

日本仏教心理学会 ニュースレター

Vol.16 2016 年 12 月 1日

目次

巻頭語・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・三友 健容

第八回学術大会より

1. 学術大会を終えて・・・・・・・・・・・・・・・・井上ウイマラ

2. 学術大会に参加して・・・・・・・・・・・・・・・・大山 覚照

3. 分科会報告・・・・・・・・・・・・・・・・市岡めぐみ

イベント報告

”いのちのケアを考える” - 臨床仏教公開シンポジウム in 京都・・・・・・千石 真理

編集者よりお願い・編集後記・・・・・・・・・・千石 真理

松村 一生

巻 頭 語

三友 健容（立正大学名誉教授・文学博士）



大学を今春退職した。退職してみると、いままで見えなかったものが見えてきたような気がする。それは如何に多くの方々が悩みを抱え、逃れる術もなく苦しんでいるかという社会の現状である。

資本主義という19世紀の価値観のもとに、大量生産大量消費によって生活は便利になり、農奴に近い生活が人間らしい生活水準となってきたが、一方、貧困のために大量消費ができなくなり大量生産も不要となりつつある社会構造は、多くの失業者を生み、生活が行き詰まり、精神面でもゆとりがなくなり、正常な判断すら通用しなくなっているとおもえる。

このような社会の矛盾が是正されないまま放置されれば、やがては大きな歪みのエネルギーとなり暴発する。

もっとも効率的に大量消費と大量生産の指数を挽回する方法は戦争である。多くの兵器が生産され消費され、その労働力と戦力が惜しげも無く消費されるから、一見社会は資本主義の円滑な流れを取り戻したような錯覚におちいる。

仏教的世界観からいえば、これは地獄界、修羅界や畜生界の論理である。自分の食べ物さえもない餓鬼界や弱肉強食の畜生界は、他人を思いやるゆとりもないし、戦闘に明け暮れる修羅闘争の世界では自分が生き残れるかどうかすら分らない。

はてさて、これが健全な人間社会の回復といえるだろうか。人間社会の特質は、自分を差し置いても他人を思いやるゆとりがあることであろう。このゆとりは健全な経済状態と生活が保障されているからこそ生じる。

しかし、われわれはここで再度考えてみる必要がある。健全な経済状態と生活の保障があれば、人間らしい判断が可能かと。

科学は進歩し、精神医学の分野でも日進月歩の今日、古めかしいことをいうと笑われるかもしれないが、少なくとも凡夫というわれわれ人間が悩みを抱え、解決する糸口さえも見いだすことができないとき、二千数百年前にその糸口を発見し、解決へと導いたひとりの聖者仏陀の教えは傾聴すべきことが豊富にある。

その珠玉の名言のなかに、「ところがすべてを作り出す」のだから、「もろもろの悪いことはするな。よいことは積極的におこなえ。そうすれば自ずからところは清らかとなる。これこそ、諸仏の共通した教えである」という言葉がある。

経律論の三蔵のうちの「論」であるアビダルマには、われわれの煩悩を事細かに説明しており、二千年以上経ても相も変わらず、おなじような悩みが人生を狂わしてしまっていることに気づく。

では、現代人の社会と人間の悩みの解決法とはなにか。一言でいうならば、「少欲知足」以外の何物でもない。

社会の矛盾と経済格差、大量消費と大量生産がもはや継続できない以上、ひとびとの選択肢はただひとつ。資源を無駄にせず、多くを望まず、ひとを羨まず妬まず満足することを知る以外に方法はないと考える。

矛盾を抱えたままでは、精神面においても最後には暴発する。人口膨張と資源の浪費がやまない時代、そのときに心の安定を得て少欲知足を実践するのは、人類に残された最後の解決法であろう。これを実践し推奨するのが、混迷する世界に社会還元できる唯一の仏教心理学の道であろう。その意味でもマインドフルネスは、社会と遊離しつつある仏教が果たしうる重要な課題といえよう。

さもないと、荒廃した精神はやがて正常な判断を破綻し、隙あらば相手を蹴落とし、手に取るものはみな武器となり、殺傷のやまない修羅闘争世界へと落ちる「小の三災」のはじまりとなり、やがては社会構造や経済格差の不満から暴力をともなった暴動、革命、内戦、世界戦争へと突入してしまうことになるだろう。ひとたび争いが生じれば、憎しみと恨みは増幅し、双方が疲弊しきつ

てしまって戦うこともできなくなるまで突き進んでしまうことになる。

精神面や肉体面での治療は医学分野でも可能だが、根本的な価値観の転換と日常生活の応用はまさに深い信仰に根ざした根源的治療を得意分野とする仏教心理学の担う役割でもあろう。

宗教というと胡散臭いものの代名詞と考えられている昨今、臨床宗教師という分野が脚光を浴びている。最初は宗教を毛嫌いしていた病院でも最期を看取る重要性が見直されてきていると聞く。

アメリカ社会では、宗教と切り離れた治療法としてマインドフルネスが活用されているとも聴く。

社会は混迷している。それを乗り越える叡智を仏教は伝えてきた。ますます仏教心理学の活躍の場が提供される時代を迎えることになるかと期待している。

第 八 回 学 術 大 会 よ り

第八回学術大会を終えて

高野山大学 井上ウィマラ



2016 年 10 月 15 日、16 日の 2 日間にわたって日本仏教心理学会の第 8 回学術大会が高野山大学で開催されました。私は実行委員長を務めさせていただきましたのですが、大会を終えてホッとしながら「多くの皆さんに支えられて、とても多くのことを学ばせて頂いたな」という感謝の気持ちでいっぱいです。

最初にケネス田中会長から高野山大学での開催を打診されたときには、「2015 年の開催を」ということでしたが、その年は高野山大学でインド学仏教学会の大会が開催される予定になっていて、小さな大学で大きな学会を開催するというので学内がてんやわんやしておりましたので、「翌年の開催なら…」と 1 年延ばしてお引き受けすることにいたしました。開催をお引き受けして思

ったのは、「どうせ自分のところでやるのなら、自分がやりたいテーマでやらせてもらおう」ということでした。そして「トラウマケアと災害支援から学ぶ」というメインテーマを選び、基調講演には兵庫県こころのケアセンター長の加藤寛先生をお呼びしたいと思いました。私自身が東日本大震災の復興支援にかかわる体験の中で多くのことを学び、日本仏教のありかたや仏教心理学会の方向性についても感じるがあったからです。加藤先生をお呼びするために、日本トラウマティックストレス学会の会長をしておられる岩井圭司先生に仲介の労を取っていただきました。最初は躊躇気味だった加藤先生も岩井先生の後押しで来てくださることになり、多くの災害現場に立ってきた視点から本当に大切なことをわかりやすく話していただきました。ご縁のありがたさを感じます。基調講演の後のシンポジウムでは、加藤先生にもパネリストになっていただき、会員の黒木賢一先生と私自身がパネリストになり、森岡正芳先生に司会をしていただくことにしました。黒木先生ご自身が阪神淡路大震災の被災者であったこと、黒木先生と森岡先生は関西の臨床心理士仲間であったことなどもあり、「災害支援のために仏教心理学が準備すべきこと」というテーマで話し合いを深めることができました。

さて、開催にあたって私が一番頭を悩ませたのは宿泊と懇親会をどうするかということでした。



都心から遠く離れた高野山で多くの宿坊がありますので、宿坊を利用しない手はありません。ただ、参加者の皆さんに各自好きなところを選んで高野山を楽しんでほしいという気持ちと、せっかくだから同じところに合宿して親睦を深めてほしいという二つの気持ちの間で揺れました。大会準備の核として応援してくださった藤能成先生やケネス会長とも相談して、宿坊に合宿して懇親会もそこで行うということになりました。藤先生は高野山まで来てくださり、会場の確認と無量光院の下見も一緒にしてくださいました。自分一人で決めるより、誰かが一緒にいてくれることはとても心強いものです。

大会実行委員には、藤先生を中心として黒木先生、大山覚照先生、岡野さつきさん、太田俊明さん、藤野正寛さんが参加してくださり、それぞれにお力を発揮してくださいました。皆さん関西在住なのですが高野山は集まるには遠すぎますので、黒木先生が大阪経済大学で部屋を確保してくださり準備委員会を開くことができました。私は日程が合いません

でしたので、スカイプで参加しました。実際に集まったのはこの1回のみで、後はメールでやりとりしながらそれぞれの分担をこなしてゆきました。

大会の舞台裏準備で大変な作業の一つに印刷物とその掲示があります。大学の職員さんに相談してみると、大学と共催という形にすれば印刷を含めて大学職員の応援が得やすくなるということでしたので、さっそく学長にお願いして共催にいただきました。大会の日程は1年前に抑えておいたのですが、後から別な行事が入ってきて同時開催になってしまいました。職員さんもその準備に追われて忙しかった様子ですが、そうした状況下でも印刷物を準備して掲示までお手伝いしてくださった職員さんに感謝です。また学生アルバイトには、私のゼミで卒論を書いた二人の卒業生に声をかけました。大学の勝手を知っている彼らが前日からの準備に力を貸してくれ、当日も機敏に動いてくれて助かりました。

研究発表は、例年より2カ月ほど早い開催であったこともあってか、最初は集まりが悪くて心配したのですが、募集を延長して最終的には8つのテーマが集まりました。どれも充実した発表で、質疑応答も活発だったのではないかと思います。

無量光院の土生川正道住職さまには、懇親会の席で丁寧なごあいさつを頂きました。ご挨拶のお願いに伺った時、「どんな学会なのか、トラウマとは何か」ということについて質問してくださったのですが、ご挨拶の中にそうした会話の内容が生かされていて、八十歳を過ぎても学び続け、人を大切にすることはどういうことかを体現してくださるお姿に感銘を受けました。

個人的なことです。懇親会の後に中庭の縁側で、学会立ち上げの時にお声かけ頂いてご一緒した岡野守也先生と月を見ながらお話ししたことも忘れられない思い出になりました。飲み残しの一升瓶を抱えて高野山の宿舎まで歩いて帰ったのですが、そんなことは大学生の時以来のことでした。

本当に多くの皆様からお力添えを頂き、参加していただき、私自身が一番多くのことを学ばせて頂いたのではないかと思います。ありがとうございました。

第八回学術大会に参加して

市立池田病院 大山覚照

今回の学術大会は、秋は早々と寒くなる高野山大学で開催のため、通常より2か月早い、10月に開催となりました。遠方でもあり、宿坊に宿泊しての参加が主な参加形式となりました。交通の便の問題もあり、参加者は例年より少なめでしたが、都会での学術総会とは違い、落ち着いて学ぶことができ、参加者の皆さんがアットホームな雰囲気の中で交流し、つながりを深めることができたと思います。

基調講演では、兵庫県こころのケアセンター長の加藤寛先生に貴重なご講演を頂きました。災害がもたらす心身への影響は多彩であるが、基本的にはすべてが「正常な反応」であり、回復は可能であること、人間には基本的には回復力があるということをお聞きしました。私も、かつては、災害のような生命の危機や悲惨な体験は、通常ではありえない異常な体験であり、そのために起

こった精神症状も異常であり、そのまま精神障害に発展するのだ、と考え、PTSD の患者さんはいか特別な人のように考えていましたが、そういうことではなくて、もともと正常な反応であったのが、ほとんどの人は一定期間後回復するのに比し、一部の人々が何らかの原因でうまく回復できずに、PTSD や複雑性悲嘆、大うつ病などに発展するということなのだということを、改めて学ばせて頂きました。心の復興に大切なことは、カウンセリングよりも、生活再建が最も重要であり、そして、体の健康の維持、コミュニティの再建、役割の回復（「援助される役割」ではなく、「自立した役割」への回復）といった現実的な事柄が重要である、ということも、加藤先生のお話の中で学ばせて頂きました。このようなことは、災害などのトラウマ体験による精神障害だけでなく、一般的な精神障害でも一定共通する面があるように思い、考えさせられました。Lambert らの研究にもあるように、患者の回復には、サイコセラピー以外の要因が多くを占めることから、これらと似たような対策が、一般的な精神障害でもある程度必要なのではないかと考えました。また、被災地の人々を第一に考え、自主性を尊重することが重要で、押しつけがましい支援者は、支援になるどころか害になることすらあるということや、被災地ではボランティアグループがなわばり争いをはじめてしまい、押しつけがましい支援をする、ということが多くみられるというお話は、大変ショックを受けました。被災者のサポートを行うに当たっては、善意のつもりが独善的な押しつけになっていることが多々あるということについては、十分に注意が必要だと強く感じました。

その後のシンポジウムでは、加藤寛先生とともに、大阪経済大学の黒木賢一先生、高野山大学の井上ウィマラ先生も参加され、活発な討論がなされました。被災後の心理変化として、英雄期・ハネムーン期があり、このときに極端に頑張りすぎた人が、幻滅期に入った後に、PTSD や複雑性悲嘆に発展する恐れがあり、この辺りを外からの支援者が支えていく必要があることが強調され

ていました。あくまで被災地の人々を第一に置き、支援者は被災地の人々に寄り添ってサポートしていくことが大切であることがよく理解できました。

個人発表では、第2部会の司会を担当させて頂きました。特別養護老人ホームかりぷ・あつべつ医務室の仲紘嗣先生からは、認知症高齢者の意思決定・アドバンス・ケア・プランニングの問題が発表されました。認知症が進むと、ご本人の意思表示が困難になるため、ご本人の意思というよりも、家族の都合や病院の都合で、本人の意思に沿わないと思われる治療や処置をされていることが多く、同ホームの入所者を調査したところ、胃瘻造設については、大部分が実は希望していなかったという結果でした。日本の多くの高齢者施設で、同様の傾向がみられると思われます。本人の意思決定・アドバンス・ケア・プランニングのサポートがいかに立ち遅れているかを示す研究であり、医療者だけでなく、国民一人一人の学びと意識改革が必要であると思いました。種智院大学の真柄希里穂先生、帝京科学大学の鮫島有理先生からは、精神障害者の死生観・宗教観についての調査が発表されました。精神障害者に死生観・宗教観について尋ねることは、病状悪化の懸念から、タブー視されていますが、一方で、精神障害者もいかに生き・死ぬかを情報を得て考え、意思表示する権利があります。かえって、死生観について考える機会を持った方が、病状改善や自殺防止になる可能性もあると考えました。高野山大学の井上ウィマラ先生からは、GRACE プログラムについての発表がありました。GRACE プログラムは、仏教瞑想を応用した、医療者の燃え尽きを防止するプログラムですが、患者に向かう前に、その時の自分自身はどうなのかに注意を向け、自分はなぜその人に会うのか、何のために医療を職業に選んだのかを思い起こす、完璧でない自分を許容する、など、大きな視点の変化があり、患者さんとの関わりだけでなく、スタッフどうしの関係を改善し強めるためにも有効ではないかと考えられました。井上孝代マクロカウンセリングセンターの井上孝代先生からは、東日本大震災被災者への支援活動で、被災者

の中に心的外傷後成長（PTG）が認められ、PTG は、Tedeschi らのいう 5 つの因子のうち、第 4 因子「スピリチュアルな変容」がとくに重要であったことが報告されました。精神科医としては、PTSD でなく、PTG という、つらい体験の後に成長をすることができる力が人間にはあるという事を学び、感激を覚えました。

今回の学術大会では、学術的なだけでなく、実践的・具体的な発表内容が多く、大変楽しく学ばせて頂きました。仏教について直接には触れていない演題もありましたが、死生観やスピリチュアルケアに関わっており、間接的には仏教と関係し、multidisciplinary な内容となっており、内容的に豊かになっていたと思います。今後も学会に多くの人々が集い、さらに豊かに学び合える場にしていけるとよいなと思います。最後に、遠路はるばる学術大会にお越しいただき、大会の成功にご協力下さった皆様に心より感謝申し上げます。

第八回 仏教心理学会学術大会 分科会参加の感想

高野山大学大学院文学研究科 修士課程 密教学専攻（通信教育課程）

市岡めぐみ

私は今年の 4 月に高野山大学大学院の学生となり、本格的に仏教を学び始めました。もともとヨーガや瞑想のセラピストとして仕事をしていること、また自分自身の研究分野に該当するため、今回初めて仏教心理学会の学術大会及び分科会に参加させていただきました。二日間を通して基調講演やシンポジウム、個人発表や懇親会などで、先生方の実際の現場でのお話や、具体的な仏教の役割や可能性など、非常に貴重な意見や情報を間近で拝聴することができ、まさに目から鱗というような、たくさんの刺激と多くの示唆を得る時間を過ごすことができました。初めて参加させていただく学会ということで、少し緊張しながら、そして自分の居場所の心もとなさを感じながらも非常に楽しく、有意義な時間を過ごさせていただきました。

特に二日目に参加した仏教的ケアの分科会では、医療現場での告知という具体的な場面をキーワードに、マインドフルネスの本質や呼吸が持つ意味、そして誰もが持ち合わせる宗教性についてのディスカッションが展開され、改めてケアとい



う場面だけでなく、現代社会において仏教やマインドフルネスが担う役割や求められていることを考える時間となりました。参加者の方の多くが医療従事者ということもあり、終始、専門的かつ現実的な内容で話が進み、私は皆さんのお話の内容についていくのが精一杯という情けない状況でしたが、同じ空間にいただけでも貴重な時間を過ごしているなあ、と感じながら今後において、私自身ができる事はなんであろうかといったことを考える良い機会となりました。

特にマインドフルネスの3つの視点である、自分を見守る、他者を見守る、自他を見守るという視点についてのお話は良い意味での大きな衝撃と共に、深く腑に落ちるものでした。考えてみれば、日常生活では他者や自他という関係性無しに自分自身の存在を語ったり、確認したりする



ことはできません。また個としての自分以外のもの、例えば環境や社会的援助、食生活や、偶然の出来事に至るまで、全てのつながりが影響しあい、助けあい、生きる力とな

っています。マインドフルネスのこの3つの視点はまさに、こうした繋がりや関わりを大切にしつつ、私たちが持っている強さやリソース、知識や経験、興味や変化志向などを育む状況を整え、その力を引き出すような関わり方だと言えます。だからこそ医療に限らず教育、介護、福祉、スポーツ、ビジネス、芸術など幅広い分野を網羅することができるのだと思います。今回は告知という医療の現場での話でしたが、マインドフルネスが果たす役割の重要性や必要性を改めて感じ

ると同時に、その可能性についても改めて手ごたえを持って感じる事ができる時間となりました。

また「お大師さまへの手紙」の実施報告は非常に興味深く拝聴させていただきました。これまで何度も御廟には足を運んでいるのですが、こうした取り組みがされていることは、今回初めて知りました。約9ヶ月という期間で7500通以上の手紙が投函されているそうです。その内、約100通の手紙のみ活用することに同意されているそうです。その分析結果をみると、手紙の内容の多くは健康や人間関係、将来への不安といった内容にも関わらず、感謝やお礼、宣言や希望など非常に前向きな手紙が多いのです。私はこれまで、どこか信仰という部分に消極的な係り方をしてきました。しかし、今回の話は信仰というものを見直す大きなきっかけとなりました。お大師さまへの信仰心から始まり手紙を出すまでのプロセスの中で、自分自身の宗教性と繋がり直し、自分自身との関係性を見直し、その結果、本来誰もが持っているこころの治癒力が引き出されているからです。こうしたプロセスは信仰の持つ大きな力であると同時に、他のケアではカバーしきれない特質であり、非常に興味深いものでした。

まだまだ勉強も経験も少なく聴くばかりの参加となりましたが、自分の研究のヒントとなる内容も多く、たくさんメモを取りながら聴かせていただきました。同時にこれから自分が歩む道のりの遠さに気が遠くなる思いです。しかし、これを機に改めて一つずつ丁寧に勉強し、実践し、研究に繋げていきたいと考えております。今回は時間の都合上、他の分科会に参加できませんでしたが、今後は他の分科会にも参加したいと思っております。今回の学会で出会った皆様からは、仏教心理学の研究に関する情熱を存分に感じる事ができました。私自身も熱意をもって今後の研究に励みたいと思います。そして、来年もぜひ参加したいと思っております。





イベント報告

心身めざめ内観センター・神戸常盤大学

千石 真理

私が専門委員を務めさせていただいております、全青協附属の臨床仏教研究所は、京都大学こころの未来研究センターと共催で、9月15日、京都市左京区の京都大学稲盛財団記念館を会場に、公開シンポジウム「いのちのケア」を考えるを開催致しました。以下、研究所のHPよりご報告させていただきます。

このシンポジウムは、「日本人の精神性に即したスピリチュアルケアとは？」をテーマに開かれました。スピリチュアルケアは、もともとキリスト教の宗教文化の中で培われてきたケアのあり方ですが、それを日本の宗教文化の中で活用していく方途を探ろうというのが、シンポジウムの主な目的です。

全青協・臨床仏教研究所がこのようなシンポジウムを開催するに至った理由は、一つには、少子高齢化社会の進行や頻発する災害によって、日本社会はさまざまな形のケアを必要とする人が増加し、その深刻度を増している現状があるからです。二つには、その要請に応じる形で臨床仏教研究所が立ち上げ、今年で3期目を迎える「臨床仏教師養成プログラム」が目指すいのちのケアの方向性を再確認し、広くその意義を共有したいというねらいがありました。

シンポジウム当日、会場は平日にもかかわらず100名を超える参加者でいっぱいになりました。高齢者から若者まで老若男女とりまぜた参加者は、最後までパネリストの議論に真剣な表情で耳を傾けました。前半には、四人のパネリストによる発題がありました。

はじめに登壇したのは、上智大学グリーフケア研究所特任所長の高木慶子さんです。高木さんは修道生活を送るキリスト者であり、長年にわたってスピリチュアルケアや震災・事故被害者のグリーフケアに携わってきました。高木さんはグリーフケアの立場から、スピリチュアリティについて論じました。高木さんは、スピリチュアリティとは「大いなるもの(いのちの源泉)との関わ

りを体験すること、そのはたらき」のことで、それには水平的次元と垂直的次元がある、とい
います大いなるものとの関わりの体験(垂直的次元)が深ければ、それがその人の生活(水平的次
元)に反映されて豊かさを生んでいくというのです。そして「スピリチュアルに対するケア」とは、
スピリチュアル・ペイン(なぜ生まれてきたのか、死んだらどうなるのかという根源的な疑問・苦
悩)に対するケアのことで、それに対処するには「大いなるもの」、人知を超えた神の世界に触れ
ていくこと、つまり、「宗教の力によって解決を図っていくしかない」と、自身の豊富なグリー
フケアの経験をもとに話しました。

次に登壇した東京大学名誉教授の大井玄さんは、国立環境研究所所長も務めた終末期医療(ター
ミナルケア)全般のエキスパートとして著名な医師です。仏陀の晩年の姿を例に引きながら、大病
を患った自身の経験も踏まえて認知症高齢者のケアについて論じました。

大井さんは、「認知症高齢者の中心感情は不安であり、それはつながりの喪失感から生じるもの
なので、つながり感覚の回復が認知症高齢者、看取られる人のケアの主目的である」と指摘しま
す。認知症高齢者は記憶と理解力を喪失しているため、言葉による論理的なコミュニケーション
ができません。そこで大井さんは、言葉の代わりに感覚器官を活用した「さわる(接触)」「笑顔を
見せる(眼触)」「音を聞かせる(耳触)」の三つの行為によるコミュニケーションで、つながり感覚
を回復させることができるといいます。そして、人は感覚刺激と記憶によって脳が作り出した「意
味の世界」に住んでいるので、その「意味の世界」を推察して、そこに入り込んでつながりを感じ
させること、これがもっとも主要な認知症介護の目的であるとししました。

大井さんは最後までスピリチュアルという言葉をわずに脳科学の立場で論じたにもかかわらず、
ふしぎとその内容はスピリチュアルな印象を与えるものとなりました。

三人目に登壇した花園大学学長の丹治光浩さんは、臨床心理学の専門家です。丹治さんは、心
理学会では「スピリチュアル」はその定義が曖昧で扱いにくいので、これをテーマとする研究者
は少ないといっています。その少ない心理学者の研究の中から、丹治さんは「スピリチュアルバステ
スト」というものを紹介しました。これは、用意された15の設問に答えると「スピリチュアルな
感性」「スピリチュアルな態度」「スピリチュアルな行動」の三つの傾向が判定できるというもの

です。ある程度、客観的に個々人のスピリチュアル度を判定する指標が得られるという点で、これは注目されるテストといえそうです。また、アルコール依存症からの回復プロジェクトに「12ステップ」というものがあり、この中に「自分を越えた大きな力」「神」というスピリチュアルを連想させる言葉が使用されているのですが、日本人は、それを抵抗なく受け入れているという例も紹介しました。丹治さんによれば、「日本人は墓参り」といった日常行動の中で、もともとスピリチュアルな感覚を持っているからではないか」と言います。

丹治さんは東日本大震災後、臨床心理士として被災地で行った支援活動や、所属する臨済宗妙心寺派の災害救援活動、花園大学の傾聴ボランティア養成講座を紹介し、今後は臨床心理学のカウンセリングケアと、スピリチュアルなケアとを組み合わせることも必要ではないかと示唆して論を終えました。

臨床仏教研究所の神仁上席研究員は、この日台風のため来日が出来なくなった积恆楚台湾大学附属病院専任チャプレンに代わって「台湾における仏教チャプレンの活動と日本における臨床仏教の展開」について論じました。

神研究員は、チャプレンとはキリスト教の聖職者の間で発達してきた教育プログラムであり、それを仏教版にしたプログラムが1998年から台湾で実施されていること、そして専門のトレーニングを経た僧侶が国立病院などで仏教チャプレン(臨床仏教宗教師)として活躍していることを報告しました。

また台湾での取り組みの歴史とその研修内容、スピリチュアル・ペインの現場などを幅広く取材したデータに基づいて紹介した後、神研究員は、日本でも近年、仏教界と社会との協働のあり方が再考されるようになり、臨床仏教研究所がその声に応える形で「臨床仏教師養成プログラム」を立ち上げたという経緯を説明しました。立ち上げに際して神研究員は「臨床仏教」の概念を次のように定義しています。臨床仏教とは、臨床という言葉から連想される、死の床にある患者を対象とした仏教(クリニカル・ブディズム)ではなく、ベトナム人僧侶のティク・ナット・ハンが提唱したエンゲイジド・ブディズム(社会参加仏教=社会参加すると同時に自己の内面にも深く関わっていく仏教)に近いもので、「個のいのち(霊的)な領域、および人間の生老病死にまつわるさ

まざまな社会事象における苦悩に向き合う仏教」というものです。わかりやすくいえば、シンポジウムのタイトルにある“いのちのケア”を実践する仏教、生老病死に寄り添う仏教ということです。神研究員はそれを実現する仏教者を育成するのが臨床仏教師養成プログラムであり、養成された臨床仏教師は高い倫理精神、強い信念と信仰、そして信頼に足る行動力と自制力を備えて、生老病死の苦の最中にある人々の安寧に寄与していくことになると期待感を示しました。

休憩を挟んで、後半は四人の発題を受けてのディスカッションが行われました。ディスカッションの中では、コメンテーターのカール・ベッカー京都大学こころの未来研究センター教授が、四人のパネリストの講演を聞いた感想を「スピリチュアルとは何かの答が、四人とも違っている。これでは聞いている人はますますわからなくなるのではないか」と指摘しました。ベッカーさんは、研究室に自殺したいと京都大学生が相談に来たこと、交通事故で夫を亡くした未亡人が「なぜ主人は死なねばならなかったのか」とカウンセリングを受けに来たことを例に挙げ、「この、生きづらいから、どう生きたらいいか？ 夫に死なれたのは何でか？ という問いかけこそ、スピリチュアルの問題だと思う。つまり、我々は死に向かってどう生きるのか、また大事な人の死をどう受け止めるのか、この“死”と切っても切れない関係がスピリチュアルの領域です」と論じました。

またベッカーさんは、「四十数年前に私が留学した時代から、日本がいろんな形で変わってきました。かつては、全世界の中で日本人が最も死を恐れない民族でした。在宅で看取っているからです。死は日常的なことであって、さびしいとか悲しいとかは思っても恐いとは思いません。ところが今日本は、調査の対象となる国々の中で最も死を恐がっている国です。死を見つめていない。わからないから恐いんです」と、発言しました。そして、日本人が死の癒やしや看病をしてこられたのはなぜか というと、いうまでもなく仏教のおかげだと、ベッカーさんは続けます。

「大事な身内を失って、なんでわたしが、どうしたらいいのか、いったいどうなっているのかと思うなら、これはスピリチュアル・ペインです。その何割かの人が健康を害したり、うつや精神病になったりします。江戸時代からほとんどの医師は僧侶でした。当時僧侶は葬式だけではなくて、死ぬまでに面倒を見て、ケアをして、そして枕経を唱えながら今度は遺族のケアをしていた

んです。

この仏教の役割を我々が直ちに取り戻さないと、仏教が切り捨てられるだけではなく、多くの日本人の遺族となる方がたが大変な思いをするかもしれません。仏教がうまく機能すれば、遺族はいのちのあり方を理解して、打撃を受けずに済むのです。日本の公衆衛生のために、仏教者に頑張ってもらわないとどうしようもない時代に向かっています」

ディスカッションの総括としてベッカーさんは、「京都大学を含めて、全国のさまざまな大学や研究所で、これから我々が死をどう受け入れるかということに加えて、仏教や葬儀の意味についても建設的に考えようとするところが増えてくるでしょう」と語りました。

うつ、精神不安、リストカット、虐待、いじめ、自死一。さまざまなことが科学的に解明されているはずの現代においても、生老病死の苦しみは無くなるどころかより寄る辺のない方向に来ているように思えてなりません。

誰もが漠然とした不安を感じているさなか、「いのち」について生涯を通じて問い続け、苦しみに寄り添う実践を行い続ける宗教者、仏教者が、今、求められているのです。



編集者よりお願い

日本仏教心理学会会員の皆様、平素は大変お世話になっております。

日本仏教心理学会ニュースレターは通常4月と11月に発行しております。会員の皆様のイベント情報や、著書のご宣伝、ご報告などを掲載させていただきますので、是非、事務局までご連絡ください。また、ニュースレターの原稿依頼をお願いすることがございます。

お忙しいこととは存じますが、何卒、学会運営、発展のため、ご協力賜りますよう、お願い申し上げます。



編集後記

今年も走り去ろうとしています。皆さんにとって、どのような一年だったでしょうか。

欧州では難民問題、アメリカでは大統領選挙で大きく揺れました。日本では熊本、鳥取を始めとし、次々と震災が起こっていますし、熊やイノシシが人里まで出没するようになりました。世界中を不穏な空気が覆っているような気がします。けれど、その原因にあるのが、人間の都合による自然破壊であり、自分の国さえよければ争いをしても、他の民族が苦しんでも良いという、人間のエゴです。釈尊は、「我と万物同根」「山川草木悉有仏性」と仰せになり、全ての生きとし生くるものが平等の生命を生きていると説かれています。私たちは宇宙船地球号の同乗者です。人間の無知、エゴが地球を滅ぼしてはならないのです。

千石 真理 (心身めざめ内観センター主宰)

2016年は、東日本大震災から5年目の年でありました。震災後約2年間、ボランティアとして福島を訪れた自分にとって、今年熊本で起こった地震とその後政府の呼びかけで招集された会議に、エネルギー産業に従事する一員として参加させていただいた自分にとって、今年の学会テーマはとても興味がありました。災害は他人事ではなく、いつ自分の身に降りかかってくるかわからない身近な出来事です。高野山を開山された空海の時代、災害は繰り返し長岡京を襲ったといいます。若き日に、その災害を目の当たりにしたことが、後の弘法大師を生んだのでは？などと妄想している今日この頃です。 南無大師遍照金剛

松村 一生 (シニア産業カウンセラー)