

傾聴にもとづく宗教家と心理士の協働

— 生と死に直面する人との向き合い方 —

講師

	法輪寺住職	佐野泰典
	成徳寺住職	河合宗徹
花園大学教授・心理カウンセリングセンター 副センター長	橋本和明	

司会

花園大学教授・心理カウンセリングセンター センター長 小海宏之

小海：ただ今から花園大学心理カウンセリングセンターの公開講演会を始めたいと思います。私はカウンセリングセンター長の小海と申します。今日は「傾聴にもとづく宗教家と心理士の協働、生と死に直面する人との向き合い方」ということで、宗教家の方とのこのような講演会を持てることは、本学の建学精神から言っても誠に喜ばしいことだと思います。ではさっそく講演に移りたいと思います。

トップバッターは、法輪寺住職の佐野泰典和尚をお願いします。佐野さんは、臨床僧サラーの会を発会し、病気や老いに寄り添うことはもとより、その家族や医療者・介護者とも交流を深め、傾聴活動を実践されている和尚さんです。ではお願いします。

佐野：初めてお目にかかる方も多いかと思いますが、今ご紹介いただきました、佐野泰典と申します。

お寺は法輪寺と申しまして、通称は達磨寺、というところまで、そこから今日も自転車です。円町を上がった最初の信号を東に入ったところ、西大路の下立売を東に入ったところの、お寺の住職をさせてもらっております。ここの花園大学の卒業生でもありまして、昭和60年に卒業をしております。そして今は週1回、宗門、私たちの宗門の子弟、お子さんたちと、法式実習、お経とか作法ですね、そういうこと

を一緒にさせていただいておりますから、非常にこの大学とは縁が多くございまして、それこそ、隅から隅まで分かっておる、つもりでございます。

寺院と取り巻く環境の変化

いまご紹介いただいたんですけども、私もこの臨床僧サラーという会を5年ほどさせていただいております。こういっては我々の恥になるかもしれませんが、この会に参加している動機というのは、今、私たちのお寺を取り巻く環境というのは大変率直に申し上げて厳しい状況になりつつあると認識しています。宗教都市と言われる京都を含む関西ではそれほど大きな変動はないと思いますが、聞くところによると首都圏では法要葬儀が従来のような勤め方をされることがなくなってきている、ということです。みなさんも聞かれたことがあるかと思いますが、家族葬ですね、あるいは従来は密葬という言い方をしましたが、本当の意味での密葬は本葬があつての密葬ですから少し意味合いは違いますが、大変簡素化した、つまり従来のあり方から変わってきました。ですからすべてがお寺にとってはマイナスの方に作用しているように思うのです。大きな原因として少子化、家を継ぐべき人が少なくなり、家が減るということは、どうしても寺を支える一軒一軒が減るという状況です。

こういういたし方のない状況と、そうになっていく元ですね、私たち住職なり寺庭さん、世話人さん、皆が寺院をあてにされてないんじゃないか。つまりあってもなくてもいいんじゃないか、と。それならいっそ簡略したやり方にしてしまえとなります。喪主さんも、「わたしらも年ですから、おやじの法事がめぐってきますけど、この辺で上げ法事にさせてもらって、あとは結構です」とか、お盆のお参りなんかでも、「毎年は何年ですから、2年に1回くらいでいいですわ」とかいうこともちらほら聞かないでもないですね。そんなことから、これは次の世代にはお寺がどんどん統合整理されて、大変な時代が来るんじゃないか、そんな思いを、ここ10年持っていました。皆さん方と離れた心と言うものをつなぐものはなんだろう、と。もちろん本山を中心として様々な取組をされていますが、もう少しじかに触れて、もともと私どもの師匠から釈尊の教え、祖師方の教えというものを伝えてきていますが、それをもっと皆さん方に伝えていく方法はなんだろうかと。今日のように、壇上から、お説教なんてそうでしょ、本堂でも法話会があると一方的に話す。それよりも、もっと向き合うものがないかと思っていました。

悲嘆に共感し相対す

ちょうど、東北の震災のあとに、妙心寺派においても、傾聴というものにもっと努めなければならぬんじゃないかと、当時の管長さん河野太通老師は、私の修行の師匠ですが、このことを提言をされまして、その時の傾聴の講座、最初の講座に出席させてもらい、それまで聞きなれなかった「傾聴」というものを聞いて、こういうものだなということを学んだわけです。

それからほどなくして臨床僧の会というものをやってはどうかとなり、立ち上げることになりました。そのときから関わらせていただいております私どもはなんとか世の中の檀信徒はもとより、多くの病院、また高齢化社会で施設に入所

する方、入所するがための家族の苦しみ、生き悩む人々に寄り添う、なにがしか人々の何かお役に立てればと思うのです。つまり、大げさに言うと、生老病死といって、四苦、根本苦というか、そういった苦悩、そこから逃れるというのはなかなか難しいかもしれませんが、それでもなんとか向き合える、向き合うのが一人ではなく、一人では大変だけれども、そばにつかえ棒なりよりかかるものがあれば、少しは楽になるのではないかという思いが、この活動を始めたきっかけです。

目線を同じくする

きっかけと同時に、われわれは当初、こういう活動をするにあたって、病院なり施設に入るわけですから、「どこどこ寺の和尚でございます」「どこどこで修行しました、こんな経歴です」と言うわけです。しかしそれだけでは、受け入れてもらえないんじゃないか、ということで、何か公的な資格を取って医療福祉の資格を取ることを考えました。様々なありますが一番手取り早いのがホームヘルパー2級、これなら寺の住職をしながら合間を縫って資格取得ができますので、私ども当初の5名は、宇治の施設へ通いまして受講に4か月ほどかかりましたが、夜の講座に通って勉強したり施設に通ったり資格を取りました。もちろんいろんな医師なり心理士なり公的な資格を持っているということが、どんなものでもいいのですが、私の経験から言うと、坊さんが施設に入って、坊さんの衣を脱いで、私であれば法輪寺住職という肩書を取って施設へ行く、ということは大変な勉強になります。

ですから今後私たちの後をついてきてくれる人があれば大いに勧めたいと思います。のちほど触れますが、目線を同じくするという、どんな立場でもそうですね、学校でも生徒と目線を同じくする、病院施設でも患者目線ということ、今では当たり前に言われていますが、このことを学ぶ一番良い機会だったと思います。現場へ

出向くというのは、見舞いや慰問で訪れただけではなかなか理解しえない苦の現場というか、そこで働く人の苦しみ、悩みにじかに接するわけですから、ここがやはり触れなければならないところだなと思います。これはほんとに大事なことだとつくづく思う次第です。

病院に入ることの難しさ

そうしてなんとか資格を取りまして、目標としては当初想定していました、例えばキリスト教系の病院でホスピスのような末期の患者さん、あるいは治療の手立てのない患者さんの病床へ出向いて、何がしか今日のテーマであるところの、心のうちを聞かせていただいて、そして何がしか我々にできることがあればと思っておりましてけれども、なかなか病院現場で受け入れられるところまでは行きついておりません。それで事務局の人が方々の病院へ回り、知り合ったのが、がん患者会でございます、特に私たちが活動を始めてからでも、がん患者会は各主要都市の拠点病院に、患者さんのサロンが開設されています。そこに集って、患者さんで寛解した人が世話人さんとして運営に関わっておられ、看護師や医師も参加されますが、いろいろ心のうちを聴いたり、治療法について話し合ったり、ときには勉強会を開いたり、なにより心の内を聴いてもらうというような、サロンが開設されています。そういうところへ出向くチャンスをいただきました。多いところで月2回、少ないところで月1回くらい開催されています。そこでは、なかなか一回だけではお知り合いになっても心の内までというのは難しい。何回も何回もお会いしますと顔なじみになります。そうすると世間話や茶飲み話の延長で、実は、とお話を聞く機会が増えます。そうすると「今度お寺に行っていいいでしょうか」ということになる。何人かの人が定期的に寺の方にも来られるようになります。特別生死の問題、心の底までという大げさになりますが、茶飲み話のついでにお話を聴かせてもらうということが多

いです。

けれども何回も訪ねてこられるところを見ると、そこへ足が向くということが、すでに解決といっはなんですが救いの第一歩を踏み出しておられるんだと思います。そしてうちですと仏さんのところへ、お参りとまではいかなくても、眺めておられる。そうするとそれなりにその人なりに感じるところがあって、それが生きるといふことへのプラスに作用するのでしょうか。

ですから寺をお預かりして、伝統的な護持ということは避けて通れませんから、毎朝掃除、お経、2人預かっている学生と座禅をしますが、そんなことが、その人たちへ直接ではないけれども間接的に力を与えているのではないかと思います。

そのように私たちは自分の時間のすべてをつぎ込むのは難しいですが、目標としては月のうち10分の1か5分の1くらいの時間は割いて、患者さんのサロン、施設の方へ、今は施設の方へは行けていませんが、かつては訪問して、一緒にご飯やおやつを作らせてもらったりして、時間をともに過ごしておりました。

施設に入所される方々は、ほとんどが、ご家族の訪問は当たり前ですが、訪ねる人もほとんどなくという方が多いと思います。私共が訪問していたときも、どなたかが訪ねてくるということは皆無でした。つまりあきらめの境地で入所されても、内心さみしい、お察しするとつらい面もあるのだらうなど。そこへ入ってもらわねばならないご家族の思いもつらいですね。ですから時々、縁もゆかりもないですがどこかの和尚が、なにがしか一緒に過ごさせてもらおうと、その人にとっては喜び嬉しさにつながるのだと思います。入所されているのが檀家さんであれば、訪ねて差し上げたら、どれほど励み力になることかと思います。

そのように入所者、患者さん、自分のお寺に来ていただく方々に対して、大きいことをしているつもりはありませんが、そんな活動をさせ

ていただいています。

現在の課題

各病院の緩和病棟へ出入りさせていただくことが一つの目標です。これは現状成し得ていません。患者サロンで先生方とお知り合いにはなりません。しかし先生方も「お坊さんがそんなことしてくれるならありがたい」とお声もかけてもらうことがたくさんありますが、やはり病院では院長さんなり、責任者の方の「うん」という声にはなっていない。聞くところによると認めてしまうと、いろんな新興宗教やあの手この手で病院の中をかき回されることも発生し、かえって仕事が増えてしまう、迷惑になる、それなら最初からお断りした方がよい、と。キリスト教の病院ですと、聖職者の方が制服を着ていらっしゃる。京都ですと古くからあるホスピス、バプテストですとそういう方が常駐していらっしゃる。しかしながら日本の病院の中でお坊さんがいるというのはほとんど例がありません。

先ほども言いました我々坊さんの知恵というものもあると思います。なによりこういう活動をして思うのは、私一人の力でなく、仏さんの力であると思います。頼まれてお寺で患者会をしたことがあります。畳の広いところで、車座になって、お茶飲んで、そこにはお寺という広い空間があり伝統的なものがあって、本尊さんがおられて、それはやっぱり仏さんがその人に力を与えておられるんですね。私が頑張ってもどうにもなりません、何年も続いてきたお寺の歴史というものが、その人にながしか力をくださるんだとつくづく思いました。

今でも私のお寺を患者会の役員会や集会で提供させてもらいますが、その人たちが喜んで使っておられるのは、お寺にとってありがたいことだと思います。もともとのお寺の在るべき姿に戻りつつあるのだと自負しております。

今後に向けて

冒頭に申した通り、お寺を取り巻く環境は厳しい時代です。何年後には何パーセントのお寺は消滅するとか、そうならなければよいですが、予測というのは侮れません。そういう時代にあって今お話したような活動は広がると思っています。日本のお寺の数はコンビニより多いといえます。そのお寺がなにがしかこのような、あるいは、これからお話される河合和尚のような、まずはお寺が門戸を開く、和尚さんの持つ時間の10分の1、20分の1でも持ち寄ったら、現状打開の一步になるのではないかと思います。今日も中学生が命を絶っております。この陰にはご両親、先生、おじいさん、おばあさん、ものすごい数の悲しみが生まれます。お寺がなにがしか門戸を開いておれば、また助けてくださる、お寺を必要とされる、やっぱり坊主はおらないかんもんやという社会が来なければ、私たちがお寺をお預かりしている資格がないと思っています。

活動はうまく回るところまで行きついていませんが、この大学でもお寺の後継者の方がそういう心持ちをもって、傾聴の講座を受けてもらいたいとおもいます。そして、将来坊さんになったときにそれを活かして第一線に立つということを進めていこうとしているようですが、私はそれにおおいに期待し、私たちの活動が世の中の人々の苦に向き合える人が増えていくことを願っています。

活動の一端と今後の展望を述べさせていただきました。ここ数年の活動についてはホームページも見ただけだとありがたく思います。

小海：続きまして、成徳寺住職の河合和尚のお話をうかがいたいと思います。河合和尚は傾聴僧の会のメンバーで、自死問題に取り組み、その予防や遺族への心のケアを続け、また地域では保護司として犯罪者や非行少年の更生、京都市相談員など、日々人々の生きることへの苦悩

と向き合っている和尚さんです。では河合和尚、お願い致します。

河合：ただいまご紹介に預かりました、成徳寺住職の河合宗徹と申します。本日は傾聴と僧侶ということがテーマになっておりますので、私も傾聴僧の会のメンバーとして参加させて頂いております。傾聴についてお話ししようと思います。

傾聴によって救われた私

実は傾聴をするまでの私というのは、僧侶には多いと思いますが「人々を救いたい」「何とかしなければならぬ」という想いが大変強いんですね。ですから私も、なんとか人々の悩みに答えなければならぬということで、一生懸命お話しをさせて頂いたり、説得をしたりしてきました。ところが、それではなかなか上手くいかないこともありました。

ある時、東京で自死念慮の方がおられました。「死にたい」と言われているのですぐに飛んできました。色んなことをしたんですけども、なかなか納得してくれない。電車もなくなって、夜行の電車で帰っている時にまた、「やっぱり納得できない」と連絡があったりして、振り回されてしまう自分がありました。結局決められるのはご本人なんですね。

それから私は自死遺族の方々の分かち合いの会の支援をさせて頂いていますが、ご遺族の方から問いかけられることがあります。例えば、ご主人を亡くした方が、「私が、主人を追いつめたんじゃないだろうか」、「私のせいで主人は死んだんじゃないか」とおっしゃいます。それに対して答えが出せないんですね。そうかもしれない、しかしそうじゃないかもしれない。そしてお子さんを亡くした方が、こうおっしゃいます。「私が子どもを産まなかったら、こんな苦しみはなかったんじゃないか。あの子は死ななくてすんだんじゃないか」、「私が結婚しなかったらよかったんじゃないか」。そしてさらには「私

自身が生れてこなければよかったんじゃないか」、そういう問いかけをされます。しかし答えがありません。

また、ご遺族の話を相手の気持ちになって聴こうとしますと、私も友人を自死で亡くしておりますので、自分の想いが入り込んでしまいます。そして涙が止まらなくなってしまう。同調してしまって自分の方がしんどくなってしまいますね。答えは出せないし、自分自身が追いつめられてしまって受け止めきれないし。そんな状態が、傾聴を学ぶ前の私でした。

聴くことはそれだけで援助になる

そんな時、傾聴僧の会をご紹介頂きまして講座を受けました。そうすると、「聴くことはそれだけで援助になる」、「援助とは、苦しみを和らげ軽くし、できれば無くすこと」と言うのです。ということは、答えを出さなくてもいい。「聴くことはそれだけで援助になる」ということは私にとって大変衝撃的なことで、目から鱗と申しますか、非常に驚きと喜びを感じました。

ただ、会場の皆さまも思われるでしょうけれども、「いやいや聴くだけではあかんやろ」とか、「やっぱり話とかせなあかんで」と、私もそういう思いがあって半信半疑でした。ところが、私が傾聴を学んですぐの頃なんですけれども、檀家さんが亡くなりまして、お参りに行かせて頂くことがありました。駅まで息子さんが車で迎えに来てくれまして、ご自宅に向かう車中で、息子さんが「和尚さん、ちょっと相談したいことがあるんや」とおっしゃいました。私は「これはチャンスや、傾聴でいってみよう」と思いました。

息子さんの話というのはこうです。亡くなったお父さんが夢に出てきて苦しそうな顔をしている。夢の中でたまたまお兄さんとけんかをしている時で、それを見ていてお父さんがしんどいのかと思った、ということでした。そして思わず、「お父さん寂しい!」と手を握ったら、その手に温もりを感じたと。こんなふう言う

んです。夢の中でお父さんは非常に苦しそうであり、また怒っているように見えた。「そうなんです、怒ってるように見えたんですね」と傾聴させて頂きました。そうしたら「最近私、お経あげてないんですよ。お経あげてないから怒ってるんですかね?」「父はタバコ止めたんですけど、私、タバコをお供えしたんですよ。それで怒ってるんですかね」とおっしゃるので、同様に傾聴し、反復して返していききました。そうすると、その息子さんは実は仕事を辞めていて、お父さんが亡くなってから仕事に就かれた。けれどもやっぱりその仕事が合わなくて辞めようかと悩んでいらっしゃる、ということだったんですね。そのことをお話されて、「実は私、悩んでるんですよ。仕事辞めようかな。父の想いもあるし」と語られた。そして結局、「亡くなった父に相談して、自分がどういう仕事に就くかもう一度考え直します」とおっしゃいました。私は一言もアドバイスしていません。傾聴に徹していたのです。その方は自分で気持ちを整理して答えを出されたわけですね。

傾聴によるケア

次に、傾聴によって苦しみが軽くなる、ということについてお話ししたいと思います。苦しみとは、客観的状況と主観的な想いのズレである、というふうに考えるのですが、そこで客観的状況を変えることがキュア(cure)です。しかし傾聴はキュアではなく ケア(care)することです。どういうことかと言うと、主観的な願い・想い・価値観が変わるのを支えるということです。

具体的に申し上げたいと思います。私にはがんを患った友人がおりまして昨年亡くなりました。手術を受けましたが再発しまして、さらに治療を受けようとしたのですが、結局、緩和病棟に入ることになりました。あとは死を待つしかない状態です。彼はまだ若いし、死にたくない。妻や残された人達への想いもある。しかし状況を変えることはできません。変えられるのは彼

の気持ちであり、価値観です。そういったことしか変えられないのです。それに対しては傾聴で対応するしかありませんでした。彼は「あとはお前に任せるぞ」と言って亡くなっていきました。これは傾聴によるケアということです。

援助的コミュニケーション

それから傾聴は、援助的コミュニケーションであると言えます。コミュニケーションには二種類ありまして、一つは情報収集と伝達、もう一つは援助的コミュニケーションです。まず情報収集と伝達のコミュニケーションですが、京都市の相談員をしておりまして、時々、隣にある弁護士さんのブースから声が聞こえてくることがあります。弁護士さんは、「誰とそうなったんですか?」「どうしてそうなったんですか?」「内容は?」「状況は?」というように手早く聞いていかれます。情報収集をしていかれるんですね。そしてそれに対して、「それは刑法第何条でこうこうです」というような説明をなさいます。これがまさに情報収集と伝達のコミュニケーションです。

しかし、傾聴の場合にはそうではなくて、コミュニケーション自体に援助としての意味があります。その方のサインをメッセージとして受け取る。あるいは気持ちや想いを言葉として出して頂く。そしてそれを返すことによって、先ほど檀家さんの例のように、またその方が自分で意味を考えていかれて、気持ちが落ち着く、考えが整う、生きる力が湧く、というわけですね。

聴いて貰えない人々

しかし、世の中には話をしっかりと聴いて貰えていない人もいらっしゃいます。例えば高齢者の方がよく、「和尚さん、私は役に立たへんし、迷惑かけてばっかやし、はよ迎えに来て欲しいわ」というようなことをおっしゃいます。そういう時に、過去には私もよく「そんなこと言わんとまだまだ元気な長生きせな」と言ってしまっていました。しかし、実はこの語りは高

高齢者の方にとってスピリチュアルペインなのです。自分の存在と意味が消滅する、いずれもうすぐ消滅するということは、とてもスピリチュアルペインであるのに、「まあまあおばあちゃん元気出さないよ」という一言で片付けてしまって、しっかり聴かないということがあるんじゃないでしょうか。また、認知症の方が繰り返し同じ話をされますと、「また同じこと言うてるよ」と聴かないのではないだろうかと思います。

そして自死遺族の方々の場合、まず語れないということがあります。家庭の中においても語れない。ましてや社会においては偏見が強いですから、自分の身内が自死したということは語れない。そういう状況があります。

精神疾患の方もそうです。京都市の相談員をさせて頂いていますと、精神疾患の方もたくさん相談に来られますが、「この人は言うことがおかしい、つじつまが合っていない」と思われて聴いて貰えない方がたくさんいらっしゃいます。でもしっかりと聴かせて頂きますと、「初めて私の話を聴いて貰えた」とおっしゃる方がいらっしゃいます。また「何とか生きてみようと思います」とおっしゃる方もいらっしゃいます。

そして犯罪加害者です。もちろん被害者の方も語れないんですけども、保護司をさせて頂いておりますので、加害者が来られます。彼らもやはり、聴いてもらっていません。罪を犯したと言うことで怒られ、非難されます。聞かれることと言えば、凶器は何だといったような事情聴取です。なぜその人がそういう状況になってしまったのかというような、罪を犯した方の苦しみには焦点が当たっていません。中には、非行に走らない方がおかしいというような家庭環境の子もいます。その子達の悲しみ苦しみをしっかりと聴かせてもらうということが、とても大事じゃないかと思っています。

傾聴によって現れが変わる

このように、聴くということはそれだけで援

助になるわけですが、私たち僧侶はどうしてもお説教をさせて頂くことが多いわけです。しかし、いつも説教をすると思っていた人が聴いてくれるとなったら、「あ、この人は意見を言ったり非難をするんじゃないくて、私の話を聴いてくれる人なんだ」というように、その方にとっての現れが変わるということがあります。

例えば、虐待をしている親御さんに対して「通報が来ました。あなた、虐待しましたよね」と言えば自分を非難する人だと映ります。ですから「これはしつけです。余計なこと言わないで下さい」ということになります。ところが「何か子育てで困ってらっしゃることはないですか」とか「なにかしんどいことはないですか」というようにお聴きしていくと、「この人は助けてくれる人かもしれない。私のことを聴いてくれるかもしれない」というように現れが変わってくるわけです。ですから、聴くということは、それによって相手にとっての現れが変わってくるということになります。

傾聴と仏教

私は傾聴を学ぶことによって、仏教・禅・僧侶のあり方も再認識をいたしました。最後にそのことについていくつかお話ししたいと思います。

まず、先ほど佐野和尚のお話にも出ていましたが仏教の基本は四門出遊です。お釈迦様が門を出た時に、お年を召した方、病人の方、亡くなった方をご覧になった、その老病死への不安が仏教の原点になっているわけです。ところが現実社会においては、その部分に関してはタブー視されてしまっています。しかし仏教の基本はそこにあります。

また、仏教では四聖諦、一切皆苦という考え方をします。これは、全ての物事は自分の思い通りにならないという考え方で、その苦しみを解決したり無くしていく方法を八正道と言います。客観的な状況と主観的な想いにはズレが生じるのだということ、それを傾聴でケアしてい

くということは、まさに一切皆苦や八正道の考え方と言えるのではないのでしょうか。また先に申し上げました「聴くことはそれだけで援助になる」、「援助とは苦しみを和らげ軽くし、できれば無くす」という援助の理論は、仏教の慈悲の考え方と一致するのではないかと思います。慈悲というのは、抜苦与楽と申しまして、悲しみを癒して安らぎを与えるということです。

傾聴と禅

我々禅宗では坐禅をします。これは悟りをひらくためですが、一般の方々に坐禅をお勧めする場合は、「気持ちが落ち着く、考えが整う、生きる力が湧く」ということを申し上げています。「一日一度は静かに坐って、身と呼吸と心を調えましょう」ということを妙心寺では言っております。これはまさに、先ほど申し上げた傾聴と全く同じことが言えるのではないのでしょうか。それを傾聴の場合には関係性を持つてすることなんですね。この関係の力によって援助していこうとすることは、仏教の縁起と法ということに通じます。つまり物事はあるものによってあるものが起こるという縁起によって成り立っていて、我々も関係性によって存在しているということです。そして禅宗で有名な維摩居士の言葉に「衆生病むが故に我病む」というものがあります。つまり人が苦しんでいる、そのことが気掛かりで仕方ない、何とかしたいということです。このことは関係存在ということを証明しているように思います。

また「随所に主となれ」という言葉があり、これは囚われやこだわり、偏りといった気持ちを取り去り、自由自在に動けるということを指します。傾聴の文脈で言えば、相手の方に対してパツと傾聴の姿勢に入ることができるということです。そしてそれは、自分が指導したり救うということではなく、私も同じ病む者であり、老いる者であり、死す者である、ということをしつかりと認識をしておくことが大切です。

「死にとうない」

これは禅宗の有名な仙厓和尚という方が亡くなる直前の話なのですが、お弟子さんたちが「お師匠様、何か一言」と言いますと、仙厓和尚は「死にとうない」とおっしゃいました。それでお弟子さんたちは「立派な方なんだから違う言葉を残して下さいよ」ということを言ったんですが、和尚は「ほんまにほんまに、死にとうない」とおっしゃったんですね。これは私は大変すばらしいことじゃないかなと思います。この「死にとうない」というのは、いろんな計らいを全て取った気持ちの状態じゃないかと思うんです。逆に申しますと、生まれてくるときに赤ちゃんがオギャーと大きな産声をあげるというのと同じような境地ではないかと思います。私たちはターミナルケアにも関わっていますが、その時に、その方が本当に計らいのない「死にとうない」というような一言を残して往って頂けるような、そんなことができればいいなと思っております。

大いなるものに出会う

僧侶が傾聴を行うということの意義とはなんでしょうか。それは、僧侶を通して大いなるものに出会うということだと思います。「大いなるもの」とは、仏様であったりご先祖様であったりするかもしれません。私たち僧侶が傾聴させて頂くことで、そういった何か自分たちの計らいの及ばないようなものを感じて頂けるのではないかと、そんなふうに思っております。

今日繰り返し申し上げてきたように、傾聴、「聴くことは、それだけで援助になる」のです。この理念の下、私どもは活動させて頂いており、実際にたくさんの方々が安らぎを得ておられます。どうか皆様方にも傾聴ということを見直して頂けたらと思います。

小海：続きまして、本学社会福祉学部教授で、心理カウンセリングセンター副センター長の橋本和明先生よりお話し頂きたいと思います。橋本先生は犯罪や非行の司法臨床経験や、カウンセリングの実践の中で、聴くことの難しさと共にその大切さについて本学で指導なさっている先生です。ではよろしくお願い致します。

橋本：いま紹介頂いた、花園大学社会福祉学部で臨床心理学を教えております橋本と申します。宗教家と心理士がコラボする可能性があるんじゃないかと思い、この講演会を企画いたしました。私は心理士の立場として、「傾聴」や「生と死」についてお話ししたいと思います。「生と死」について心理士として、臨床家として、どう向き合っていけばいいか？そこに宗教家と共通する部分があるのではないかと。あるいは両者の違いは何か？といったことを考える機会にしたいと思います。

傾聴について

東北の大震災の後、宗教家が医者、地域の方々、臨床心理士と連携してこの事態を乗り越えていこう、ということで臨床宗教師というのが作られました。これは龍谷大学と東北大学が中心となって作られたものですが、本学の母

体でもある妙心寺では元管長の河野太通老師が、妙心寺も傾聴士をもっと育成してこうした事態に対処できるようにならねばならない、この傾聴士をいかに育成養成していくかということ課題として挙げられました。

私はそんな中で、全国のお寺を回って傾聴ボランティアの養成講座を開き、住職さんや寺院さんに、傾聴のありかたを講義してきました。住職さんがいらっしゃる前で失礼かもしれませんが、住職さんは話を聞くのが下手です。住職さんと学校の先生は、人の話を聞かないです。なぜかというと、話す方が上手なんですね。説法やお話は上手ですが、人の話を聞くのは下手だと思います。講座でロールプレイをして、私がクライアント役、住職さんがカウンセラー役をやると、いつの間にか私が説教されている。私の言いたいことが十分言えないで跳ね返されてくる。こういうところをもっと聞いてほしいのに、もっと私の気持ちを受け止めてほしいのに。そのためにはどうしたらいいのかということずっと講座でやってきたわけです。

『聴』という漢字があります。「傾聴」の聴の字です。『聴』のみみへん（耳）の下に昔は『壬』があって、これには耳を突き出すという意味があったそうです。右側の『恵』にはまっすぐな心でという意味があったそうで。（図1）



図1 「聴」の成り立ち

つまり、まっすぐな心できくのが「傾聴」なんです。たしかに、いろいろ聞いていて、こちらに思いがいっぱいあって、自分の考えが優先して、相手の話よりも自分が何かを言いたくなって、それを言ってしまうと、「傾聴」ではない。相手は何が言いたいんだろう、何を感じておられるんだろうということを、まっすぐな心できいていく。これは簡単なようで難しいことです。例えば、先の河合和尚の話にもありましたが、何回も繰り返し同じことを言う高齢者の話というのはなかなか聞きにくい。「その話は聞いたことあるよ」とすぐ言いたくなる。あるいは、聞きたくない話や嫌な話は、聞いているふりをして本当には聞いていない。つまり、まっすぐな心でというのは非常に難しいし、そこに専門家の価値があるのではないかと思います。

それから、聞くための技術として、明確化ということの説明したり実践したりします。もっと言えば徹底的な明確化ということを訓練します。明確化というのは、さっきの河合和尚の話だと、「生きていくのがつらいです」と言われたとしますと、こちらは<ああ、もうしんどくなるようなお気持ちなんですね>と応じるのです。相手が言うのをちゃんと受けて、それを返していく。「もう嫌になっちゃいましたよー」と言われたとすると<ああ、もういやになっちゃったんですね>と返す。相手の気持ちをまさに鏡のように返していく。こういうのを明確化と言います。取って付けたオウム返しじゃないのと思われるかもしれませんが、実はカウンセリングの中で、カウンセラーは明確化ということをかなりやっています。ただ、さっきのまっすぐな心で聞くのが難しい人は「生きていくのがしんどいんです」とクライアントが言った場合に、<いや、そんなこと考えないで頑張って生きて>というようなことをすぐに言ってしまう。励ましたり、あるいは自分がそんな辛い話をききたくないからなぐさめたりしてしまう。そうではなくて相手の言うことをしっかり受け止めてそれを返す。これが明確化の技術です。ですが、

これがなかなかうまくいかないものです。

また講座の中ではこういうこともやります。誰かにカウンセラー役をやってもらって、私が夫婦関係で上手く行っていないクライアントを演じます。私が「妻と上手くいかないんですよ。もうぜんぜんダメなんです」と言うと、カウンセラー役が<ぜんぜんダメなんですね>。私が「そうなんですよ、昨日もケンカして、ちょっとしたおかずのことで言い合いになったんです」と言うとか<おかずのことで言い合いになったんですね。それは大変ですね>。ここまではいいんです。ここで私はちょっとしたツッコミをいれるんです。「そうなんですよ。先生はどうされているんですか？先生は結婚しておられますか？」と聞くんです。そんな時、皆さんならどうされますか？ここで私は、「結婚している／していない」、そんなことを聞いているのではないんです。「私が上手く行かないことを先生はどう思われますか？」というつもりで、「先生は結婚しておられますか？」と聞いているのです。だけど、そういうことを聞くと、カウンセラー役の人はすぐに<結婚しています>というようなことを答えてしまうのです。そこでさらに私が「そうですか。じゃあ、先生はこんな場合どうしておられますか？」「ところで先生、子どもさんは？」とどんどん質問すると、カウンセラー役の人はいつの間にか自分の話をすることになるのです。おわかりでしょうか？「先生はどう思われますか？」に対して<どうしてそんなことを聞かれるんですか？>とか<ご自分のことが上手く行かないから人の話を参考に聞いてみたいというお気持ちですか？>というように、相手がなぜそういうことを尋ねているのかをしっかりと明確化で返していく。「傾聴」ではそういった技術が問われるのだと説明するのです。そしてさらに付け加えて、こういうことはあまり日常的にはやらない方がいいですよ、とも言っています。例えば家に帰って、奥さんに対して傾聴をやっていくとケンカになるんです。例えば「今晚、晩ご飯なにがいい？」と聞

かれて「何がいいか悩んでるんだね」と返したり、「カレーがいい?」と言われて「カレーがいいと思っているんだね」と返したり。こんなことをやったら、「あなた何言ってるの?」とケンカになります。だから、時と場所を選んで使わないといけないのですが、ここという時に傾聴のスタンスが取れるかどうかが問われると思います。

生と死について臨床で考えたこと

私は大学を出て後、家庭裁判所に勤めていました。少年事件、虐待の事件、DVで激しい暴力を受けた事件、多種多様な事件にかかわってきました。もちろん死とは関係のないような事件もいっぱいあるのですが、死とすごく近いところで仕事をしていたように思います。例えば激しい虐待から生き延びた人、殺人事件の加害者や被害者遺族にも会ってきました。今も、大学の教員をやりながら、犯罪心理鑑定の仕事をしています。これは精神鑑定とは少し違って、その事件の心理学的な理解を面接やテストを通じて解き明かし、法廷で説明をしたりする仕事です。そこには生と死の問題がテーマになってくることが多いのです。

実は臨床をやっていると、表面化していなくても、背景に「生と死」といったテーマを持っている方がいっぱいいらっしゃいます。いじめを受けた方なら「私はいじめを受けて、生きる価値があるのだろうか」と思っておられるかも分からない。自殺しようかと思っている方もあるかも分からない。不登校の方もそうです。あるいは死を宣告されて余命幾ばくもない方というのは、どういう生き方、あるいは死に方をしようかと悩まれている。そういう方に、僕らはどう向き合えばいいのか、ということを経験をいろいろ考えさせられます。

終わりがあるということ

終わりあるということは、いいことじゃないかと私は思っています。ラグビーなんかはそう

ですね。ゲームの時間があって、終わりの時間がある。だから、ゲーム中はムチャクチャ戦っていたけれども最後にはノーサイドになって握手ができる。あれに終わりがなかったらどうなるんだろうと思ったりします。つまり、死のイメージというのも終わりなんだけれども、それは肯定的なイメージでもあると私は思うんです。決して、終わりは否定的ではないのです。終わりがあから今を生きられるのだと思うんです。

そして、『生き抜く』と『生き切る』はちょっと違うんじゃないかとも思うんです。「生きていく価値があるのでしょうか?」と聞いてきたあるクライアントに、私は「生き切って欲しい」と言いました。最後の最後の一滴まで、最後の生命まで使い切って欲しい、生き切って欲しい、と。『生き抜く』と言うとその後にまだなにかある感じがします。「～切る」というのは、ターミナルケアの臨床でも大変重要ではないかと思えます。「頑張ってください」とか、励まされるほど酷なことではないと思います。「頑張ってください」「生き抜いてください」と言うのは、余命幾ばくもない人に果たして適切なんだろうかと考えます。こんなふうに終わりのあることをどう考えるか、ということについて宗教家の方との違いをこの後のディスカッションで明確にしたいと思っています。

being と doing

我々はすぐに doing、何かしないとといけない、と思うのですが、果たしてそうでしょうか。being というのはあること、存在することです。doing というのは何々することです。私は being が大事ではないかと思うんです。カウンセリングでは特にそうです。カウンセリングでは何かをしてあげるということはほとんどしません。クライアントの前に一緒にいる、話を一緒に聞く。何かをすとか助言をすとか、そんなことではなく、そこに一緒にいる、存在することなんです。カウンセラーとはそういう存在では

ないかなと思うんです。

さきほど、河合和尚が言われていた仙厓和尚という人は『老人六歌仙』という本を書いております。その中で仙厓和尚が書いておられるのは、「皺がよる 黒子ができる 腰曲がる 頭はげる ひげ白くなる」、「手は震う 足はよろつく 歯は抜ける 耳は聞こえず 目は疎くなる」。老いるというのは、こんなのかって感じてしまうかもしれません。「身に添うは 頭巾襟巻 杖眼鏡 たんぽ温石 尿瓶孫の手」。「聞きたがる 死にともながる 淋しがる 心は曲がる 欲深くなる」。「くどくなる 気短くなる…」も。ういっばい書いてある。でも、老人というのは何もできなくなってしまうかもしれない。ただ、doing はできなくなるけれど、存在すること being はできて、それが大事な視点なのではないかと思います。さきほど河合和尚のお話をお聞きして思ったのは、仙厓和尚が「死にとうない」と言われたのは doing じゃなく being の方を言っておられるんじゃないか、と。ここに存在し続けること、皆の心に生きていくこと、こういったメッセージではないかなと思ったりしました。こういった being と doing の考えの違い、こんなことも生と死について思ったりします。

生と死のバランス

生と死というものを扱うことは非常に難しい。カウンセリングでもそうですが、そこをどのように聴いていくのか、扱っていくのか。そこに大事なものはバランスだと思います。しかし、このバランスがどうも上手く取れない。生のことをいつも考えている人はどうも強欲に見えてしまう。あるいは死ぬんじゃないか死ぬんじゃないかといつも思っている人はどうも臆病で弱いように感じる。でも両方見比べながら、そこで自分がどうバランスを取っていくかが大事だと思います。こういうことを考える一番大事なコツとしてあるのは、自分らしくあるということ、これがバランスを取る秘訣ではないかなと

思います。

ディスカッション

小海：ここからはシンポジウム形式で進めたいと思います。まず私の方からコメントをさせて頂きますと、佐野和尚の話では私も若い頃のことを思い出しました。私は精神科デイケアの勤務から仕事を始めましたので、精神病の方々と朝から晩まで同じ時間を過ごす中で、なにがしかの援助をするという体験をしました。これは部屋を準備してクライアントさんをお待ちするという、カウンセリングルームでは経験できないことだったと思います。

河合和尚の話の中にあつた、僧侶を通して大いなるものを感じるというところが、実際にはどういうことなのか、もう一言教えて頂けるとありがたいと思います。

橋本先生の話では、「生き抜く」と「生き切る」ということが一番響きました。私は心理士としてがん患者の方にもお会いしてきましたが、そういう方のベッドサイドへ伺いしても、心理士のできることには非常に限られています。相当重たい話であるし、そういう方々から見れば、当時まだまだ若造の私がいくら共感的に話を聴いても、そもそも共感なんか無理なんじゃないかということもあったと思います。私はやはりお答えできなくて、「分からない」といったニュアンスのことを言ったこともありました。その中で最終的に人として生き切る。生き抜くではなく、生き切る、という在り方を感じました。

それぞれの先生はいかがでしょうか。

辛い話の聴き方

佐野：たとえば生と死の問題というのは、もちろん答えのない問いではありますが、そういう問いを受けて、後々引きずるということはあるのかお聞きしたいと思いました。と言うのはつい先日の会合でのことです。ある方が子どもの頃にお兄さんを病で亡くされていて、その時の

場面がいまだにフラッシュバックして震えるというお話をなさいました。しかし何人かいる場で、その方は感情がこみ上げて涙がぼろぼろ出て話せないんです。私たちはお聴きするのみでした。その後、世話人さんたちから「ああいう場合どうしたらいいんだろう？」という話が出ました。そして私がいたことで「ずいぶん救われましたよ」とも言われました。けれども何か自分の中で消化しきれないものがありまして、いまだに、どういうふうにお会いするのがよかったのかと考えてしまいます。そのあたり、ずっとカウンセリングをされている先生方はどういうふうに消化しておられるのか、教えて頂きたいと思います。

小海：言葉にならなくてワッと泣いてしまわれる時、私自身が病院勤務時代に実践していたのは、本来心理士は患者さんには基本的にはあまり触れてはいけないんですが、私はどちらかというところ積極的に触れて、そしてじっとその時間を過ごすというだけでも、それなりに意味があるのではないかと考えてやっていました。

橋本：二つのご質問だったかと思います。その時その方にどうするかということ、こちら側の引きずりをどうするかということ、かと思えます。

まず一つ目については、トラウマを受けた方に対しての聴き方と似たところがあると思います。トラウマというのは、繰り返し繰り返し慣れると、そこから回復するということがある一方、繰り返されることで心の傷が深くなっていくということもあって、紙一重なところがあります。最近の臨床心理士の一般的なスタンスとしては、クライアントのトラウマになっている話題には水を向けないようにします。ただクライアントが自ら話す場合には、お聴きします

二つ目のカウンセラーの引きずりについてですが、重い話を聞いたり、対応について悩まされたりすると、やっぱり引きずりますよね。こ

れはあまりにこちらの想いを掛け過ぎて、ケースの状況が見えにくくなってしまいますので、教科書的にはだめということになっています。でも私は個人的には、そこまでクライアントのことを考えるという所を通過しないと、本当にはクライアントの役に立たないんじゃないかと思います。特に初心者のうちは。経験を積むと切り替えることも出来るようになりますが、引きずる時期があってもいいんじゃないかと思います。ただ、それが長引いたり、離れられなくなってくると、聞き方として問題があります。

河合：自死遺族の方々の分かち合いの会をさせていただいていますと、自死でお子さんを亡くしたとか、5年間誰にも言えなかったとか、初めてこの場で言うんだ、という方がたくさん来られます。私たちが心掛けていることは、まず安心できる場の提供ということです。語らなくても、その場にいてもらって、それで気持ちが落ち着くならそれでいいのです。だから無理に語ることは全くない。そして語られれば、そのまま傾聴しています。そういう中で、多くの方々が初めて語ることができるというわけです。ただ、やはり何年かぶりに初めて喋れたという方の中には、感情が上手くコントロールできない方もいらっしゃいます。全体の場合では危険な場合には、個別対応に切り替えられるようスタッフを配置していますので、個別でお聴きしたりするようにしています。

それから我々聴く方が持ち帰らないか、と言う話なのですが、私も傾聴を学ぶまでは、無茶苦茶しんどくなって、聴いてるだけでもウルウル泣いてしまう状態だったんですけども、今は、それはなくなりました。自分が泣いてしまうということは、自分に意識が来ている、つまり自分が悲しいから泣いてしまうということだと思います。そうではなくあくまでも、相手の方がいかに自分の苦しみを和らげていくことが出来るか、無くしていくことが出来るか、そこに集中していくわけです。そうすることで、その方

が「少し気が楽になりました」とか、「生きる力が少し出ました」とか、お顔がにこやかになってお帰りになられるのではと思います。

大いなるものに出会う

小海:河合和尚には、「僧侶を通して大いなるものに出会う」というところをお話頂けるでしょうか。

河合:私どもの傾聴には傾聴ボランティアがいっぱいいて、同じように傾聴の技法を学び、実践していっぱいいます。話をお聴きして、苦しみを和らげて軽くし、出来ればなくす、というのは傾聴ボランティアでも出来るわけです。では僧侶だったらどこが違うのかということです。私たち僧侶を通して、その方が自分の先祖や、仏さん阿弥陀さん、我々禅宗では「大いなるもの」という言い方をしますが、そういったものに対して想いを向けてもらえたらいいんじゃないかと思っています。ですから、ただ単に気持ちが楽になるということだけではなくて、もっと宗教的な意味での心の安寧まで感じ取って頂けたらいいなと思います。

小海:ありがとうございます。普段は説法をされる和尚さんがここでは聴いてくれるんだ、という体験は、根源的なところが受け入れられたという実感が伴うように思います。

橋本:佐野和尚が先ほど「場の力」と言われましたが、お寺で会うこと、そこに仏さんの力があると言われたことは、今の話にも通じるところだろうと思います。

話の終わり方

小海:実はこれは打ち合わせの中で話題に出たことですが、カウンセリングには50分という枠があって、人も決まっていますが、特に時間のことで佐野和尚は苦労されているということでした。その辺の苦労をお話頂けますでしょうか。

か。

佐野:私どもは「緑蔭」といいまして、お寺を開放してお寺へお越し頂くということをしています。緑蔭というのは、夏の暑い時に鳥や自分たちも涼める緑の木陰という意味です。そこでお話頂くわけですが、例えば病気の話ですと、病気の背景や家族関係からお話されますと、いつの間にか1時間2時間3時間、と長くなるんです。これがカウンセリングですと、話が途中で時間が来たらまた次回となるのですが、私どもは、せっかく来られたのだから時間の許す限りはというスタンスでお聴きしているのが現状です。しかしもう少し要領よく聴けるようになるといいなという想いもあります。

またカウンセリングの場合は料金が発生するということですが、私たちの場合はお金を頂戴することはありません。しかし今後、お寺のこういう活動が軌道に乗っていくためには、その辺をどうするといったのだろうかと考えています。河合さんはいかがでしょうか？

河合:僧侶の本務、僧侶は本来何をすべきかということを考えますと、人々の苦しみを和らげ軽くし、できれば無くすというのが我々の本務です。これは業務とは違いますので、お金を取るとか時間を区切るというのはおかしいのではないかなと思います。それから時間のことですが、基本的にはその方が話をされて、納得されたならば、話を切るタイミングがあります。そのタイミングを逃さなければそれほど時間が長くなることはないと考えています。そのタイミングでいかにすんと話を切り上げるか、ということもあると思います。

橋本:私はよく学生に、「50分の面接が60分70分と延長してしまうのは、聴き方が下手やからや」と言うんです。10分20分くらい延びてもどうってことはないと思われるかもしれませんが、後々に響いてきます。例えばクライアント

が、「この前は10分延びましたが、今日はなんで50分なんですか？」と言われてたりします。また、心理士であれば他のクライアントもいるわけですから、そんな風になっていると疲弊してしまうという問題もあります。

また、聴き方が中身を変えるということもあります。終わりがあるから、枠があるから、話の質や濃さが違ってくるといことです。よく言う例ですが、子どもが外で遊んでるとして、5時になって「もう帰きなさい」と言われた場合、しっかり遊んだ子ほど「じゃあまたなー」と帰って行く。上手く遊べなかった子ほどいつまでもそこにいる。つまり、50分間でカウンセラーがしっかりと聴ければ、「また次回」と言ったときにクライアントも帰れます。

ただ、カウンセリングとは違う臨床もあります。例えばいのちの電話の相談員の人は、自ら切りません。相手が切るのを待つ。だから2時間でも話す人もいます。ですから宗教家の聞き方も、統一したものがなくてもいいんじゃないかと私は思います。

有料か無料か

小海：河合和尚が、業務じゃなく本務だからと言われたことが印象的でした。しかしそうは言ってもウエイトがあるのではないかと思いますがいかがでしょう。また、よく教科書にも書かれることですが、カウンセリングでは、ある程度身銭を切ることによってクライアントも一生懸命になれるところがあります。

河合：カウンセリングでは当然お金を取っていると思います。ただ、我々僧侶ですと、例えば月参りに行っていて、そこでお話をしていたら「実はね」という話になったりします。それから緩和ケア病棟にお見舞いに行った時に「和尚さん、聴いてくれや」と言われることもあります。そういう時に「30分聴いたから千円ちょうだい」とはならないですね。それはやっぱり我々の立場からすると違うと思います。

佐野：いろんなお寺で坐禅会がありまして、そういう場合「菓子代」として100円とか、志を収めるということが多いんですけども、私どもの師匠は、「それはそれで尊いことだが、それでは安もんの座禅にしかならん。だいたい来てても来なくてもいいと言うんではお前らも身を入れた指導をせんじゃないか」とおっしゃったことがあります。師匠のお弟子さんにはフランスで禅堂を開いている人がおりまして、欧米ということもあって相当な金額を明確化しています。「ああなると真剣になる」と師匠は言うんですね。「我々も自ら勉強し、質を高めることにつながる」ということをおっしゃったこともあります。ですので、傾聴の活動を継続していくことや、次の世代またその次の世代にあるべきお寺の姿というものを考えると、お金を頂戴するということも考えることがないわけではありません。

小海：この辺りでフロアの方にもご発言頂きたいと思います。

発言者1：私は心療内科で臨床心理士をしています。最近、慢性疼痛の方の治療のためにマインドフルネスの勉強をしています。坐禅をメインにされたものだと知って、禅の勉強も始めたんですが、ほとんど本からなんです。なので今日初めて、こんな和尚さんがいらっしゃるんだなと分かって、今日来てよかったと思います。また花園大学で開講されている「禅と心」も受講していますが、すごくおもしろくて、でもこうやって文化の知恵がいろいろあるのに、普通の日常生活を送っている人々にはなかなか遠い感じがしています。もっと今回のような形で、臨床心理学と仏陀の教えが上手くコラボレーションできたらいいのになと思いました。ですから、普段どうしたら和尚さんにお会いできるのか、もっと生の声をおうかがいするチャンスはないのだろうかとか、その辺りもお話頂けたらと思います。

河合：私ども丹波市で保護司をやっております、役員7名のうち5名が僧侶なんです、実は。ですので、地道に活動している人もたくさんいるんですけども、目立たない部分があります。佐野和尚も先ほどおっしゃったように、コンビニよりも寺のほうが数が多い。本来もっと僧侶が地域でそういう活動をどんどんしていれば、世の中もっと変わってくると思います。何かあったときに近くのお寺さんに行って「ちょっと話を聴いて」とか。私たちはそこらへんを目指しています。ですから傾聴を僧侶育成の過程に入れたのは、ちゃんと檀家さんの話を聴ける、普段でもなんかあった時に話が聴けるという僧侶を増やしていきたい思いからです。

小海：お寺も原点に帰って、再構築できれば望ましいのかもしれないですね。そういうお寺や和尚さんが増えれば、ある意味健康ということを考えると、医療従事者には出来ない予防的な活動になるんだろうと思います。

橋本：今日全体を通じて思ったのは、僕らは答えのない問いかけをいっぱいされ、答えはないけど、答えを一生懸命探しながら付き合っていく。こういうことって、和尚さんも臨床心理士も同じなんだろうなと。マインドフルネスは、認知行動療法の技法的な部分も有りながら、禅的な考え方を入れていくものですが、こういったことが僕はもっともっと必要だと思います。やり方とか知識というのは宗教にも臨床心理学にもそれぞれにありますけど、死に直面した方や深い悩みを持った方に、僕らは知識を与えることが大事なのではなくて、知恵を与えることが大事だと思うんです。知恵をいっぱい絞っていく、その知恵というのは学派を越えた知識、もう一歩上を目指していくことであり、そこはさまざまな領域の専門家がコラボできる場所じゃないかと思っています。

小海：もうひとかたどうぞ。

発言者2：住職をしながら、教員も勤めていた者です。今日のお話をうかがっていて、昔、母が檀家の方の話を聴いていたことを思い出しました。父も住職でしたが教員もしていて、普段は寺におりませんでしたので、いつも母が檀家の人のお話の相手をしておりました。母はいろんなことを知っているわけではないので、ただお話を聴いているだけで、子ども心に「もっといいこと言うてあげればいいのに」と思っていました。ですが寺があって、そこに来て話をして帰って行くことが日常でした。

もう一つ、ある時、法要の後で檀家さんから相談を持ち掛けられたことがありました。しかし借金の話でしたので何も太刀打ちできず、ただ1時間話を聴いていました。傾聴も何も知らず、答えようがないので聴くしかなかったんですが、最後に「本尊さんの前で、和尚さんに聴いて貰ってホッとしました」と言って随分安心して帰られたことがありました。今日のお話を聴いて、これからの住職としてのあるべき方向が、少し見えたような気がしました。ありがとうございました。

小海：まだ手も挙がっていましたが、時間が来てしまいました。最後に今日ご講演頂いた佐野和尚、河合和尚、橋本先生に拍手で感謝の意を伝えたいと思います。ありがとうございました。