

悩み解決 1通1通じっくり返事



自殺者が9年連続で年間3万人を超える中、首都圏の僧侶たちが宗派を超えて団結し、「自死の問い・お坊さんとの往復書簡」と題する手紙相談を始めた。何度も手紙をやり取りすることで、悩みを抱えた相談者が本音を吐露し、気持ちの整理をつけ、より良い道を見つけたための手助けをする。胸の内をつつた一通一通に、僧侶たちは丁寧に返事を書いている。

(増田真郷)

自殺防げ 僧侶の手紙

15人で相談事業



届いた手紙を讀んで返事を書く藤沢さん(左)、前田さん(中)ら(東京・港区の正山寺) 清水敏明撮影

「往復書簡」を始めたのは、仏教の五つの宗派の僧侶15人で作る「自殺対策に取組む僧侶の会」。自殺者が急増した1998年以降、自ら命を絶った人を弔う機会も増えた。弔うだけでなく、生きているうちに助けられないか。そう思った僧侶たちが、昨年5月に会を結成。1月から手紙を受け付け始めた。

会のホームページで呼びかけ、これまでに7人から12通が届いた。家族を自殺で亡くし、自らも病と闘っている人。いじめで傷つき、孤独を抱える人。表情や声はわからないが、何度も書き直した跡や行間から苦しんでいるのが伝わってくる。

何人かで手紙を讀んで話し合い、代表者がじっくり考えて返事を書く。一通目

手紙のあて先は、〒108-0073 東京都港区三田4の8の20 正山寺 往復書簡事務局。正山寺(曹洞宗)では、前田宿全住職(37)が訪問者の相談にも乗っている。

東京自殺防止センター
☎03・5286・9090
(毎日午後8時～午前6時)

には「本音」が書かれていないことが多いため、「よろしければまたお手紙を」と呼びかける。

電話やメールでなく、手紙にしたのは「相談者が時

間をかけて自分自身と向き合うことができるから」と、会の代表を務める安楽寺(東京都港区、浄土真宗)の藤沢克己・副住職(46)は語る。返信まで1週間ほどかかるが、じっくり考えることが大切だと思っている。

藤沢さんは「東京自殺防止センター」の相談員として月3回、深夜に相談電話を受け、NPO「自殺対策支援センター」ライフリンク」でも活動する。心の病や借金の整理の専門家になくアドバイスもできるが、活動を通して感じたのは、具体的な解決方法を尋ねる相談者はかなりではないというところだ。

「誰かに聞いてほしいが、周りには打ち明けられる人がいない」という声が多い」と藤沢さん。このため、「説教」は封印し、相手の気持ちを受け止めながら、相談者自身が解決の道に気がくように努めている。文化庁によると、日本には約7万7000の寺があり、約30万8000人の僧侶がいる。僧侶は昔から地域の相談役でもあった。津々浦々にある寺に、自殺防止の輪を広げられれば。メンバーはそう願っている。

読書新聞

2008年(平成20年) 3月7日 金曜日

きょうの紙面

社説	大きな字	3
国際	6 9 / 経済	10 11
解説		12
文化		15
家庭	学び	18 21 23
スポーツ		24 25 26
商況	棋・将棋	16 17



◀ 「自殺を思いとどまって」。首都圏の僧侶らが往復書簡