

カウンセリングのプロセスは、仏教の救いとつながって

時はいつもあなたを待っていてくれる

「お坊さんでスクールカウンセラー」著者 坂井 祐円 さん



坂井 祐円 さん

「死をタブー視する学校の空気に風穴をあける。異色の仏教エッセイ『お坊さんでスクールカウンセラー』(法蔵館)が刊行された。

緊急支援、喪の作業、不登校、ひきこもりといった深刻な状況に向き合い、苦しみや悲しみに寄り添った7つの物語が描かれている。著者の坂井祐円さん(46歳)は、新潟の自坊で仏事を勤める傍ら、新潟、長野の小中高15校でスクールカウンセラーとして勤務。生徒や教師、時には保護者の相談に耳を傾け、カウンセリングを行っている。

死者と深く関わっているイメージのお坊さん。そしてカウンセラーは「生きるほうに傾いている」という坂井さん。「お坊さんでスクールカウンセラー」のまなざしから見えるものは何か。坂井さんに話を聞いた。

社会との接点求め カウンセリングの道へ

坂井さんは、お寺の子どもに生まれたものの、古い因習にまみれたお寺に魅力を感じられなかったという。だが、いつの間にか自分の悩みを仏教に求めるようになった。また、悩みの解決には、カウンセリングも効果的だと感じていた。大学で仏教学を学び、知

識を深めるなかで、教理だけでなく、仏教をもっと社会生活に生かしたい、現実の問題と向き合う糸口として応用したいという思いがふくらみ、カウンセラーをめざしたのだ。そこには、ケアの現場を通して、仏教や思想的な問題を取り出し、ケアからの気づきに何らかの普遍的な意味を見出したという研究者としての思いもあった。

折しも、愛知の大学院で臨床心理学の勉強を修了した平成18年、スクールカウンセラーの全校配置が始まった。この年、坂井さんは、スクールカウンセラーとして一歩を踏み出したのだ。

心の問題に寄り添う 実感の世界

同書のキーワードの一つが「死者との出会い」だ。自殺した中学生の担任や姑の幽霊が見えるという女性、息子を亡くした母親などが登場する。カウンセリングの中で紡がれた彼らの「物語」から、生きる意味や覚悟を見出す姿が垣間見える。では、死者との出会いとはどういうことだろうか。

「死者は悲哀と共にある。悲哀の内奥に、私たちは、この世の深淵を知る。その暗黒をのぞき見たとき、私たちは、ようやく人生の悩

みや苦しみを引き受けることができるのではない。か。もつと言え、私たちの悩みや苦しみをともに歩んでくれるはたらくに気づくのではない。か。それこそが、『死者』との出会いである(同書より)。

カウンセリングは、実証の世界ではなく、実感の世界だという坂井さん。例えば、「幽霊が見える」というクライエント(相談者)にとつて、それは「心の現実」だ。むやみに否定しない、その物語に寄り添いながら進めていくのがカウンセリングだという。

「心の現実」ととらえたとき、その世界は、私たちの日常と地続きにあるのではないだろうか。例えば、多くの犠牲者を出した東日本大震災の後、岩手県大槌町の高台に、電話線のない電話ボックスが置かれた。遺族と亡くなった人の想いをつなぐ「風の電話」は、被災した人々の大切な存在として話題になり、多くの人に受け入れられている。「心の現実に寄り添う」とはそういうことではないだろうか。

「恐らく、本当に親しい人と死別体験をすると、単にもういなくなったんだという感覚にはならないのではな

い、かと思えます。どこかで折合いをつけて一緒に生きる、どこかで死者に対して呼びかけている。存在としていないかを実証することではなく、それを超えて一緒に生きているという感覚だと思えます」

カウンセリングとは何か

また坂井さんは、相談者のつらい気持ちや悩みに寄り添い、カウンセリング

やケアが深まると、自分を超えた何かはたらく時があるという。そのときに「ぼつ」と出た言葉が、相談者にとって本当に救いの言葉になることがある。

例えば、自殺した少年の女性担任がカウンセリングに現れたときのこと。ホームルームでクラスの生徒たちに「自分のいのちを粗末にしないで。自分をもっと大事にしてね」と言ってしまったという。そのとき、一人の生徒が「あいつが死んだことって、悪いことなのか?」と質問され、自分は亡くなった生徒を全否定してしまつたのかと、愕然としたという。その死をどう受け止めたか、どうか、どうクラスの生徒たちに話せばいいのか、憔悴した教師を前に発したのは、「その生徒の死を、あつてはならない死としてではなく、一人の仲間の死として受け止めることが大事なのかもしれないですね」という言葉だった。

「自分でも思いがけない言葉でした。それはある意味、本当にケアの不思議さという気がします。僕はそれを媒介しているだけの感覚になるのです」

また、生まれてきてよかったのかと悩んでいた女子中学生がいた。何度目かのカウンセリングでふと将来の夢を訊ねたとき、「助産師になりたい」という答えが返ってきた。

「誕生の苦しみを共有したい、代わってあげたい」という少女は、カウンセリングを重ねることで、「自分の中で悩みが浄化されていった。だから今度は、自分が誰かを浄化しようという転換が起きたのではない

か」と坂井さん。

「カウンセリングの一つのプロセスは、本当の意味で仏教の救いのようなものにつながっていくのだと思います。それは教典の言葉を覚えたり知識をつけるということではなく、向こう側からの呼びかけに答えることだと思ふのです」

人は苦しみ悩むとき、なんらかの解答を求めて相談に訪れる。しかし小さな結論は出ても、それは本当のゴールではないと坂井さん。「むしろカウンセリングの過程を通して自分が納得すること、そこで生きていく覚悟が生まれるということが、カウンセリングが本来目指しているものかなと思います」

では、今、悩み苦しんでいる人にかける言葉はあるのだろうか。「一人ひとりではなく、全体に向けて言葉を探すのは難しいですね(笑)。ただ声をかけられるとしたら、時はいつもゆっくり、ゆっくりに待つてくれているという事です。決して焦る必要はない。今すぐに答えを導き出す必要はないんだと思います。もちろん悩みは苦しいので早く解放されたいと思うのですが、やっぱりちょっと時を信じて待つてみてほしいと思います」

さかい ゆうえん 1972年新潟県生まれ。大谷大学大学院(仏教学)、愛知学院大学大学院(臨床心理学)を経て、京都大学大学院教育学研究科博士課程修了。博士(教育学)。臨床心理士。真宗大谷派僧侶。南山宗教文化研究所非常勤研究員、新潟県立看護大学非常勤講師、同朋大学大学院講師。著書に、『仏教からケアを考える』(法蔵館・2015年)。共著に、『西平直・中川吉晴編「ケアの根源を求めて」(晃陽書房・2017年)』

坂井祐円 著

お坊さんで スクールカウンセラー

四六判・200頁・本体1,800円＋税

「先生、あいつが死んだことは悪いことなのか?」

不登校の生徒やその保護者、友人の自死に動揺する生徒や先生。僧侶でもある著者が小中高のカウンセリングの現場で相談者の悲しみや苦に寄り添った、7話からなる異色の仏教エッセイ。

【目次】

- 第1章 死と誕生をめぐる話
- 第2章 いのちより大切なもの
- 第3章 傍らにいて、ともに悲しむ
- 第4章 世界は輝きに満ちている
- 第5章 不登校と幽霊
- 第6章 死者の夢
- 第7章 読経の音が響き渡る

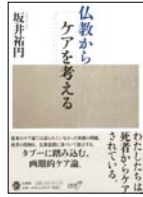


既刊

仏教からケアを考える

坂井祐円著・A5判・320頁・本体6,000円＋税
ISBN: 978-4-8318-5701-9

従来のケア論では語られていなかった死後の問題、死者の役割を、仏教思想に基づいて提言する。タブーに踏み込む、画期的ケア論。



ことばの向こうがわ

震災の影 仮設の声

安部智海著・四六判・134頁・本体1,100円＋税
ISBN: 978-4-8318-8180-9

話を聞く。それだけで気持ちがやわらぐことがある。情感豊かな文章と多彩なエピソードで綴られる、新しい被災者「支援」のかたち。



自分の「心」に気づくとき

カウンセリングの対話から

譲 西賢著・四六判・188頁・本体1,600円＋税
ISBN: 978-4-8318-8956-0

カウンセリングを通して心が苦しみから解放され、健やかなものに変っていく過程を詳しく説明。



法蔵館

〒600-8153 京都市下京区正面通烏丸東入 TEL 075-343-0458 FAX 075-371-0458
http://www.hozokan.co.jp E-mail info@hozokan.co.jp 表示価格は全て税別

ご注文に関しましては、法蔵館書店ショップサイトをご利用ください。http://www.hozokanshop.com