

いあいさつ

有史以来、人生には多くの辛い出来事がつきものと考えられてきました。

わたしは必ずしもそうではないと思っていますが、ともあれ、人生の中で辛く悲しいことは確かにあります。愛する人との死別はその代表的な例といえるでしょう。

大切な人を失った、あるいは失うかもしれないという悲しみは「グリーフ」と呼ばれ、それを癒し、普段の生活に戻れるように導くことを「グリーフケア」といいます。このブックレットに掲載したエッセイは、『樂生人』に全六回にわたって連載したもので、グリーフに直面して不安を抱えている方のケアのために綴りました。

拙いメッセージではありますが、わずかでもお役に立てれば、これ以上嬉しいことはありません。

令和二年九月

株式会社サンレー代表取締役社長

佐久間 庸和

大切な人を 亡くした時

contents

第一回

別れ

第二回

儀式

第三回

自然

第四回

いのち

第五回

受容

第六回

再会