

「宗教者の立場からのグリーフケア」

西岡秀爾 (崇禅寺副住職)

sozenji30@yahoo.co.jp

I. はじめに (この四半世紀における宗教界の動向)

出来事	宗教界の動き
阪神淡路大震災 (1995)	宗教界の支援が目立たず
オウム事件 (1995)	宗教界が力を失っていることに一因があるという批判が多くなされた
東日本大震災 (2011)	宗教界の支援活動が存在感を示したことで見直されつつある

島菌 2014 (「現代日本の宗教と公共性」『宗教と公共空間 見直される宗教の役割』)

近年における宗教者の社会的実践の特徴	内容
① 「上から助け慰める」のではなく、被災者と同じ高さの目線に立ち、とうとしながら、寄り添うタイプの支援活動が増えてきたこと	伴走型支援
② 宗教宗派を超えて連携し、教団に属していても個人として少数の仲間と行動する傾向が目立ってきたこと	超宗教・超宗派による支援
③ 伝統的な儀礼や行事の重要性が再認識され、その伝統を賦活させる役割を担う者としての宗教者の役割が増えてきたこと	儀礼によるグリーフワーク支援

島菌 2012 (「いのち寄り添う 大震災 苦の現場から」『中外日報』2012年1月12日号)

II. 宗教者ならではの「苦」の寄り添い方 (3つの役割)

役割	内容
共祈者	苦を抱える当事者と共に、その方々が信じる大いなるもの(神仏・先祖・自然・各々の考える絶対なる存在)に委ねる作業を共に行い、共にその安らぎ効果を体感しあう(共祈者) 伴走的特質を有している。
支持者	死後世界などのいかに非科学的事象であれ、とにかく否定することなく「そのままを支える者(支持者)」としての役割がある。死後の可能性を含め「継続するつながり」を保証する役割がある。
同行者	目の前にいる人と偶然同時代に生まれ「老病死という苦を経験していく同士」であり、その「苦」の意味を共に探し求める仲間(同行者)という役割がある。

(西岡 2014)



宗教者(僧侶)の役割は、
どんな状況でもそこにいて、有縁をあたため続けていくこと



出会った縁の中で、「共祈者」「支持者」「同行者」という役割を全うしていく
(宗教者がかかわることで当事者の苦しみがゼロになるわけではない)

どうにもならない老病死を前に途方にくれるのが常であるが、
 共に祈り共に委ねること（「共祈者」）
 当事者のそのままを受けとめること（「支持者」）
 解決者としてではなく理解者として居続けること（「同行者」）で、
 当事者はどんな状態であっても、「そのままの自分が尊い存在」「ただ存在すること自体に生きる価値がある」と覺り、「今この現実を生きる」糸口を掴むのではないだろうか。



あくまで、教理を押しつけるのではなく、当事者が内面と向き合える場作りこそが、
 宗教者としての寄り添いの基本（心掛け）

（参考）宗教と死別後の適応との関連性（2つの作用）

「宗教が何らかの信念体系や観点を与えることで、遺族が困難にうまく対処できる」と考えられる	死後の世界や故人との再会に対する信念が、遺族の心理状態に良い影響を与える
「宗教は信念体系を与えるだけでなく、多くの場合、宗教的コミュニティ（サポートネットワーク）も与え、それによって遺族の適応が促される」と考えられる	教会などに定期的に、あるいは時々は出席するという人は、全く出席しない人に比べ、ソーシャルサポートを多く得ることができ、抑うつ水準も低い

（坂口 2010）

Ⅲ. 日本仏教とグリーフケア

（1）仏教行事は、日本の社会において「喪の作業（グリーフワーク）」に寄り添う大きな役割を担う



枕経、通夜、葬儀、初七日…、満中陰、一周忌、三回忌、七回忌…、お盆、お彼岸…

- ① 亡き人を偲んで、弔う（「追善供養」）
- ② 亡き人の生き方や願いを引き継ぐ（「意志継承」）
→ 新たな関係性を築く（「継続するつながり（continuing bonds）」）
- ③ 遺された者同士で分かち合う（「共苦」→「分苦」）

社会的はたらき

- イ) 死の社会的承認と関係・秩序の回復
- ロ) 社会関係の再確認と協力の機会
- ハ) 癒しのはたらき（佐々木 2003、奈良 2003）

（参考）仏事（仏教儀礼）とグリーフワーク（死別への適応作業）の関係性

- ① 家族や親族と故人の思い出や気持ちを共有する機会を与える
- ② 記念日反応が懸念される節目の時期に行われる
- ③ 死別直後だけでなく長期に及ぶ

という点で、仏事は有効な遺族ケアとなり得ると指摘する（坂口 2005）

(2) グリーフケアにおいて僧侶が留意すべき事柄 (ソフト面)

- ① 「説教」より「傾聴」を重視する
- ② 死者を「在すが如く」弔う
- ③ 様々な悲嘆反応は正常であることを伝える
- ④ 気兼ねなくグリーフワークが行える場をつくる
- ⑤ 長期的にかかわる
- ⑥ 生活仏教としての意義を認識する

(3) 寺院という場が持つグリーフケア機能 (ハード面)

寺院という空間そのものが、遺族のグリーフワーク (死別への適応作業) を支える機能がある



本堂、墓、納骨堂、地藏堂、観音堂、庭園、自然など



遺族の心を和ませる機能がある

- ① 無自覚の宗教性発露の場
- ② 死者が実在化する場
- ③ 追善供養の場
- ④ 形を調えることで、心が調う場
- ⑤ 分かち合いの場

(西岡 2013)



(4) 仏壇は、家庭内での貴重なグリーフケア機能を果たしてきた

仏壇を通じて身近な故人と一つ屋根の下で共に過ごし対話することにより、亡き家人との絆を保ち続けてきた

「**継続する絆**」(continuing bonds)」(デニス・クラス 1996)

故人との関係を断ち切るのではなく、むしろ故人との関係を再構築することこそが重要なのではないかという見方 (→ 新しい悲嘆モデル)

仏壇の役割がグリーフケアの視点から再評価される

屋外ではなく屋内にある仏壇の長所は、遺族が周りの目を気にすることなく、自らのペースで故人と向き合う (グリーフワーク) 場が用意され続けること

(参考)

「仏壇の効用の一つに、遺族がお葬式で癒しきれない死の悲しみを見つめ、少しずつもとの精神状態に回復させる「グリーフワーク」がある。遺族は仏壇にまつられた故人のお位牌に直面して、故人とのコミュニケーションを時間をかけて行うことができる。仏壇は故人と直接対話できる機能をもったすばらしい道具である」

(此経 2002)

IV. 今後の展望・課題

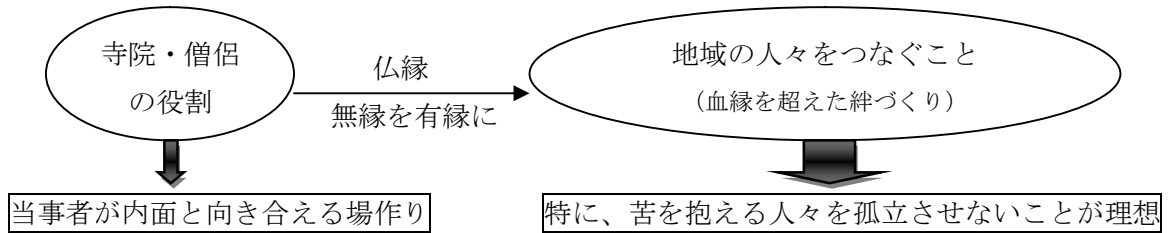
(1) 時代に即した宗教・仏教のありようを臨床現場で模索し直していく

⇒ 教義に基づく実践ではなく、実践から教義を見つめ直し深めていく

(2) 「寺を核にした地域の縁 (これまで)」から「宗教者を核にしたコミュニティ (今後)」へ

⇒ つながりを結びなおす (地域の活性化)

断ち切れつつある縁を新たにつなぎなおす (無縁社会を有縁化)



(3) 葬式仏教も大切であるが、「死」に特化せず、「老」・「病」に寄り添っていく

⇒ 対象者は、(檀家に限らず) 地域住民すべて

医療・介護・福祉・教育など様々な分野での活動を視野に

「かかりつけ医」ならぬ「かかりつけ僧」を目指して
生涯にわたり関わることで、自ずと「ターミナルケア(看取り)」「グリーフケア(死者供養、遺族サポート)」の一端を担えるはず

⇒ 臨床現場での様々な経験・葛藤が

宗教者として自覚・信仰・人格・宗教的感性などを深化・進化させる

宗教者が臨床の場に行くのではなく、
あくまで臨床の場におけるかかわりの中ではじめて宗教者になっていく
(宗教・仏教ありきではなく、現場あつての宗教・仏教)

(4) 不安定な世の中こそ宗教の出番

⇒ 苦しみに強い宗教 (仏教)

逆境をバネに歩み続けていく

(5) 「いま・ここ・わたし・あなた」の場面場面を誠実にかかわるか否か

⇒ 目の前にいる人の苦しみ・悲しみにどれだけ寄り添えるか、どれだけ力になれるか

仏教界の将来は、この伴走力 (寄り添い力) にかかっている (!?)