



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——

日蓮宗妙法寺副住職
延本妙泉さん

第40回

女性だからこそその視点で 仏教を伝えていきたい



のぶもと・みょうせん 1966年生まれ、福岡県出身。1997年に結婚し、妙法寺に嫁ぐ。翌1998年に出家、得度。2000年、日蓮宗教師(僧侶)資格を得る。その後は夫である住職とともに布教活動に努め、現在に至る。2001年には日蓮宗主催の「青年僧の主張コンクール」で最優秀賞を受賞。2006年からは日蓮宗教師を目指す後進の指導にも尽力している。

私の実家はお寺ではなく、日蓮宗の檀家。もともと祖母が信仰熱心だった影響で、母もお寺通いをしていました。私も連れられて毎週お寺に行くようになり、会社員時代まで通い続けました。

そして1997年、ご縁をいただいて結婚。妙法寺に嫁きました。日蓮宗総本山である身延山久遠寺にお参りしたとき、朝のお勤めを見て「私もこの中に入る！」と僧侶になることを決意。結婚した翌年のことです。檀家さんからも励ましと後押しをいただき、周囲のみんなに助けられて、私はお坊さ

んになりました。

よく「どうしてお坊さんになったの？」と聞かれますが、その答えは「生出来ないかもかもしれませんが、誰かに強制されたわけではないし、気がついたらなっていた、という感じ。『どうして?』……その答えを見つげるために、今があるのではないかと感じています。

**仏教の話をわかりやすくして
心、を伝えていきたい**

いつもお寺を身近に感じて通っていたころ、いろいろなお坊さんの話を聞きました。もともと日常生活に則した話が聞きたいと思っていました。むしろかしい仏教の話ではなく、「わかる」「がんばろう」と思ってもらえるような話。自分はそんな話がしたいと思ひ、布教の勉強をしました。法語ではあえて仏教用語やむずかしい言葉を使わないことをポリシーにしています。みなさんと同じ生活者としての目線で、仏教の話をわかりやすく伝える。心を伝える。自分を自分の務めとして、全うしたいと思っています。

檀家さんの家に私が「供養に行く」と「今日は奥さんが来てくれてよかった」と喜ばれることがありますが、奥様方の話し相手として重宝されるんです。みなさん、ただただ聞いてほしいことがあるんですね。私は中和剤のような役割。そんなとき、自分が女性でよかったと思います。女性だからこそ、



北九州港を見下ろす高台にある弘宣山妙法寺。閑静な住宅街の中に佇む本堂は昨年秋に改修されたばかり。

女性の視点で見ることができ。そして伝えることができます。これまで私がいただいてきたご縁。今度は私がみなさんのご縁をつなぐ番だと思っています。

**自分を信じて、自分の心と
向き合うことが大切です**

一生のうちには楽しいことや嬉しいこと、悲しいことや辛いこと、必ずどちらもあります。受け止めるのは大変ですが、どちらもあるのが人生と知ったうえで「ではどうするか」を考えなくてはいいけません。そして、それを乗り越えるために大切なことが「祈り」です。「祈り」願い「ことをする」と思われがちですが、本来、祈りとは心を育ててくれるもの。自分の心を大事にすることです。その心を育てるのがお寺であり、そのためにお坊さんがいると私は思っています。心が負けそうになったときは、もう一度自分の心と向き合い、祈りましょう。誰にでも乗り越えられる力があります。それに気づき、自分を信じていれば、自分に合った幸せが必ず見つかります。