

3月10日

「遺族向けセミナー」開催しました

2013年3月10日(日)、「ウィルあいち」にて、自死遺族のフリースペース(午前)、自死遺族向けセミナー(午後)を開催しました。



※写真は、講師の藤丸氏

午前は、自死遺族のフリースペース—自由に語らう場—を行いました。20名程の方にご参加いただきました。

午後は、浄土真宗本願寺派総合研究所室長の藤丸智雄氏に、「死を悼む—自死についての仏教と僧侶の視点—」というタイトルで講演をしていただきました。浄土真宗本願寺派の研究所では、7、8年前から「自死」というテーマを研究し、さまざまな活動をしてこられたそうです。今回は、その一部を紹介していただき、前半は「仏教と自死について」、後半は「お坊さんとして、「悼む」ということについて」をテーマに講演をしていただきました。その後、スタッフとの対談、会場と質疑応答でした。

仏教の中で自死がどうとらえられているかについてのお話が大変興味深かったです。少なくとも近現代の仏教界において、自死の問題が善悪で語られるとき、それは、**きちんと仏教の教えが書かれたものに即していない事が多いようだ**ということがよくわかりました。

「難しかった」という感想がとても多かったので、前半の「仏教と自死について」のお話の一部を要約してお届けします。(新聞次ページ載せています。)

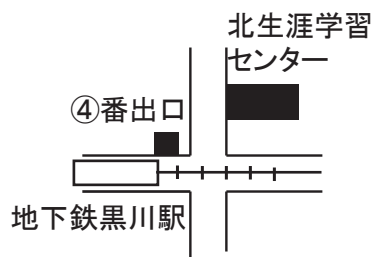
仏教では、大きなテーマとして自死が扱われているけれども、そこには一つ一つの個別のエピソードがあり(それは、私たちの大切な人に、一人一人の人生の物語があったのと同様に)、自死を善悪で判断して悪と決めつけるようなことは、仏典の中にはどこにも書かれていないそうです。

また、私たちがよくお坊さんに言われて傷ついたことのある「不殺生」という言葉は、「**自分を殺してはならない**」という意味ではない、ということをお話いただきました。お釈迦さんの弟子が自死をしたときのエピソードもありました。お釈迦さんは自死をしたその弟子のことについては「**仏になった**」と言っていたそうです。つまり、周囲の人に「**自死した人は成仏できない**」と言われたことのある人がいら

次回の遺族会

第57回

4月7日(日)13:15から
名古屋北生涯学習センター
地下鉄名城線「黒川」下車
(4番出口)よりすぐ
参加費:500円



その次は...

第58回 6月2日(日)
北生涯学習センターです。

日程は、ホームページまたは、電話案内でご確認いただけます。
パソコンの方

<http://will.obi.ne.jp/remember/>
携帯電話の方

<http://www.will.obi.ne.jp/m/>
電話案内(録音でのご案内)
090-8544-9408

っしやるかと思いますが、**仏教では決してそのようなことは言っていない**、ということですね。

仏典の中に記述が無いにも関わらず、教えの中に根拠があるかのようにして、自死を善悪で語ったり、命を粗末にしたかのように決めつけられてしまうことがあるのは、本当に残念なことです。仏教に関わる人の意識の中にある「思いこみ」のようなものを、ひとつひとつはずしていく作業を、藤丸さんは活動を通じて地道に行っていてくれているのだと思いました。

藤丸氏ご講演概要(前半部分)

(※以下の内容は、スタッフが自分の理解の範囲でまとめたものであり、藤丸氏には確認しておりませんので、やや正確性には欠けると思われます。大体の流れ、ということでご理解くださいませ。)

仏教の開祖はお釈迦さん。仏教は2500年前くらい(日本でいう縄文時代か弥生時代)に生まれたと考えられている。場所はインド。お釈迦さんは菩提樹の下で悟りを開かれて、その後「教えを説く」ということを生涯続けた。当時は文字で記録をする時代ではなかったため、お釈迦さんの教えは弟子たちの間に記憶され、言行録のようなものが現代まで大切に保存されて、仏教という宗教として今もある。やがて、その教えは文字におこされて「仏典」となり、今の仏教は仏典というものを中心にしている。仏典は、「経典(お経)・律(きまり)・論(教えの解釈)」の3つで成り立

っている。この仏典の中に、自死に関する記述が大変多いのが仏教という宗教の特徴であり、特に、律とよばれるグループの中に自死についてのたくさんの記述がある。しかし、**自死という死に方を善悪で云々するような言い方はどこにもされていない**。また、**自死しようとした方・自死された方に対して、罰則が決まっている例はほとんどない**(※自死をしようとした際に、他の人も傷つけてしまったことにより軽い罰則が与えられたという、例外的な例が一つだけあるが、それ以外には**一切無い**)。

第17回春の遠足 4月21日(日)に行います。

以下の予定で、好例の春の遠足を行います。リメンバーの遺族会に参加されたことのある方であれば、どなたでもご参加いただけます。

- 日時：4月21日(日) 11時40分-16時ぐらいまで
- ※バーベキューは13時からです。遅れての参加でも結構です。
- 集合場所：11:40 名鉄豊田新線(地下鉄鶴舞線乗り入れ)黒笹駅前に集合
- 行き先：愛知牧場(愛知県日進市米野木町南山977)バーベキューをします。
- ※雨天時も決行します。(屋根があります)

- 参加費：3,000円 程度を予定(追加食材、飲み物により前後します)
- 申し込み期限：4月14日(日)まで
- ※お申し込み後のキャンセルは18日(木)までにご連絡ください。

ご連絡なくキャンセルの場合、愛知牧場へのキャンセル代500円が必要となってしまいます。当日参加できるか不安のある方は、お申し込み時にお申し出ください。(キャンセル料のかからないよう当日追加という形にさせていただきます)。

本年度の愛知県の対策基金事業の予定

昨年度は愛知県の地域自殺対策緊急強化基金事業として、11月に岡崎市において遺族会(「リメンバーin岡崎」)を行い、3月には、名古屋で「自死遺族向けセミナー」を開催しました。

本年度は、まだ未定ではありますが、昨年と同様岡崎市での遺族会開催、新しい遺族の冊子制作等を検討しています。今後決まり次第ご報告いたします。また、何かご希望などありましたらお知らせください。

文集「自死遺族のその後(仮)」原稿募集(予告)

本年度の事業として、文集の発行を検討しています。まだ何も決まっておきませんが、先行してお知らせ致します。

(※本年度の予算等によっては、中止する場合があります)

- 寄稿期限・・・未定
- 掲載時のお名前等・・・匿名、ペンネームで

結構です。どのように掲載するかご指定ください。

- 冊子の配布など・・・遺族会、公共の場所、民間会社など、幅広く不特定多数に、無償、あるいは、原価程度を基本とした有償にて配布する場合があります。
- 発行時期・・・2013年度内を予定
- 発行部数・・・未定

※「わかちあいて何だろう」のインタビュー(メールで行います)にお答えいただける方、寄稿を募集しています。スタッフまでお知らせください。

損害賠償など、法的なことでお困りの場合は

自死遺族支援弁護士

自死遺族支援弁護士は、自死遺族の法的支援を行うことを目的として結成された民間の団体です。現在、名古屋を含む全国約40名の弁護士が所属しています。

以下の相談窓口がありますので、法的なことでお困りの場合、以下にご相談ください。

全国自死遺族法律相談ホットライン

※全国の弁護士が直接対応

電話：050-3786-1980

毎週水曜日 12:00-15:00 (祝日を除く)

Eメール：info@jishiizoku-law.org

ホームページ：http://www.jishiizoku-

law.org

FAX：06-6949-8217

日本司法支援センター「法テラス」

「法テラス」は国が設立した公的な法人です。

収入、資産が一定基準以下の場合、無料で相談を受けられる場合があります。まずは、以下にお電話いただき、ご相談ください。

法テラス愛知

050-3383-5460

法テラス三河

050-3383-5465

※平日9:00-16:00

全国の法テラスサポートダイヤル

0570-078374

(PHS, IP電話からは、03-6745-5600)

※平日9:00-21:00 土曜日9:00-17:00

電話相談のご案内

自死遺族に限らない、幅広い窓口です。

○あいちこころほっとライン365

愛知県精神保健福祉センター

毎日 9:00～16:30 052-951-2881

○名古屋市こころの健康電話相談

名古屋市精神保健福祉センターこころば

月-金 12:45～16:45 052-483-2215

○一般社団法人「日本臨床心理士会」

月、金のみ 9:00～12:00 月-金 19:00～21:00

03-3813-9990

自死遺族に限定した相談窓口です。

○NPO法人グリーンケア・サポートプラザ

火・木・土 10:00～18:00 03-3796-5453

面接相談のご案内

面接による自死遺族相談(無料)があります。

※電話による予約が必要です。

○愛知県精神保健福祉センター

(愛知県内で名古屋市以外にお住まいの方) ▪

要予約 052-962-5377

毎月第3木曜日 午後2時-3時30分

○名古屋市精神保健福祉センターこころば

(名古屋市内にお住まいの方)

要予約 052-483-2095

毎月第3火曜日 午前10時-12時

次回「ディアレスト」のご案内

家族ではないけれども大切な人を自死で亡くされた方を対象に、2ヶ月に1回、遺族会「ディアレスト (Dearest)」が開催されています。

日時：2013年5月18日(土) 13:30-16:00

場所：名古屋市中村生涯学習センター

地下鉄東山線「本陣」駅4番出口より徒歩5分

対象：家族以外の大切な人(恋人・婚約者・パートナー・親友・同僚・上司・部下・先輩・後輩・先生・生徒、など)を自死(自殺)で亡くされた方

参加費：500円

連絡先：the.dearest1@gmail.com ▪ ▪

▪ http://dearest.heya.jp

※事前にご連絡頂けると助かりますが、直接会場にお越し頂いても結構です。

スタッフ募集

遺族会に参加したことがある方で、会の活動のお手伝いをいただける方募集しています。

遺族会当日に、お茶の買い出し、参加者の案内など、継続的でなくても結構です。

詳しくはお問い合わせください。

新聞郵送をご希望の方へ

1月～6月末までのお申し込み(前期)…1000円 もしくは 80円切手13枚

7月～12月末までのお申し込み(後期)…500円 もしくは 80円切手7枚

お申込みは、郵便番号・住所・氏名を記入の上ご送金いただくか、切手をご郵送ください。遺族会の当日、受付でお支払いいただいても結構です。

リメンバー文庫



リメンバー文庫では、遺族の方向けの書籍を集め、遺族会の時などに貸し出しを行っています。今回は、文庫の中から「死者の贈り物」(長田弘/著)を紹介させていただきます。

ノーウェア、ノーウェア、
地図にない町。

けれども、目を瞑れば、はっきりと見える町。

一生を終えて、彼女は、初めてその町へ

独りで行った。そして再び、帰ってこなかった。—

(ノーウェア、ノーウェアより)

今回、皆様にご紹介する本は『死者の贈り物』(長田弘・みすず書房)という詩集です。

詩は、言葉が簡潔にできているからか、読み手の想像力を膨らませてくれます。冒頭でご紹介した詩の抜粋は、この詩集の中で、私が、自分のためだけに書かれたのではないかと思えた言葉でした。亡くなった大切な人が逝った場所を、そして、彼が再び帰ってこなかったわけを想像するのに、一番の表現であると感じたからです。

この詩集には、作者・長田氏の親しかったものの記憶にささげる詩として、20篇の詩が選ばれています。長田氏にとって、逝ったものたちが遺していったものは、あたたかな悲しみと簡潔な言葉であるというのです。長田氏は、逝ったものたちとの記憶に最小限の言葉を刻み込むものが詩である、とも語ります。そして、「現に生きてあるものにとっての現在というのは、死者にとっての未来である。親しいものの喪から受け取ってきたものは、現在をより深く、よく生きるための言葉だったと思える。」とも、表現され

ています。

私が、最初にこの詩集に出会ったとき、大切な人との死別から時間は経っていませんでした。その時に感じたことは、それで大切なものだと思います。ですが、死別から10年以上のときが経ってから、あらためてこの詩集に向き合ったとき、自分の中に、新しいものが見えたような気がしました。

冒頭の「ノーウェア、ノーウェア」は、かつて、私にとっては辛だけの表現でした。しかし、今になってそこに何か違うものが見える気がする、という気持ちになるのです。死別から10年以上経って、自分の中に、新しい何か芽生えはじめてるように感じられたのです。ついこの間まで、辛くて悲しいだけの出来事だった彼との死別に、自分なりの意義付けができ始めてきていることを感じさせてくれたものでした。

あくまで私個人の感想なのですが、この詩集は、死別からある程度の年月が経った方が読まれたほうが、よりよい想像ができるのではないかと思います。詩がもたらす想像は無限だと思います。それを自分への贖罪ではなく、糧にできたら、もっと生きやすい生き方ができるのかなと、読後に感じました。(ソニア)

★★★★本の紹介★★★★

「死者の贈り物」

長田 弘 (著)

みすず書房 1,890円

いめんぼー

今年も桜が咲きました。桜は一斉に精一杯の花を咲かせたかと思うと、すぐに散ってしまうところから、世の無常の典型としてとらえられてきました。しかし、花のあとには、みずみずしい青葉が吹き出し、1年後にはまた見事に花を咲かせます。そう思うと、桜というのは、四季のうつろいのなかで、眠り、また目覚めることを繰り返しながらも、実は常に力強く生き続けている、無常とは少し異なる存在のようにも思えます。

人もまた、桜よりは短いですが、1日という単位で眠り、目覚めるのを繰り返しながら、その生涯を生きています。以前は、朝になれば人は目覚めるということは、あたりまえのこととして感じていました。しかし、身近な人の死を経験してからは、そこに寝ている人がちゃんと目覚めてくれるのか心配になり、目覚めてくれると、それだけでほっとするようになりました。

桜も、一本一本のこと、それも自分にとって特別な桜の木の事を思う時、本当に今年も咲いてくれるのか、目覚めてくれるのか心配になります。桜は音も、寝息もなく、あまりに静かに何ヶ月もの間、沈黙を続けるわけですから。

家からは少し離れた所にあるのですが、1本だけ大切に感じている桜の木があります。その木は今年も、大きなあくびでもするかのように、冬の眠りから目覚めて、花を咲かせてくれました。ほっとしながら、その木の下を歩きます。桜の寿命は人と同じぐらいの長さだと聞きます。いつか花を咲かせない時がくるのでしょうか。その時は、自分の死のあとであってほしい、その桜だけは、自分より長く生きていてほしいと願うのです。(KN)