

# 死後の真実

E・キューブラー・ロス著 日本教文社

1926年スイス生まれの精神科医、18もの博士号を持ち、末期患者を精神的に支える仕事の世界第一人者、彼女本来の仕事は、自分の体験と2万件以上もの臨死体験事例から知った死後の真実を人々に知らせるといふ仕事に取り組んだ一貫して無条件の愛に生きている人。

(はじめに) 博士は本の中で大胆にも“死後の命は永遠である”と、言っています。そしてそれは「気づく」かどうか「知る」か、どうかの問題であると言い切っています。“永遠の死後の命”を知るまでの博士の感動的な体験も初めて語られています。

\*死ぬこと、生きること～何年も子供たちやお年寄りたちが亡くなる時そばに付き添って彼らの伝えたがっていることを一心になって聞いていると彼らは自分の死期が迫っていることに気づいていることがわかります、こちらはまだだと思っているのに突然別れを告げるのです、そのわけを聞き漏らさず聞いてあげることができれば伝えたいことの全てを分かち合ってくれます。

\*どのように死んでいくの?～死ぬ瞬間には3つの段階

第一段階では肉体エネルギーが与えられていた。

第二段階では精神的エネルギーが与えられることで完全な状態に戻り目の見えなかった人は見えるようになり、聞くことができなかった人は聞くことも話すことも可能になる、車椅子の人が思い通りに踊れ実に完璧な無傷の姿に戻ることができる、肉体から離れると時間のないところでの存在となる。又この段階では距離というものは存在しない現象を多くの人を経験しています、何百・何千マイルも遠くに住んでいた筈の人が目前に姿を現します、すると翌日に前日姿を現した人が亡くなったという知らせが届く但し生まれつき直感力の優れた人が気付くが、たいていの人には気付かないのです。20歳の時に子供を亡くした人が99歳で亡くなくても、その子供に会うことができます。一般にあの世で待っていてくれるのは私たちが最も愛してくれた人達で必ずと言っていいほど最初に会います、この段階までに無条件の愛を学び取ることができれば次の段階へと移ります。

第三段階では以上の人生で今までの行動や話した一言一句まで全て思い出します、この時に自分自身を成長させる沢山の機会を見過ごしてきたことで自分を責め自分自身が最強の敵であったことに気付くでしょう、そして折角の機会を有効に生かせなかったことを後悔するでしょう、わたくしたちは素朴で美しくまた素晴らしい人生を送るために創り出された事を分かれば延命すべきかどうか問うことはなくなるでしょう。

\*愛と安らぎの楽園に～私が皆さんに望むのはもっと愛を沢山のの人に伝えてほしいということです、この世の中に2千万人もの子供が飢えて死んでいます、あなたが今、豊かなら子供たちの一人を養子にして小さなプレゼントを買ってあげることから始めてください、大きなプレゼントは必要ありません、末期疾患にかかっている患者さんの臨終に立ち会うことはありがたいことなのです、そこで学んだことを自分の子供たちや

近所の人達に伝えることができればこの世も再び樂園に戻れることでしょう。

“死は存在しない”～「私は9百グラムにも満たないで生まれたクズ」がどうやって自分の道を見つけ切り開いてきたかお話ししましょう、時間は人間が作り出した人工的な概念ですからさほど重要ではなく**幸福に生きるとは基本的に“愛することを学ぶ”**ことを意味します、わたくしの両親はかわいくて美しく4、5kgはある女の子を欲しがっていましたが実際は三つ子で私は髪の毛もなく醜い子でしたから私は生涯を通じ「クズ」つまり生きていくことを証明しなくてはという気持ちになって必死に働きました。

\*死ぬ瞬間との出会い～私が10代の頃に戦争が終わり強制収容所を見、ドイツに連れていかれ枕を作るために切り取られた犠牲者たちの列車何台分もの髪の毛を見ました、誰もがナチスのような人になる可能性に気付くことでしょう、又私達の誰でもマザー・テレサになることもできるのです。彼女はインドで死にゆく子供・大人達、飢えた人達を救い上げ腕の中に抱きしめ、たった5分間でも愛を与えることができれば彼らにこの世に生まれた価値を与えることになると強く信じています。私は医者としてインドに行きたかったのですがニューヨークというジャングルで米国人と結婚し主人を困らせたくなかったので病院勤めした。患者さんに心を開きみじめさと、寂しさ失望に共感しました、すると彼らが突然話すようになったのです、20年もの間、口を利かなかった様な人でさえも話してくれました、彼らは自分の感情を言葉で表し分かち合ってくれました、2年後には94%もの患者さんが退院し自活でき多くは仕事をもって立派に社会生活できるようになりました。知識は役に立ちますがそれだけではだれも助けられない**“頭と心と魂”**の3つ全部を使わなければたった一人の人間すら助けることはできません。このことは望みのない慢性の分裂症の患者さんが私に教えてくれました、誰しも目的を持って教師になることができます、この世の中で最も優れた教師は死にゆく患者さんのそばに座って時間を共にしていると死に至るいくつかの段階について彼らが否認や怒りの感情をどうやって切り抜けているのか「なぜ私じゃないといけないの？」と神に問い、しばらくの間、神を拒絶する様子、彼らは神と取引しひどい悲嘆に落ち込み、そこで自分のことを心から気づかってくれる人がいると受容の段階に移ることができますどんな試練や困難も最もつらい喪失も全てあなたへのり物なのです、たとえば言えば鉄は誰かが鍛えなければならぬのと同じことです、これはあなたが成長するために与えられた機会であって、**この成長こそ、が地球という惑星に存在する唯一の目的です！**

\*内なる声を聴く～自分の内なる声や、内なる英知に耳を傾ければ決して間違った方向に進むことはなく自分の人生の中で何をすべきか分かるでしょう、そうすることで時間もはやどうでもよくなるのです。

\*死ぬ瞬間に教えられたこと～**幽体離脱の体験を持つ患者さんは二度と死を恐れなくなり、たくさんあるケースの内たった一人もおりません、**死への移行の瞬間にはガイドや守護天使や皆さんが最も愛した故人が手助けをしてくれ科学者としてこのことは疑いの“う”の字もなく実証されています、たいていの場合は母か父、又は祖父母、

もしくは亡くした子供の場合もあります、ある12歳の子供が臨死体験の素晴らしい体験を母親には話せずとうとうある日父親に打ち明け「死ぬのはとても美しい体験なので、もう戻ってきたくなくなる」そして何より彼女は「お兄さんが側にいて大きな愛で包んでくれた」と話し、彼女は父親に「でも私にお兄ちゃんなんていないのに」すると父親は泣き出し実は彼女が生まれる3ヶ月前にあの世に行ってしまった兄がいたことを彼女に伝えていなかったと、どうしてそのようなことがわかるのでしょうか？私は末期の病を患っている子供たち全員に必ず今ここで誰に会いたいかに誰にズーと一緒にいてほしいか聞きます99%の子供達がパパとママを選ぶ（黒人の場合祖父母に愛されて選ぶことが多い）しかし実際生死をさまよった子供は親がすでに逝ったもの以外は親を見ることはない、のです、何故ならパパとママはまだこの世にいるからです。

\*死んだはずのシュワルツ夫人=私の患者さんだったが埋葬されて10ヶ月たった頃に私の「死の瞬間」セミナーが行き詰り最悪でひどく悩んでセミナーをやめ大学を去ることが一番だと決意しました、悩みの原因は同僚の牧師で彼の一番の問題点は人の話を全く聞かないことで私は三度も「自分はやめるので好きなようにして下さい」と話したが全く聞こうとしないで他のことを話し続けるので私はやけくそになって大男の牧師の襟をつかんで「私はとても重要な決定をしたの、それを聞いてくれるまで返さないわよ」と、彼は何も言わず黙っていた、この瞬間にある女性が姿を現しジーと私を見つめ彼女が私を止めた、彼女の体は透明で私は名前が思い出せない、彼が去った瞬間にその女性は私に「ロス先生、私は戻ってこなくてはならなかった」と、私は現実かどうか、吟味をあれこれ試み「やはりシュワルツ夫人だわ」と思ったかどうか定かではない、彼女は「ロス先生あなたの仕事は終わっていないのです私もお手伝いします」と言い、私の中の科学者が勝ちを占め彼女に紙と鉛筆を渡し科学的証拠として手紙をとっておきたく彼女に書いてくれるよう頼み彼女は書いてくれた、彼女がまだ仕事をあきらめないように私に伝え私が「約束する」といった瞬間に彼女は消えてしまった、私はその手紙を今も持っています。

\*地球の目覚め・私たちの目覚め~1年半前に私と死に行く患者さんのとの仕事は代わりの人が沢山いるので、その仕事は終わった、と告げられ私の本当の仕事は「死は存在しないということを皆さんに伝えること」で皆さんの助けが必要なのです、人類はそのことを知らなければなりません、私たちは困難な時期、地球全体が核兵器による破壊や貪欲な物資至上主義が天然資源物をあまりにも多く破壊しすぎ本当の意味での霊性を失ってきた為です新しい時代へと変化していく唯一の方法は死が存在しないことを知りこの人生で起こることは全て肯定的な答えをもって人生を内なる資質や力量を試すチャレンジということで見ていくことです、あの世の入り口に行って戻ってきた人たちの話によると神が天国と地獄の判断をするのではなくて自分自身で判断する機会が与えられます。 **自分の生き方がどうだったかによって自分自身の天国か地獄かを作っているのです。**

\*生と死そして死後の命~私たちは今新しい時代にいます、おそらく私たちは科学と技術と物質至上主義から純粹で本物の霊的な時代へと移行したようです。

霊性とは私たち個人を超えたズーと大きな存在、この宇宙を創造し命を創造した存在があるという気付き自分がその存在のかけがえのない大切な意義のある一部でそうした存在の発展に大きく貢献できるという気付きです、死が訪れるとき私たちは繭（自分の体）から出て蝶のように自由になるのです。

- \*愛に満ちた再会～臨死体験の中で「求めよされば与えられん」のケースの中で最も霊的で忘れられない、ある男性の体験は彼の奥さんとその両親そして 8 人の子供達が彼を家庭用のバンで迎えに行っている時にガソリントラックにぶっつけられ家族全員が死亡それを聞いた彼はショックで働くことも話すこともできず毎日ウイスキー1本を飲んでヘロインなどを使うどん底の生活を 2 年の挙句に道路上に寝転んで家族に無性に会いたがって大きなトラックが自分を引いたときに全ての情景を何フィートか上を漂いながら見ていた際に家族が自分の前に現れ光の輝きの中から皆幸せそうな笑みを浮かべていることに心打たれた彼は又、自分の体に戻ってこの素晴らしい体験を世界中の人びとと分かち合おう彼は誓いました、そう誓うや否や彼は救急車で病院に連れていかれ自分の体に戻ることができた、その後には自分は完全に癒されたと感じ死後の命が存在することをできるだけ多くの人に伝えることを固く誓った、私が講演でサンタバーバラに来ることを知り彼は私に会って彼の経験した事を聴衆に話していただく事になりました、その時の彼が見せた目の輝き彼が味わった喜びや深い満足感を私は一生忘れることはないでしょう。
- \*愛を知ること～私自身科学的常識の枠を超えて本当に存在して現実であり誰にでもありうるのだと確実に知ることができました、何千時間という長い時間を患者さんと過ごしたことで私は「人間は身体・感性・知性そして霊性で成り立つ」この4つが全て一緒に働いてこそ完全な調和が得られると私は信じています。私たちに最も必要なのは無条件で人を愛し愛されるようにならなければならないということです。私はこの世で与えられた課題 4 つの完全な調和の課題にとり組むことでもっともっと多くの不思議な体験に恵まれ、自分自身の直感的な霊的部分のすべてを知り全てに通じている自己とも接触することができるのです。このガイダンスは私たちが人生とは何か特に自分の運命がどのようなものであるかを理解する手助けとなるきっかけや機会を待っています、これによって私たちは一生の生涯で自分の運命を成就することができ、この世で果たせなかった事を再び学びに戻る必要はなくなります。
- \*私が体験した“宇宙意識”～私は何人かの懐疑的な研究者に見守られながらバージニアにある研究所で医学的に誘発する幽体離脱を体験した～私は今まで体験した誰よりもズーと先まで行くよう光のスピードよりも速く自己誘導することでこの問題を解決しようと決心したと同時に私は驚くべき速さで文字通り自分の体を離れたのです、私が自分の体に戻ってきたとき唯一覚えていたのは「シャンティ・ニラヤ」という言葉でした、一体これは何を意味し重要性があるのかサッパリ分かりませんでした、ただ一つ気が付いたことは今迄ひどい痛みで悩まされていた大腸閉塞と椎間板ヘルニアが完治していた事です。私は輝いて 20 歳も若く見えた、とのことでした、そこには誰もが何があったのか P 4

と、しきりに情報を求めるのですが実験を終えた日の晩まで自分がどこにいたか見当もつきませんでした、その夜、自制を緩めた瞬間に今まで見てきた何千人もの患者さん達の死を体験しました、それは身体・感性・知性・霊性全てにわたる激しい苦しみであり全身に激痛が走り呼吸もできず痛みのため全身を曲げたままで人間の限界を遥かに超えていました何時間という激痛から解放された瞬間はその内三度だけで一度目は男の人にもたれる肩を求めましたが深い思いやりのある厳しい声がただ一言「与えることはできません」更に長い激痛が続き再び息をつくことができ今度は掴める為の手が欲しいと願い出しましたが、また同じ声で「与えることはできません」と告げられた、最後の三度目に息つくことができた時に私は、今度は指先を求めようと考えましたが私の性格が出て「いいえ、やっぱりいいわ」と、言ってしまいました、その時私は抵抗することをやめ唯安らかに積極的服従へと変えるだけで良いのだと気づきました、そうしたとたんに激しい苦痛はなくなり呼吸するのも楽になりました、そして私はこの世の言葉で言い尽くせないような再生を何千回もの死を超えて体験したのです、おおよそ1時間半たってから私は目を覚まし人間が肉体的なレベルでは体験することのない最大のエクスターシーを体験したのでしょう私の周りは生きとし生けるもの全ての生命に対する完全な愛と畏敬に包まれていました、言葉では言い現わせない愛の意識が宇宙に広がっていることへの気づきだったからです。

\* やすらぎの最後の家～心が広く物分りのいい素敵なグループとこの体験を分かち合う迄数か月かかりました、私が自分の体験を話し終えるとその体験に“宇宙意識”という名前が付けられました、又その体験中に霊的エネルギー光の源に溶け込んでいったとき与えられた言葉「シャンティ・ニラヤ」とは「やすらぎの最後の家」という意味で誰もが激しい痛みや苦しみ、悲しみや嘆きを切り抜けてから戻る場所であることがわかりました、そこは私たちが苦痛を手放して創造されたままの存在、身体と感性と知性と霊性の4つの面が調和した真実の愛を理解し要求や「もし～ならば」という言葉など一切必要としない存在になるところです。この愛の状態を知ることができれば誰しもが完全で健康で皆がたった一度の生涯で自分の運命を成就することができるのです。

( 完 )