

# 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——

日蓮宗高岡大法寺住職  
栗原啓允さん

第15回

現代は少子化、高齢化、核家族化などが叫ばれています。これらの社会状況に伴って、身寄りがなく、ひとりぼっちで亡くなっている人々が増えているのが現状。また地方では、肉親はいても遠方に住んでいるなど、この先お墓を守っていく者がいないという問題も多く聞かれるようになりま

した。  
そのような方々のために私はまず、永代供養も含めた単身者用のお墓を作りました。当初は正直反応は鈍かったのですが、新聞で紹介されたことを機に、檀家さん以



自分の臨終と向き合うことで  
人生をよりよく生きられる

くりはら・けいいん 昭和34年、富山県生まれ。北海道大学工学部卒業後、立正大学仏教学部へ進学。約5年前から大法寺の住職に。3年ほど前から、引き取り手のない遺骨を預かって供養する活動を始め、平成22年1月にNHKスペシャルにて『無縁社会～無縁死 3万2千人の衝撃～』として放送され話題となる。大法寺<http://www.daihouji.or.jp/> 道しるべの会<http://www.michishirube.or.jp/> 参拝、研修についてのお問い合わせは、協力会社・株式会社「聖龍」<http://www.sei-ryu.jp>まで。

外の一般の方からたぐきさん問い合わせをいただきました。「私もそのお墓に入れませんか?」と。こんなにも寂しい人がたくさんいるのか……私は愕然とし、それらの方々の死後の不安を除くことも含め、広く高齢者をサポートするためにNPO法人「道しるべの会」を立ち上げました。約3年前のことです。

## 孤独死した人もきちんと 供養してあげたい

2年ほど前からは、孤独死されて引き取り手のない遺骨を供養するべく、ゆうパックによる送骨も受け付けています。最初に「お骨を送っていいか?」と言われたときは、「なぜ私が?」と思いましたが、「私が受け入れなければどうなるのか?」と聞くと、「廃棄される」という答えでした。

私は、お骨といえども最低限の礼節をもって扱われるべきだと思つています。どんな人であれ、死後の尊厳なくお骨を捨てられるなど、あつてはならない……「私が引き受けよう」と決意しました。

お陰様でこの活動が広く知られるようになった結果、現在では生



(上) 永代供養の納骨堂。ロッカー式の収納スペースがずらりと並ぶ。  
(左) こちらは集合墓所。檀家以外の人でも利用可能。

前中から自らの遺骨と魂の安息を当山に求めて、当山への参拝、研修を受講したいとの依頼も寄せられるようになっていきます。

## 死を思い準備することで 生きることに関心が向く

日蓮聖人は「まず臨終の事を習うて」とおっしゃいました。生きていく間に自分の臨終と向き合い、考えて準備すること。その上で残りの人生をより価値のあるものとして生きていくなさい、という教えです。健康なうちに流れを決めておくことで死後の不安が解消され、残りの人生をよりよく生きられるようになるのです。

今年ももうすぐお盆。帰省されたり、お墓参りをされる方も多いでしょう。お葬式、お骨、お墓のありようについて、自然なタイミングで家族と話ができるときです。自分の臨終の事を考える機会としてみて下さい。