

# 洗心

題字は大田利生師三浄土真宗  
本願寺派勸学 (江田島市)

## カウンセセリソング 学ぶ浄土真宗



カウンセリソングのスキルアップに向け、  
僧侶や門信徒たちが有志で  
実習の感想を言い合った真宗  
たち「みぎくの会」メンバー  
(広島市中区の本願寺広島別院)

指図にさいなまれる人々に寄り添い、心の負担を少しでも軽くしようと、浄土真宗の僧侶や門信徒たちの間で、カウンセリソングの技法を身に付ける動きが広がっている。苦しみを取り除き、薬を与える、仏教の「拔苦予楽」の教えに通じる取り組みで、「真宗カウンセリソング」と呼ばれている。(門脇正樹)

広島市内の本願寺派の  
僧侶や門信徒たちが有志で  
つくる「みぎくの会」

は月一回、広島市中区の  
本願寺広島別院で、真宗

カウンセリソングの学習会  
を開いている。7月下旬

にあつた会合には、30  
80歳代の男女12人が参

加。3人組に分かれ、  
聞き役のカウンセラー、

話し役のクイズマン、  
経過を見守り講評するオ

アザパールの3つの役を  
交代で務めた。

成長をサポート

同会によると、悩みを  
聞くつは、「発言を途

中で遮らない」「内容を  
批判・評価しない」「相

手に悩みを再認識  
してもらったため、象徴的

な言葉はもうお返しにす  
る」など。真宗カウンセ

リングではこれらを念頭

### 僧侶・門信徒、広島で毎月みぎくの会

に相手の悩みを受け止

め、理解し、対話を通じ

る。欧米を中心に広かっ

たカウンセリソングと浄土

真宗は共通する部分が多

いという。  
一方で、「話し役を務

めることにも大切な意味  
がある」と世話人の主婦

広実智子さん(50)は広島  
市安佐南区。「他人に本

心を明かすときの痛み、  
悩みを受け止められたと

ことが、聞き手としての  
成長にも欠かせない」と

説明する。  
7月の学習会でも、医

師から「がんの疑いがあ  
る」と告げられたとど

り、涙ながらに打ち明け  
るメンバーもいた。同会

では、こうした実習を繰  
り返すことで技術を磨い、僧侶で心理学に詳しい西  
光義敬・元龍谷大教授

今のような活動の場は  
(故人)たちが有志が浄土

学習会に限られ、専用の  
スペースを設けるなどし

て真宗カウンセリソングを  
京都で研究会をつくった

のが始まり。広島県では  
2002年に僧侶有志が

それでも各自が、門信徒  
や知人と接する際、会話

普及を始め、04年にみぎ  
くの会が発足した。愛

も同様の取り組みが広が  
っている。  
みぎくの会のもつ一

メンパールの一人で、父  
人の世話人で同派西教寺

親が寺の住職を務めてい  
る安芸高田市の介護施設

(33)は「お寺の関係者が  
門信徒の悩みをどう

「社会が複雑化し、悩み  
を受け止め、どう援助すれ

ばいいかわからない」と  
も多様化している。ゆ

ゆへは「お寺に行けば、  
いった声や年々増してい

る。真宗カウンセリソング  
が、こうした問題を解決

する一助になれば」と願  
い、自身も研さんを積ん

みぎくの会の学習会は月一回、本願寺広  
島別院である。開催日は前月の開催時に決め  
ており、次回は9月13日午前10時～午後2時  
の予定。浄土真宗の門信徒でなくても参加で  
きるが、既に精神科の医療機関を受診してい  
たり、心理療法を受けていたりする場合は、  
担当の医師やカウンセラーの承諾が必要とな  
る。  
参加費500円。昼食は持参する。広島き  
ん082(879)9482。