

【本当の私に還る旅】

悲しくて辛くて居た堪（たま）れなかった数年前、
「この感情を無くせたら、どれだけいいだろう」と空を眺めた。

どんなに頑張っても
『このままではダメだ。
もっと頑張らなくては。。』
という想いが常に頭から抜けない。

本当の意味での『ありのまま』の意味がよく分からなくて、他の誰かにならないといけない気がして焦りが募ってきて苦しくて。その状況から抜け出そうと、もがいてみたけれど、どうにもならなくて。

何をしても満たされない日々がずっと続き、
『居場所がない』
『私の居場所はどこ？』
と心の中で、いつも叫んでいた。

『誰も私の辛さは分かってくれない。
なぜ生まれてきてしまったのだろう。。』
という絶望感。

誰を見ても、
何の問題も抱えてないように見える。
誰を見ても、
あまり何も感じてないように見える。

私は、私をやめてしまいたかった。

…そんな時に、ある方を介して
『居場所は自分の中にある』
ということを知った。
それを聴かされた時、
一瞬、何を言われているのか全く分からなかったが、
何秒かして、
『私はあるはずの無いものを
外に探し続けていた』と理解した。

それは、私の中では、
『憑き物が剥がされた』ような瞬間であり、
『無意識に青い鳥を探し続けていたこと』
に気づいた瞬間でもあった。

…もう何処も探さなくていい。
…この気持ちと闘わなくても良い。

そう思ったら、
カラダのチカラが抜けるようだった。。

そして私は、その日から
《自分の固定観念に対する浄化ワーク》などに
取り組みながら、今までにないくらい自分と向き合い
『本当の自分に還る旅』を始めた。

そして、この一連の出来事が、
そのあと、『一本松～あなたはあなたのままでいい～』と
いう曲の歌詞を生み出すキッカケになるとは、
その時は、露にも思わなかった。

その時、私は、
ただただ苦しみの真っ只中で、そのことが
その後どんなことに繋がっていくかなど
考える余地もなかったのだ。

・・・そんな時だった、
この音…音色に出逢ったのは。

《海の子守唄》 by 即興アルパ奏者・濱口富子

私は何度も何度も繰り返し、
この曲を聴いて、全身で泣いた。

本当にたくさんの涙を流した。

『なぜこんなに琴線に触れるのだろうか。。』
と、聴くほどに私の心の奥の奥の方にある感情が
溶け出していくような、そんな感覚になった。

そして、少し心の浄化が落ち着いてきた頃、
このアルパ演奏者の女性に連絡を入れ、
その時に自分で書いた詩をつけさせてもらい、
簡単な動画をつくった。

それが、下記の動画だ。

【本当の私に還る旅】
<http://youtu.be/pnzjgPbMINU>

後に、この曲《海の子守唄》は、
東日本大震災がきっかけで生まれ、
彼女にとっても特別な曲だと知った。

.....

…私はこの時期、
苦しみ、悲しみ絶望を経験したが、
そこからでしか生まれなかった作品や想いが
確実にいくつもあり、
この一連の経験は、後に私の宝となった。



photo by miutachibana