

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——

日蓮宗蓮久寺住職
鈴木浄元さん

第89回

私はこれまで住職をしながら小・中学校のPTA会長や町内会の副会長、民生委員、児童委員、教誨師など、地域の社会活動に携わってきました。どの役目も「住職さん、やってください」と頼まれて、断りきれずに引き受けたものですが、どれも責任が重く、大変な仕事です。とはいえ、引き受けた以上は責任を持って任を全うしようと思えばつきました。お寺の住職をしながら社会貢献もする、それが私の使命だと感じているからです。

大学院時代に高校の非常勤講

師を務めていたときは高校生に、PTAでは児童や父兄に、教誨師としては受刑者に、そして住職としては主にお年寄りに。役目ごとに幅広い層の人たちに話したり論じたり、ときには相談にのつたりしてきました。さまざまな人たちと関わり合いながらたくさんさんの経験を積むことが自分自身の修行にもなり、広く社会を知る良い経験になったと思います。

若い僧侶にはほとんど外に出て修行と経験を積んでほしい

そして現在は日蓮宗常任布教師を拝命。布教活動のほか、後進の指導や育成も行っています。老若男女を前に説法しなければならぬ立場。そんなとき、社会活動を通して得た経験がとても役立っています。

若い僧侶たちも切磋琢磨して熱心がんばっていると思います。毎月法話の会をやるなど、積極的に勉強しています。でも私は、もつともつ外に出て修行をしてほしいと思います。若いときに命がけで修行や布教に取り組むことは、後に大きな財産になるからです。

話が不得手、口下手という若い僧侶もいますが、2週間でも布教研修に参加して一生懸命勉強すれば、かなり話せるようになります。そこで自信が付き、大勢の人の前でも話せるようになるのです。

みんな最初は下手です。私もそうでしたから。私は最近ようやく、



横浜市戸塚区で400年以上の歴史を持つ古刹。2007年に建て替えられた本堂には、子どもの守護神「子安鬼子母神」が祀られている。

檀家さんから「法話がうまくなくなりました(笑)。勉強と修行を重ねれば上達します。年齢と経験を重ねて話せるようになる。こともありません。今すぐは気づかなくても、後になって「あの経験が役立った」ということはたくさんあります。さまざまな経験を積み、その感動を伝えられるようなお坊さんになつてほしいと願っています。

恨みや怒りを顔に出さず
家族の前では常に笑顔で

私はよく女性に「毎日、口角を上げて笑顔で明るく家族に接してください」とお話しします。日蓮聖人も「家庭の中でも社会でも穏やかにして、恨んだりすることなく、怒つた顔を見せないで、常に微笑むことが大事」と、ご遺文の中で残されています。

年齢を重ねるとストレスも増えると思いますが、夫や子どもにも不満があるとしても怒つた顔ではなく、常に笑顔で。女性は太陽なのです。どうぞ明るく家庭を照らしてください。

さまざまなる人との関わり合いが
自分自身を成長させます

すずき・じょうげん 1952年生まれ、神奈川県出身。立正大学仏教学部卒業後、同大学院にて宗教学を専攻。在学中から高校の非常勤講師を務める。1989年より蓮久寺住職。地元の小・中学校のPTA会長、民生委員、児童委員、教誨師などを歴任し、現在は保護司として地域の社会活動に取り組んでいる。ほかに日蓮宗常任布教師、全国布教師会連合会副会長など。