

# 佛心寺 お手紙掲示板 二月



亡き人をどのような存在として捉え、どのようなつながりを持ち続けるかは、人によって異なります。亡き人とのつながりを表す体験をご紹介します。

## 亡き人との 関係を 学び直す

- ・ 近くで温かく見守ってくれていると思っっている
- ・ 亡き人の写真を持ち歩き、ことあるごとに語りかける
- ・ 仏壇やお墓の前で、亡き人と対話する
- ・ 困ったことがあると、亡き人ならどうするだろうと考える。
- ・ どう生きたら、亡き人は喜んでくれるだろうかと想像する
- ・ 心の中で生きていると感じる
- ・ 間違った振る舞いや行動をしないように見てくれている
- ・ 声が聞こえたり、夢に出てきたりして、メッセージを送ってくれる。

亡き人がどこにいて、自分にとってどのような存在となるかは、1人ひとりの考え方によって異なります。死によって、亡き人の肉体は失われてしまいましたが、存在がなくなるといってわけではありません。

死別後も続く、亡き人とのつながりは「継続する絆」と呼ばれ、「関係を学び直すこと」が大切であると教えられています。