



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——

日蓮宗長昌寺副住職
小宮昌世さん

第84回

私は伯父が住職、父が副住職を務めるお寺で生まれ育ちました。一人娘ということもあり、両親は私をお坊さんにしようとは考えていなかったと思います。私にもそのような考えはなく、まったく違う道を選び、就職しました。働き始めてすぐのころ、私の師父のお弟子さんである尼僧さんと会う機会がありました。その方がとても素敵な生き方をされていたことに影響を受け、「私もやってみようかな」と思ったのがきっかけでお坊さんに。その後、結婚して4人の子どもに恵まれ、子育て

をしながらお寺の仕事をしています。子どもたちが小さかったころは記憶がほとんどないくらい大変でしたが、今は子育てもだいぶ落ち着き、少しずつ法務もできるようになってきました。

家ではできない遊びを、お寺で親子教室をスタート

長男が1歳半くらいになると、お寺で親子教室を始めました。「母と子のプレイルーム」という親子サークルを主宰する団体があり、もともと私が子どものころに通っていたこともあって「自分の子ども通わせたい」と思いました。でも家の近くには教室がない。そこで先生に相談したら、「じゃあお寺でやろうよ」と。先生2人にお寺に来ていただいて、近所の未就園児とお母さんを対象に、さまざまな遊びを教えてもらっています。

小麦粘土や絵の具ポディペインティング、新聞紙をお寺の客間に広げてひたすら破いたり……。ただただ遊ぶだけですが、「家ではできない遊びだから」と、みなさん親子で楽しんでくださっています。教室にはいろんな子がいます。工作の日はひたすら同じものを作り続ける子もいれば、いっさい工



左上・右上／親子で一緒に遊ぶ「母と子のプレイルーム」。下／長昌寺は1279年開山の古刹。観音堂には隅田川から出現したと伝えられる「一寸八分の観音様」が祀られている。

作をせずに、お母さんの周りを走り回っている子もいる。でも、それはそれでいいんです。先生も「今日は工作の日だから工作をしない」とは言いません。最初は戸惑っていたお母さんも、通い続けるうちに「あ、別にいいんだ」。そんなふうに肩の荷が下りるお母さんをたくさん見えました。

子どもの個性を認めて視野を広く持つことが大切

子どもがもともと持っている個性や性格をそのまま受け入れる多様性を学ぶ場にも。教室を卒業したあとも、どんな子がいても笑って見られるようになりたい。今のお母さんたちは「あれがいい、これがいい」と言われて、がんじがらめになっていると感じます。息苦しさを感じているお母さんたちに「多様性があった方がいいだよ」と伝えたい。私にしかできないことがあると信じて活動して

いきたいと思っています。

子どももの個性を受け入れて多様性を認める社会に



こみや・しょうせい 1979年生まれ、東京都出身。多摩美術大学テキスタイルデザイン科で染織を学ぶ。卒業後はアパレル会社に就職。退社後、僧侶の道へ。11歳、8歳、7歳、5歳の4児の母として育児に奮闘するかたわら、「母と子のプレイルーム 浅草教室」を通しての親子支援活動、お寺でのワークショップやイベント活動、災害復興支援活動など幅広く活動中。