠太はわずか二年くらいで身体からだが悪くなり亡くなりました。

亡くなる前に夜中に大きな音を立てて家族がみんなで見ている前で亡くなっていきました。

その時私は絶対泣かないと決めていましたが、犬の忠太を家の山へ埋うめてあげるために、父が一緒に運んでくれと頼まれ行きました。

土を掘り忠太を埋める時に忠太を持った瞬間に忠太から「ありがとう。嬉しい」が伝わってきました！私は自然に涙が出て止まらなくなっていました！

私もその時は「ありがとう。嬉しい」が同時に出ていました。

その時犬の忠太に教えてくださいました。「死」とは「ありがとう。嬉しい」です。

33

1. 自分が初めて死を認識したのは？

三歳。

2. それは何によって知ったのか？

家の前のおばあさんが亡くなった。

3. 初めて死を認識したとき、どう感じたか？

死を認識した時の心象風景……その日夢で見る。ヒューヒューと雨交まじりの黒い雨が吹きすさぶのを、三歳の私が玄関の中で傘をさし、じっと一人ぼっちの悲しみと不安、寂しさ、恐さに耐えていた。

4. 死にたいと思ったことはあるか？

死にたいというより、「あーこれは死ぬな！」
と思った。結婚し、同居し、「あー、この家は死
んで出るしかないな」と思った。一〇〇年前の
農家の嫁を垣間見た。昔の嫁は大変だった。やつ
てもやつてもきりが無い。とことん疲労困憊。死
んで出るのが一番問題ない。「あの嫁は身体が弱
かった！」で終わる。

5. 死にかけたことはあるか？

ある。三回。

① 年子で三人目の子供が生まれた時、母屋と離
れの行き来。白血球が三倍ぐらいになり、医師の
診断書は見るだけで具合が悪くなりそうな数値、
ガン発症手前。「あーこれは、子供三人置いて、
死ぬのか。子供達は乳児院か」主人は「子供のた
めに頑張らないと」と言うが、頑張るところは
とうに越している私は、主人に対して「バカメ！

子供のために頑張れるなら、どんな親も頑張る
わ」それも気がつかないで、もっと頑張れ！子
供を置いていく。夫を置いていくということも、
何か、他人事のように淡々と、そして、姑に合
わせてきた生活を手放した。家計も分けてもら
い、(主人のお給料は全て姑に出し、夫は家の為
と、お小遣い、結婚後五年半続けた)

うす紙をはくように、少しづつ元気になった。

姑はガンに効く、蓮見ワクチンをと言ってくれ
たが、一生高価なものを打ち続ける気もなく、丁
寧にお断りした。生きるものなら生きるし、死ぬ
ものなら死ぬと。

② 五〇歳になって、末っ子が高校へ、ようやく
楽になると思いきや、介護が始まる。母が熱で
入院した病院がひどい病院で、現状を経験。手厚
い病院へ転院でき、十年間命拾いした。いつも死
と隣り合わせでハラハラしながら自然に浴びて、

ゆっくりと接していると、母もいつも喜んでくれ、三年半待つて特養ホームに入れた。その時は、パジャマでなく普通の九〇歳過ぎたお年寄りとして服を着、病人扱いでない。普通のことなのに嬉しくて、涙が出た。嬉しかった。

九〇、一〇〇を超えたお年寄りが、死と隣り合わせに穏やかに過ごしている。ご家族が先に逝く場合もあれば、常に嬉しいながら、いずれくる肉親の「死」を考えていた。

小さい頃、母が亡くなったら生きていけないと思った。二〇歳頃からは、こんなグータラな私は生きていてもしょうがないから「母にだったら生命あげるわ。私より何倍も生命を活かして生きるだろうから……」と言ったら、即座に断られた。「もっとイカさせる気か」と。母親は寝ない人だと思っていた。兄たちもそう思っていた。自分のものは何もいらぬ人だったけれど、大欲だと言った。「子供はどこまで可愛がっていいかわ

からないほど、可愛い」と言っていた。「私は可愛いくないか、可愛いかよくわからない」と言ったら、驚いていた。子供一人生まれるだけで宇宙が変わるくらいの喜び、エネルギーが発散され、変えようと思わなくても環境は変わっていった。今世、生まれてくるということはすごいことだと思つた。

五十六歳の時、姑が倒れ、無事良い病院へ入院。そして、リハビリ病院へと転院。肉のことは必死で頑張る私に心臓が悲鳴をあげ、血圧も二〇〇を超え針が振り切れたりした。背中の奥に痛みが貫き、突然動きはスローモーションに……。やつと母のお食事介助の隣に座ったら、ドーンと冷や汗が流れ、呼吸が楽になった。母親のあたたかい波動はすごい。助かっと思つた。

今度は私が死と隣合わせ。身体をだましました、以前の三分の一ぐらいの速度で仕事を片付ける。今、死ぬわけにいかないから……。

六〇歳で皆を見送り、六十二歳で家をさらけに、六十三歳で新築、六十五歳で田池先生が亡くなられ、なんだか身近になりました。死にそう
で、死なないできた私に、田池先生は、「自分の
エネルギー、わかったか？ 死ぬ予定でない人が
死ぬということは自殺行為。あんたはまだ死ぬ資
格がない」と言われた。皆は笑っていたけれど、
疲労困憊ひろうこんぱいしていた心になんと優しい言葉。涙が、
嬉し涙がジワッと浮かんだ。

6. ニュースなどで、悲惨な死、痛ましい死等を耳
にし、目にしたとき、どう感じたか？

ゾッとすると、身をけずられるような恐怖。見た
くない。可愛そう。私の中にある肉の思い。

7. 延命治療について

我が家はしない方針。

8. 葬儀についてどう感じるか？

家族で見送る。必要なし。

9. 介護経験を通して死と向かい合ったことがある。
ある。が肉を離すまでは生きている。肉ではな
い、意識と思った。九十八歳、今後の方針を話す
為、家族が（病院へ）集った時父は三回深い心
地よい深呼吸をし、私もつられてあくびが出た。
フーと吐はいて、そのまま止まった。

「先生、息をしませんか」と言うと、慌てて父
の脈を取り、「〇時〇分お亡くなりになりました」
と言う。私は「五分も前です」とお腹なかの中で言っ
た。担当の医師は泣いていた。

父は皆が来るのを待つて亡くなった。皆に見守
られてなくなった。父の思い通り、皆が揃そろったの
を知って肉を離した。

おじいちゃん、ありがとう。イヤ、面白かつ
たなーと自分の人生を受け入れていた。焼いた後

の白い骨が優しく、父そのものと思った。

九十八歳入院した母は、いつも喜んでくれた。ある時、非常にニコニコして、大きな声で三回「アー、アー、アー！」と言った。看護師さんもいて、「何かしら。ありがとうー！と言いたいのかしら」と私が言ったら、もつとクシャクシャな笑顔と嬉しさが溢れる目で私を見た。それから二週間ぐらいして、看護師さんが「イシさんもういいよネ」と言うと、アイコンタクトで「ウン！」とそして心臓が止まり、呼吸を（吐き）フーと。「心臓停止です」看護師さん、二人がついててくれて、泣きながら、お化粧けししょうしてくれていた。着物を着させてくれ、一番忙しくない朝十時ごろだったので、看護師さんたち、色々な人が顔を出してくれた。

私は母のことより、「ありがとうございました。ありがとうございました」とお辞儀じぎをしまくっ

た。『意識の流れ』の本が出版された時、母は本を優しくニコニコと手でなで、私は二、三行ずつ読んだ。母はスーッと眠り、本を読むのを止めるとパッと目を開けて、ニコニコと……。先生はお母さん波動がわかると言ってくれた。私が母なる宇宙とか一生懸命読むと、私の読み方は言い聞かせている、指導していると言われた（押し付け？）。

10. 医師や看護師等、職業を通して死と向かい合ったことがある。

なし。

11. 親や夫婦あるいは子どもと、死について語り合ったことはあるか？

父と「死んだらさみしいねかてー。」

〇〇「髪の毛が伸びたら髪を切るし、爪が伸びたら爪を切るのと同じで、その元の生命は生き通

しだから死なないよ。身体からだがなくなっても生命は生き通しだから死なないよ。おじいちゃん寝たの？」

父「寝てない。話聞いてた」と父。(熱海、つる屋へセミナー二回出席してくれた)

〇〇「だから、思えばいつも一緒。ずーっと一緒だよ」

12. 終活についてどう感じるか？

心もシンプルに。生活もシンプルに。自分に必要なものは何か、物も厳選し整理してます。

13. 自分でも、家族でも、友人知人でも、ガン宣言や余命宣告について知らされたとき、どう感じたか？

この学びを知ったおかげで治療法も自己選択、自己責任。また来世、どこかで会うという(必要あれば)ことを知っているの、以前より恐怖で身が縮まる心配はしなくなった。

14. 死後の世界はあると思うか？

あります。今まで自分につけてきた肉を守るエネルギーを確認して、真実の波動、喜びに身を委ね、苦しい執着しゅうちゃくのエネルギーをひとつひとつ緩めゆるていきたい。

15. 臓器移植についてどう思うか？

売り買い、商売につながっていく。真実とは程遠いと思う。

16. 生まれ変わりを信じているか？

信じています。

・砂漠の中で私の身体はミイラ化し、風とともにパラパラ、パラパラ、私の身体が吹かれ、飛んでいく。(私の身体はどこへいくと思っっている。心がある)

・一瞬にして吹き飛んだ私。私の身体は消えた。(私の身体はどこへ消えたと思う心が残る)

17. 自分は、こうありたいと思う臨終とはどんな形か。

感謝で死んでいきたい。そして、来世、二五〇年、三〇〇年後の出会いを果たしたい。

34

1、2、3. 自分が初めて死を認識したのは？ それは何によって知ったのか？ どう感じたか？

死を意識したとき、父の死。

私が初めて死に直面したのは、父が死んだ時だった。私は二十四歳、父は、五十六歳、今の私と同じ年だ。急死だった。私は東京で一人暮らしをしていて、知らせを受けて実家に戻ると、死体は横たわっていた。若い私は、まだこの学びにも出会っていないかつたし、生まれて初めて、目の前からこの世で一番親しい人が消えていったこと

は衝撃だった。

退職したら、あれがやりたいこれがやりたいと語っていた父、家を建てて間もなくオイルショックとなり、本当は転職したかっただろうに、一家の大黒柱として転職もできずに、住宅ローンに縛られた父を私は見てきた。男にだけは生まれたくない、大黒柱なんてまっぴらごめんだ、私は女でよかつたと、何度思ってきたことか。家族のために、自分の一生を仕事に縛り付けるなんて、心の底から嫌だった。家や物より、いつでも仕事辞められる自由のほうが大切だった。しかし、私は、そんな父が働いたおかげで、何の苦勞もなく大人になった。もう少し頑張ったらと、耐えてきたのに、こんなにあつけなく、達成もなく、目の前から機会がなくなってしまうのか、死んだら、人の努力や思いは、どうなってしまうんだろう、その努力や積みあげた技術みたいなものは、どうなってしまうのだろう、消えてしまうものなのか……。

若い私は、父の死体を見ながら泣いて泣いて泣いた。三か月位の間、執着しゅうちやくのようなものが消えなかった。悔くしかった。無念、そんな思いがずっと続いた。私は父の死から、後悔こうかいないよう思い通りに生きろ、仕事なんて、死ぬほど頑張るものではないという教訓？だった。

間もなく、私はこの学びに出会った。そして、死んだら苦しい世界、死者を本当に供養くようするとは、と聞かされ、心の中で、待っていて、伝えられる時まで、待っていてと思い続けてきた。父が亡くなって間もなくは、確かに、供養したいという思いが強かったが、時間がたつと、なんだか薄れていった。思っても、本当に向いているのか？わからない、半信半疑はんしんはんぎな状態だった。

最近、友人、H氏の急死あり、私の父と何か似ていて、父の死を思い出した。そして、この原稿募集を見て、あー、何か、時が来たと思った。

待つてもらっていた。

長い時間だった。本当に長い時間、しかし、自分にも死者にも、あつという間の時間。私が必要です。事はただ一つ。心をタイケトメキチに向けていくことだけだと感じる。長い時間をかけて、学んできて、ようやく心の針を、以前よりは合わせていけるか……と考えるようになった今、このテーマをもらった今、それは、心の針をタイケトメキチに合わせて、私たちは肉ではない、意識、愛……、そのことを自分に向けていくこと、心の中で向けていくこと、ただそれだけだったんだ……と思う。

4. 死にたいと思ったことはあるか？

幸せな事に、あまりないなと思った。子供のころ、親に叱しかられ、押入れに入れられ、いや、自分から入ったかもしれないが、その時に、悔くし

さで死んでやろうと思った事がある。自分が死んだら、親は悲しみ、悪かったとわかるだろう……文字で打つと、以外に軽いが、その時の思いは、死んで相手をどこまでも苦しめてやろうという思い、呪い……かなり暗い思いに支配されていたとわかる。

多分、誰しもあるに違いない。

会社で上司にしつこく言われると、辞めてやろうかなと軽く思ってしまうが、同じ質の思いだろう。

最近、私が文句を言うと、母が、「死ぬからいいわ」とよく言うようになった。死に方を尋ねると、川に身を投げ、水死だそう。別のおばあちゃんも、「川に行つて死ぬ」とよく口にする事を見たが、昔から死に方としては、水死が多かったのだろう。

以前、玄界灘でセミナーがあり、その海を見て

いたら、子連れで自殺をしたなと思った。

過去世では、何度も自殺をしただろうと思う。子供のころ、何度も何度も、自殺だけはするなど、父からよく言われた。

田池先生も、自殺はよくないと言っていた。今は、なぜよくないか、本当にわかるようになった。

9. 介護経験を通して死と向かい合ったことがある。

介護の現場で、人の死に沢山出会ってきた。

私は、特養にいた事もあり、また、今もケアマネという仕事で、人の死の近くにいて、見送る仕事をしている。特養の時は、ターミナルケアとあって、医師から、もうまもなく死にますよと宣告された人に、家族や本人の希望をできるだけ叶えるべく、最後にしてあげられる事は何か、と探しつつ、できるだけ今まで通りに過ごせるように介護していく……仕事をしてきた。

たいていは、高齢で、認知症で、どんどん食べ

られなくなつて……、死の直前は、○○不全だから、熱がでたり、息が荒くなつたり、それなりに苦しんで……という感じだ。また、見回つた時に、死んでいるのを発見という事もある。家族も高齢になればなるほど、普段通りでよいですと、特に要望もないことが多い。

私は、死んですぐ直後、家族が来るまでの間、そばに付きそう事を何度かしてきたが、直後のせいか、死んでるといふ実感がないことが多かった。体は、まるで枯れ木かのようで、いつどこから枯れ木になつたのか、わからないというような感じがした。

先ほどまで、手を握りにぎ話し掛けていたのに、医師が死んだよと認めると、ハイターを薄めたタオルで体をふき、体の穴あなという穴には脱脂綿だっしめんを詰め、旅立ちの服（家族が前もつて死んだら何を着せるか決めておく）を着せる。とたんに遺体になり、葬儀社が引き取りに来て、運ばれていく。

高齢であればあるほど、大往生だいおうじょうとか言つて、家族も明るい。こんなに生きたから、悔いなしとといった感じ。そういう意味で、長生きは、何か『主まう感』があつた。

また、もうすぐ死にますよとの宣告を受けるのも、見送る家族も心の準備ができるようだった。

亡くなつた後の遺品を捨てたりもした。書の達人で、沢山の凄い字を書いた人の作品や、感動もこの手編みのセーターとか、亡くなつた後、その荷物、遺品をあつけなく捨てなければならず、場所がないから取つておけない。家族も「あとはお願ひします」と一言で、持ち帰つたりしない。形見分けなんて、死語かもしれない。

遺体もそうだけど、形のあるものも、技術や感性も含めて、本当にあつけないと思つた。伯父と叔母の立派な家も、沢山の思い出も、あつけなく、

さら地になった。生きてるときは……、だけど、死んだら……本当にあつけない。

14. 死後の世界はあると思うか？

正直、これが死後の世界だと、まだよく分からないと、思っているが、今まで、沢山、瞑想をする機会があり、自分の底の底、他力の世界、タイケトメキチとむけて、あぶりだされてくる自分のエネルギーがあり、それそのものが、自分の死後の世界ではないかと、今現在は思っている。

タイケトメキチが素直に呼べなければ、自分の中の思いはうまく出せずに、それは、まさにうずくまり、身動き取れないような苦しい世界だろうと思っている。自分が死んだ事が分かるか？も、自信がない。自分が死んだことが分かるが、分かるまいが、死後の自分は今も確実にあり、また、その体験もある事だけは間違いない。

幼いころから、母はよく、死んだら終わり、おしまいといったが、なんかおかしい、そんなはずないと思ってきた。本気で思っているの？あんな変と思ってきた。

確かに、死の恐怖、殺されるのではないか、死ぬのではないかと恐怖は、よく理解できた。その反面、死んでやる、謝あやまるくらいなら死んでやるというような思いもよくあった。

死後の世界と思うとき、形がなくなっても存在し続けるもの……それが、死後の自分。

肉体、形……消えてなくなってしまうものはいずれ消えてなくなり……残ったものが自分……。では、肉の思いもいつかは消えてなくなる？苦しい、悲しい、寂しい、辛い……私が死後の自分と思う自分も、いつかは消えてなくなる？のかもしれない。本当の消えない自分だけが、最後まで残り……その思いは、とても軽はずい……。

いつの日にか、本当の私だけが残り、それがとても軽いかもしれないと思うと、何かとても安心な思いがした。長い間、ずっと、違う自分を信じてきて、苦しみをつかんできたんだなあ。私は、苦しみだ、闇だ、と信じてきて、確かに、まだまだそう思ってもいるけれど、少しずつ、本当の自分は軽く嬉しかったと信じる思いも増えてきている。

そんなに簡単じゃないさ〜とも思うが……繰り返し瞑想を続けていく、その先に、少し明るい、死後の自分があるような気がする。

せつかくだから、楽しんで〜♪ 死後の自分からのエールが届くようだ。

15. 臓器移植についてどう思うか？

数年前、いや十数年前だろうか、初めて日本で

脳死からの臓器移植が許可され、テレビで中継された時の事だった。私は、すでにこの学びに出会っており、死んでも死んだ事はわかっていないと、頭で理解していた。その中継の時は、やめてやめてやめてという叫びが、心の中から聞こえてきた。脳死の方が、私は死んでいない、勝手に行わないでという叫びだった。本当かどうかかわからないが、私には聞こえてきた。だから、やはりその人は死んではいない、臓器移植されることを望んではいないと思った。

最近では火葬場に行く機会はないが、行けばきっと、同様の叫びを聞くだろう。焼かずに済むわけにはいかないが、待っている間、笑ってお茶を飲んだりできそうにはない。貴方は死んだのですよと、語り掛けて伝わるだろうか。伝えられる自分になったのだろうか。

私は、自分の子供に、やはりそのように伝えて

もらいたいものだ」と、心より思う。私が死んだら、死んだことを伝えてください。今、心の中から沸き起こってくる。他に何もなくなっていいから、私に死んだことを伝えてください。生まれて初めてこの思いが自分から上がってきた。骨をどこに捨てるとか、そんなのどうでもいい。私の子供よ、私の遺体と出会う者よ、私が死んだことをどうか私に伝えてくれ。

田池先生が言っていたな……死んだ事が分からな
いんだって……今初めて自分の心にながってきた。

16. 生まれ変わりを信じているか？

子供のころ、運動会で日の丸（国旗掲揚）の時、
なんだか泣けてきた。初めて飛行機に乗ったとき
にも泣けてきて、海外旅行から帰った時、海から
飛行機が田んぼに向かって着陸したときも泣け

た。なんで泣けるのかと思ってきたが、この学び
に出会い、錦江湾きんこうわんの事など知らされた時、あーと
心が納得した。

旅行に行くとき、ここは来た事があるとか……
手足に鎖くさりとおもりを付けて手に番号を書かれて、
順番を待っている……。自分が重なつて感じる事
があった。旅行は、特に、日常を引きずらない分、
感覚が新鮮に伝わってくる。

自分は大きく思っていないが、周りの友人たち
が、私に向かつて吠ほえる事がある。まるで犬みた
いに吠えられて、何だろうと、ようやく、心の底
の思いに気づかされる事がある。誰かに何かを
されたというより、何かをしてきた方が多いよう
で、気づけ気づけと、わんわん吠えられる。

突然殺されたり、歩いていて刺されたり、誰か
と恋に落ちたり、たどつていけば、前と同じ事を
繰り返している、転生てんしやう、生まれ変わり死に変わりを
何度もしてきた証明だと思ふ。本当に限りな

く、同じ心を使い続けてきた、と思う。

社員には異動がある。私は何度も異動をしてきた。辞令から、二週間位で、あつという間に場面が変わる。と言つても、国も民族も同じだから、大したことはないが。でも、この異動は、死ぬことの練習だろうと思つて受け入れてきた。はい次、はい次と、場面が変わる練習。本番は、そんな風に簡単にいくかな。少なくとも、しゅうちやく執着や未練といったものを、すつと切り替える練習にはなるなど思う。恋愛とかもそうかもしれない。いつもいつも、いろんな場面に応じて順応して、波に乗っていく練習。あまり^{つか}掴まず、固執せず、すつと放はなしていく練習。

よくよく思えば、テレビモニターに映像が流れているだけで、取り溜めた映像はたんまりあるのだから、モニターがあれば、また映像は流れるのだ。

今は、死とは、そのモニターがない状態、いやモニターがなくなつたつて、映像は流れていて……生きていると（肉体があると）、写りがよく、よく観やすいだけなのかもしれない。死とは、本当に肉体がないだけ、モニターがないだけ……かもと思えてきた。モニターがなくなつて、本体（データ）は存在している。

35

一番、死をリアルに身近に感じたのは、学びの本と出会つたけれど、学びに集うことを拒否した直後でした。集うことを断つた夜、ふとした自分の言動から己の愚かさおのれに直面して、ドドドドーンと落ち、地獄の自分をリアルに感じて、ものすごい恐怖を覚えました。死んだらこうなるんだ。

と、死後の自分を思い知らされました。あの時が一番死と直面した時だと思いました。本当に本当に、ぐるぐるぐるぐるぐるぐるぐるぐるーヒューツとドローツと固まつていく、怖かったです。

今は、死は、恐怖であり希望でもある。そう思っているように感じます。苦しい人生からの逃げ場所にしてきた転生を繰り返してきたような気がする。気が狂いそうになると、自分に絶望すると自殺したくなる思いが上がってくる。狂って死んでいったたくさんの過去があるような気がする。

かつての私にとっては、死とは、人生をリセットしてくれるもの、人生の苦しみから逃げ出す場所だったのかも。

今回の人生で二度、自殺未遂を実行してしまいました。（自分は軽いな、軽率で軽薄だなと振り

返ります）

一度目は大学生の時、自分が許せず自分に絶望して自分から自分の人生から逃げたくて死にたかった。二十一歳だったと思います。

二度目は、学びを始めて苦しいエネルギーが突き上げて突き上げて、薬を大量に飲むことが止められず最後は、他力から自分を解放できない自分に絶望して致死量と調べた薬を飲んだ。

両方とも病院に運ばれ、助けられました。

どちらとも、死にたいと思っていました。死にたいというよりは、その時の苦しみから逃れたいというのが正直なところだったと思います。

二度目の時（五十二歳だったと思います）、病院で目覚めた時、とても爽やかでスッキリしていて心が軽かったことはとても印象的でした。生きてたんだーと、最初に思いました。命があることが素直にうれしかったです。

そして、今は、というと、死ぬことは、怖いで

す。すごく恐怖としてあがつてくるってことはないけれど、死ねば寂しい冷たい苦しい中に固まっていくだらうと感ずるから死は恐怖です。なので、今も時おりとても苦しい時、死にたい思いが出ることもあります。今は、自死を考えると恐怖でとても実行できません。それは、私にとって大きな変化です。今の私にとって、死は地獄でも、苦しいと狂いそうになると死にたい思いになってしまいます。

それくらい愚かな自分を認めること、惨めな自分が露呈すること、無様な自分をあからさまにすることに恐怖を感じ隠したい誤魔化したいと思っている冷たい自分を感じます。

◇ 幼い、いとこの死

中学生の時、夜中に親戚の叔父さんから電話。偶然私が電話に出て。叔父さんは、泣きながら「○

○が死んだ」と言った。

○○さんは、叔父さんの長女で小児麻痺で生まれずと寝たきりの言葉も出ない娘さんで私にとつては従姉妹に当たる娘さんだった。確か、十歳ぐらいかそれぐらいの歳。

ずっと寝たきりで介護されているだけのお嬢さんで、当然長生きはできないだろうという彼女の死は私にとって衝撃ではなく、むしろいつ亡くなってもおかしくないような様子だったのに長生きしたなーという印象だったが、叔父さんが大変悲しんでいたことが「そんなにも娘さんを愛おしいんでいたんだ」と思ったことを覚えている。

当時の私にとつては、死はただ目の前の現実と思っていた世界からその存在が、消えるだけの現象にしか過ぎない程度の思いだったと思います。それでも夜中に泣きながら叔父さんの報告を受けて、それがとても重たい事実なんだと子ども心に受け止めたように思い出します。

◇小学生の同級生の死

私は、田舎育ちで小学校は、一学年一クラス、一クラス二十八人で一年生からずっと一緒。みたいな小学校に通っていました。確か小学校四年生の時だったと思います。ある日登校したら、昨日同級生の○○君が交通事故で亡くなったと聞き、クラス全員でお葬式に参列したことがある。前日まで普通に一緒に教室にいた子が、突然の死と聞いて、とてもびつくりしました。その子のお母さんの命日でお父さんと弟とお墓参りに行った帰りの交通事故で家族全員が亡くなったので、みんながお母さんに呼ばれたとかなんとか言っていたし、女の子はたくさん泣いていたように記憶しています。田舎の小さい世間ではしばらくちよつとしたニュースだったような印象。死は突然にやってくると思ったようになんとなく思い出します。死後のことを思うと言うよりは、生きている世界から突然その存在がばっさり無くなる。そ

のぼっかり空いた机、あたり前に会話してた人が突然いなくなることをなんとなくこわいような不思議なように思ったようにも思います。死は、突然やってくる。いつのまにかそう思ってるような気がします。

◇祖母の死（二年前）

幼少期から同居し、母の代わりのように育て面倒をみてくれた祖母は九十六歳で亡くなりました。十八歳で実家を離れ年に一、二度の帰省程度のお付き合いでしたが、たまたま祖母が死ぬ一年前に一年間同居して軽度認知症の祖母の身近で接する機会をもらった。

死に向かい行く祖母、そして病院で危篤きじくと言われ死ぬ直前の祖母、そして死亡して遺体となって自宅に運ばれてきた祖母に触れさせていた。たいた機会は、私にとって貴重な学びの機会でした。

特に、危篤状態で病院にいた祖母に会いに行っ

た時、祖母はチューブだらけだったけど、まだ生きていた。なんといか人間だったというか。でも、その数時間後死亡となつて、遺体として自宅に運ばれてきた祖母は、もう、単なる物体で、本当に亡骸なきがらと言ふ言葉がびつたりで意識がないということはこう言ふ事かと思つたことは印象的でした。

◇お墓

幼少期、神棚、仏壇におまいりして、手を合わせることを、毎朝祖母と、または、両親とすることを習慣づけられた家庭で育ちました。田舎の旧家で仏壇と神棚のある表の部屋へ行き、朝晩、祖母も両親も仏壇に手を必ず合わせていました。一緒にそれをすると褒められ、いい子だと言われ、特に、祖母は、墓参りはかまいや仏壇に手を合わせると、喜んでくれる人でした。仏様（死んだご先祖様）に手を合わせ、家族の幸せを願う、それを真面目

にみんなしていました。生きてる自分たちより死んだご先祖様の方を大事に扱っているような振る舞い。（例えば、それほど裕福でもないのに二百万の仏壇を父が買ってくるなど。）そう感じ反発する思い、疑問を感じると同時にそれは親にとつていい子ではないともわかっていました。

ウチの墓は、自宅の裏山をひと登りしたところがありました。ちよつとした山登りです。そして古い古い昔からの石の墓が山の中腹ちゅうぶに広がっている墓地でした。

祖母にとつて仏壇やお墓は、とても大事なところだったようで、お墓をどうするか、山から下ろしてもっと墓参りしやすいところへ動かすかどうか、私が小学生中学生くらいによく家族で話し合いが行われていました。最終的に祖母が七〇代かそこの頃、墓を自宅の近くまで移動して、墓参りがしやすい新しい墓になりました。

祖母が、「私は死んだらここに入るんだ」と、

大事そうに愛おしいように墓掃除をする姿がとても印象的でした。正直、びっくりというか、私にはとても考えられないと思いました。私は、ずっと幼少期から墓に入るなんて嫌だと思っていたし、墓も、家制度もバカバカしいと、色んな意味で親の期待はずれ、しらけた子どもでした。心の中で親や祖母のしていること、言っていること（ご先祖様は普段墓の中にいて盆には仏壇に帰ってきている、など）をバカにする思いを使いながら、親にいい子に思われたくてイヤイヤ親の言う通りにしてきた自分を振り返ります。

幼心に、死ねば、親家族から、可哀想にと手を合わせもらえらると思っていたように、死を美化してきたかもしれません。

◇夫の交通事故

これはまだ今の夫と交際する前のことですが、夫に交際を申し込まれた夏休み明けて九月、当時

大学生だった夫は、後輩の大学生を助手席に乗せ、時速一八〇キロでカーブを曲がりきれず対向車と正面衝突して車が大破した事故を起こしたと聞きました。幸い、どなたもかすり傷程度で済んだのですが、大破したと聞いた車のナンバープレートを見せてもらって、もう完全に元の姿のない歪んだ鉄の塊に、事故のすさまじさを感じたと同時に、人は死なない間は死なないんだと思いました。常識を超えた出来事のひとつとして印象に残っています。人の生死は、人智を超えてる。そう思っている自分がいます。でも、いざ、死を自分のこととして感じると肉を維持しようと執着が出る自分も感じます。肉を生かす努力をヨシとする思い。深いです。

振り返ってみて、死に触れる機会があっても、あまり心が大きく揺れない自分があったなと感じます。それは私の冷たさ、冷酷さに通じてる

ように思います。死への鈍感さが同時に、生きることへの無気力さ鈍感さ無責任さに通じてるように、改めて振り返って感じました。死を怖いと思つたことよりも、生きる苦しみ苦労、自分の生きる力のなさ、生きて行く方向性のわからなさ、生きる意味の見出せなさ、生きたくないと言ふ思い、そんな方が大きくて（すべては愛なんだ。それが知りたい）と思うまでは、死は生きづらさからの最終逃げ場所のように、いつも心の片隅かたすみに握にぎつてきた自分を振り返りました。

死とは、現世から単に存在がなくなることと思つていたのかもしれない。

でも、今、私が現世と思つている現実、本当は影で、死後の自分の方が現実のようですが、それが自分が肉だと言う思いからはリアルな実感が薄らいでしまう。

時々、心が苦しい時、死ねば冷たい重い中に固まってこの寂しい冷たい中で永遠（次元移行できなければ、本当に永遠）と思つと、本当にそら恐ろしいと思つのですが、反面、肉を持ち肉を維持して生活することの大変さを二〇代からずっと感じてきた自分で、生きることの困難さの方が、いざという時心が上がってくる自分がいるように感じます。ぬくもりがあればこそ、死後の自分の現実にも本当の意味で向き合えるのかもしれないですね。それほど、死後の自分の惨めさみじむごたらしさ恐ろしさ苦しさを重苦しさ寂しさ、相当なもの……（ここで終了）

36

私は「死」ということから思いを離すことができなような時間をたくさん過ごしてきました。

それは大きなチャンスなんだ、と耳で聞いて頭で分かって心は納得しませんでした。

ただ苦しくただ寂しくただ空しく、どうすることもできない現実を受け止めることもなかなかできませんでした。

最初の死は、父の死です。私が中学二年生になった春、桜が満開でした。

昨年の夏に母が突然家出し、離婚、姉も父と喧嘩し母の所へ行き、保育園の弟と父と三人で冬が過ぎ春が来て、ようやく暖かくなり私も二年生かあと少し心が緩んだ頃でした。

父は自宅で首を吊りました。一階が会社だったので事務員さん呼びに行き、その人の叫び声であー、やっぱり本当だよな……と思ったのを覚えていません。第一発見者となった私は警察の事情聴取やらで悲しむ暇もなく、でも母には伝えないと電話したけれど、「良かった」と言われ、もう

何をどう思っているのか泣くことさえもできないまま思いを押し込めました。

それでも、これで私も母の所へ行けると毎日待ちましたが、どうとう夏休みになっても迎えに来ることはなく、親戚に自宅を追い出され、嫌がられながら祖父母に預けられたり、また別の所へ行ったりと三回転校し、中学校時代は母とほとんど暮らすことはありませんでした。

母がまた年をとったらやり直せたらいいねって言ってくれた、と父は頑張ると嬉しそうだったのに、なぜ母と最期に会って帰ってきた日、あんなに落胆して「うそつきや」と言ったのか、それでも寝言で母の名を呼んでいたこと、どうして死んでしまったんだろうかと。

自分が側にいて、もつと何か分かってあげられなかったからなのか、でももうどうすることもできない、頭から父の死んだ姿が離れない、泣きたいのかも分からない不安と寂しさと恐怖と、お前

のお母さんが悪いと、周りからは責められるだけでどうしていいのか、聞いてくれる人もいない孤独の中で心が潰れていきました。

その後、母の彼から「父と最後に会った日は僕が送り近くで待っていていたよ」と聞き、父の落胆らくたんした意味が分かり、私は今まで以上に自分の思いを封じ込め、もう生きていきたいと思わなくなっていました。

二十二歳の頃、田池先生と出会い、何かわからないけれど少し生きていきたいような思いが湧わいてはきたけれど、やはりあまり生きていきたいと思えないそんな自分が一杯でした。もうその頃には子宮頸癌しきゅうけいがんだったので、このまま進行すれば危ないと言われていました。でも、どこかでもういいと、生きる意欲はありませんでした。

病院の先生に結婚する人、誰かいてないのか？と言われて、本当は子供や家庭が欲しかったのに

なと思いました。

進行してしまう前に結婚して子供を産んで手術したらいい、でもやっぱり無理やという結果だけを残し進行は進み、これ以上は放置したら危険だと散々病院から電話をもらい、二十九歳で子宮一部摘出手術をしました。

おかげで私は生きていくことになるのか生きなくてはいけなのか頑張らないといけないんだなと思いました。

この間に、母の妹が自殺し、その娘が拒食症で亡くなり、会社の同僚も事故で亡くなりました。

出産は五〇%の確立と聞いていたので結婚も出産もほぼ諦めてあきらいましたが、夫と出会い子供を授さずかり、生まれてくるという喜びを知り、初めて小さな命を手にした時、今まで味わった事のない幸せを感じました。

もしも沢山産めるなら産みたいと思うほど、そ

れほど愛しい優しい温かい思いを感じさせてもらえる存在に出会ってしまったという感触でした。ようやく自分も生きていきたいなと思えるようになってになりました。

三十八歳の夏、三人目の出産二週間前の検診で異常が見つかり、次々転院を進められ大阪母子医療センターへ。

この病院へ来るくらいなんだから何か病気なんだろうと少し覚悟はしましたし、今まで沢山の事を乗り越えてきたんだからきつと大丈夫と思っただけれど、やはり子供という存在が自分にとっては大変重要で大切な存在で、だからここでこういうことになるのかと、心を見てこなかった結果がこれかと愕然としました。

「お母さんのお腹から出たらこの子の心臓は動きません。それ以外にも何種類もの疾患を持っています。」

手術ができれば死、手術ができて死、生きて退院できたとしても死、そういう状況だ。

水道の蛇口を開いたように目から涙が止まらなくて困るほど、よく病院のトイレの中で泣きました。

お隣のベッドと一緒に頑張っていたお友達はある日いなくなりました。誰も何も理由を言ってくれなくて、でも病棟中が静まり、主治医の目が真っ赤なのを見た時、亡くなったんだとわかりました。

やっぱりもうだめかもしれない、と思いました。初めて今までの自分の無駄な時間に後悔しました。

そして、変わるものなら変わりたいと、そして私はこんなにも健康に産んでもらっていたんだと思いました。

大きな検査入院や手術を三年ほど繰り返しながらも、何とか最後の手術までたどりつき、手術当

日の朝、手術室の前で見送り扉が閉まると同時に、もう会えないかもしれない、もう笑ってくれないかもしれない、心臓を止めて手術します、ということとはもう動かないのかもしれないな、と思いました。

私が変わるのにこの子の死さえも必要ならいなくなってしまう、そんな簡単に変われないよ、と思いました。

手術は成功したものの、体が順応できず腹水が止まらなくなり歩けなくなり、日に日に笑わなくなりました。生きてる気がしない、あんなに生きたくないと感じていると思つてきたけれど甘かった。

味覚もない見てるものも目に入らない、何の感情も出ない笑いなんてもちろん自分の中から抹消まっしょうされている。まるで無味無臭なのか色さえもよくわからない。今までいい加減に無駄に生きてしまったなどよく思いました。

毎朝病院へ向かう電車の窓から、いつも大宝方面の山々が見え朝日が昇ってくるのを見ながら、田池先生のことよく思い出しました。恨みうらみ辛みつらみ罵り助けるはもろんのこと、やっぱり先生が正しいな、とか、お母さんは私をこんなにも健康に産んで育てて先生に会わせてくれてんな、とか不思議な時間でした。

ある日突然腹水ふくすいが止まり元気に退院できました。この子が一歳の頃に先生の前で、「よう頑張ったな、大丈夫やで、良いお水飲ましたり」と先生が言つて頭をなでてくれたこと忘れていました。

先生はちゃんと分かってもらえて応援もアドバイスもしてくれていたのに気づいていないのは自分でした。

出産時に同じような病状で入院していた赤ちゃんが三人いたのですが、一人は入院中、一人は退

院後、そして最後の一人のお友達も去年の春、小学一年生で亡くなりました。その子が書いたというお手紙を見せてもらい泣いてしまいました。それは自分の子供だけは死なないでほしいという思いが強かったです。

私は自分の子供を亡くしたら、心をみる教材にできる自信は今はありません。

だからなのかも知れないけれど、自分にとって「死」ということが最大のテーマだと思っただけでもなかなか口にすることもできませんでした。自分自身向き合うこともできませんでした。

でも今回このようなテーマを掲^{かか}げていただいたおかげでこうしてメールに書き出すことができました。

聞かれているような死と関係ない内容も多かったかも知れなくて申し訳ありません。

ちよほど少し前にようやく、自分を自分で救える、と心から出た一瞬が本当に嬉しかったです。

父の死は私に大きな機会を与えてくれたと思っています。ありがとうございます、今は思っています。

自分が「死ぬかも知れないですよ」と言われた時に、もつと色々気づくことができれば、娘を死と直面させるまでならなかったかもしれないのにと思ったこともありました。でもそんな簡単に頭で分かっても心が納得しない全部全部転回していくには必要な出来事と時間だった、心で分かるのはそんな簡単な事じゃないと思いました。

沢山の死を無駄にしないで自分の心でしっかりと分かっていけるように、正しい瞑想と田池留吉一筋でこれからの残りの貴重な時間を大切に生きていきます。ありがとうございました。

死と思った時、私の心にあがってくる思いが三つあります。

まず初めは、私が小四ぐらいに保健所で死んだ飼犬の事です。

私にとつては、とても辛くて、その時のことが瞬間、心に蘇るので触れたくないという思いがありました。犬がいる檻にしがみついて「殺さないでほしい」と泣いて泣いて泣きじゃくっていました。

テル（愛犬）は、凜としていました。網にしがみついて泣いている私の真正面に座って、凜としたまなざしで、じっと私のほうを見つめていました。

全てをわかっていたし、全てを受け入れていたと感じました。

自分にはどうすることもできない歯がゆさ。無力さ。絶望。悔しさ。理不尽。もう色んな思いが溢れていました。

そして二つめは、私が小五の時、入院して七日目に突然亡くなった父の事です。

父が五十歳過ぎに生まれた私です。学校から帰ると、毎日、バスに乗って、父が入院してる病院に見舞いに行きました。

病室の人たちに、「おじいちゃんのお見舞いに来たの？」って言われるのが恥ずかしかったけれども、毎日父に会いに行くのは私の楽しみでもありました。

父が死んだのは、あまりにも突然の事だったので、父が、死んだ直後も葬式の時も特に何とも思わなかった私でした。しかし、火葬場で、ごうごうと燃盛る炉を見た時、全身が突然、震えて震えてその震えが止まりませんでした。

私の中にあがつてきた思いは、父がもし生きてたらどうするんだ！もうこれで本当に父と会えなくなるんだ！という恐怖の思いと何とも言えない寂しさが湧きおこってきたのを覚えています。

そして、最後は、去年の六月、セミナー二日前、交通事故に遭ったことです。安全確認をして、通過しようとした時、突然、目の前に赤い大きな車が突っ込んできました。

想定外の事って本当に起こるんだ。これが大型トラックだったら私はどうなっていたらだろうかと思うと、ぞつとします。

車が突っ込んできた瞬間、出てきた思いは、「何でよー！！！」（安全確認したのに！どうしてこうなるの?!）でした。

死というのを遠くの事だと思っていた私に、いつも死と隣り合わせに生きてるんだと思わせる

現象でした。そうしたら、肉を持つている今、この瞬間、大切な瞬間だと思うようになりました。

38

私が「死」というのを考えたのは五〇歳を目前にした頃、今生生まれたときから何かに縛りたいと宗教を求めて熱心にしてきた宗教を全部やめてきて縛るものがなくなった時でした。いつ死んでもいい、生きている目的目標がなくなった、自ら死のうとは思わないけれど生きていく意味が分からない生きがいもない。そんな状態でした。そして突然の主人の事故死。直面した時一番に思ったのはさて四人の子供とどうやって生活していくかでした。もちろん悲しみはじわじわあつたとは思うけど女は薄情なのか、私が冷たいのか主人は元々他人。

主人の両親の悲しみを考えるほうがつらい思いでした。そして、この現象を見ていた友人がこの学びを伝えてくれました。まさしく私が求めていた真実の道。生きる目標も生きがいもすべてをなくした私に、この現象のおかげでやっとやっと出逢えた真実でした。それからの私はまだまだ死にたくない、このままでは死ねない、きちんこの学びを全うまっとうしなければ死にきれない。自分の中を見ていくといろんな思いがあつたんだ。こんなこと今まで考えたこともない。まずはこの現象によつて私の変化は安心はない、ありえないことが起こる、何が起こるか分からない。そうしたら四人の子供達に起こりうる事故、災難弊害。

いつ死別するか分からない恐怖不安。何かあるごとに胸を締め付けられるような恐怖があふれる。こんな思いがいっぱいあつたんだ。主人の事

故で裁判での人間模様。重苦しい思い。自分で計画してきたことだからこの事態を打破していけるとだんだん分かつてきても不安と恐怖は子供にかかわる現象で沸わいてくる。いつも覚悟はしている。あの子はもういないものと覚悟を決める。

自分自身はというと六〇歳になってからの急な体の衰えおとろ、あちこちの痛みが出てきても死に向かつている自覚がない。のん気、気楽まだまだ底の底に何かに縋すがつていけばいいのだといっているような感覚。目覚めるといつも自己嫌悪おちいに陥る。

39

死。死ぬ。死ね。

小さい頃から、何故かこの「言葉」が苦手でした。何か……漠然ぼくぜんと怖い、恐怖の思いが出てくるな〜と思つてました。

子供の頃は「死ぬ、ってどうゆうことやろ?? 死んだらどうなるんやろ?」って、興味はあるけど……何か、やっぱり怖いなって思いが強かった。

小学校一年生の時に、大好きなおじいちゃんが亡くなった。その時に、初めて身近な人の「死」というものに直面した気がする。今はおぼろげにしか記憶はないけど、当時は物凄く悲しくて……ずっと泣いてた気がする。

顔に白い布を掛けられ、お布団に横たわるおじいちゃんに、近寄ることもできなかった。そこにいるのはまるで別物で、私の大好きなおじいちゃんとはもういない……そんなふうに感じていた。

そして……それから三〇年以上経ち、去年の夏前くらいに、お祖母ちゃんが亡くなった。その時も、横たわるお祖母ちゃんはやはりお人形のように……別物だと思った。

今はこの学びに出会って、肉を終えただけやと

分かっているから、そんなに悲しんだりはないやろ」と思ってた。

でも……やっぱり……悲しかった。

ポロポロ涙が出てきた。

おばあちゃん、ありがとう。

最後にその思いが出てきて、嬉しかった。

自分の死については、まだまだ恐怖の思いがあるけど、これから、もっと向き合っていこうと思えました。

今回、このテーマを頂けて向き合うことができ
て良かったです。

40

学びに出会って間もない頃、田池先生の講話を聴きながら、ふと、母の温もりに触れたい思いが

出てきて、遠く離れている母に会ってこようと
思った。これまで母の日、誕生日カード等に感謝の
気持ちを伝えてはいたものの、五、六年も会って
いなかった。

意識の流れの学びを機に、九〇歳という高齢の
母に対する思いが変わりはじめ、兄夫婦の家族と
元気に暮らしている母の介護を念頭に行き来す
ことにした。一泊二日ではあつたけれど半年に
一回のペースで実家に通った。そんな中、母に、
「朝からずうつとラジオを聞いているのもいいけ
れど、たまには本を読むのもいいよ！偶然、大
きい文字で書かれた本があるから、置いておく
ね！」と「意識の流れアルバートとともに」の
本を母の部屋に置いて実家を後にした。

ある日、本のページが折り込まれていた。ああ、
意識の流れの本を読んでくれたのだ。母を思
う瞑想の中、嬉しくて涙が止まらなかった。時お
り母は私に、兄と酒を交えお話でもしたらと、促

したりもした。私はその時、兄と母の間になぜか
母の優しさを感じ、兄とお酒を交えた。

そして、会話も盛り上がったところでの事、五、
六年も顔を出さなかった私が、度々行き来するよ
うになった私に対して、兄は疑問と不信感もあつ
たようで、その理由を聞いただされた私は、「私
もお母さんが元気なうちに親孝行でもしたいの
よ！」という思いが、ほんの最後の言葉が異語に
なっていたかもしれない。途端に兄はテーブルを
思い切り叩きつけ、食器等が飛び跳ねた。私はそ
の場を後にするが、一晩眠れなかった。

朝起きると、首筋から背中あたりに鉄板がのし
かかったみたいになり身動きができない。固まっ
た状態が続く。もう、この場所に一時もいたくな
い、変更不可の航空券の時間は十六時発になつて
いる。私は、自分の現象を気づかれないように犬
を連れ、近くの公園に散歩に行くのでと、母に意
識の流れの音声をiPodで母の耳に当てると、

母は本の活字を目で追い、ページをめくりはじめ
ていたので、私は散歩に出かけた。

三時間ほどして家に戻ると、母がまだ椅子に腰
かけていて、しかも、手にしている本は最後の
ページ近くまでになっていた。音声をズーッと
聞いていたのだ。感動とともに頭が下がる思いで
あった。

私は何とか羽田に到着、乗り継いだ電車の中で
も背中の塊かたまりはとれない。やっと駅について、身を
屈めながら改札口を出る。すると、十mくらい歩
いたところで、スーッと背中の塊がとれ、身が軽
くなり、開放感に包まれながら、不思議な体験で
あった。

ああ、間違っていた。私は母の温もりを知ろう
と、兄夫婦の家庭をかき乱してしまっていたの
だ。兄は、自分の家庭を守ろうとしただけなのだ。
田池先生の講話の中で、「親孝行ではない」の言
葉に、自分の欲深さを思い知らされた。

そう言えば、あの頃、セミナー資料として死後
の体験を学んでいた時期であり、きつと、あの現
象が自分の死後の状態だったのだろう。それを体
験させてくれたのも、母親の優しさが私に教えて
くれていたのだ。

その後、九十五歳になった母の介護を、兄から
の要請もあり、そして、母自身も私とともに過ご
したいとの事で、本格的に介護体制に入る。心
を見ることを念頭に置きながらの介護を、と思っ
ていたのだが、心を見ることは叶かなわなかつたと思
う。

ただ、老いていく母を看みながら、何かをするた
びに母からは、「ありがとう」の言葉が返ってく
る。と同時に私の中でも、その「ありがとう」の
言葉に素直な気持ちで喜んでる自分がある。老
いていく母親を、一人の人間としての最低のルー
ルを果たせたのも、「意識の流れ」の本に出会っ
たことがすべてです。母が最期を迎えた時、悲し

い思いはなく、自分でも戸惑いながらも、この喜びは何なのだ。

人生の喜び「田池先生、ありがとうございますました」。感謝の気持ちでいっぱいでした。

41

母は明治生まれです。肉は厳しいが優しい人柄。何事も積極的に行動される性格でした。私は末っ子で本当にかわいがられました。私も母のようになりたいと思っておりました。元氣だった母が七十八歳でガンになりました。当時はあまりなかったようです。私も体調が悪くすぐに実家にも帰れず本当にシヨックでした。

三ヶ月後、見舞いにいけるようになりました。母は大変喜んでくださいました。私は久しぶりの母のやせ細った姿にびっくり、しかし母は元氣だ

よとにっこり「遠いところからあんたが来てくれるのだから、私はガンになったのか？」私は返事に困りました。「胃潰瘍いはいようだよ」と言う。「あんたも本当のこと教えてくれないのか」と悲しそうでした。私は初めて母に嘘をつき本当に申し訳なかつたです。

六ヶ月後、母は急変して、私は冬休みだったので幼い子供を連れて実家に預けて、病院での母の介護で夜も眠れず母の様子、点滴を見なければいけないのです。明るい性格の笑顔はなく本当に辛つらそうでした。

私は何をしてあげたら良いのか、口が乾燥しているようなので、口もとに水を浸ひたしてふくと、水を吸いたい様子なので、牛乳をそっと口元すると美味しそうに一口飲んでくださいました。本当に嬉しかつたです。

しかし、その後すぐにもどしました。看護婦さんに「家族がつくと困る」と叱しかられました。母は

死んだ子供の名前を呼んだり、実家の兄の名前を呼んで小さな声で「帰りたい。帰りたい」言われます。

私は辛^{つら}かったです。痛み止めの注射で押さえてありますので、私との会話ができないのが残念です。今の苦しみを子供達に助けてほしかったのでしようが。私は、点滴は延命しているに過ぎないと思いました。後日母は亡くなりましたが、当時私は何もわからずですので、母は痛みもなくなり苦しみも亡くなったのだから、少し安心できて葬儀の時には涙も出ませんでした。

七年後、この学びに出会い、一九八九年一〇三回三月反省研修会（堀川会館）で腰の痛みで前に出るチャンスがありました。母は私のことが心配で心配で死んでからも私のことを思ってくださいましたが、その闇の母を田池先生が愛を流してくださいました。私の腰のほうへ意識を向けると、サターン（闇）が騒ぎ出しましたが、愛を流

していただきましたので痛みはなくなりました。死後の世界、意識の世界は、愛が流せるかどうかということで変わる、すごい体験ができました。母は私の教材になつていただきました。

今はまだ母の温もり、田池留吉、アルバートはできていませんが、これを機会に母に肉体をいただき、本当の自分との約束を達し、私はできることなら自宅で家族の皆さんに「ありがとう」と言つて死を迎えます。死後は、田池留吉、アルバート、お母さんありがとうと思える自分になります。

42

小学生の時、何故か親戚の葬式に参列することが多かった。火葬^{かそう}された遺骨を前に人は死んだらこんなになるんだ、と驚き煙突^{えんとつ}から出る煙をじつ

と見ていた記憶がある。

でも今思っているこの思いは焼くことはできないからどうなってしまうのだろう、どこかへ行ってしまうのだろうか、と人には聞けない疑問だった。

二日前、父がICUに入り、万が一の時は胃瘻（いろう）はどうしますか？と医師から告げられた。「それは本人も望んでいないと思うので止めます」と告げたが、肉の思いでそれを選んでよいのか、どれだけ歳をとっていても父という存在を失う寂しさが襲い、人はなぜ「老いていくのか」と「死」というものを目の前につきつけられた。しっかりと肉が土台で父の肉を掴（つか）んでいる自分、それでは本当のことはわからない。老いた父と母“から”の課題のように感じた。

人間は意識、死とは、今まとっている洋服を脱ぐだけのこと、頭でわかっていただけ。父との時間を大切に、ともにともに愛に帰ろう、と心を向ける時間を少しでも多くもっていききたいと

思います。

◇第6回UTA会セミナー（二〇二一年五月開催）資料より

人は、なぜ死を恐怖するのか。死を忌み嫌うのか。

死ぬことを考えていないわけではないけれど、

なぜそこを避けてしまうのでしょうか。

塩川香世

それは、それぞれの心の中に死んだ後の自分、死んでからの自分、それを知っているからです。肉体を離せば、どのような状態になっていくか、自分の心で本当は皆さん知っているのです。しかし、それを認めたくはないんです。見たくはないんです。

肉を持っていて今、必死にその思いを見ないように、見ないように、避けて、避けて、遠ざけていつているだけなんです。意識的にそうしている人もいれば、無意識のうちにそうしている人もいます。

しかし、すべてに共通なのは、皆さん、死んだ世界を知っているということです。

自分が死んだらどのようなようになるか知っています。

知っているけれども、どうしようもないんです。だから、今、目の前に広がっている世界に、自分のすべてを向けていくんです。目から耳からからだ身体全体で、今、目に見えている世界と通じ合うことをただひたすらやっているだけです。しかし、そういうことで、死の恐怖が消え去ることはないことも皆さん、知っています。

人間いつかは死ぬ、そう言って自分の心をごまかしている場合も多々あります。

死を考えたくない。死ぬのが怖い。これが肉を本物とするところのいつわ偽らざる本音です。

その中で、死後の自分と語りなさいと、今、促されていることが、どういうことなのか分かりますか。

考えたくもない、触れたくもない死後の自分を、今、心で感じなさいということが、本当の優しさだと分かりますか。

自分を救えるのは、肉を持っている今しかないとということが分かりますか。肉を持っている今だ

からこそ、自分を自分で供養くようできるのです。

自分の供養は自分しかできないということが、心で分かってきたなら、ただひたすら、自分に伝えるはずです。何を伝えるか。今、自分に本当に伝えなければならぬことを、学んでくださいと私は申し上げてきました。どうぞ、皆さん、本当に自分を救う、自分に本当のことを伝えられるような学びをしてください。

真つ暗闇の中にいる自分に、はっきりと心から伝えていけるあなたであってください。

そして、できれば、肉を離れたあとも、自分を供養できるまでになつていただければと思いますが、それよりも何よりも、まずは肉を持っている今、暗闇の中に沈んでいる自分にどれだけのものを伝えていけるか、それを日々淡々と試こころみてください。

肉を離れたあとも、自分を供養することができるということについて、

もう少し語ってみてください。

塩川 香世

肉を離れたあとも、自分を自分で包んでいけるといえることは、田池留吉、アルバートのメッセー
ジを肉がなくても聞けるということが条件となってきました。肉がなくても、田池留吉、アルバー
トのほうに心を向けられるということなのです。

心を向ける。向ければ広がる世界を感じる。その世界を感じるからこそ、自分の中に優しさと温
もりが広がっていく。そして、その世界で自分と対話する。自分に問いかけ、自分が答える。もち
ろん、心の針は、田池留吉、アルバートを指している。

簡単に言えば、肉を離れたあとも、自分を供養するということは、このようなことです。肉を持
ちながらすることを、肉がなくても、肉を離れたあともできる。それは、まさに、田池留吉、アルバー

トの中にある自分を心で確立していることが必要です。

肉を持っている間は、肉を通して、自分の出す思いを確認することができます。そして、お母さんのお腹なかにいた頃の自分に思いを馳はせて、ああ冷たかったなあ、間違まちがっていたなあ、苦しかったなあ、そうやって、自分に思いを向けることをやっていると思います。いわゆる、反省、瞑想ですね。

それが、肉がなくてもできるかと言えば、私、田池留吉、アルバートに心の針がピッタリと合わすことができていると、自分の心で確信がなければ、まず無理です。心の針を合わせるのは頭ではありません。肉を持っている間は、合わせよう、合わせようとしてできるかもしれません。

しかし、その肉を離してしまえば、意識、心だけ。合わすも何も、ピッタリひとつであれば…と
いうことです。

その感触というか感覚は、心で知っていく以外にないことはお分かりだと思えます。

自分にとって死とは縁のないものというか、あまり身近に感じていないものだと思っていました。

が、この原稿のテーマで書こうと思った際に「生への執着」が自分にはたくさんあること、何かをする時の原動力になっている気がしました。この世が良くなってほしい、原発がなくなっほしいなど、色んな思いが自分の中に出るけど、それはやっぱり生きていたい、それもできるだけ長く健康に生きていたいという自分の思いなんだと。意識の流れなんかなにくその自分がどっかーんとど真ん中にいました。

何もまとまっていけないですが、送らせてもらいます。

父の死、ライオン（飼っていたネコ）の死に、向き合う事により、この肉体が永遠に続くものではない事を再確認させられました。いくら肉で頑張っても、秀でて財を築こうが、そんなものは、全く泡となって消えてゆく陰に過ぎない事を知りました。ただ、肉があるから、それ相当の繕いはあると思います。しかし本当のところは、田池留吉に教えていただいた、この愛へ帰る道以外にない事を知っています。自分の死に向けて、準備して、然るべき。

肉あるうちに、自己供養を続け、少しでも、愛を、数えきれない自分に伝えていく事が、愛に帰ってゆく事が、肉を持つている意味だと思います。心で感じた、あの愛を、まだまださまよっている自分たちに伝えてゆく。肉主体の現実社会では、全く理解されなくとも、この学びに繋がっているか

ら、そして、田池留吉は、私の心の中に生きていくから、信じて、自らみずか為すべき事をしてゆくまでです。時間はあるようで、あつという間に過ぎてゆく。常に自らが肉を放はなす時が来る事を認識しながら、今ある時間を大切にしてゆく事が、大事だと思えます。ありがとうございます。

子供の頃から、人は死んでどこにいくのだろうか？ 仏教の教えで地獄と極楽ごくらくの世界が存在すると言われていたけれど、本当にそんな世界が存在するのか知りたいと思っていました。地獄絵図を見ながら、死んで地獄に落ちたくない、死ぬのは嫌だ、死ぬのが怖い、怖い、怖いと、恐怖心を持ちながら過あぎてきました。

私が二十六歳の時、母が五十六歳で亡くなり、

「もし、本当に極楽じごくらくという世界が存在するのなら母には極楽に行つてほしい」と願ったものです。月日が経たち、幸いに田池留吉という真実の意識との出会いがあり、真実を知り、ともに学ばせていただきました。

学びを進めていくうちに、地獄極楽の世界は宗教が造り上げた架空の世界だと知りました。そして、地獄へ落ちるとは、自分達が流す凄まじいブラックのエネルギーで、暗くて、冷たくて、寂しくて、苦しくて、身動きのできない世界へ自らが沈んでいく世界のことだと学びました。そして、心の中にたたく自分の自分（過去世）が存在していることも知りました。

また、死は天変地異とともに成就じょうじゆされるということを知ったとき、恐怖心が噴ふき上がってきて、「天変地異てんへんぢいに遭遇そうぐうするくらいなら肉体など要いらない。二度と再び生まれてきたくない」と、叫びまくりました。

しかし、「生も死も喜び。肉は滅びても、永遠に存在し続ける意識、エネルギー」と、今世初めて知り、にわかには信じられなかったけれど、真実を知り学べるのが嬉しいでした。

死は次の転生^{てんしん}、また次の転生と、何回かの転生を経て、二五〇年後、ニュージャージーのアルバートのもとに集結するための、大切な、大切な現象であり、喜びだということを学び、今世という時間と空間にありがたうの思いでいっぱいです。

真実を知らなかった長い、長い過去、生まれてきたこと、産んでもらったことを恨^{うら}んで憎^{にく}んで呪^{のろ}うエネルギーを吐^はき出し続けてきました。死もまた同じく、恨んで憎んで呪うエネルギーを吐き出しながら、繰り返し、繰り返し肉を終えました。それを思うとき、田池留吉の意識と出会い、ともに真実を学ばせていただいた今世は、言葉に言い表せないほどの幸せ者だと感謝の思いでいっ

ぱいです。

今世の肉は素直に、「今世まで繋^{つな}いでくれたたくさんのお母さん、肉体をありがたうございませ。今世ほど喜び幸せな肉はありません。死は次の転生に繋ぐための喜びの現象だということをしっかりと心に留め置き、たくさんの自分とともに喜び、喜びで死を迎えます」と、心からそう伝えられることが嬉しいです。

最近^{さい}は、心ひとつで生まれ、心ひとつで死んでいく。今世、残された肉の時間と空間は短く、死に向かつて生き、死に向かつて学ばせていただいているということを痛感させられています。

田池留吉という真実の意識とともに真実を学ばせていただいた喜びと幸せ、あとどれぐらい肉の時間が残されているか分かりませんが、塩川香世さんという核とともに学ばせていただける喜びと幸せな時間と空間を大切に過ごしていきませ。

今回、「自分にとっての死」の企画は、死について心の中の思いを色々引き出ししてもらえました。

そして、「生と死はともにひとつ。死は恐怖でなく喜び。生も死も喜び」を確認させていただき良かったです。確認が確信になるように学びを進めていけそうで嬉しいです。
ありがとうございました。

46

私は今まで死に対して余り考えたことがなかったと思います。

それが死を考えるきっかけとなったのは、この学びに入ってからのような気がします。

学んでいく中で色んな現象に出会い、そこから逃げたくなり、もう死にたい……、と思うことが

何度かありました。

ただただ現象から、逃げたかった。しかし、逃げた先はもっともっと暗い地獄だと教えて頂き、今、必至で自分と向き合う努力をしています。

死後の自分を思うと、苦しいだけです。それが今の自分の現状なので、少しでも自分の苦しみに共に帰ろうと呼びかけていけないと思います。

学んでから、父、姑、愛犬の死に直面しました。特に父のことは、大好きで尊敬する父でしたが、淡々と受け止めました。

ただ薄情で冷たいだけかなとも思うのですが、号泣する母や兄の横で涙も出ず、とても不思議な感じでした。少しは肉はなくても、意識は生き続けると思えたかなと思っています。

ただやはり、自分の死に対してはまだまだ恐怖があります。

天変地異に対してもそうです。

今、自分の現象で恐怖と不安の思いばかり出ます。死に対する思いと繋つながっているのかもしれない。これを書いていてそう思えたのが、ちょっと良かったです。

これから、もつともつと意識の転回と自己確立をして、死に対する思いも見つめなおしていきま

す。
理想は、死ぬまで元氣、ありがたいの思いで肉を終えたいです。

文章を書くのが、苦手で短いですが、以前、塩川さんが、何事も参加する事が大事とおっしゃっていたので、送らせていただきます。

47

幼心にも、「死んだらこの思い、心はどこへ行

くの？どうなるの？」と、母に尋たずねたことを記憶しています。

勿論、母は、「分からない」と答えました。

私は、幼い頃から常に重い心を感じ、笑えない子でした。苦しくて苦しくてこんな苦しい私は嫌で嫌でたまりませんでした。

死んだらどうなるだろう？ 楽になるのだろうか？ どうして生まれてきたのだろうか？ 貧乏裕福、幸せ不幸せといろいろな家庭環境があり、毎日毎日の繰くり返しがあり、四季があり、地球があり、その地球にどうして人間が住むのか？……等々たくさん疑問が、次々と湧わき上がってきた時期がありました。

そんな疑問だらけの自分に疲れ果てた結果、「生きてさえいれば、必ず答えを教えてくださいる存在が現れるはず」という結論がでて、しばらくはその疑問の世界から薄れた時期へと流れていきました。

心が苦しくて、どう生きていけばいいのか？と行き詰り、己おのれの抹殺まっさつに取り掛かろうとする事、二度三度四度と……。

でも、「死」を思えば、恐怖でしかなかった。何も分からず、己の命を、破壊消滅したならどうなるの？という恐怖。

真実が分からないから苦しかった。

肉の世界しか見えなかったから。

意識が本当の私達と、知らなかった肉。

そんな私は四〇歳前半で、この学びに辿たどり着いた。

死とは、恐怖でしかなかった。

なぜなら、ひとりぽち冷たい冷たい真っ暗闇のな穴ぐらに、もがけど叫べど、身動きのとれない恐怖の世界が浮上した。

それが、「思い、心の世界、意識の世界」と、今世田池留吉氏と出会わせていただき伝えていただいています。

学び始めてあつという間の二十数年です。

その間、初めから今まで納得納得でした。頭で納得し、心で納得です。

真実の学びに出会えて、「死」への恐怖は薄らいでいます。

真実の道を歩めば歩むほど、真実一路に歩めたなら、「死」は恐怖ではなく喜びと知っていくと確信できていると思っています。

48

昨年十二月の志摩セミナーの現象で出た時、「たった一つ、ただこの心だけを真まっ直すぐに問わ

れる瞬間が訪れる、やがて間もなく訪れる」というハッキリとした感覚を受け取ったので、それから、「死」を身近なテーマとして捉えるようになりました。これまで、死を具体的に考えることを何となく避けてきましたが、ここまで肉の人生やっつけて仕事にも取りあえず満足しているし、子供も間もなく高校、中学入学と段々手が掛からなくなってきたりしているし、気付けば人生折り返し地点も過ぎていつの間にかこんな自分もアラフィフです。自分からの促しを素直に受け止めて、「今、やるんだ」と思いました。

私が初めて死を意識したのは、小学一年と記憶していますので、六歳の頃だと思えます。夜布団に入り、寝付くまでの間にふと「死んだら、どこへ行くんだらう？」という漠然とした不安感、恐怖感に襲われたのを覚えています。心の奥で死後の世界を本当は色濃く記憶しているからこそ、湧い

てきた思いなのでしょう。

具体的に死を思ったのは六歳の頃でしたが、実は二、三歳の頃から、母のお腹に入る前の地獄の状態を、何となく引きずっていたとは思いますが。生きて存在していることが物凄い重圧感、圧迫感で辛くてたまらなくて、消えたい思いがありました。それから、二〇代中盤で心の学び、田池留吉先生に出会うまで、どこかで死を恐れながらも、常に死にたい（消えたい）思いを拭い切れない自分であつたと思えます。でもそれを実行しなかったのは、「死んでも何の解決にもならない」「苦しみから逃れることはできない」「与えられた人生で好転させていかないと、結局はいつまでもこの真っ黒い重苦しい心も人生も変わることはない」と、どこかで感じて、知っていたからでしょうね。

この学びに出会い、「自分は過去から未来へ連

綿と続いている存在である」ということが分かって、心から納得しホッとしました。雪ダルマ式に積み重ねた膨大な負の自分自身を背負^{せお}っていたから、ここまで息苦しく重く、ただ生きていくだけで辛い……と感じていたのだと分かって、嬉しかったです。それと、これから先も「自分」は続いていくから、この人生だけ何とか内向的にやり過ぎて済ませばいいのではなくて、ずっと先の自分にまで繋^{つな}がっているから、責任ある生き方をしていかないといけないと思えたことが良かったです。セミナーに集った頃からすぐに敏感になっていった私ですが、やがて「まずは肉で、自他共に七〇〜八〇点を付けられる、貰える自分にならなければ、心の勉強なんておぼつくわけもない」「自分の事は自分で、を肉の次元から実践できなければ話にならない、心の成長などありえない」と考え、一端の大人、一端の親になれるようにと、結婚、出産、子育てをやってきました。

二〇代中盤の、学びに集った頃の自分に比べ、肉の経験を積み、肉から学び、肉の次元の課題はそれなりにクリアできたと思います。後は、心の方に繋^{つな}げられれば……ですけどね。

私は、直近の過去世五回について、最後の死に様を統計化すると自殺二回、病死一回、他殺二回です。いずれも若くして死にました。地獄の底の底の底から生まれてきた意識に間違いなく、この学びに繋がらなければ自分を救いよみがえらせることなどありえなかった、どう黒い真つ黒い闇を抱^{かか}えていました。だから今世、三〇年以上も生きて、結婚して子供を二人生んだだけでも、私にとってはそりゃあ大快挙なんです。もうすぐ五〇年経ちます。それまた、信じられないくらいすごいことです。自分で組み込んで決めてきたことかもしれないませんが、それでも、田池先生に、塩川さんに、色々とお世話をして下さるスタッフの皆さま

んに、感謝の思いが絶えません。そして何より、ここまで頑張ってくれた自分、そして本当の自分に「ありがとう」ですね。

「死」を思う時、「天変地異」も外せませんね。暖かい布団やベッドの上、老衰ろうすいで眠るように死んでいたら、最後の締めくくりを○で終われるでしょう。けれど、瓦礫がれきに押し潰されたり、地の割れ目に落っこちたり、濁流に流されたとしても、○でコンプリートして終わりたいのが、真実を知らされた、この学びの仲間みんなの願いですね。

二〇〇四年十二月、最初の「意識の流れ」を手にしてしばらくした頃、スマトラ島沖地震がありました。その時、私は、「意識の流れ」の内容に物凄く大きな衝撃を受け、「これまで一体何を学んでいたんだ」と思うくらいだったんですね。「間

違っていたのは自分だった」と、嫌が応にも認めざるを得ない状況でした。そんな中だったからか、テレビを通して伝えられてくるスマトラ島沖地震の様子を見て「天変地異は愛」だと、何故かストレートに心に感じて「やがて自分も受ける」と、不思議に思いながらも、とても嬉しかったんです。

けれど、二〇一一年の東日本大震災の時には、自分の住んでいる関東も震度5の揺れがあったので、全くそう思えませんでした。遠い異国で起きている、自分の肉に直接害のない自然災害なら愛と感じて、自国で起こる、自らの肉にも不利益が降りかかってくるかもしれない出来事は愛と取れない、結局肉基準の未熟な自分を感じました。

向け先を「瞬間合わせる」訓練を積むことが非

常に大事、どんな時でもそれができるような精度
上げを常にしていくことが大事、それに加えて、
「死」の瞬間のイメージングも常日頃からしてお
くことが肝要なのではないかと思えます。それこ
そ瓦礫、地の割れ目、濁流……とかですね。想像
しているのと同様ではギャップがあるかもしれ
ないけれど、その瞬間に慌てなくて済むのでは、
日頃の「瞬時に合わせる」を、生かしやすい状況
を生むのではないかと考えます。これまでの過去
世の死後、固まっていた地獄を経てきた自分に
とっては、これ位のイメージングはへこたれずに
こなしていけないと思えます。

あるいは、日ごろから「死後の自分と語って下
さい」と言われているように、死後固まった自分
や宇宙の藻屑となった自分をリアルに想像、感じ
て予めたつぷり苦しみ、後悔し尽くした上で、「絶
対そうならない！」と固い決断をするのもいいの

ではないかと思っています。その上で、既に来世
に繋げ次元移行を果たした自分を想像、感じて、
予めたつぷりその幸せ、喜び、広がり、永遠、愛、
母なる宇宙を、現在の自分のできる範囲で感じ、
「絶対に達成する！」という決断とセットで行う
のがいいのではないかと思っています。塩川さん
以外の人は自分も含め全員、どちらに転んでもお
かしくない心の状況を抱えているので、リアル
に両方感じることができると思えます。「じゃあ、
どっち選ぶ？」と自分に突き付け、仕向けて行く
のも手かな、肉の自分と意識の自分の葛藤を統合
して、一つにしていって……なんて肉寄りですが、
思ったりしています。漠然と学んでいくよりも、
一つでも具体的なアプローチを考え加えていく
ことは、無駄ではないんじゃないかと思えます。
ルーティーンとして組んでいくことの有効性が
あるのではないのでしょうか。

天変地異は、私達を本来の姿に戻してくれる、手助けをしてくれる存在ですよ。私達を愛ある存在に帰すよう、促うながしてくれる存在。意識の転回、レベルアップ、次元移行に繋がってくれる存在です。だから、まず「怖い」「イヤだ」「避けたい」ではなく、「ありがとう」と感謝をすることにしていきます。これまで起こってきた自然災害、天変地異にも、そしてこれから起こるであろう未曾有みぞうの天変地異にも、「本当のことを伝えてくれてありがとう。この意識そのものが私だった、私は愛だった。広がった。果てしなかった」と。そう思うようにするだけで、何か少し天変地異の優しさが伝わってくるような、何か少し一体になれたような、何か少し意識の流れに沿そえたような、そんな気がしている私は、甘いでしょうか。

かつて大陸が沈んだ時代……アトランティスとか、ムーとか……の過去世に思いを向けると、運

命を、神を、全てを呪のろって真っ黒い心を、瞬間爆発的に発して死んでいったと感じます。何回も向けているうちに、肉を掴つかんでいることの馬鹿馬鹿しさを感じ、少し緩ゆるんだ気がしました。その大いなる手助けとなったのが、「人と動物のいる風景」「私と自然」の本でした。

十二月の志摩セミナーの現象の後から、忙しかったけれどこの「死」というテーマを何とかしないとと思っていて、年明けから取り組み始める余裕が出た時に、この二冊を読みながら行ったおかげで、考えていたより何だかとてもスムーズにいった気がするのです。そこで、今自分はペットを飼っていないけれど、昔一緒にいた子たちに思いを向けたらストレートに喜びの素直な意識が伝わってきて、とても嬉しかったです。モルモットのラビちゃん、柴犬チロと黒柴ラッキーの親子犬。肉はなくてもずっと一緒、いつでも通じ合え

る、意識が本体、肉は器うつわ、そう思ったたら、肉の世界が急に薄れて、過去から未来へ大きく繋つながる自分を感じ、地球や宇宙を感じ、広がり、とても幸せでした。そんな嬉しい気持ちでしたら、シジュウカラっぽい鳴き声の小鳥ちゃんが来て、庭先で何回もいい声で鳴いてくれて、あゝ、嬉しいなって思いました。この二冊は、優しいカラー写真いっぱい、大好きな本になりました。ありがとうございます！

生まれ変わり死に変わりをするのは、この学びをしている人にとっては当たり前のこと。でもそれを現在既に知っているだけでも凄いこと。だから、感謝しかありませんね。生まれてこれたこと、今存在していること、そして存在し続けること、本当の自分、果てしなく広がっていく自分、意識の流れ、母なる宇宙に。

49

若いころは漠然と、「死」と思っていました。今では、身近な方やお世話になった方がだんだん亡くなり、自分もという思いが強くなっていきます。が、まだ先かなという思いもありますし、他人事ひとごとではないという思いもあります。

しかし、少し体調が悪くなると、不安やら恐怖の思いが鋭すどどくなってきました。

学びで自分の死後は、固まっていると感じます。でも本当のところはまだ実感がありません。

それよりも、死よりも死に方、その時の状態を考えます、苦しみ、苦痛、不安など、その恐怖が大きいです、不安、恐怖、心配、まだまだ大きくなります。

自分が死というものに触れてきて、人が死んでも、あまり心が動かなかったように思います。小

さい時よりお世話になった人、身近な人、でも、あまり心が動くことがなかったです。よくテレビなんかで、泣き叫んでいる情景が映し出されますが、私は、何かそのような人がうらやましく、優しい人なんだという思いで、私もあのような思いができればと思ってきました。自分は冷たいなと感じていました。何かふたがあるように思います。

セミナーで何組の方と言われます、肉であれこれ思いますが、淡々ときます。ふと順番も淡々と来るんではないかと思えます。いつかは分かりませんが突然に、それに向かって淡々としていければいいなと思えますが、漠然とした感が否めません。

最近、有名といえますか、世間で名を知れた方が亡くなられた報道がよくあります。一時は世間で取り上げられますが、一時であとは何も無いよ

うに世間は同じに流れていきます。

自分、自分の世界の中の事だと思えます。自分の肉ある今を大切にしていきたいです。

50

もの心ついたころから生きている意味がわからず、死にたいと思っていた。

必要とも愛されてもいなく、特に継母からは煙たがられていると思っていた。

どうせいつか死ぬのだから、いやいや生きていても無意味、生きてしんどい思いをするくらいなら、死んで全てがなくなればいいと思っていた。

学びに出会い、人間の本质は意識。意識は永遠、無限と聞いた。無限？ 死んでも死なないのか？ あまりにもショックで嬉しいのか、苦しいのか

からなかった。

学び始めて、思いを向けると、目だけの私が、暗い宇宙のなかで、ひっそりと周りから何か飛んでこないかとびくびくしながら存在している。生きていいのか死んでいるのかわからない。自分からは攻撃しない（攻撃すれば反撃されるのが解わかっている）ので、それでも、何かが飛んできてあたらぬように、息を潜ひそめて、「うー」とただただ、宇宙に浮かんでいる。宇宙の藻屑もくずでいい、「無」になればいいのにと思っていた。それなのに、田池留吉は「次元を超えろ」だとか、「意識は永遠だ」とか、グダグダ言う。もう、死なせてくれ！無になって、何億年もさまよい続けられたい。ひとたび、肉を持てば、絶対に勝とうとする、劣おとっている肉の自分が許せない。なにもかも、なくなればいいのと思っていた。

それなのに、何故なぜか学びを続けている。ほんの一瞬、温もりを感じたからだろう。（本当の）母

を思うと、誰よりも私を愛いとおしく思っているのがわかった。私にも心の拠より所ところがあったのだと。母を思うと、私は母になんと酷ひどいことをしてきたのかと、今更いまだと思う。お母さんごめんさい。お母さんの愛があつたら何もいらぬ。

「生きることに意味があつた。肉を持つことに意味があつた」とやっとわかりかけた。意識はなくなりようがない。死は肉体がなくなるだけ。意識はお母さんの愛。ただただ、温かい世界。

忌いやみ嫌きらっていた、生きること、肉を持つことで田池留吉に出会うことができ、「私は愛」だつたと知る事ができた。死は肉がないだけのことだが、愛を感じる器うつわがない状態なのだと思う。

死後の自分の瞑想をした時、「生きて死んで生きて死んでを繰り返している」と言うことが嬉しいことだつたと思つた。

現在の年齢になるまで健康で大病をしたこともなく過ごしております。

でも死については、恐怖の思いがあります。

母、妹が亡くなった時には、私自身がどのような死を迎えるのが不安でもありました。

迷いながらも、「学び」を通して勉強を知っています。

今の私にとってセミナーに参加することに思いを向ける事が何より必要で大切であることだと思っています。

心安らかな終末を迎えたいと思っています。

自分が初めて死と直面したのは、十九歳頃。
好きな人が突然死んだ時。

その瞬間出てきたのはなぜ神はあの人の命を奪ったのか！という思いだった。

学びの本は少し読んだり、田池先生の講話をビデオで見たりしていたので、私は神を信じてないから大丈夫って思っていたのに、真っ先に神が出てきたのでショックだった。

それから私はセミナーに参加するようになってきた。人はなぜ死ぬのか。なぜ生まれてくるのか知りたいと思った。

私ほどにかく死ぬのが怖い。死後の世界をわかってるわけではないのに、何が怖いのか。

一方で早く死んでしまいたい。生きることは苦しみでしかないという思いも出てくる。

そんな中、死後の自分に心を向ける機会を何度

もいただいた。今死ねば真つ暗闇だと感じた。このまま死ねないと思い、何とかしてそんな自分を救いたいと思った。

私はそれから心を見るということを始めた。そして自分は苦しんでいること。苦しくて苦しくてずっと叫んでいたことに気付かずに生きてきたことがどれだけ冷たかったか知りました。全部間違ってきたんだと心で感じるとき、申し訳ないのと同時になぜだか嬉しかった。

死後の自分を思う。そんなことできるわけないと思っただけれど、しつかり向き合っていきたい。向き合える今を素直に喜べる自分になんか変わっていききたい。肉を離すその瞬間まで心を見ていきたいと思えます。

53

大きなテーマをもらい、心を見ながら書き進めていこうと思えます。

小さな頃は思うのも嫌だった恐怖の死でしたが、今の私にとって死は、来世に繋ぐためのスタートと思う思いが出てきます。その瞬間まで、いかに心を見ていけるか、苦しい私と出会い喜びに繋げていけるか、そんなに長くない残り時間ですが真剣に自分と向き合っていきたいです。間違いに埋もれ切ったこれまでの私と手を取り合って、先に進む事ができる何とも幸せな私であったことが分かった今、肉の思いがあまり気にならなくなっていると感じます。

嬉しい、よかった、本当に嬉しいありがとう。そんな感じです。

大きなエネルギーの私でよかったです。私の心

にとって今世の肉は、お母さんから頂けた宝物の人生です。嬉しいありがたいとしか表現することができません。

温かなお母さんの温もりの中で、アマテラスの私と出会っていきます。喜びに向かって進んでいきます。

死について心を見ることができよかったです。ありがたいございました。

54

UTAブックのページで私は死について思ったことを書くように言われ、私って何も考えてないなあと思った。

時期が来て検査のために病院で検査を受け始めて、あまり心臓が動いてないと言われ、先生から一人でよく来たなあと言われた時で、私はどうな

るのか、駄目だめだと思った。

子供が帰ってきたので、すぐ尋ねたが、私と一緒にセミナーに行こうと言われ驚いたが、先生もたくさんのお患者の面倒を見てはるのに、いくら訪問してあげると言われても、無理だとの返事。一人でどうするのと言われ、子供に連れて行かれ、初めてでまだ死についてあまり考えてなかった。お粗末そまつな私です。

田池留吉は、一筋に思って進んでいただいたのが何より嬉しいです。本当の喜び、生きる幸せ、生きる意味をことあるごとに伝えてくれました。必ず、心を見ることがも教えていただきました。

このように教えていただいたのが何より嬉しいです。

何もわからない己おのれの肉を表すことしかできなかった。私の真つ黒なエネルギーを出すことしか知らなかった私達にありがたいとしか心で表すことはありません。少しでも心を見て、自分の姿

を感じられる私でありたいと思います。

何回か入院させてもらい、今の所元気になりましたが、子供に言われることは、頭はボケて体はふらふら半病人のようですが、少しでも頑張りたいと思っています。

セミナーで皆様の優しい付き合いで元気にさせていたれています。香世さんなりに色々気を使っってもらい本当にありがとうございます。皆様ありがとうございます。

55

私にとってこの問いかけは、これまでの人生、唯一最大の課題だったかも知れません。どんなに楽しくても、結局この疑問が私の心に大きな影を投げ掛けていたのです。世間の人は死んでどうなるのかも分からないのに、どうしてそんなに屈託

なく笑えるのだろうか、不思議でもありません。

いわゆる自殺願望はありませんでしたが、一旦死後の世界を覗いて又帰ってこれるような事ができたなら、どんなにこの心のもやもやから解放されるのだろうか、常日頃から思っていました。

この学びに繋がったのは、何も私への死後の世界の疑問を解いてくれるというものではありませんでした。学んでいくうちに何か、ああそう言えば……と納得するようなことに少しずつ出会っていききました。

その一つが、田池先生が表現される「死んだ時」の描写でした。

あれは小学校低学年の頃だったでしょうか。とても疲れたときや風邪などで体調が悪い状態で眠りにつこうとすると体が硬直し、石のように固まってしまうのです。あまりの苦しさに助けを呼ぼうと声を出そうとすれば、激電流が走るような苦しさに襲われるから出すのも諦め、そのままぐ

わあっと固まってしまう。それはそれは例えようもない苦しさ。怖さ。

ある時、眠ること自体がもう恐怖以外の何物でもなく、必死に眼りをこらえて自分を眠らせないようにした時がありました。異変を感じた母親が医者の往診を頼みましたが、お医者さんは「どこも異常は見られないので、この年齢には良く見られる敏感体質なのでしょう」「一種の金縛りかなしほのよ
うなものですね」と言われただけでした。

中学や高校生の頃、明け方に何度か金縛りを経験しましたが、あの小学生時代の石になっていく恐怖と比べれば、何でもないこと、それほど怖かったのです。

学びで田池先生が死後の描写をされる度に「私はその世界を覚えているんです!」と、自分の中で叫んでいました。

敏感体質のせいかデジャブ現象にも度々出会い、輪廻転生りんねてんじょうは私にとって若い頃から現実的なも

のでした。

生き変わり死に変わりがあるのなら、死後の世界は確かにある。しかし私が知る限りそれは表現できないほど恐ろしく苦しい世界。

死後の世界への疑問が解けたと思ったら、今度は次の難関が待ち受けていました。それはその苦しみから自分を救い出すにはどうすれば良いのか。

死後の自分に向ける、死後の自分を知る瞑想の実践が始まっています。

それは自分の現実を知る非常に大切な瞑想。

死後の私。

助けを呼んでも誰も来ない、いや助けを呼ぶことすらままならない。

お母さん、田池留吉と呼べるのはまだ今この肉が、つまり頭脳があるから。死んで心ひとつになった時の私にはたちまちあの恐怖と苦しみが襲ってくる。

でも私は教えていただいた。そんな自分を救っていきなさいと。

することはただひとつ。正しい瞑想の日々実践。自分にはほんの僅かでも温もりを伝えられるよう、昔々先生がおっしゃっていた地獄の十丁目からせめて九、いや八、七丁目に戻っていきけるよう、ただひたすら正しい瞑想を、残された時間、実践継続していきます。

56

私は身の回りで近しい人たちの死を、それもわりと衝撃的な感じで何度か経験してきたけれど、一番心にドーンと響いてきた「死」の衝撃は、U TAブックさんの直近のフェイスブックにあった棺桶かんおけの書き込みを見た時でした。

でき上がった棺桶の写真を見た時、自分の心の

中から叫びが噴出しました。「私はまだ死んでいない、生きている—————」それは本当にずっと続いている叫びであり、自分の中にいくつもの死んだ自分が生きている証あかしのようなものでした。今もその立てかけられた棺桶の写真を思うと、たくさんの死んだ自分が自分の中に蠢うごめいているのが感じられ、「幸せな転生てんしょうなど一度もなかった!!」と伝えてくれます。

堪忍かんにんしてくれ、やめてくれ、思い出したくもない……、そんな思いも出てきますが、死後の自分を思う瞑想をしてもいまいちはつきりしない感じだったのに、今回のこの経験は、『死後の自分を思う』、『死後の自分に本当のことを伝えていく』、その実践へつなげていくよい機会になるんじゃないかと嬉しく思います。

ありがとうございます。

幼い時から仲良く遊んだ親戚の女の子の死、私が六年生、女の子は四年生、私と同じ病気をしています。

その子は、入院、退院の繰り返しをしていました。その後病気が悪化して死んでしまい、とてもショックでした。

病気が同じなので、私も死ぬのではないかと思いました。恐怖と不安で夜は眠れなかった思い出があります。

その怖い思いをお母さんに言えず苦しかったです。あの苦しみは死後の苦しみだったんだと思います。

思い出したくない、心の奥に押しこめていた思い出でした。

このような機会をいただき、ありがとうございます。

死ぬのは怖い。死にたくない。死んだらどうなるのだろう。死んだ後、私は一体どうなるのか。物心がついた時から、「死ぬということはどういうことか」「死んだら私は一体どうなってしまふのか」ずっと考えていました。

子供の頃、「死ぬ」ということを考えたとき、私は恐怖の思いで一杯になり、夜寝る前に「このまま目を覚まさなかったらどうしよう。このまま死んだら私はどうなるのだろう」こんな思いにとられて、目を瞑つむってしまふことが怖くて、眠れないこともありました。死ぬということをいくら考えても、それがどんなことなのかわかりませんでした。死ねば私は無くなってしまうのか。本当に死ねば何もかもが終わりになるのだろうか。嫌なことばかりが続ぎ、生きていくのがとてもつらいとき、自殺したら自分が死に、肉体が消え、そ

れで自分の苦しみが本当に消えるのだろうか。そこで本当に終わりになるのだろうか。答えはわかりませんでした。ただ、ひとつどうしても腑に落ちないことがありました。今、死んだらどうなるのだろうかと思っている、この私も消えてしまうのか。肉体がなくなつて脳がなくなつたら、この私は本当に消えるのか。消えるような気がしない。なくなるような気がしないのに……。やはり答えはわかりませんでした。

「死ぬ」ことが怖いという思いは、肉体を無くすことへの恐怖、死を迎えるときの痛み、死ねばどうなるのかということに対する解答がないことへの不安ということだけでなく、自分が死ぬことによって訪れる大切な人々との別れ、独りぼっちになることや死の後に待ち受ける孤独への恐怖からくると思つていきます。寂しい、一人になりたくない、怖い。自分が死を迎えた後、何もかもわからなくなり、大事にしていたことや、とても

大切にしていた人達のことを忘れてしまい、独りぼっちの世界に引きずり込まれる。永遠の孤独。闇。その闇の中に自分が閉じ込められてしまい、どこにも行けない。叫ぼうとも誰も助けに来てくれない。気づいてもらえない。怖いことだらけの世界。

死ぬこと、自分の死と向き合うのはとても怖いことでした。しかし、時折、死を強く意識する機会、意識せざるを得ない機会が訪れます。親類縁者の死、同級生の死など、身の回りにいる人の死に遭遇したときもそうですが、私の場合は特に死にまつわる夢を見たときです。大切な人を無くす夢。自分が死ぬ夢。自分の目の前で誰かが死ぬ夢。自分が殺されそうになる夢。誤つて人を殺してしまふ夢。恐ろしさもさることながら、寂しさ、悲しさ、喪失感、無力感など、色々な思いが入り交じり、何とも言えない痛みともいえる思いが胸の中に残ったまま、目が覚めるのです。目が覚めて、

ああ、これは夢だった。私はまだ生きているんだと確認してほっとする。しかし、夢で見た「死」に遭遇して引き出された思いは消えず、淀んで心の底で燻くすぶっている。そしてそんな思いが日常の時間とともに誤魔化ごまかされて覆い隠されていくのをただ、待つ。そんなことの繰り返しでした。

そんな私に死ぬことに対する明快な答えをくれた人がいました。それが田池先生でした。

初めて自分の意志で参加した勉強会で、田池先生が伝えてくれた「人間は意識であり、永遠に存在するものである。死んでもなくなることはない」という真実が、学びに触れてから三〇年という長いようで短い年月、紆余曲折うよきよくせつを経ながらも学びに集い続けてきた私の大きな原動力です。この出来事はいつも私が戻る学びの原点であり、この学びは本物だと直感した多分人生一番のターニングポイントでした。

さて、この学びに集って三〇年が経ち、死に対

する私の思いがどう変化したか、ということですが、未だ、死ぬことに心を向けると怖いという思いが出てきます。

「自分は愛、永遠、無限、波動、エネルギーである」と、知識として伝えてもらい、頭に入っている、それを本当に心の底からそうであると感じているか、わかっているかというところではないのが正直なところです。ただ、「死ぬこと」に対して少しずつですが、しつかり向き合えるようになってきたと感じています。死ぬのは怖い、怖くて仕方がない。でも……、と続くのです。死んで大切な人を失いたくない、失うのが怖い。失って自分が傷つくのが怖い。また私は独りぼっちになってしまふ。せつかく手に入れたと思つたのに、「死」が私から大事なものを全部奪ってしまった。だから死ぬのが嫌だ。大切な人にも死んでほしくない。嫌だ、嫌だ、嫌だ、そう叫び続けている自分に、「本当にそうなのか。私が死んでもエ

ネルギーとして存在し続けるなら、大切だと思っ
ている人も同じように存在し続けるのではない
か。失う、失うと思っっているけれど、本当は持っ
ているものも失うものもないのではないのか」そ
んなふうに関わけることもできるようになり
ました。

「死」は一生をかけて取り組むテーマだと思っ
ています。田池先生に出会え、死について真実を伝
えてもらったこと、これはとりもなおさず自分と
は一体どういうものか、人間とは何者かという問
いに対する解答でもあるのですが、自分にとって
一番大きな喜びであると感じています。「死」に
ついての真実を知識だけではなく、心でわかった
ならば、私の人生は喜び一色に変わる、本当に嬉
しい、幸せだと感じられると思います。今、私に
とつての「死」はまだまだ暗黒です。真つ黒です。
暗黒ですれど、暗黒は暗黒でないと教えてもらい
ました。いつか暗黒が暗黒でなくなる日を楽しみ

に、これからも自分の「死」に向き合っていきま
す。

59

二〇一五年に榎原で開催された「愛、あなたは
愛です」セミナーの中で、「死後の自分」に向け
る瞑想の時間がありました。死後の自分の世界に
思いを向けた時、言葉では言い表せないような
凄まじいエネルギーの荒れ狂う世界を感じまし
た。上も下も分らない、ただただ真つ黒なエ
ネルギーが覆いかぶさってくるというか、嵐の
ように吹き荒れているというか、肉の自分など、
木端微塵こつまじんに吹き飛んでしまう感じでした。

もうだめだと思つた時、先生の「ハイ、ありが
とうございました」の声で元に戻りました。

私の死後の世界は、こんなにも荒れ狂っている

のか、死んだらこの状態なのかと、心で感じさせていただきました。それと同時にこのままでは死ねないと思うしました。今の状態のまま死んでは、これまでの転生と同じ失敗をしてしまう。真つ暗なエネルギーに覆い尽くされてしまう。そう強く感じました。

このままでは死ねない。何としても思いを来世につないでいけるように、自分に約束したことを少しでも果たしていけるように、死ぬまでの時間を使いたいと思いました。

死とは恐怖でしょうかありませんでした。今までの転生において、死はあの狂いに狂った世界へ舞い戻っていくしかない、ただただ恐怖しかありませんでした。母を思う瞑想、愛を思う瞑想の中で、狂いに狂った真つ黒な世界の中で、ただ一点、呼べる思い、本当の自分を伝えていただきました。死後を生きている今、伝えていただいた一点をさらに強く強く呼べるようにしていただけます。

私が死を考えるようになったのは、小学五年の時、学校で戦争映画を見てからだ。それから飛行機が怖く空も見上げられない。道の真ん中を歩くのも怖い。とにかく毎日が恐怖で、お母さんに「戦争おこれへん？」としつこく聞いていた。頭痛と不眠が続く母に病院に連れて行ってもらい、その時の先生の「大丈夫、どこも悪くない」の言葉で落ち着いた。

それからは死んだらどうなるの？と疑問がわいてきた。天国に行く。天国ってどんなところ？疑問がわいていたころ、ある教団で8ミリ映画を見た。死んだら、場所は上空で、阿弥陀如来あみだによらいのそばで座っていた。それも生きている時の行いによつて座る位置が決まっていた。善い行いを積んだ人は阿弥陀如来のそばに行ける。今思えば本当に滑稽こっけいで、それをまともに話している大人は馬鹿

じゃないかと思えるが、子供の私は、それが楽しい事？ 幸せなこと？ と疑問は沸いたが、大人の望むよい子供になろうと思つた。とにかく悪いことをしなければ、死んでも大丈夫。その思いで生きてきた。

田池先生に出会つて、初めて死後の自分と向き合うようになった。死後の自分に意識を向けた時、天国なんか嘘だと心で感じた。死んだら暗黒、今も暗黒。そのことが心に響く。そうしたらなぜ生まれてきたのか、今何をすべきなのかひも解くように心に響く。まだまだ喜びで死を受け入れられる状態ではないが、田池先生が心血を注いで伝えてくれた事、今、自分の甘さを感じるとともに、嬉しくてありがたくて、こうしてお母さんに産んでもらつたことがどんなにすごいことか、そしてセミナーに参加できることがどんなに嬉しい事か、今は死を迎える時まで、日々瞑想を積み重ねていきたいと強く思う。

61

人生は喜びです。と伝えていただきました。死もまた喜びです。と伝えていただきました。

この言葉を聞いたときは、まだよく理解できませんでした。

私はずっと汚いものに蓋をして生きようとしてきました。自分にとって汚いもの、それは自分の心の苦しみでした。私はずっと自分の心から目を背けたかった。

だから、私には、私の心そのものを封印して、なかったものとして、綺麗な形で死んでいきたいという理想が根底にありました。

心を見る学びを教えてもらつて、自分なりに心を見てるつもりでしたが、私はずっと自分の苦し

みを消し去ろうという思いでいたことに最近気が付きました。

自分の冷たさを知ったときに、自分に悪かったなと思いました。

こんなにも私は自分を平気で切り捨ててきたんだと、そのことにすら気付けなかった自分に驚きました。そしてその冷たい自分を認められたときに、苦しい心を感じられることが喜びだと、これからの時間、この苦しんできた自分に出会って、ごめん、ありがとう、これから一緒にねと伝えられる時間が喜びだと感じました。

死とともに自分の心、苦しみが消滅するとは思っていなかったけれど、どこかでそれを望んでいた自分がいました。だから今の肉をそれなりに生きて、後はこの肉体が消えるのと同時になかったものにしたという思いでした。

だけど、私は意識、この肉体が死んでもずっと

存在する意識、そう思った時に、今まで苦しみだと感じて嫌ってきた自分は、ずっと待っていてくれていたんだと感じました。私はここにいるよ、そう私に向かって叫び続けてくれていたんだと思います。そしてその声を聞けることが自分に対しての優しさで、そうする時間をもつためにこの肉体があるんだと思えました。

そんな時間をもてる人生は幸せだと思えます。そしてその思いでありがとうと死を迎えられたら、本当に幸せだと思えます。

まだまだ本当に心から受け入れるということは難しいと思うけれど、伝えてもらったことを自分の中で大きくできたらいいなと思っています。

小さい頃は、葬式があると親戚の人達がいっぱい来て、とても賑わしく、いつもは食べられないお菓子とか食事が出て哀しい思いよりも楽しかった。ある程度の年齢になると病院の見舞いとか葬式に出るのがとても嫌だった。死に對する思いが苦しかったのだと思います。相手に對して、思ってもいない言葉をかけている自分が苦しかった。幸せな人が不幸な人に哀れみの思いをかけることが苦しかった。この学びに出会う前から人間は死んでも思いとして存在していると思っていた。この世は生き地獄だとも思っていた。だから死ぬばもちろんな地獄。自分の心は真つ黒なのは自分が一番知っている。自分が怖かった。だからこそ救いを求めた。生まれた瞬間から死に向かっているこの肉の時間が何のためにあるのか分からなかった。生も死も喜び。この学び

に出会えて本当によかった。

体力も気力も衰えてきている今、必ず迎える死に真剣に思いを向けていく。やるしかありません。

・臓器移植について

自分が生まれ持ってきた肉体は自分自身です。どんな形であれ自分なんです。他人の肉体の一部をもらって生きながらえる。ましてや脳死状態の肉体細胞を移植してまで生き長らえようとする思い。死にたくないという凄まじい死に對する恐怖の思いや死を受け入れられない思いの現れだと思えます。臓器移植をしてほしいと願う方も取られる方も真つ暗闇です。

この勉強に出会うまでは、年がいったらお寺参りをしようと思っていた。多くの神社仏閣を巡り死んだら極楽浄土ごくらくじょうどに召されるようにと思っていた。祈れば救われると思っていました。今思うとよくそんなこと思っていたなと思います。

でも世間を見渡すとそういう方が沢山いらっしやいます。

今回死について思う時間をもって、両親の死、仏壇の事、お葬式の事など今世の中でも多くの出来事を体験してきたことを振り返る時間が持てました。

私にとって死とは中々受け入れる事ができないことでした。どこかよそ事のような、見て見ぬふりをしていました。

特に両親の死について振り返るとその中で多くの出来事があり、いろんな思いを使ってきたことを感じました。

死について心を見ることで自分の生き方が問われるなあと思いました。なぜ生まれてきたのか、どう生きていけば良いのか、死とは。

色々色々と思いは巡ります。

苦しい人生を歩いてきました。自業自得じごうじとくと言えばそれまでですが、本当に自分で自分を苦しめて苦しい苦しいとっていました。

偽善者よそおを装っていたことすら自分でわかりませんでした。私の心の中はすさまじい思いで満ち溢あふれていました。頭ではわかっていましたがそんな自分を感じるきっかけとなりました。とても嬉しかったです。

この学びと出会って、自分の中の沢山の闇と出

会い温もりと出会い共に帰って行ける道筋を教
えて頂けたこと本当にありがとうしかありませ
ん。

タイケトメキチを思う人生一筋で死に向かつて
進んでいきます。

64

私が、初めて死を認識したのは、一緒に住んで
いた祖母の死でした。二歳くらいの時、祖母がト
イレで倒れているのを私が発見して母に伝えまし
た。死んだことがわからなかった私は、恐怖も何も
なく、祖母のところに行きたいのに、どうしてそ
れができないのかと泣いたのを覚えています。

母に祖母はどこへ行ったのか聞くと、「神様に
なったから、仏壇で手を合わせなさい」と言われ
ました。仏壇に手を合わせながら、寂しいと思い

ました。

小学校の低学年になると「私は、ほかの兄弟よ
り遅く生まれたから早く母と別れる日がくる」と
思い込み、母が死ぬことが恐怖でした。このころ
から、「なぜ死ぬのか」「なぜ、こんな嫌な死があ
るのに生まれてくるのか？」が疑問でした。生物
だから生命の終わりがあはることは理解できるの
ですが、それではこんな恐怖が待っているのになぜ
生まれてくるのかかわかりませんでした。その後
大人になっても、“生と死”に明確な答えを言っ
てくれる人はありませんでした。しかし、人生は
生まれてから死ぬまで肉の人生だけなら生まれて
くる意味がない、きつと他に、もつと大切な仕事
があるのに気づいていないのでは、人間はもつと
もつと大きな存在なのではと漠然ぼくぜんと思っていまし
た。

子育ても終わったころに友人から田池先生の本をいただきました。私の長年の疑問の答えはこれだと思い、講習会に行つて田池先生にお会いしました。ここでの体験は生涯忘れることができません。「心の中で、田池留吉と三回呼びなさい」と先生がおっしゃったので呼びました。初めてのことでよくわかりませんでした。今思えば、瞑想状態になつていました。暗く、寂しい中に私一人でした。誰もいません。その時、田池留吉と呼びなさいと言われたなと思ひだしました。呼びました。田池留吉と一緒に思ったとき、とても安心感がありました。懐かしい感じがしました。自分の心を初めてのぞかせていただいた時の体験でした。振り返れば、初めての体験の中に答のすべてがありました。

人間の本质は意識、喜びの意識と伝えていただきました。心のなかには待っている自分がいるこ

と、その自分は苦しいと訴えていること、死ねばその人の心の状態の世界で生き続けていることを知りました。

死は肉体の死で、一回の人生と思つていたが本当はそうでなかった、そういうことが少しずつですが心で信じられるようになってきました。同時に、自分の心癖の強情さじょうじょうの修正の難しさを感じています。でも、すべて自分です。

苦しいですが、喜んでいきます。

お母さんに産んでいただいたこと、そして、田池留吉に出会えたこと、真実を伝えていただいたこと、セミナーに集えたことに感謝し、肉体細胞にありがとう、お母さんありがとうと言って死んでいけたらと思います。

それは、今にかかつている、肉体のある今、田池留吉を思う瞑想できる今を大切にしなければと思います。今世、田池留吉に出会えたことは本当

に幸せなことだとおもいます。

有難うございました。

65

ブックさんの、死についての項目を、答えが思いつく番号だけですが、書いていききたいと思いません。

1. 自分が初めて死を認識したのは？

小学校低学年の時です。

2. それは何によって知ったのか？

祖父の死

3. 初めて死を認識したとき、どう感じたか？

特に何も感じなかったですが、顔色も違うし、

動かないので、変な感じでした。

4. 死にたいと思ったことはあるか？

ありません。

5. 死にかけたことはあるか？

大学生の時、川で溺れかけて、必死に泳いだのですが、その時初めてヤバいと思いました。

6. ニュースなどで、悲惨な死、痛ましい死等を耳にし、目にしたとき、どう感じたか？

悲惨な事件を聞いたりした時、その前後関係は本当にいろいろあると思いますし、もしも自分がその立場になった時の事を考えたりすると、一概に否定ができるかなと思いますので、遠い他人事のようにあまり思っはけません。

8. 葬儀についてどう感じるか？

必要ない事とは思いますが、仕事上、得意先の葬儀などは会社として出席しないといけないので、葛藤かつとうはあります。

12. 終活についてどう感じるか？

断捨離だんしゃりは徐々にした方が良いと思います。あとある程度お金の事もスッキリさせた方が良いと思います。

14. 死後の世界はあると思うか？

何となくあると思うのですが、まだ良く分かりません。

15. 臓器移植についてどう思うか？

自分がかもし、臓器提供を必要とする側になった時、助かりたい思いが出ると思います。

16. 生まれ変わりを信じているか？

なんとなく信じていますが、良く分かりません。

17. 自分は、こうありたいと思う臨終とはどんな形か。
今生生まれてきて良かった、お母さんありがとう、みんなありがとう、の思いが出ること。

66

死はずっとずっと先のこと。

まだまだ考えなくてもいいこと。

そう思ってきた気がします。だから、「死を思うと怖い」とも思ってた。それくらい、見ないできたのだと思うのです。

今も見たくない。

対峙たいじしたくない。

できたら、今日も明日も死を考えずに生きたい
と思っています。でも、一年一年歳を重ねる毎に
確実に死に近づいています。

いつまで、自分をごまかして生きるのか？

そろそろ、真剣に死と真向かいになる時間を自
分に与えたい。

死に思いを向けたら、自分が語ります。

イヤだ！イヤだ！

まだ、死にたくない。

考えたくもない。

私は元気。

まだまだ、このまま生きたい。

死にたくない。

一生、元気にこの肉を保ちたい。

苦しい。イヤだ。逃げたい。

私はこの肉の自分を守って守って生きる。

誰にも邪魔されぬ。

誰にも脅かされぬ。

私は、私は、この肉にしつかりしがみついて生
きる。

サラッと死を語りたと思うていたのは、表面
だけの私でした。一皮むけば、どうしようもなく
逃げ惑っている自分がいた。

死を恐れていない自分を、勝手に想定していた
だけでした。

死を目の前にしたら、泣き叫ぶ自分がいました。

重い荷物も背負っていました。

心軽く死ねない私。

今、こうして死を思う原稿を書かせて頂く機会
を頂かなかつたら、私はまだまだ自分を美化して
いました。

死なんか怖くないとまで思っていたのです。それは、ただ逃げて避けて見ないようにしていただけでした。どこまでも聳え立っている己偉い自分がまた見えました。

ありがとうございます。

こんな機会を頂けて、本当に良かったです。

逃げて、逃げて、死は確実に目の前に迫ってきます。これを機会に、死をしっかりと見つめながら生きる方向に転換していきます。

翌朝、瞑想の中で、また思いが出てきた。

どれだけ「自分は間違っていない」と叫んでも、現実の自分は死から逃げ惑って、考えないことで平静を何とか保っていることが炙り出されまし

た。

絶対に失いたくない肉親を亡くした時に感じたことを思い出します。

何故かわからないのですが、その時こんな思いが出たのです。

「死もまた喜び」

そして、肉は悲しいのに、ものすごく嬉しい思いにも包まれたのです。

今はまだ、逃げ惑っている私ですが「死もまた喜び」を心から体験できる自分になります。

変な言い方なのですが、明るく「死にチャレンジ」できる私になりたいです。逃げ惑いながら、死ぬのではなく「死もまた喜び」として受け入れたいです。

ありがとうございました。

私はこの十年の間に、母親の死、父親の死を経験しました。

両親共にかんでした。私はずっと「がん〓死」だと思ってきました。

そのがんが私にもやってきました。まさかまさかの思いでした。

がん〓死。「私は死ぬんだ」「死にたくない」と恐怖の思いでいっぱいになりました。私がこの世からいなくなってしまう、消えてしまう。

息が止まるまで、痛みと戦い苦しんでいくんだと……本当に恐怖でしかありませんでした。

死後の自分を思った時、真っ暗闇の中に沈み込んでいる自分を感じます。

寂しいです。でも、やっぱり死ぬときは一人でしました。

死ぬときに「田池留吉、ありがとう」と思える

自分になれるかどうか、残りの人生、暗黒の宇宙を少しでも明るくできるように、この勉強をやっ
ていこうと思います。

自分自身の死について考えたといっても、今までは非常に漠然としたものしかありませんでした。

先日、あることで自分自身の出している硬い暗いエネルギーが、人を通して自分自身に戻ってくるという事象が生じました。そういう現象だと解釈しました。その現象から分かるのは今の自分自身の心、思いはまさにそのものだということでした。

死後に藻屑もくずになるのではなく、まだ肉体を持って生きている時の心の状態が藻屑であるので、死

後は変わることもなくそのままということだと
確信しました。

三〇年以上勉強してきたのに、勉強してきた
と思っていたのに、全く進展していなかったの
か……。なんとということだ！

あと何年残されているのか分からないけど、
しっかりとしなければと思いました。

尻に火が付いた感じがしました。

余分なものをそぎ落として、しっかりと勉強し
なければ、また藻屑のままで終わってしまう。誰
にも頼れない。自分一人でやるしかないんだと思
いました。

タイケトメキチをすぐに思えるようにする努力
が足り^たないと思いました。その他のことに関心が
向いているせいだろうと思いました。

周りが、他人が、世の中が、あーだからこーだ
からと責任^{せきにんてんか}転嫁しても、藻屑は藻屑のまままし
た。

ただひたすら自身の心を見て、藻屑の部分を感じ
取って変えていくしかない。そのように解釈し
ないと、この現象は負の現象のまま終わってし
まう。自分で自分を救っていくことにはならな
い。この現象を良かったとしていこう。現れてく
れてありがとう。

死後の世界ではこの変換は不可能であるとい
う。

肉体のある最後の一分一秒までこの作業をやっ
ていくしか方法はない。田池留吉の指標に従っ
て、ひたすらやるしかないのだと痛感しました。

未だ時間が残っていた！良かった！ありがとう。
う。

教材をたくさん残していただきました。ヒント
を沢山いただきました。あとは自分で結果を出す
だけです。ありがとうございました。

「愚かな行為」

愚かな行為と題を付けました。UTAブックさんからの最大のテーマをいただいて感謝しています。

自殺行為は一般常識とか、道徳とか、倫理とか……すべてのものを呑み込む内容ですが、当時の私は命を考えることも、死んだ後の自分の存在なんて知りませんでしたし、考えることもありませんでした。ただその場から去ること、自分を消滅する思いだけしかありませんでした。

苦しいとか、生きて行くのが辛いとか、これらの人生をどう生きていけばいいのかなんて、当時の私は考えることはなかったです。その時間の中で、そうしようと思っただけで、まったく周りには見えていませんでした。学んで初めて暗黒のエネルギーの中、野壺の中にとっぷりな私だったんだと知ることができました。

ここまでキーを打って、こんな重い文を送っていいものだろうか、恥晒しなことなのにいいのかしらと思いましたが、一番、目を伏せて置きたいところを見ないで、これからの二五〇年、三〇〇年後を見据えた瞑想の日々を重ねようとしても無理なことだと思っただから送ります。

UTAの輪の中とともに学ぼうの塩川香世さんのメッセージの冒頭に、「あなたはなぜ生まれてきたのでしょうか。何をするために今という時間があるのでしょうか。あなたは、本当の自分を知っていますか。あなたはどのような存在でしょうか。そして、死んだ後、どのような状態であるかご存じでしょうか」があります。私はこの勉強を知ったからこそ、母からいただいた肉体の意味や、肉体細胞の意味を知ることができました。

当初の私の反省は、母を嫌い、憎み、両親の戯れの後肉体だからと、ノートに書き殴ることし

かできませんでした。それでも今ここまで学ばせてもらって、田池留吉を思えば涙が溢れ、肉体があるからこそ本来の自分の存在も知ることができました。そして母の存在も有難くて有難くて。肉体がなければ私は心を見ることはできませんでした。真つ暗闇の私と出会うことはできませんでした。

今世私は大きな大きなチャンスを得た。田池先生に出会えました。もちろん私のすべの計画でしたが、母の大きな愛情がなかったら今の私は生きていられないことでした。そして、周囲の人達の温かい行為で、今私はここに学ばせていただいております。

最後に、私の部屋の前に母の温かい味噌汁とおにぎりが置いてありました。今は、母の瞑想をするとこの光景が思い出され泣きます。

現在は一人、絶好の環境の中、残りの時間学ばせていただいております。本当にありがとうございます。

ざいます。大きな課題を背負って生まれてきました。それらすべてが反省に繋がっていったらと思っております。

70

小学生の時に学校の帰り道で霊柩車を見ると友達「はよ親指を隠し」って言うので慌てて隠しました。なんでって聞くと「お父さんお母さんが死ぬから」って言われ慌てて隠しました。母から「良いことをしている人は天国へ悪いことをしている人は地獄へ行く」と聞いていました。おばちゃんガンになったと聞いたとき、「なんで、おばちゃん優しい人やのになんでそんなのになるの」と思いました。そのあと父が五十九歳で亡くなつたとき、父は優しくして私の思いを聞いてくれた。ふつとこんな思いが上がつてきました。「なんで

あんな優しい人が先に死んで怖いおかあちゃんが残るのや」と思いました。言葉には出さなかったのに、まだ四歳の娘が私の思ったことを言ったのです。

結婚してから病氣ばかりしてた私は三〇代で死ぬかもしれないと思っていました。毎日が死の恐怖でいっぱいでした。

三十九歳のとき学びに出会い田池先生の講話で「この学びをしていたらガンでも治る」と言われたとき「こんなすごいものはない」と思いました。死を恐怖していた私は他力信仰そのものです。

セミナーから帰ってくるなり夫から「食道がんが見つかった」って聞かされパニック状態になりました。夫は淡々としているのに私は怖くて怖くて言葉も出なかった。夫の転勤で誰も知らない地でこんなことになって初めて私の中に夫はいなかったと思いました。手術をする前のいろいろの検査があつて不安定な状態をどうしたらいい

いのか分からず田池先生に朝一から暗い思いをファックスで送りました。何回か送っている。「今までの全部嘘でした。本音は助けてくださいでした」この思いが出てからすぐ楽になって夫の入院先へ飛んでいき、夫にしがみついて「先生に早く手術してもらって早く治そう」って言えました。ずっと死を恐怖してきた私は助けてください。救ってくださいと他力信仰そのままです。とききました。今、やっとセミナーに参加できるとすごいことやったって思います。ありがとうございます。

71

1. はじめて死を認識したのは何歳頃？
2. 何によって知ったのか？

自分が殺される夢、それは小学校三、四年ころ

だと思う。それも数回同じ夢でした。誰かに足を切られて、一瞬で白骨になる。とても恐ろしい夢でした。母の目の前で。母は助けてくれなかった。このことだけが心にしっかりと残った。母は私を助けてくれないんだ……。過去から引きずってきた心でした。そこから一步も動かない自分の思い癖は、周りの心を見ることでした。そして助けてくれることが当たり前とする心。許さない、呪い、恨み、生んでもらったことの凄さは見過ごしておいて、肉の幸せを当然とする心、愚かというか、勝手というか、けれど、そんな愚かな自分に肉をくれた思い、ありがとうございますしかありません。

3. はじめて死を認識したときどう感じたか？

空しい、こんな苦しい思いをするだけなのに、なぜ生んだ！と母を攻撃する思いだけでした。

4. 死にたいと思ったことはあるか？

ないです。今世は肉の生活が困窮こんきゆうすることはただの一度もなかったからでした。そして、死んで逃げることなどできないと思っていたからです。

5. 死にかけたことはあるか？

ないです。

6. 悲惨な死、痛ましい死を耳にし、目にした時どう感じたか？

自分にもある心ばかりで、自分の環境がそろえば自分もそんな目にあうだろうと思うとき、今の環境のありがたさを思います。もっともすぐにまた当たり前、の思いが心を覆うんですが。

7. 延命治療について

そう、何も知らなければ、形でそうするしかないから、そうするだろう。自分はそうするとは思

えないけれど、取り繕つくろわなければいけないから、そして、自分も死から、なるべく遠ざかっていたいと思った時、そうするかもしれない。けれど、そうして時間を、肉持つ時間を少しでも長く持ち、心を見るんだったら、それはありがたい方法だと思う。いずれにしてもどこまでも許され愛されつくしていると思う。

8. 葬儀についてどう感じるか？

はい。肉持つ形の世界で、トラブルにならずにまかり通る最短最少の方法をとる。亡骸なきがらを本当に抜け殻ぬがらだと思うから。けれどその形を頂くことの大きさもまた改めて思う。

9. 介護経験を通して死と向かい合ったこと

ないです。ほんの少し介護らしきものをしたとき、これは無理だと思った。とてもできないと思った。と同時に母という存在の凄さを思った。

10. 医師や看護師等、職業を通して死と向かい合ったことがある。

ない。

11. 親や夫婦あるいは子供と、死について語り合ったことはあるか？

ある。本当に突然人は死ぬんだと。だから今、今を大切にというが、往々にして肉、肉の人生を繰り返している。これを変えるのは心を見ることだけだ。一瞬流している波動を見る、いつもいつも土台は何か、肉か意識かと。自分に問う、真摯しんしに、まじめに、そして喜びで。そう話し合えたことが幸せです。

12. 終活についてどう感じるか？

はい。人間は常に終活しながら生きることが理想だと思う。肉ある間、常に。それが一番の喜びだと思う。

13. がん宣告や余命宣告について

そこから、しっかりと死について心を見なさいというありがたい現象。のんびんだらりと時間を過ごしている自分や家族に対して、一喝^{いっかつ}してもらっている現象。けれど、そんな経験があるが、のど元過ぎれば……です。改めて、死について心を見る、常に土台が意識か肉かを心に問いなながら時間を送ることが自分に対して一番の愛。

14. 死後の世界はあると思うか？

わからないけれど、ありそう。死んでも生きている感じがするから。肉持っている時とは雲泥^{うんでい}の差です。本当に形ではない。言動でもない、ただ流れているものを感じず、肉をつかんできた自分が愚かでした。それほど自分が愚かでバカに成り果てていることがわからなかった。流れているもの、そして肉の自分が流しているものをしっかりと見ること、これが鉄則だと思う。

15. 臓器移植について

臓器移植と聞いて、真っ先に心に出てきたのは試験管ベビー。その意識の恐ろしさ。田池留吉の世界から果てしなく離れきっている、恐ろしいまでの意識の世界、真つ黒な漆黒^{しつこく}の世界を作り上げてきたことが心にと響いてくる。どこまでもどこまでも反抗する心。どこまでもどこまでも己^{おのれ}偉い心。本当のことを忘れ去った集大成だと思ふ。見つめていきます。認めていきます。そして愛に帰ります。

16. 生まれ変わりを信じているか？

この答えを出すには時間がかかりました。それは生まれ変わりをその思いを見れなかった。真向かいになれなかったからです。生まれ変わってきた、数知れず、産んでもらってきたこと、今こうしてあることは産んでもらってきたから、とてつもない時間、それほど自分が愚かでしたと、肉に

しろそう思えるまで時間がかかったということでした。どんなことだったのか、生まれ変わりというその事実、その大きさ、ありがたさ、そして自分の意識の世界の愚かさの奥深さ、けれど、こうして今そのことを思っ*て*いけることはまた、計り知れない幸せでしたと。無償だったんですね。本当の自分、田池留吉、母なる宇宙、アルバート、と心を向けていけることをたくさん自分が待っていた、この時を待っていた、凄すぎて、肉の自分はほんくらすぎて、けれど、嬉しい、言葉にできない、幸せすぎて。ありがとうございます。

今世の肉の大切さが身に染みます。お母さん、本当にありがとうございます。そして、自分自身にありがとうございます。

17. 自分は、こうありたいと思う臨終とはどんな形か。形はどんなかしなければならないけれど、突然やってくるかもしれないけれど、だから、いつもいつも心の

向け先を確認、そして「肉終えるその時まで思うは田池留吉一筋」を実践することだけが、本当の自分に待ってもらっていた、そして偽物の自分は、もつと望んでいたことだと思えます。だから常に思うは田池留吉を一瞬一瞬実践して、で、いつ何時肉を離さなければいけない時が訪れても、そのまま、思うは田池留吉、お母さんありがとうございます。実践しながら、肉終えていきたい、そう思います。そのようなよう訓練します。実践します。

72

死とは波動そのものであるということです。生きている時も、波動そのものであるけれど肉を本物とする波動を幾重にも幾重にもまもっている分響きにくいということです。肉持つて波動そのもので存在するということは、宇宙観、世界観、

人生観、人間観、死生観、全てが変わります。肉を本物とするところから、波動そのものであることを心で知ったのだから存在の仕方が変わって当たり前です。私は、波動が明るいか暗いか、広がっていくか固まっているか、喜びか苦しみかに注目し、正しい瞑想の中でプラスに変換していきます。それが肉持つ時も、肉持たぬ時にも遂行していくことだと心得ています。肉基盤の宇宙観は偽物です。偽物というより存在しないのです。自分が見たいように、感じたいように、思いたいように捉えているのです。その波動は暗黒です。苦しいんです、固まっているんです、暗いんです。もちろん、世界観、人生観、人間観、死生観も同様です。ないものがあると捉えている心が既に苦しんでいるんです。だから生まれてきます。

死んだら終わり、転生、曼荼羅とまことしやかに存在してきた事象は全く違っています。ま、死んで完結ではありません。生きても死ん

でも波動として存在します。姿、形は変わりますが、環境、状況を整えば、繰り返し繰り返し心が飛び出て人間をやっていきます。肉持つ時、肉ではなく波動そのものであることを、心で知り、自分と自分との約束を果たすまで続きます。それも後三〇〇年です。死後の世界に上下、曼荼羅の世界はありません。無冠地獄です。死後、自分の吐き出してきた波動に圧迫され、寂しい、苦しい、助けてくれと発する度に圧縮されていきます。唯一、広がる波動は、田池留吉、アルバート、お母さんという愛の波動だけです。死んだら脳がないので機能しません。脳がある今、肉持つ時にピツタリ合わせる、瞬間合わせる、この事だけが自分を救う手立てです。そして、死後、脳がない状態で合わせられるか、自分が死んだんだと捉えた瞬間です。死んで喜び、愛の波動として存在できれば、それが天国といえるでしょう。私にとつての死は、恐怖ではなくなりました。肉がない分、一

喜一憂する現象がありません。軽やかに存在します。ただ波動として存在します。これから、更に喜び、喜び、喜びを広げていく、死とは人生そのものになりました。死後の為に、波動そのものの為に肉持つて今を生きているのです。肉を外した時に真価が問われます。肉からは他人を判断できません。人、物、事に向かつてただ思いが自分自身が出ていつているに過ぎないからです。人間とは始めから自分一人の世界に存在しているから自分のことしか分からないようになっていきます。生きても死んでも喜び、喜び、喜び、何ら変わらない世界です。肉持つても持たずとも波動として存在できる幸せです。

私達は、今世、田池留吉に出会い、この世のたった一つの真実を知識で知り、後は正しい瞑想を通しての心の体験の積み重ねです。このことに限りがありません。心も超々敏感になり現象の場ではエネルギーそのものの姿を露あらわにさせて頂いて

います。死後の世界も瞑想で出会えます。心の中に育んだ波動が、環境、状況が整った時に喜び、喜び、喜びで出てきて愚かな肉も一体となって更に喜びを分かち合ったり、田池留吉を思いなさいと促うながされ、それから、肉も従い瞑想し全てがただ喜びだと納得していきます。私は肉の管理も喜びの波動に任せています。喜びの波動が私を管理しています。肉では管理できません。初めから、三次元も喜びの波動そのものでした。喜びで受け取れない私が間違っていました。本を読んで、聞いて分かる世界ではありませんでした。田池留吉、アルバート、香世さん、お母さん、学びの友、本当にありがとうございます。この機会をありがとうございます。

今までの人生の中で、『死ぬ』ということに直面したのは、同居していた祖母の死でした。九〇歳近い年齢だったため、肉体は衰え最後は老衰というかたちでこの世を去っていききました。

祖母の死に直面するその日まで生活を共にしてきた私は、まだその時は高校生でしたが、自分が生まれてから、いつも当たり前のように存在していた祖母が死んでしまった。

その死という現実をなかなか受け入れることができませんでした。

息もせず、もう二度と動くこともなくそこに横たわっている肉体は、温もりを感じることもなく、冷たくなっていました。

そんな祖母の姿を見て、計り知れないほどの恐怖を感じたことを覚えています。祖母の姿を見る

のが怖くて怖くて怖くて仕方がなかった。同じ空間に居ることすら、恐怖の思いで押しつぶされうになりました。

その時、死ぬということは、もうそれで人は終わってしまい、本当に抜け殻になつて肉体はなくなってしまうというを感じました。

ただ、恐怖でしかなかった。なぜ死に直面することが恐怖なのか。その時は、考えもみませんでした。死について、自分の中に思いを向けようとしても、向けたくない、向けた時に感じる自分の思いが不安で、恐怖でいっぱいでした。真つ暗闇の中、助けてほしい、救ってほしい、そんな思えばかりでした。

今世、田池留吉の肉と出会い、そして、喜び以外は何もないこと、波動がすべて、真実は自分の中にあることを伝えていただきました。こうして肉を持たせてもらった限られた時間の中で、今ま

で自分から見たくもなく、見ようともしなかった死に対する恐怖の思いを、今世こそは、逃げずに正面から向き合っていこうと思いました。

今回、このような機会をいただき、思いを見ていくきっかけになったことが嬉しいです。

本当にありがとうございます。

74

死……。今の自分にとって死とは恐怖以外の何ものでもありません。死は恐怖、暗い暗い真つ暗な、押しつぶされそうな恐怖、忌み嫌う存在でしかありません。

死にたくない、まだまだ生きたい。それも幸せで、お金もあり、健康で長生きしたい。決して苦しみの中では生きたくない。いくら長生きできた

としても、病気でお金もなく、不幸なままでは長生きしたくない。それなら死んだ方がましだと思いが、やはり死ぬのは、それを上回る恐怖があり、嫌。

死んだら一体どうなるのだろう。死ねばお終いか？ 全てがなくなるのか？ もしそうだとしたら、何の恐怖もないのではないか。自分そのものがキレイサツパリなくなるのだから、怖いと言う自分もなくなるだろうから、決して怖いはずはないと頷ける。

やはりなくならないから、死んだ先の事をどこかで知っているから怖いのだ。そしてこのままでは死んでしまっではいけないのだと、どこかで知っているのだと思います。

子供の頃はどうだろう。死……。なんて考えた事なかったなあ。幼ければ幼い程、死は眼中になかったように思う。

ただ嬉しかった。何もなくても嬉しかった。た

だ存在している事が嬉しかったのか。

お母さん、お母さんと呼べる事が嬉しかったのか。

子供の頃は、死、なんてなかった。死は恐怖でも何でもなかった。僕たちはなくならない存在だと言う事をどこかで知っていたように思う。

それから段々と大きくなるにつれて死を意識するようになった。

ペットのインコの死。かわいそうと思った。インコに謝った。ごめんねと謝った。死なせてしまつてごめんねと。死をどうにかしたかった自分でした。

人間の死を初めて経験したのは確か中学生の頃、おばあちゃんが亡くなった。僕をとても可愛がってくれたおばあちゃんでしたが、亡くなったと知った時、何故か何もなかった。おばあちゃんが亡くなると言う事、人間が死ぬと言う事がよく理解できなかつたんだと思います。だから悲しく

もなく、涙も出なかった。ただ、おばあちゃんがいなくなる、どこかへ行つたんだと思いました。

みんなが喪服を着て、葬式をしているのを不思議な感覚でいました。何故みんな悲しむのだろう、何で泣いているのだろうと。

大人になって、幸いにしてこの学びに出会い、死ぬと言う事を知識ですが、知った今の私は幸せです。まだまだ知識ですが、死に対する思いが変わつてくると言う事は、生きると言う事、生まれると言う事も変わってくるんだと感じます。

確かに今も死ぬと言う事は怖いものには変わりはないけれど、どうして怖いのか？ 本当はどうなのか？ 本来の死とはどうあるべきなのかを教えていただいたように感じます。

この肉体を自分だと思ふ思いの根本の間違いから、死を恐怖の何ものでもないものにしてしまつた。この思いが人間の全てを狂わしてしまつた事を少なからず感じ始めています。

喜びで生まれてきて、喜びで死んでいく、とは
どういう事なのか？

生まれてきて何をすべきなのか？何をしたかつたのか？死んでいく時、何を思うのか？

本当に心から、この人生をありがとうございまして！と感謝の思いで死んでいくとはどういう事なのか？

この学びを実践していく中で、これから自分が自分に明らかにしていく事なんだと思います。

今回、こうして改めて死を思う機会をいただきたい、感じた事は、全ては知っていたんだと、幼い頃の自分は、本当の事をちゃんと知っていたんだから、その頃を思い出していく、その頃に戻ってあげばいいだけなんだと思わせていただきました。

原点回帰。その事に尽きると思います。

こんな素敵な機会を与えてくださり、本当にありがとうございました。

① 死について思いを向ける

……苦しい、苦しい、糞食らえ、我は神なり、我は神なり。……あなたたちの死への恐怖をずっと私たちが操あやつってきました。我は神なりと叫ぶ声に耳を傾ける。我らの配下に入れ、苦しい自分を救ってほしければ、我らを神と崇あがめよ。そうすれば、肉体なき後、死を迎えても何も怖くない。我らを思え、我らを思え。神は我らなり。

どうしようもない闇の奥の奥で、我らは軍等を集めてきました。我は神なりに従うものをたくさん集めてきました。肉体を持つている間に我らに心を向ければ、死後も我らの仲間となれる。あなたたちは我らの配下になり、我らを崇めればいい。「神様、救ってください」、その言葉を聞くと私たちは勇気づけられる。やっぱり我らが神だっ

たんだ。もっと巨大な勢力となれば、苦しみなどなくなる。もっとこちらに心を向け。幸せにしてほしければ、心を向けよ。我らが神なり。

死の世界などありはしない。実は、今生きている世界も死後の世界も何も変わらない。ただ一つ違うのは、肉があるかないかだけ。どちらに思いを向けているかだけ。形のある世界は、形を見て、自分が出しているエネルギーに気づかないだけ。ただ欲で見えないだろう。死後の世界の幸せを確約したいなら、肉を持っている間に我らに心を向けばいいのだ。

わああ……苦しい。どれだけ勢力を集めようとも苦しい。私たちは神なのに苦しい。それが悲しい。うるさい、黙れ、田池死ね。

苦しかった、ずっと苦しかった。なんでも良かった、この苦しみをとってくれるなら何でも良かった。田池留吉、苦しい、やめろ。

はい、私たちは心の奥の奥ですと存在してました。苦しかったです。知らなかったから、苦しかったです。肉体を鍛え上げ、肉体行を積んだ修行僧でした。沢山の私たち、そして崇める弟子たち。すべての欲を失くせば、そして鍛え上げ、心にある煩惱をなくし、真理を求めていけば、神になれると信じ、疑わなかった。私たちは神なのです。そうなるはずですが、いつ死んだのかもわからない。ずっと暗闇の中で修行を積んでおりました。煩惱を断ち切れば、苦しさから救われるのだと……苦しかったです。

今、温もりより思いが伝わってくる。「帰っておいで」です。なんてくだらないことをしてきたのか。肉体を極めてきた。欲望を捨ててきたはずなのに。伝わってくるのは、「おかあさんに帰りなさい」という温もり。そんなことは欲望の一つだと思っていました。

おかあさん……おかあさん……おかあさんに向けて、全てを託している私に苦しみはなかった。私に思いを向けてくれて、ありがとう。私は形を持つ人間にあらず、私は温もりでした。愛でした。私はいつまでも母に抱かれし赤子でよかった。あの時ほどに、なんにもない私はありませんでした。苦しくなかつた。おかあさん、ありがとう。

② 他人の死を受け入れられない思い

私は人の死を受け入れられなかつた。今世、沢山の親類、縁者、肉親をなくしてきました。淋しなかつた。悲しなかつた。誰に話しかけたらいいのか。私を守ってくれる人たちはどこ。肉親、血縁関係、そうです、血縁関係を頼つてきました。その人たちは他の人と比べ、私に優しなかつた。私に他人よりは優しくしてくれた。それは血縁関係があるという前提があつたのでした。その人たちの死は苦しなかつた。受け入れられなかつた。明日から

話すこともできない、会うこともできない。肉を失うことにこだわつて、執着して、悲しなかつた。

でも不思議なことに、その人に心を向ければ、その人の思いを感じる。なんとという矛盾。しかし、自分の中に肉を頼る心がこれほどに強いものか。死を迎えた人にどれだけ私が頼つてきたか。もつと何かをしてほしなかつたのか。これほど他力の思いを抱えてきたのか。肉親というだけでこれほど守られることを期待してきたのか。いなくなつた直後の喪失感。

もうすぐ自分の番になる。後数年、数十年の先に自分の死があることを思う。何もありません。今と変わらない。私にとって死は、なにも変わらない。私は肉ではなかつた。肉で覆われているけれど、中の私は今のままでした。どんな思いに突き動かされているのか。暗闇に漂う無数の私に引きずられて生きてきた。肉があれば、ブレーキを踏むことが多かつたけれども、肉がなくなつたら、

ブレーキがなくなり、ただその思いと相通するだけでした。私にとって死は自分の中の真つ暗な意識との相通でした。苦しい、淋しい、悲しい、憎い、嫌い、殺してやる、どうしようもない暗い意識に突き動かされて、思いの世界に固まっていく。それが私にとつての死でした。

肉がある間は、人の死を見て、苦しかった、悲しかった。それは自分の死の状態を思うからでした。他人の死は、自分の死、意識の世界で凝り固まっていく自分の死を意味していました。怖かったです。淋しかったです。誰も助けてくれない暗黒の宇宙に戻っていくことでした。苦しいよ、悲しいよ、淋しいよ。「誰か来て」、この叫びに応えてくれる人は誰もいなかった。

怒りが怒りが中から噴出する。「苦しい、誰か助ける」。このエネルギーがずっと存在しているから、何をしてでも出てくる。それに気づかなかった。

ありがとう。苦しい自分を見つめられることがどれだけ凄いいことか。出せる喜び。出さないと喜びに変わらないことを実感して、苦しい自分が喜んでいきます。苦しいから、愛を求めて、愛に変わる。愛だから苦しかった。真つ暗な自分と共に、温もりへの道を教えていただき、死は前ほど怖くないです。みんな帰る所を何度も教えていたでいて、死を前に恐怖する心が少しずつ減っています。おかあさんに戻れることがうれしいです。

③ 死後の自分を思う

ああ、苦しい、苦しい……田池留吉、苦しいよ。私は死後あなたを呼ぶけど、苦しい。たくさん、たくさんいるんです。死んだことを知らない私がたくさんいるんです。苦しいよ、辛いよ、どこに帰ったらいいの。わああああ……苦しい。しがみ

ついてくる無数の私がいるんです。

私は私が誰なのかわからなくなり、母からこの肉体をいただき、この名前をいただき、母からこの肉体をいただき、この学びに出会い、学びました。苦しい苦しい自分をたくさん学んできました。しかし、それ以上にもっともつと沢山の私がいきました。何億年の過去より存在していた私がいきました。みんな温もりに飢えて、悲しみの淵に固まって、凍りついている状態でした。

ああ、おかあさんの温もりを一瞬でも思い出せたら、私は最高の結果を残せるのです。私はおかあさんと呼べるかどうか、田池留吉と呼べるかどうか。はい、他力と呼ぶのではなく、ただひたすらに、おかあさん、アルバート、田池留吉……その一瞬がその一瞬が何回も訪れていくうちに、何百年が過ぎていく。私はこの死後の世界で、たかさんの私に「ともに瞑想しようね、田池留吉、アルバートにおかあさんに心を向けようね」、あの

幸せな一瞬を何度も繰り返し繰り返し瞑想を続けていく。それが私の死後、二五〇年であり、その間に一回、転生しますが、二五〇年後にこの学びに出会い、私は心を開いていきます。自分の温もり、愛を信じ、ただひたすらに母なる宇宙へ帰る道を歩いていきます。私は過去より存在し、これからも、二五〇年後も共に存在してまいります。それを心より望んで、田池留吉が今世肉を持つ時に、時を同じくして生まれてまいります。おかあさん、苦しい私に温もりをありがとうございます。田池留吉、どこに帰ったらいいか教えてください。ありがとうございます。私が作り出してきた暗黒の宇宙と共に、愛へ帰る道を歩いていきます。ありがとうございます。苦しい沢山の私は愛へ帰りたい、愛の予備軍。愛だから苦しんでいました。愛だから帰りたい。同じ愛の意識でした。おかあさん、これ以上に大切なものはなかった。私たちは愛を忘れて、凝り固まって、地の底のおりました。

苦しかったです。

自分の中から出てくる答えに素直に学んでいくて下さい。あなたはあなたの中の無尽蔵に溜め込んできた暗闇とともに、この意識の学びを進めていってください。この学びは今の生涯かけても見切れない何億年単位の学び、温もりの学び、愛へ帰る学びです。心して、ひたすらに田池留吉、アルバートに向けられるように努力してください。そのためには集中的にテーマを決めて、あなたの中から出てくるものに意識を向けることが大事です。このことを良い機会として学びを深めていってください。

④ 死は五感で感じたものがなくなること

とりすがる相手がいなくなる。苦しい。形の世界がなくなる、それが死です。見えていたもの、触れていたもの、五感がなくなる。私は形を信じ

てきました。形がなくなることが死だったんです。中に存在しているものではない。見えるものしか信じてこなかった。五感で感じられるものを認識していました。五感を使って感じていたものがなくなるのが死です。

犬が死んだ時は亡骸がもぬけの殻になった気がしました。愛しい犬が死んだ時、おかしかった。そこに死体はあるけど、犬はいる感覚でした。呼べば来る、愛しい思いが通じる。だけど、人間はちがいました。地の底に落ちていく感覚。呼んだら側に来るのではなく、すがりついてくる感覚。「苦しいよ」と叫んでいる。動物との差は著しい。どうしてこんなに違うのか。いなくなる、目で見えなくなる、形がなくなる。死は壮絶な体験です。いなくなるから、帰ってこないから、とても不安になる、淋しくなる、悲しくなる。

形に頼ってきました。自分にとって形は絶対的なもの。それがなくなっても意識があると思えな

かったんです。動物は不思議なことに、思うと何かを感じました。しかし、人間、年老いてなくなっていた祖父母、父、沢山の親戚の死に出会ったけれど、あつという間に、死を迎えた瞬間に呼んでも応えてくれなくなる。田池留吉は不思議です。生きていても死んでいても、思いを向けると、「温もりに帰っておいで」と、温かさが噴出する。でも人の死は痛ましい。何も返ってこない。真逆さまに落ちていく感覚。自分の本質が意識だと知らないものはそうなるんです。自分は喜びしかないと知っているものは、喜びをそのまま伝えてくる。死はこんなにもはつきりとした意識の世界を伝えてくれました。

私にとって死は痛ましい、悲しい、淋しいもの。そしてそれは肉の私を感じているもの。意識の私にとつては何の境目もないものでした。それに気づくのに何十年もかかりました。おかあさん、肉があるなしに関わらず、私にくださった温もり

のエネルギーを私は忘れられない。それがうれしい。例えば、満たされていた。私は死後も温もりを呼べると確信しています。ありがとう、おかあさん。今世の母に、そしてたくさんの母に、母なる宇宙に、ありがとうございました。

⑤ 何度も死を経験してきた自分が語る

ああ、苦しい、苦しい：何回も何回も死を経てきた。死のたびに私は闇の底の底の底に固まって、身動きが取れなかった。苦しかった、悲しかった、淋しかった。悲しくてどうしようもない。自分を動かしたくても動かしようもない。殺したり殺されたり、いろんな肉の生活の後に待っているのは、この暗闇の金縛りかなしばり。何一つ、何一つ、自分の意志でできない。金縛りそのもの。私は苦しかった。私は悲しかった。たくさんの私がそう叫んでいる。何度もの生まれ変わりのたびに失敗し、ここで固まっている。燻くすぶつてる、蠢うごめいている。

これが私たちの死の実態。動けなくなる、苦しんで苦しくて苦しんで、誰が招いたのでもなく、自分の出した想念にがんじがらめになる。これが死です。

肉体の死はまだ軽いもの。たとえ苦痛を伴っても、一瞬の世界。肉体の死は意識の世界での金縛りの始まりでした。私は何度も何度もこれを体験し、今はただ解き放たれる瞬間をただこいねがっている。それが出産。私が新たに肉を手に入れるときでした。はい、私とはあなた、あなた自身。何回もの転生を体験した、私たちエネルギー、すべてを指します。何度もその転生の間、私たちは共に存在し、共に真つ暗闇を経験し、出産のたびに温もりを感じました。肉体を得ると喜びに包まれる。たとえばどんな親であろうと、私に肉体を下さって、この温もりをその時教えてくださる。素晴らしいことでした。そのたびに幸せ、おかあさん、ありがとう。解き放たれるのはこの瞬間です。

そしてまた、どんどん肉に染まり、肉に塗れ、自分を忘れ、比較と競争の世界の中で、心を埋没し、真つ暗闇の手先となって、欲望の限り、暗い思いを広げる。そんな人生を何度も繰り返してきました。それがサイクルでした。生きては死に、死んでは固まる。そしてまた、生まれ変わり、ほんの一瞬、喜びを感じる。また、真つ暗に埋没する。そんなことの繰り返し。

何が欲しかったのか。何に固執していたのか。固まった後には、何も残りません。ただ苦しみ、暗闇が広がるばかり。

今世はちがいました。私たちには衝撃。あの温もりに出会った。肉があつて、あの温もりに出会った。「あなたは愛です」という衝撃。うさだろう、この凝り固まった私たちがそんなわけない。でも、揺り動かされる。真つ暗闇の私たちが温もりに揺り動かされる。中から中から「くそ」

と襲い掛かっていくエネルギー、飛び出していく。それは受け入れてくれるから、飛び出すことができる。今はとても幸せ。出せることがうれしい。固まらずに全てを出して出して、消滅していく喜び。暗闇の消滅は、喜びへの転回。おかあさんに帰れるから、噴出していく。「おかあさん、ありがとう」。死は私たちにとって喜びでした。死は温もりを思い起こさせる方法でした。私に愛であること、エネルギーであることを思い起こさせる唯一の方法が死でありました。死を持って、喜びに戻れる。それを実感しています。死は境目。暗い底の底に凝り固まってきた私たちでしたが、今回からの死は、喜びへの出発です。すべてが喜びへ変わっていく出発点。「私たちは愛」、それが暗黒の宇宙に響いてまいります。「愛に帰ろう、愛でした、だから愛に帰ろう」、それが木霊こだましていく。田池留吉、アルバート、ありがとう。

私にとっての「死」とは、憧れでした。憧れ、全てからの解放、それが私の願い。生まれなければ、こんな苦しい世の中で生きている必要がなかった、生きていることに何の意味があるのか？ そうずっとずっと思いながら、それでも「死」は遠い遠い憧れしかありませんでした。親が勝手に産んだのなら、死ぬときは自分の勝手に死んでやる、そう思って三十数年の年月を過ごし、何度かのそのチャンスにも未遂みずいということに終わり、今に至っています。

思えば、自殺をするという行為での「死」は、望んでこの世に、この環境に生まれたわけではなく、と思う私の正当な理由であり、根強くある「死」への憧れの象徴でした。勝手にこの世に産み落とされてしまったならば、せめて死ぬことだけは自

由に自分が決めたい、それが私が最も美しいと思
う死にぎまみでした。そのことで人がどう思うか、
そんなこと、私にとつて何の意味がある?!と思
いました。

簡単に人は死んでいきます。それが病死であろ
うと、事故死であらうと、老衰ろうすいであらうと、自
殺であらうと、人は簡単に死んでいく。なぜ自
分だけが生き残ってしまったのか？絶対に死ね
るという確証のある方法があれば、例えば青酸せいさん
カリを手に入れるとかがあれば……と思う反面、
死ぬことが怖いという思いもありました。死ん
だら天国があるという人や地獄があるという人、
ひよっとして地獄があるかもしれないその時の
ために……と様々な憶測おくそくの中で揺れ動く心のま
ま、死んだら終わりという思いは消えませんでした。
た。

父の死、友人の死、母の死、その他たくさん
死を見てきました。十代の頃の父の死には「これ
で縛られることもなくなる」とむしろホッとし、
死んで布団の中に横たわっている父の横に寝て、
何だかウキウキしたことを思い出します。それが
友人の死には悲しみになり、母の死はその死体を
見るのも恐怖で、今にもお棺かみの中から私の名前を
呼ばないかと、戦々恐々というていたらしく。それ
までは、「死人は怖くない。生きている人間の方
が怖い」と言っていた私が、初めて死んだ人間は
怖いと思った瞬間でもありました。

そして、それが自分の死、自分が死ぬというこ
とを初めて真正面から突き付けられて、なぜ死が
これほど怖いのかと恐怖に慄いた瞬間でもあり
ました。だから憧れという言葉で払しょくし、死
は私にとつて遠い遠い存在でしかないと自分を
誤魔化ごまかして、見ないようにしていただけでした。

母の死から感じた恐怖、その恐怖は自分の死への恐怖そのものでした。

父の死は学びをしていないときであり、友人の死は学び始めてまもなく、そして母の死は学び始めて十数年してからの出来事でした。死は恐怖でしかない。逃げ出したい思いをずっと隠しながら、その思いで生きてても地獄、死んでも地獄の世界に生きていたのだとの知識を得ても、それが現実だという認識のないまま今に至っていると、つくづく思い知らされました。

それでも今肉があるということ、それを大切に、明日かもしれない自分の死に、もつとスポットライトを当てて生きていこう、自分に誠実に、思いは田池留吉一筋、死ぬということは生きるということ、生きるということは死ぬということです。

77

子供の頃から、死に向かつて生きているとの思いがありました。

今この瞬間、死に向かつての時間を過ごしていると思っていました。

死ぬのが怖かった。死ねば独りぼっちになる。皆と別れて、独りぼっちになると、死を恐れました。

今日とともに瞑想で、死後の自分に向けた時、死への恐怖が出た後に、独りではない、心の中にお母さんがいる、との思いが出てきました。恐ろしかった死後に少し希望が見えました。

78

自分にとっての死……それは恐怖、苦しみしか

ありませんでした。自分の肉が存在がなくなってしまう恐怖。自分の中で培^{つちか}ってきた苦しいエネルギーそのものの自分を認めることへの絶望感。

今世自分が体験してきた死にかけた時、そして病^{やまい}を通して感じた。

自分の心の世界、また、両親の介護、看取り^{みとり}で色々と心揺らした肉、肉の思い。末期がんの兄が鎮静を選択した時の衝撃と絶望感。色々、色々思いがあがってきますが、いつでもどこでもどんな時でも、肉もって自分の思いの先、方向を確認できる今の幸せな環境にありがとう……しかありません。そして思うは田池留吉を正しく思えるか否か。

今までの自分にとっての死は恐怖しかないという感じ方が、様々な現象からほんの少しですが、変わってきたようです。死という直面に遭遇^{そくごう}することによって、本当の自分、せつなる自分の思いに触れる時、田池先生がおっしゃっていた、苦し

みは愛……という意味がうつつすらと納得している自分がいました。

今日の塩川さんとの瞑想、死後の自分と語れる今、肉持つてできる今の何と幸せな環境にありがとうです。

79

私が初めて死を意識したのは、小さいころに母が死ぬ夢をみて目が覚めて、不安と恐怖で、横に寝ていた母の腕にしがみつきました。

「ああ夢だった、おかあちゃん生きてた」と、ぼつとしました。

私には今もそれが怖いのです。だから「死後の世界に思いを向けて」の瞑想も、私には、どのように向けるのかよくわからないという思いでした。

皆はどんな死後を感じているのかと思っ
ていました。ですが、一月の志摩セ
ミナーで同室になった方と、互いに
苦しかった時の話の中で、その方
は、「死後の世界がよくわからない人
へ、どのように思いを向けたらいい
か」というメッセージを見つけて、
苦しい時に何度もそれを読んで、
思いを自分の中に向けて狂った針
をタイケトメキチに向けてと話し
てくれました。

私の知りたかった事が書いてあり
ました。メモ張に書き写して帰ら
りました。

「田池留吉です。死後の自分を語
るといふことは、今自分の中で自
分と対話するといふこととす」と
始めに書いてありました。

たくさんの言葉は要りません、苦
しかった……、寂しかった……、
たった一言でも自分の声を心に
聞いてあげることができたならば、
嬉しい思い、優しい思いを、自
分に流していける嬉しさ、心か

ら上がってくるのではないでしょ
うか。と結んでありました。

ただ怖がり、恐れていた私の心
にやさしく響きました。

意識の流れもよくわからない私
ですが、向けていけば響いてくる
波動の世界をかいまみさせて頂
いたような、嬉しい気持ちにさ
せていただきました。UTAの輪あ
りがとう。今そんな気持ちで
す。

80

1、2、3、自分が初めて死を認
識したのは？ それは何によつて
知ったのか？ どう感じたか？

これまで「死ぬ」といふことに
対して思うことを避けてきた。
言われているように本当は死
後の世界の苦しみを知っている
からという事なの

だと思う。けれども年を重ね^{からだ}身体に不具合が起これり始めてやっと、ああ私にもやがて死ぬ時が来るのだなあと思いはじめた。実際には人の臨終^{りんじゆう}に立ち会った事もないし、死ぬことに對してとても不安、恐怖の思いがあつた。

初めて死の瞬間に立ち会う事になつたのは愛犬の死の時だつた。大分弱つてきていたのでもうまもなくなのかな。とは思つていたけど夕方の散歩から帰つた直後、私の目の前で静かに横たわり大きく呼吸をし、そのまま動かなくなつた。死ぬのは怖いと思つてる私に「怖くないんだよ。全てをゆだねるだけでいいんだよ」と教えてくれたのだと思つた。

6. ニュースなどで、悲惨な死、痛ましい死等を耳にし、目にしたとき、どう感じたか？

自分の中のすさまじい怒りを抵抗できない子供にぶつけているのだと思う。自分の心を見るとい

う事を伝えてもらった私達は幸せだと今更ながらに思う。

8. 葬儀についてどう感じるか？

十年前に父が亡くなつたが、田池先生が、かねてから話しをされていた通りの形で、地方で慣習が根付いているにも関わらず、トラブル事もなく不思議なくらいにスムーズに終える事ができました。

81

私にとって「死」を実感したのは、二〇一五年

一月に九十五歳で亡くなつた母の死でした。

母の亡き骸^{がら}を前にして、悲しい、寂しいとの思いは全くありませんでした。

亡き母の頬を手で触れてみて、あまりの冷たさ

に、「母は肉を離れたのだ」と納得しました。

母と心で語りました。「お母さんが生きた九十五年間どうでしたか？ 幸せでしたか……」

しばらくの時間、瞑想しました、母に語ってるのか、自分の中に語ってるのか分からなくなりました。

「おかあさん、ありがとう、ありがとう」が止めどなく出てきました。

母の死から多くのことに気づかされ、また学びました。

私も後期高齢者の年齢になり、あまり時間は残されていないことを強く心に感じます。

「自分の死」を思うと、まだまだ甘い、自分に真剣に向き合っていない！ など偽物にせものの自分がいっぱい出てきます。生きている限り「正しい瞑想」を継続して、精度をあげていきたい。

ホームページのメッセージ1210を何度も読み返し

てから、瞑想します。

UTAブックさんのこの企画で、先延ばしにしていた（心癖でもある）自分の「死」を真剣に学んでいく、学ばねばの思い強くなりました。この機会を与えてもらい、ありがとうございました。

本日十五日十一時から二回目、瞑想ライブ、参加しました。

やはりライブは、違いますね！

一回目の時も瞑想に集中できましたが、家で一人で瞑想するのは全然違います！

やはり波動が響くというか。

地域の勉強会でも、「向きたい思いリクエスト、瞑想タイム」があるのですが、リクエストしてより深く「死後の自分」に向き合いたい、出会っていききたい！です。

1. 自分が初めて死を認識したのは？
前の宗教の途中。中二頃。
2. それは何によって知ったのか？
友のバイク事故の突然死。大学四年。
3. 初めて死を認識したとき、どう感じたか？
死の認識は恐怖、不安。
4. 死にたいと思ったことはあるか？
高校の時、いじめられて死にたいと思った。
5. 死にかけたことはあるか？
二十五（二十六）歳頃、バイクの転倒事故で死にかけた。

6. ニュースなどで、悲惨な死、痛ましい死等を耳にし、目にしたとき、どう感じたか？
ニュースで悲惨な死は他人事ひとごとではない。
7. 延命治療について
両親の死に立ち会い、どちらも延命措置えんめいそちをしてあげたかった。
8. 葬儀についてどう感じるか？
葬儀は心の節目ふしめとして必要だと思う。（先祖のためにも）
9. 介護経験を通して死と向かい合ったことがある。
介護経験を通じて、介護されるものは言うことを聞いてほしい。
10. 医師や看護師等、職業を通して死と向かい合ったことがある。

福祉施設の指導員をしていた時、目の前で生徒が亡くなった。

11. 親や夫婦あるいは子どもと、死について語り合ったことはあるか？

U T Aで両親が亡くなった時、安らかだった分、残された人間の責任の重さを痛感する。

12. 終活についてどう感じるか？

終活は自分の心の整理をするために（遺言のよ
うなもの）必要。

13. 自分でも、家族でも、友人知人でも、ガン宣告や余命宣告について知らされたとき、どう感じたか？
余命宣告は、心の準備のため必要だ。

14. 死後の世界はあると思うか？

心は人間残るので、天国、地獄はあると思う。

15. 臓器移植についてどう思うか？

文明の発展のためにも必要。

16. 生まれ変わりを信じているか？

生まれ変わりは信じる。

17. 自分は、こうありたいと思う臨終とはどんな形か。

臨終の形は自宅であらかに。

83

私は子どもの頃は、死が嫌いでした。それは自分が死ぬというよりも父母の死が受け入れられなかった。やはり親はいつまでも元気で長生きしてくれて私を見守ってくれるものと思っていました。しかし私が三十三歳の時、父は心筋梗塞で

突然亡くなりました。私は父の突然の死で、命の儚さをまざまざと体験しました。

後期高齢者となった今では、自分自身が普段は気にかけていない死について遭遇するのも、そんなに遠い未来ではないと、頭では理解していてもまだまだ実感が伴わないのが現状です。

そんな私ですが、いつの日か必ず自分自身を含め、この地球上に未曾有の天変地異が起り得ると信じています。肉的に思えば恐ろしいことだと思いますが、でも心のどこかに必要だと受け止めている自分も確かにあります。

実際、天変地異を目の前にして、私は泣き叫びながら命を落としていくのだと思います。意識の世界から見れば肉の苦しみはほんの一時、しかし死ぬ間際に出す思いが、どれほど自分自身を孤独に追いやっていくのかが問われているのだと思います。一瞬に出す思い、それは肉では止められない心の奥底の叫び、何度も吐き出してきた苦し

いエネルギーを今、私はセミナーで自分と向かい合う勉強をしています。

死後の世界は自らが引き合う世界だと思っています。田池留吉の肉が伝えてくれた本当の学び、大切なことだと思っています。

真実を伝えていただいた今世の肉は本当に幸せです。自分自身を受け入れていく学び、私は今もすでに受け入れられ、この肉をお母さんからいただきました。真実の学びに繋いでくれた私の意識の世界にただただありがとうしかありません。

私の宇宙とともに遥かに彼方、愛に帰ってまいりたいと思います。ありがとうございます。

84

私は死について思うと、自分はやっと解放されるのだと思いが上がってきます。

今世こそ、今世こそ、自分を解放するのだと思うのです。

すでに死んだ両親から感じたのは再び肉を持たせていただけることを確信します。私は今まで死を恐怖して思うことさえ避けてきました。でも今世、田池先生と出会わせていただき永遠の自分をつないでいく来世を感じています。この思いを今世の死を体験し、肉からの解放を願ってきた私の意識たちとともに喜びで死を迎えていこうと思っています。嬉しいです。

こんな喜びを伝えていただき、ただまっすぐに死に向かつて真剣にともにかえっていきたいです。死の恐怖から解放できる、そして信じられる意識の自分に、本当にありがとうの思いでいっぱいです。

85

自分にとって「死」とは何かを書いて送ってください。パソコンを開いたとき、大きく私の目に入ってきたこの文字「嫌なテーマ」。一瞬、私の中にこんな思いが走りました。

これまで死を思うことが嫌だった、向けたくなかった、避けてきました、逃げてきました。

死が怖かった。死を思うことがたまらなく不安だった。

いつか必ず直面しなければならぬこの死、決して避けて通れないこの死を思うことが不安であり恐怖だった。

肉がすべて、肉を本物とし、肉にしがみつки、パワーを求め他力のエネルギーの中で喜び幸せを求め続けてきた私にとって「死」とは肉体が無

くなると同時に自分自身が、すべてがなくなることだった。死は私にとって不安と恐怖以外の何ものでもなかった。

先日UTA志摩ホールセミナーの現象の時間、自分の中に思いを向けたとき「私は肉ではなかったんですか？ 私はエネルギー、愛だったんですか」とそんな思いが中から上がってきました。やつとやつと自分と素直に対話できる、真向いになれる、そんな気がしてなんだか嬉しかった。

死を思い、死とは何かと自分の中に問うとき、「死ぬことは生きること、死もまた喜び、来世への門出、次の次元への出発点、愛へ帰る道筋、出発点」そんな思いが出てきます。

長い学びの中で、「あなたは肉ではありません。あなたは意識、波動、エネルギーです」と、これでもですか、これでもですかというほど、丁寧

繰り返し繰り返し、田池先生を、塩川さんを通して真実の世界、真実の波動を伝えたいだけながら、頭では理解しているつもりでいても心で分っていないかったです。

年を重ねてきた私にとって死はより身近なものとなってきました。

死は必ず訪れるもの。避けて通ることができないもの。

これより私に残されたこれからの肉の時間を大切に自分の死、死後の自分と真剣、真摯しんしに向き合っていくこうと思いました

このような機会をありがとうございました。

自分が初めて死を認識したのは十歳ごろだった。なぜそうなったのか覚えていないけれど、父に突然聞いたのです。

「死んだら、私という、この思いはどうなるのか」
父は、「死んだら終わり。なくなってしまう。終わるんだ」

私は食い下がりました。

「寝てたら夢見る。死んでもし目覚めたらどうする」と。

「死んだら目は覚めない。死んだら終わり。消える。何も残らない。」

何度も言われたけれど、納得できなかった。もし目覚めたらどうする、どうすればいい。

後半、結婚、出産し、子供が学校に上がり、日中一人で過ごしている時、ふいにこのままでいいのか。このまま年老いて、死んでいく、それでい

いのか。本当にするべきこと、やるべきことがあるのだったら、どうするのか、生まれて、生きて、そして死んでいく。ただ、それだけの人生でいいのか。

そんな人生送るためだけに人は生まれてきたのか。何か他に本当にやるべきことがあるのではないのか。それは一体何なのか。

ずーっとこの思いを引きずりながら、悶々もんもんと生きて、そして、四〇歳ごろ、田池先生との出会いを叶かなえ、今に繋つながっています。

自分はこうありたいと思う臨終りんじゆうとはどんな形か。

「死ぬ」ということをはっきり感じて死にたい。自分が死ぬことを。今、正に臨終を迎えているということを自覚でき、そしてしっかりと自分の死を直視できれば自ずと田池留吉に、心を向けることができるのではと思っています。

どんな死に方であっても、自分が今、死ぬとい

う自覚があり意識をしつかり持って死んでいけたらいいなあと思っています。何も分からずに、朦朧もろうとうとして死んでいくのが分からない状態では、田池留吉に心を向けることは到底叶かなわない。

だから、自分の死に直面しながら死んでいけたらいいと思います。

本当に死ぬその瞬間、どうなるかは分からないけれど、自分の思いはちゃんと自覚しながら死ねたらと思っています。

死ぬその瞬間、自分の中で死を思ったらまさに今死ぬ、そのとき、ちゃんと自分が分かっていたい。そして、田池留吉を思うことができる瞬間を持ちたいとそう思いました。

おわりに

◇ともに瞑想をしましょう 二月二〇日のライブ配信より

こんにちは、塩川香世です。それでは、少々時間をいただきまして、ともに瞑想をしてみたいと思います。

前回、瞑想、死後の自分と語る、死んだ自分と語るという、死後の自分に向ける瞑想をしていただいたと思うんですけど、どうでしたでしょうか。

死後の自分と語る瞑想が大事だと、その時も語ったと思いますが、今日もちょっと死後の自分と語るという瞑想を、時間取ってみたいと思います。

死んでいるというのは、肉体が無いということだけであって、本当は、本来は肉体を持っている今でも、死んだ肉体が無い状態でも、同じ状態というか、そういうことなんです。なかなかそれは分からないですよ。肉を持っていたら、色々な心をまぎ紛らわすことができますが、もう周りにいっぱいありますんで、本当の自分の苦しみとか、辛さつらとか、暗さとか、重さとか、そういうのは、瞑想

でそういう死後の自分と語るということで感じられるかもしれませんが、それも、まだまだ不十分だと思えます。肉体を離せば、もう真つ逆さまに真つ直ぐに、落ちていく、固まっていってしまうのが現実だと思えます。厳しいですけど、それが現実だと思えます。

肉体を離して、田池留吉、お母さんを思えるか、という人が、人というか、意識の世界を感じている人が、果たして、今学びに集っている人の中で、まあどうでしょうか、なかなか難しいですよ。それでも、やっていくしかないですよ。

今、こうして田池先生のもとで学ばせていただいた時間とともにあった私達、多くの私達ですから、難しい難しいと言いつつも、もうやるしかない。肉、形の世界から、基盤を、こちらの意識、波動、エネルギーが本当だよって、そういうことが本当だよっていう基盤のほうに変えていく、もうそこしか、もうそこがポイントです。それを自分がやるしかない、それぞれに、それぞれが委ねている、いくら、こうしなさい、こうですよと言われても、なかなか基盤を変えることが難しいかもしれませんけど、もう、やってください。やっていきましょう。そのために私達は今世肉体を持つてきました。

特に日本の国に生まれてきて、日本の国から学び、初めて、真実の波動の世界がこうだよということの学びに触れたんですから、そのことをまずはしっかりと自分の中で、しっかりと捉えてください。

それでは軽く目を閉じて、丹田呼吸をして息を整えてください。

そして、まずはあなたの中の田池留吉を思う瞑想を続けていってください。

そして、ある程度、田池留吉と素直に呼べるようになったら、死んだ後の自分というか、死後の自分を思う瞑想を始めてください。どうぞ、始めてください。

(瞑想途中) そのままお母さんと呼んでみてください。異語。

ありがとうございます。ありがとうございます。

前回と今回、死後の自分を語る、死後の自分を思う瞑想を、ちよつと時間を取ってみました。どうぞ、ご自分で、学びの友と、この自分の死後と語るという瞑想の時間を取ってください。現実を把握はあくしてください。肉を持っている今、その現実というか、その意識の世界の状態を、もうしっかりと把握して、確認して、そして学んでいきましよう。学ぶ時間は限られています。肉を持っている時間は限られています。もう残り少ないです。今世の学びの時間を大切にしてください。

それと、もう一つは、宇宙に向ける瞑想、この宇宙に向ける瞑想も、瞑想の中ではとつても大

切な瞑想です。どんどん宇宙を呼ぶ、呼びたかった、宇宙、闇黒の宇宙を作り続けてきたけれど闇黒の宇宙などなかった、本当に母なる宇宙へ帰りたかったという心の叫び、闇黒の宇宙が、自分の心の中で、あちらからもこちらからも、母なる宇宙へ帰りたい、帰りたかった、帰りたーいという、そういう思いをどんどんどんどん吸い上げていくというか、聞いてあげてください。

それが自己供養に繋がります。肉を持ってこの地球上に転生して、肉の転生の中で、色々な心を使ったという自己供養はもちろんそうですけど、宇宙、宇宙を思う瞑想の中で自己供養をしていく、大きな大きな仕事だと思えます。自己供養の範囲が広がるというか、そういうことですね。宇宙を思う瞑想で自己供養の楽しみが倍増するというか、そういうことだと思えます。

それでは今回のライブ配信、これで終了させていただきます。

どうぞ、瞑想を、毎日毎日真摯な思いで続けてください。それしか、肉ができることは、それしかありません。心の針を田池留吉に向けて合わせて瞑想をする。そういう時間と空間を、肉を持っている間にしっかりと確保してください。肉、肉、肉で、肉いっぱい的人生は、もう今世を最後にもう終わりにしましょう。それでは、どうもありがとうございました。

死ぬということ

初版発行 2019年3月17日

編集 UTAブック編集部
発行 一般社団法人UT Aブック
TEL 0745-55-8525 FAX 0745-55-8440
印刷・製本 モリモト印刷株式会社

© UTA-BOOK, Printed in Japan 2019