

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 柴又帝釈天 題経寺 執事長
柴又帝釈天附属ルンビニー幼稚園 園長
早崎淳晃さん

第64回

一昨年遷化した私の父は、東京・柴又にある帝釈天題経寺の先代住職で帝釈天附属ルンビニー幼稚園の園長でもありました。住職の長女として生まれた私ですが、生来わが道を行くタイプ。幼稚園の先生や僧侶になることなどまったく考えずに、一般の大学を卒業して、好きなスポーツ関連の一般企業に就職。そこで知り合った夫と社内結婚、退社しました。

住職だった父はとてもおおらかな人で、「跡を継ぎなさい」などと言われたことはありません。でも結婚して家を離れ、改めてこの家を育ったことを考えたとき、お寺のことだけでなく、広くさまざまな活動をしてきた父が大きな影響を与えてくれたことに気づかされました。私にも何か自分の力でできることがないだろうか？ そそもそも私も子どもたちのにぎやかな声に囲まれて育ったルンビニー幼稚園の卒園生。今度自分が子どもたちを教え、育む仕事をしてみようと考えました。それから幼稚園教諭の免許を取り、約20年前に教諭としてルンビニー幼稚園へ。3年前に父の跡を継いで園長になりました。



上／映画「男はつらいよ」シリーズの舞台としてもおなじみ、柴又帝釈天題経寺。右／1952年開園のルンビニー幼稚園。瀟洒な園舎に約120名の園児が通園。



も、その大変さからいろいろなきことを学ぶ良いチャンスでもありません。泥沼から蓮の花が咲くように、つらいときこそ美しい花を咲かせよう。チャンスなのです。

失敗しても大丈夫。 「何とかなる」の心を持って

そのためにも、まずはあなた自身が自分らしさを大切にしてください。自分の良さに気づいてください。失敗しても戸惑っていいんです。うまくいかないことがあっても「そんなこともあるさ」と受け入れて、自分を認めてみて。そうすれば、悩みがあつてもそれを糧にして考えることができるようになるし、経験を通して相手の気持ちやわかるようになります。

子どもも「そのままのあなたが大好き」と言われ、受けとめてもらえることよって自尊心が育ちます。自分のことが大好きと思える感情があつてこそ、人にもやさしさや思いやりを与えることができるのです。

自分のことが大好きになれば
人にもやさしくなれます

はやさき・じゅんこう 1966年生まれ、東京都出身。共立女子大学卒業後、スポーツ関連企業に就職。結婚を機に退社後、幼稚園教諭の免許を取得しルンビニー幼稚園に。2012年園長に就任。2005年出家。2012年より立正大学仏教学部で学び、2014年に卒業。現在は東京都幼稚園教諭育成にも携わり、児童虐待防止キャンペーン支援団体「輪母の会」事務局長も務める。

子育ては大変だけれど 自分を育てるチャンスです

こころ10〜20年で子育て環境が大きく変わったと感じます。核家族が増え、密室の中で子育てしているママも増加。誰に相談していいかわからず、「この子育てで本当に良いのだろうか？」と悩んでいる人も多いでしょう。ストレスや育児不安が原因で親子関係に影響を及ぼすケースも見られます。

そうなる前に子育てがつらくなりませんよ。そうした負の連鎖を何とか解消してあげたい。そんな啓発を幼稚園から発信できないか？ 女性として、子育てに関わる者として、私ならではの『できること』を模索しているところです。

子育ては楽しいだけではありません。むしろ、とても大変です。で