

ビ
ハ
ー
ラ
入
門

生
老
病
死
に
寄
り
添
う
た
め
に

はじめに

「ビハラー」という言葉を、皆さんはご存じですか？ 学生さんであれば、おそらく知らない方のほうが多いのではないかと思います。また、全くそのような言葉を聞いたことがないと言われる方もあるかもしれません。

一方、『ビハラー』はよく知っているよ。現に活動しているから」と言われる方もあるかと思いますが。そのような方に出会うと、「お宅はお寺ですか」と聞きたくなります。なぜかというところ、「ビハラー」とは、医療と仏教の接点から生まれた言葉であるからです。

私たちが調べた、ビハラー活動の実践場所として、最も多かったのは、特別養護老人ホームや介護老人保健施設などの老人福祉施設で、次いで一般病院、緩和ケア病院、障害者福祉施設、児童福祉施設、診療所の順でした。また、活動者の年齢は、最も多かったのが六十～六十九歳、次いで五十～五十九歳、その次は七十歳以上でした。二十～四十九歳の方は少数でした。

このように、現在のビハラー活動は、多くの施設や病院で実践されていますが、活動者の年齢は比較的高く、青年期や壮年期の人が少ないという傾向がありました。

本書は、『ビハラー入門』と題して、ビハラーとはどのようなものか、現在どのような活動が実際に行われているのかなど、その理論と実践を中心に述べ、多くの人々に関心を持って

ただくことを目的に、編集したものです。そのため、ビハラのそれぞれの分野で現在活躍されている先生方に執筆を依頼しました。そして、その結果できあがったのが本書です。

ここでは、本書の内容を目次に沿って簡単に説明していきたいと思います。

最初に、ビハラとはどのような活動なのかを、その歴史を中心に述べていただきました。特に仏教の開祖である釈尊が病人に対してどのように考え、どのように対応していたのかについて解説していただきました。これにより、仏教者のビハラに対する基本的な態度を知っていただければと思います。

次いで、具体的にビハラという言葉がどのようにして使われるようになったのかをその動機や意味について説明していただきました。また、現在実際に広く行われている浄土真宗本願寺派（西本願寺）のビハラ活動やその実践についても話していただき、ビハラが人々の死の問題への気づきを促す活動であることにも触れていただきました。

次いで、ビハラの始まりの原点である医療という観点から、お医者さんの目でビハラについて述べていただきました。特に、ドクターからみたビハラの役割、医療現場の状態、問題点、医療における仏教の役割などを、実際の病気の事例を取り上げながら解説していただきました。

また医療現場において、実際にビハラ僧として活躍されているお坊さんに、現場で僧侶に期待されること、僧侶として大切な姿勢、ビハラ実践の意義などを具体的に語っていただきました。

このように、第一章では、ビハラの歴史を述べるとともに、その原点であるお医者さんとお坊さんに、医療現場ではどのようにビハラが実践されているか、また、その意義は何かを考えていただいています。

次に、実際の病床で、病める人を癒すことのできる活動について考えてみたいと思います。

具体的な内容にはいろいろあると思いますが、釈尊が述べられている、人間の苦しみの中心である（生老病）死を考えると、悩める人と直接対面しその心を癒すことのできるのは、カウンセリングであると言えます。

そこで第二章においては、「ビハラとカウンセリング」と題して、その接点、意義、実践と役割についてそれぞれの先生方の立場から述べていただきました。

まず、ビハラとカウンセリングの接点ということで、カウンセリングについて初めての読者にもよくわかるように、カウンセリングの特性について解説していただきました。次いでビハラとの関連と相違点について考えていただき、その後、悩める主体としての自分と、死する

ことへの問題について触れていただきました。

また、カウンセリングにおける自己への洞察や相手への思いや悩みを、深いところで共感的に理解することの意義や、この世の真理を見抜かれた人の言葉を聞くことの大切さについても解説していただきました。

さらに、ビハーラ活動におけるカウンセリングの役割について、事例を加えて報告していただきました。

第三章では、我々が実際に活動しているビハーラの根底に流れる仏教の基本的な立場、すなわち「仏教の人間観」について、宗教学を専門とされる二人の先生方に述べていただきました。

最初に、「生死を超える」という意味を、浄土真宗の教理の依りどころとする阿弥陀仏の本願について解説していただき、次いで仏となる道が二種類、すなわち「聖道門と浄土門」があるということの説明していただきました。そしてビハーラの心の根底にある「慈悲の心」を、親と子の愛に譬えて述べていただいています。

また、「親鸞聖人における死と救い、心の支えとなるもの」においては、法然聖人との出遇いから、親鸞聖人が本願を信じ念仏を申す身となられ、阿弥陀如来の本願にいだかれて生かされる姿がえがかれています。著者は「死別は悲しい別れであるとともに、仏と人との出遇いの

始まりでもありません」と述べ、「ビハーラ活動は、生老病死の苦しみのなかで、あらゆるものが相互に支え生かされているという縁起思想に基いている」とまとめられています。

これらの内容は、これまで仏教に関わりのなかった人には、少々専門的な内容かもしれませんが、ビハーラを理解するためには必要不可欠だと考えますので、ぜひ読んでみてください。得られるところは大きいと思います。

第四章では、「ビハーラ実践事例」ということで、ビハーラ活動の実例について述べていただきました。

まず、大阪のお寺の坊守さまに、お寺でのビハーラの取り組みを紹介していただきました。ここでの取り組みは、いわゆるお寺における日曜学校の形式をとっておられますが、それを子どもだけでなく母親や仏教青年会にまで広げ、ビハーラの精神を生かされています。また今後、我が国において確実に増える高齢者の在宅での看取りや、特別養護老人ホームや知的障害者通所施設など、地域の福祉施設におけるビハーラの役割についても触れていただきました。

次いで、ビハーラの基本的条件について、病院のドクターとして実践されている事例を紹介していただきました。

ここでは、実際の会話を再現することで臨場感が醸し出されるだけでなく、読者の皆さまに

も考えていただける内容となっております。また人の看取りの技法と仏の大慈悲との比較において、看取りにつきまとう虚しさや慈悲の救いで味わうよろこびの違いを、「ビハラーとは人生の解決点」と表現されています。そしてビハラーの基本条件として、我が身の往生の解決の必要性をあげ、死と真向きでいて本当によかったと霧が晴れる世界、独り居て独り慶べる世界、これを味わえる世界が真のビハラーの世界であると結論づけられています。これは浄土真宗でいう「いただいた世界、おあじわいの世界」で、体験された人にしかわからない（あじわえない）世界です。

ここは、ビハラーを含め浄土真宗の肝心要のところですので、現在ビハラー活動を実践されている人はもとより、多くの人によく味わって熟読玩味していただければと思います。

次にお願したのは、若者にも実践可能な音楽を通してのビハラー活動のあり方です。その内容は、音楽による癒しの技法とその効果についてと、その技法の基本的な項目・内容・目的（効果）について説明していただきました。ビハラー活動をこれから始めようと思われる方は、参考にしていただければよいのではないかと思います。

第五章において、「福祉の現状と課題」と題して、現代の障害者福祉と高齢者福祉について解説していただきました。

まず、日本における障害者福祉制度の歴史を概観していただき、筆者の障害者福祉の原点とビハラーとの出遇いについて、体験的に述べていただきました。またその後、障害者福祉において大切にしたいことについても触れていただきました。

また、他の国では類を見ない急速な高齢化社会が形成されつつある我が国での、高齢者福祉は如何にあるべきかを問いつつ、ビハラーの今後のあり方を模索していただきました。特に現在我が国では、高齢者福祉において従来の医療完結型から在宅完結型への変化が起こりつつあります。これらが、人生の最後を如何に迎えるかに寄り添っていくビハラー活動のあり方にも影響を与えていることは言うまでもありません。

これらをふまえ、今後もボランティア活動の域を超えたビハラー活動のあり方を読者の皆様とともに考えていくことができればと思います。

本書が、ビハラー活動に関心を持つ人だけではなく、広く一般の人々にも読まれ、ビハラー活動の理解が深まるとともにビハラーの精神が世に広がる一助になれば、編著者一同、望外の喜びとするところです。

最後に、本書は現在ビハラー活動を何らかの形で実践されている先生方に原稿を依頼しまし

た。そのため内容の一貫性よりも、先生方のお考えを尊重するという意味で、原則としてそれぞれの原稿に手を加えませんでした。

それ故、内容の一部に重複や微妙な齟齬そごのみられる部分があるかと思いますが、お許しいただければ幸いです。

二〇一八（平成三十）年二月

友久 久雄

ビハーラ入門・目次

はじめに.....友久 久雄 iii

第一章 ビハーラと仏教者

ビハーラの歴史 — 釈尊の実践と現代のビハーラ —伊東 秀章 2

一、ビハーラの概要 2

二、釈尊のビハーラ 3

三、ビハーラの展開 6

四、ビハーラ実践のために 15

医療とビハーラ田畑 正久 18

一、生老病死を共通の課題とする医療と仏教 18

二、日本の医療従事者が求められる役割 19

三、現代の医療現場の現状 21

四、現代の医療現場の問題点 26

五、仏教が課題を解決する道 28

六、仏智によって現実を受けとめた例 29

七、まとめ 32

医療現場における僧侶の役割花岡 尚樹 35

一、医療現場で僧侶に期待されること 35

二、ホスピス・緩和ケアの目的と僧侶の基本姿勢 38

三、医療現場におけるビハーラの意義 41

四、医療と仏教の融合を目指して 46

第二章 ビハーラとカウンセリング

ビハーラとカウンセリングの接点滋野井一博 52

一、カウンセリングの特性と志向するもの 52

二、ビハーラの特性と志向するもの 55

三、ビハーラとカウンセリングの相違点 57

四、悩める主体と寄り添う活動 58

- 五、死することの問いとの出会い 60
- 六、実践者に求められるもの 62

ビハラーにおけるカウンセリングの意義

小正 浩徳 65

- 一、カウンセリングにおける悩みとその解消 66
- 二、ビハラー活動におけるケア 70
- 三、ビハラーにおけるカウンセリングの意義 72
- 四、まとめ 76

ビハラーにおけるカウンセリングの実践

兎玉 龍治 77

- 一、ビハラーとカウンセリングの起こりと発展 77
- 二、二種類の悩み 78
- 三、悩みへのかかわり 80
- 四、仏教的なカウンセリング 84
- 五、ビハラーにおけるカウンセリングの実践 85
- 六、『歎異抄』に描かれた親鸞聖人の態度に学ぶ 88

- 七、これからの仏教的なカウンセリング 89

ビハラーにおける仏教カウンセリングの役割

吾勝 常行 92

- 一、ホスピス・ムーブメント 92
- 二、「ビハラー」の再定義の必要性 94
- 三、仏教カウンセリングの提唱 95
- 四、二重構造をもつ仏教カウンセリング 99
- 五、仏教カウンセラーの特徴 100
- 六、ターミナルケアにおけるカウンセリングの役割 101
- 七、仏教カウンセリングからみた緩和ケアにおける事例 103

第三章 仏教の人間観

浄土真宗の人間理解について

玉木 興慈 108

- 一、生死を超える 108
- 二、聖道門と浄土門 111

三、慈悲の心 〔大悲と小悲〕 113

親鸞聖人における死と救い 心の支えとなるもの …………… 鍋島 直樹 122

一、親鸞聖人における心の支え 122

二、阿弥陀如来の本願による救い ー現生正定聚と彼土滅度 130

三、浄土 ー限りなき光の世界 139

四、還相回向 ー迷いの世に還つて人々を教化する 145

五、まとめ 151

第四章 ビハーンラ実践事例

地域とつながるビハーンラ活動……………大橋 紀恵 156

一、地域の人たちとのつながり 157

二、地域の福祉施設とのつながり 165

三、地域にビハーンラの広がり求めて 167

四、大阪教区川北組への広がり求めて 169

五、まとめ 170

ビハーンラの基本条件とは ー思い残すことが無いということ……………宮崎 幸枝 172

一、コウさんの往生浄土がもたらしたこと 172

二、往生浄土を受け入れた病棟ナース 176

三、人間の「看取りの技法」と仏の「大慈悲」の比較 178

四、当院の理念と大慈悲の救い 181

五、永遠ということ 182

六、昨年の夏の病棟にて 183

七、ビハーンラの基本条件 ーまず我が身の往生の解決如何 ー 185

八、ビックリ！ ハーバードの宗教的医療 187

九、真の幸せとは仏教的生命観に遇うこと 190

ビハーンラ活動における癒しの技法としての音楽の役割……………安本 義正 194

一、ビハーンラ活動における音楽の可能性 194

二、音楽による癒しの技法 195

三、音楽による癒しの技法の効果	198
四、音楽による癒しの技法の対象者	200
五、音楽による癒しの技法の基本的な項目・内容・目的（効果）	200
六、まとめ	207

第五章 福祉の現状と課題

障害者福祉の現状と理解

青木 道忠

210

一、日本における障害者福祉制度の歴史と現状 210

二、私の障害者福祉の原点、そしてビハーラとの出会い 215

高齢者福祉の現状の理解

月 孝祐

224

一、日本の高齢化社会 225

二、国の政策と今後の方向性について 233

三、まとめ 238

第一章 ビハーラと仏教者

ビハーラとは、どのような活動なのでしょう。一般には「安らかな落ち着いた」とか「安住・くつろぎ」と訳されています。

私たちの心と体、そしてそれらを統合したものとしてのスピリチュアリティへの癒しとしてのビハーラとはどのようなものなのでしょう。

ここでは、ビハーラの実践が単なる同情でもなく、ボランティア活動でもなく、また布教活動でもない、すなわちビハーラがビハーラであるためには何が必要なのかをその歴史と、ビハーラの原点である医療の立場から述べていきます。

ビハーラの歴史 — 釈尊の実践と現代のビハーラ —

伊東 秀章

一、ビハーラの概要

ビハーラは、現代の日本の仏教者の社会活動の一つとして位置づけられます。

医療領域では末期がん患者などのターミナル期への援助はほとんど不可能でしたが、一九七〇年代以降、モルヒネによる疼痛ケアの意義が明らかとなり、ターミナル期の医療実践のニーズが世界的に高まりました。その結果、ホスピスケア、緩和ケアなどが展開されていき、その中の一つとして、宗教者によるホスピス実践も注目されるようになりました。

「ビハーラ」は、田宮仁まさしが「仏教を背景としたターミナルケア」の呼称として、仏教ホスピスに代えて、用いたことがその始まりです。この「ビハーラ」は、インドの古代語であるサンスクリット語で、意味は「休養の場所、僧院」などです。この言葉は、田宮が吉元信行ら、仏教研究者と相談の上、決めたと述べています¹。

その後、ビハーラは、浄土真宗本願寺派、日蓮宗など各宗派の中で展開し、仏教看護・ビハーラ学会などの研究会や、仏教者による高齢者福祉実践や震災支援の中でもビハーラという呼称が用いられるようになりました。

本稿は、現代のビハーラに関する活動を、実践に資する観点から述べます。そのため、仏教聖典の経・律・論のうち、僧侶の規則を記した律の看病人法から、釈尊が病人への対応をどのように考えていたのかを検討し、現代のビハーラ実践の歴史を概観します。その上で、ビハーラ活動に応用できる臨床的知見について考察することが本稿の目的です。

二、釈尊のビハーラ

仏教の開祖である釈尊はターミナル期の人に対する対応についてどのように考えていたのでしょうか。釈尊が直接に説いたとされる律の中で、犍度部けんどぶの看病人法には、ターミナル期の看護が必要になった者への僧侶の対応について説示せうしされています。

看病人法が釈尊に説かれるに至った出来事が、次のようにあったと書かれています。

ある日、釈尊が僧坊を巡回していたところ、一人の病気の比丘（男性の出家修行者）が大小便中に臥ふしているのをみつけた。病気の比丘から、誰も彼を看病する者がいないことを告げられると、釈尊は水でその比丘を洗いきれいにした。釈尊がこの比丘のために説法をし、この比丘は喜び、その後、悟りを開いた。

その後、釈尊は他の比丘たちを集めて、なぜ看病しないのかを彼らに問うた。比丘たちは「かの比丘は他の比丘たちの看護をしなかった」などと答えた。それに対して、出家者たちには父母兄弟がないのだから、相互に看護しなければならないと釈尊は答えた。

続けて、誰が看病すべきであるかということや、病者が備えるべき五つの要件と、看病者が備えるべき五つの要件を説いた。

釈尊のこの対応から、病者に対して、周りの者が対応するべきであると示していることがわかります。具体的には、①病者の衛生環境を整え、心身を安らかに過ごせるようにすること、②説法をすることによって、病者が悟りを得ること、の二つです。

また、このような看護を誰が行うのかについて、右記の記述に続いて、釈尊は、「和尚、阿闍梨、同門の弟子」等と述べ、「それらがない場合は、僧団から派遣される」と述べています。これは、病者に近い者がその看護を行い、病者に近い者がいない場合は、僧侶がその役割を担うということです。

看護を受ける対象としては、先ほどの出来事の中にもあったように、病人がたとえ怠け者であったり、他の比丘の看護をしていなかった者であったとしても、看護すべきである、としています。

看病者が何をすべきかということについて、看護が成功するために看病者が備えるべき五つの条件が、看病人法に記述が見られます。具体的には、①病者のために薬の調合や管理ができること、②病者のために適切な食事を提供できること、③自分自身の利益のために看護するのではなく、慈しみの心から看病すること、④嫌な気持ちにならずに、大小便や唾、嘔吐物などの処理ができること、⑤機会があるときに説法し、喜ばせることができること、の五つです。看病者がなすべき役割の⑤に「説法し、喜ばせる」とありますが、その説法の方法について参考になる記述が「十誦律」に以下のようにあります。

看病する比丘は、病人のところへ行き、深遠な教えと正しい道と誤った道を説いて、智慧を起こさせるように努めなければならない。比丘は次のように心がけて説法しなさい。もし人里離れたところで修行する者が病になった場合には、その場で修行することをその者へ讃嘆しなさい。経を学ぶ者だったら、経を学ぶことを讃嘆しなさい。もし律を学ぶ者だったら、律を讃嘆しなさい。もし、説法をする人であるならば、法義を讃嘆しなさい。もし、僧団運営の雑事をなすならば、僧団運営の雑事をなすことを讃嘆しなさい…。

このように、杓子定規な説法を行うのではなく、相手に応じた話を行うように釈尊が述べた