Heart Beauty Salon

サトリのココロ

多くの人が孤立感、生きにくさを感じる今、
仏教に興味を持つ人が増えています。
僧侶に聞く、弱い自分と向き合う方法――

お母さんのごはんが子どもの元気を支えます

日蓮宗摩耶寺住職 **安藤正道**さん　第14回

あんどう・しょうどう　昭和27年、東京都生まれ。武蔵大学人文学部（現社会学部）社会学科卒業。在学中から先代住職である父のもと寺を手伝い、28歳で住職に。平成14年から10年間、日蓮宗東京都南部宗務所社会活動部会会長としてボランティア活動に力を入れる。約7年前からは品川区児童相談員、主任児童委員として、地域活動にも貢献。

現代は子どもを育てるのが大変な世の中だと感じます。物や情報が溢れ、「あれが欲しい」「これがしたい」という気持ちにさせられる世の中だからです。そんな世界の中で子どもは成長するのですから、親は子どもをしっかり守ってあげなくてはなりません。

子どもが「ゲームが欲しい」と言いますね。でも、親がまだ早いと判断したなら、「○歳になったら」と話して我慢させなくてはいけません。欲しがるままに与え続けてはダメなのです。小さな子どもには理解できないかもしれません。そのとき親は「あなたに不幸になってほしくないから、今は我慢してね」と言って抱きしめてあげるのです。子どもが大人になったとき、きっとその思いを理解してくれるはずですから。

1667年開山といわれる摩耶寺。昭和51年に改修した、モダンなデザインの本堂が印象的。

子どもに「考えさせる」教育が必要です

また、親はつい学力テストの点数を気にしてしまいますね。でも、学校の成績だけにとらわれてはいけません。点数だけを気にしていると、子どもが「自分で考える」ことができなくなってしまうからです。子どもの将来の幸せのために大切なことは、自分で考えて判断できるようになること、そのために世界を広く持つことです。つまり子どものうちは、自分と自分以外の世界を知ることが大事なのです。そのためにも私が勧めたいのは、本を読むこと。テレビやネットなど、情報源はいろいろありますが、深く考えさせてくれるのは本です。子どものころから読書と考える習慣をつけさせ、世界を広げてあげましょう。

また、親のほうも情報源を増やすことが大切です。公園でママ友だちと情報交換するのも良いですが、児童センターなどのプログラムを利用するのも手。自分の知らなかったことに触れられて、お母さんの世界も広がります。

家族みんなで食事をすることが本当の幸せです

とはいえ、子どもにとっては、元気が一番。そのためにもお母さんは、おいしいごはんを作ってあげることが大切です。子どもにとって家庭の食事に勝るものはありません。家族みんなで食事をする……そんな当たり前に思えることが、実は本当の幸せなのです。

私はこの度の東日本大震災後、ボランティアとして岩手県釜石市へ行き、3日間の炊き出しを行いました。避難所ではプライバシーのない生活を強いられ、家や親を失った子どももいる。被災者の方から「あんたは帰るところがあっていいね」と言われると本当につらく、いたたまれない気持ちになりました。彼らは、家族みんなで食卓を囲むこともできないのです。それを思えば、私たちの日常の何と幸せなことでしょう。こんなときだからこそ、目の前の幸せに感謝しつつ、ともに助け合って生きることが大切なのです。

撮影／光川十洋　取材・文／本木頼子　デザイン／黒田志麻