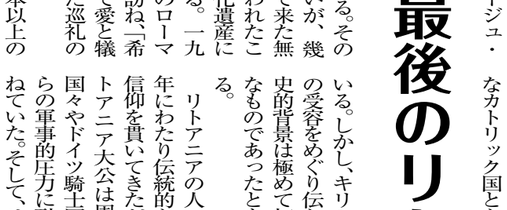

人生の終わりに自分らしい葬儀を

笑顔で涙が流れるようなお別れ

日本葬祭コーディネーター協会代表理事・安部由美子さんに聞く

人生の最後の行事とも言える葬儀を自分らしいものにしたいと願う人は多い。しかし、生前に家族などにそのことをよく話しておかないと、葬儀社任せのありきたりの葬儀になってしまう。ゆかりのある人たちに最後のお別れをし、思いを込めたメッセージを届けるにはどんな準備をしたらいいか、今の葬祭事情に詳しい安部由美子さんに話を伺った。（多田則明）

あべ・ゆみこ
鹿児島県内の准看護学校を卒業し、看護師として病院に勤務した後、大分の派遣会社で葬祭アシスタント業務を学び、宮崎で「フューネラルトータルサポート」を起業。葬祭司会、セレモニースタッフとして葬儀にかかわり、東京で葬祭コーディネート業務の会社を起こし、2013年に「一般社団法人日本葬祭コーディネーター協会」を設立、葬祭業だけでなくさまざまな業界の人材育成に携わっている。

ご縁の人たちとのお別れ

——葬祭コーディネーターのお仕事は？

全国の葬儀社や葬儀業界関連会社や医療施設などのスタッフ育成や終活応援セミナーの講師をしています。所作や接客、コミュニケーションなどについては葬祭業に限らず、幅広い会社や一般の人たちを対象に研修を行います。

——厚生労働大臣が認定する葬祭ディレクターとは違うのですね。

葬祭ディレクターは葬祭ディレクター技能審査協会が実施する技能審査に合格することで認定される資格ですが、葬祭業に従事するのに資格取得の義務はありません。私の仕事は葬儀業界の経営者への指導もありますので、葬祭業のコンサルタント業務とも言えます。

僧侶の人たちから、葬儀に呼ばれなくなったがどうしたらいいか、葬儀でのクレームにどう対応したらいいかなど相談されることもあります。

——看護師から葬祭業への転身については？

自然の流れのように感じています。病院では多くの患者さんをお見送りし、生と死の境を目の当たりにしてきました。人にはそれぞれの人生があるように、死の迎え方も一様ではありません。そこにご家族がかかわってきますので、患者さんとご家族が望むような治療をし、最期のお迎えができるようサポートしてきました。

その後の葬儀でも同じで、やはり故人さまやご遺族の希望に沿った葬儀が理想だと思います。葬儀にかかわるようになって疑問を感じたのは、同じような葬儀が多いことです。お別れは悲しいものですが、悲しむだけでなく、故人の生き方を称えて笑顔でお送りしてもいいし、故人が好きだった歌や踊りで盛り上げるのもいいと思います。

導師の読経や斎主による神事はほぼ同じですが、私たちはナレーションや故人の紹介で工夫し、故人に合った葬儀になるよう演出を心掛けています。

——葬儀に参列して久し振りで会う親族や知人、友人もいます。

それは、故人との縁が生きている人たちの縁を回復してくれているのですね。遠くに離れて、交流も少なくなっていた兄弟が久し振りに会うこともあります。ゆかりのある人たちを一堂に集めてくれるのは、葬儀の社会的な役割とも言えます。

参列者をお迎えするのはご遺族ですから、故人とゆかりのあった人たちを心からお迎えできるよう支える必要があります。そのため、葬儀スタッフは儀式に関する煩わしいことを引き受け、ご遺族が故人とのお別れと、参列者のお迎えに専心できるようお支えするわけです。それが自然な流れの中で行われるのが理想的です。

ですから、葬儀の儀礼の意味や所作について覚えることも大事ですが、それ以上に大事にしたいのは心ですね。同じことの繰り返しが多いので、ともすれば習慣化しがちですが、そうではなく人生が一期一会であるように、故人、ご遺族、参列者それぞれにとって唯一、最高の葬儀となるよう努めます。

家族葬への疑問

——高齢化社会は多死社会ですから、葬祭場の開設が目立ちます。葬儀業界も過当競争になっているのでは？

目立つのが値下げ競争ですね。こんなに安くしているのに、なぜ利用者が増えないのかと悩んでいる経営者もいます。仕事を拝見すると、施設や祭壇は立派なのですが、接遇に問題があることが多いですね。やはり大切なのは気持ちの部分で、所作だけをいくら学んでも駄目です。葬儀社も選ばれる時代になっていますから、ご遺族や参列者が満足できるようにしないと利用されなくなります。基本的な所作をきちんと修得した上で、気持ちを込めて接遇すると、いろいろ気づくことがあります。そうした心配りが感じられると、あそこの葬儀はよかったというのが口コミで広まります。

——宗教者とのかかわりはどうですか？

葬儀社のサービスが先行して、旦那寺への親族の死亡の連絡が檀家からではなく葬儀社から来るということもありがちです。ご遺族に負担を掛けないようにとの考えからですが、葬儀は檀家と旦那寺との大切な事柄ですから、ご遺族に代わって連絡するにしても、そうした配慮が大切です。お寺とは法事やお墓など、葬儀の後も相談することは多くありますから、より良い関係になるよう心がけています。

都会では自分の家の宗派も知らない人もいますから、それを調べ、同じ宗派の寺の紹介から始めることもあります。檀家離れ、墓離れを防ぐには、ご住職と直接会って、交流を深めることが大切ですから、そうしたお世話をすることもあります。

お寺さんには、葬儀や法事の時だけでなく、普段から声かけや交流を勧めています。日常的に心が通じていれば、ご不幸があると真っ先に連絡してくるでしょうから。

——今、家族葬がはやりですが、言葉としてはきれいでも、実態は経費を抑えた小さな葬儀で、連絡がなかったためお別れができなかったと残念がる人も出てきます。

それは多くの方が感じています。もともと社葬など以外のほとんどの葬儀はご遺族が主催する家族葬です。今でいう限られた親族だけの葬儀は密葬で、後日、多くの関係者に案内して告別式が行われます。

ご遺族が家族葬でしたいと言っても、故人のお仕事の関係などを聞くと、そうしない方がいい場合もあります。ですから、お知らせする範囲をどうするか相談しながら、故人にふさわしい葬儀ができるようにしていくのがいいと思います。

——家族葬が広まると、参列者が少なくなるわけですから、葬儀社の仕事としては先細りになるのではないですか。

そのとおりで、参列者の減少は業界で大きな問題になっています。その意味で、家族葬のアピールは業界として自分で自分の首を絞めているようなものです。背景には経済的な事情もありますが、故人とゆかりのあった人たちが心からのお別れをするという社会儀礼は大切にしていきたいですね。

参列者が減少している原因の一つは高齢化で、故人が職場を退職してから久しいと、仕事上の付き合いのあった人は少なくなります。かつて社葬が盛んだった時代は、故人とのお別れよりも、仕事上の付き合いで参列する人が多かったので、それに比べると実質的な葬儀が行われるようになったとも言えます。

——配偶者や子供など喪主が故人の知人、友人関係をあまり知らないという問題もあります。

自分らしい葬儀をするには、元気なうちから年賀状の住所録などで葬儀の案内をしてほしい人をリストアップしておくなども、「終活」として必要ですね。地方によっては地元の新聞に死亡広告を載せる例もあります。

——沖縄で地方紙が有力なのは死亡欄を見るためだそうです。人間関係が密な社会では、葬儀に出ないと義理を欠くことになりますから。

葬儀を行うことで故人の人間関係が分かることはよくあります。とりわけ別れて暮らしていた親の葬儀の喪主を子供が務めるような場合、故人がどんな活動をしてきたのか参列者を通して知ることになります。子供が知らない親の側面で、それで親のことを見直したり、新しい発見ですね。

私も五年前に父を亡くし、弟が喪主を務めたのですが、こんなに頑張っていたのかと思うくらい、いろいろな人たちが来てくれました。薄かった親戚との縁も、葬儀を通じて回復します。父がみんなを再会させ、仲良くさせてくれたようで、「お父さんありがとう」という気持ちになりました。遺言書もちゃんと書いていて、問題が起こらないよう気配りをしてくれていました。

看取りから葬儀へ

——以前は家での葬儀が普通で、そのための食器などが大量にあり、近所の人が三日間、葬儀に専従していました。それが最近では近所の人は受付を少し手伝うくらいで、ほとんど業者任せになっています。その意味では、葬祭業がサービス業として定着してきたのでしょうね。

私も子供の頃は家での葬儀が普通で、庭で煮炊きをして近所の人たちを接待していました。そこから、お寺や会館を使うようになり、やがて葬祭場が建つようになりました。最近はいろいろな業種が葬祭業に参入してきて過当競争になっています。

——病院死の場合、家族での看取りができないこともあります。

大多数の人が家族に看取られながら安らかに最期を迎えたいと思っています。ところが、病院で集中治療室にいたり、延命装置につながれていたりすると、それができないとか、亡くなってから家族が駆け付けることもあります。自宅死を可能にするには、訪問診療・介護の仕組みが必要ですが、家族の心構えも大切です。身近な人を看取ることは、周りの人にとってもそれぞれの人生を見直すきっかけになります。誰でもいつかは亡くなるわけですから、それまでに限りある人生を有意義に過ごしたいという気持ちになります。

——看取りは家族が中心に行うものですが、それをサポートする看取り士も次第に社会的に認知されてきています。

一般社団法人「日本看取り士会」を立ち上げ看取り士の養成をしている柴田久美子さんは旧知の仲で、会の設立の頃お手伝いしました。

——柴田さんは、死は命のバトンタッチだと言っています。

私も死は人生の大切な通過点だと思います。葬儀はその時間で、そこで故人と遺族、参列者の架け橋になるのが葬儀スタッフです。そうなるようにその空間と時間を演出し、思い出深いひとときにしたいと考えています。

研修では模擬葬儀で現場を再現し、その場にふさわしい気持ちを持てるように指導しています。気持ちが先に立つと、状況に応じた言葉が出て、所作ができるようになります。

——自然葬や樹木葬もありますが、後の管理まで考える必要があります。

樹木葬の現場に行くと、草木が茂ったまま放置されていることもあります。管理がしっかりしているお寺や業者を選ばないとそうなります。お墓の管理で子供たちを煩わせたくなければ、永代供養料を納めてお寺などの合葬墓に納骨してもらう方法もあります。お墓のことで子供たちに迷惑をかけたくないという世相を反映して、合葬墓は近年急増しています。

でも、親が子供の世話になるのは当たり前で、そうやって世代をつないできたのですから、いたずらにかかわりを薄くするのは考えものです。介護や看取り、葬儀に墓守と、親の世話をすることで子供の中に芽生えてくるものがありますから。

——私の家は浄土真宗なので、葬儀で「白骨の御文」を聞いてにわかに信仰に目覚めたことがあります。

死を考えることが生をより深く考えることになりますから。その意味では、葬儀は故人のためでもあり遺族や参列者など生きている人たちのためでもあります。四十九日や一周忌、三回忌、十三回忌などの年忌法要も、故人との関係を回想することで、遺族や知人たちの悲しみを軽減するとともに、それぞれの生を充実させる意味もあります。いわゆるグリーフケアですね。人は亡くなっても記憶にあるうちは死なないとも言われます。そうした心のつながりを深めることが、生きる力にもなります。

凛として遺族に寄り添う

——いい葬儀だなと思えたのは？

ご家族みなさんで作ったビデオを上映したことがあります。ナレーションも故人を含むご家族で、最後にお別れの言葉がありましたから、皆さん感動していました。生前の写真や動画で故人の紹介をする例は増えています。それができるには、やはり元気なうちから材料を整理し、家族にも相談しておくことです。

遺族や参列者の中から故人の思い出を話してもらうこともあります。それによって故人の知らない側面を知ったり、懐かしく思い出したりできますから。限られた時間内に収めるには事前の準備が大事です。

理想的なのは、笑顔で涙が流れるような葬儀ですね。葬儀スタッフには悲しい顔をしないように指導しています。スタッフがそうだとご遺族はもっと不安になりますから。不安にならない凛とした姿でご遺族に寄り添うことが大切です。

最後に喪主の挨拶がありますが、涙で話せない場合もあるので、原稿を用意しておいて司会が代わりに読むようにしています。それもタイミングが大事で、喪主が話せるようだと本人の言葉で締めくくってもらうようにします。

——決まり文句だと気持ちが感じられないので、その人らしい言葉が聞きたいですね。

それができるよう支えるのが葬儀スタッフの役割です。私はアシスタントから始めて司会をするようになったので、葬儀の全体が見えるのが利点でした。全体の雰囲気を感じながら、それをより良い方向に向けていくことが大事ですから。

——自分らしい葬儀をするには？

事前に葬儀社を訪ね相談してみることです。金額も含め率直に話すと、その対応で葬儀社の質も分かりますから。普通の会社以上に葬儀社の質は社員で決まります。こんな人に自分の葬儀を演出してもらいたいと思えるような社員がいるかどうか、自分で判断するのがいいと思います。

〔連載〕

キリスト教で読み解くヨーロッパ史 ②

宗教研究家　**橋本雄**

最初のアルメニアと最後のリトアニア

キリスト教を最初に国教化

アルメニアの首都エレバンからは、ノアの洪水で有名なアララト山の雄大な姿を望むことができる。「よく見える」と書きたいが、雲に覆われていることが多いので、旅行者が雄大な全景を見ることができれば幸運であるという。富士山と同じ美しい稜線を持つ双峰（五一三七メートルと三八九六メートル）のアララト山は、周辺に大きな山がない分より高く、天を衝くように見える。

旧約聖書にあるノアの洪水はこの山を覆ったということだが、アララト山を見ると、そこまで水が来たとは信じがたい。おそらく聖書筆記者は、その当時知り得た最も高い山を持ち出して、洪水の凄まじさを説明したかったのであろう。現在、アララト山はトルコ領に属し、登ることはできない。ノアの子孫という誇りを持つアルメニア人には「民族の象徴を失った」という喪失感がある。

アララト山

アルメニア人が誇りとするもう一つは、三〇一年にキリスト教を最初に国教化したことである。三九二年に、ローマ帝国でテオドシウス帝がキリスト教を国教化する九十年も前のことである。なぜこんなに早く、アルメニアがキリスト教を国教化したのだろうか？

アルメニアにキリスト教が伝播してきたのは二世紀頃と言われるが、三世紀の後半、宣教にきたグレゴリオスを王は逮捕し、死ぬことを期待して毒ヘビの住む大きな穴に放置した。しかし十三年後に病気になった王を、穴の中で生き延びていたグレゴリオスのみが奇跡的に治癒したことで王が改宗し、やがてキリスト教は国教化したという伝説である。その間グレゴリオスは、近隣の老婆（あるいは寡婦）が毎日届けるパンを食べ（もちろんヘビにも与え）、生き残ったというのである。

宗教には伝説が必ずあるもので、信仰が深ければ伝説はより大きくなるのかもしれない。現在はその穴の場所に修道院が建ち、穴の中に降りることができる。降りてみるとけっこう深かった。この修道院からのアララト山の眺めが素晴らしい。グレゴリオスもこの景色を見たのだろうか？

その後、アルメニア・キリスト教会はカトリックでもなく、ギリシャ正教の流れに入ることもなく、四五一年のカルケドン会議で異端とされた神学の立場を貫いている。

西欧で最後に受容

バルチック海に面するリトアニアのキリスト教受容も興味深いものがある。リトアニアは、第二次大戦中にナチスの迫害を逃れるユダヤ人の生命を救った外交官・杉原千畝さんの件で、日本でも有名である。そのリトアニアはキリスト教を受け入れたヨーロッパ最後の国で、アルメニアが国教化してから千年以上も後のことである。

伝統的民族信仰に固まるリトアニアでは、キリスト教の宣教は困難を極めたと伝えられる。首都ビリニスから見える丘の上に立っている三本の巨大な十字架は、その地で殉教した宣教師を記念するものであるという。

クリージュ・カァルナス

更に、首都から二二キロのシャウレイには、十字架の丘「クリージュ・カァルナス」がある。その歴史は古くはないが、幾万の人々が持って来た無数の十字架に覆われたこの丘は、世界文化遺産にも登録されている。一九九三年には当時のローマ教皇もこの地を訪ね、「希望と平和、そして愛と犠牲の地」と述べた巡礼の地である。

一説には五万本以上の十字架があるというが、現地の人の話では二十万を超えるという。実際に行ってみると、五万ははるかに超えているように思える。今も増え続けているし、数えた人がいないのではないだろうか。

今やリトアニアは、プロテスタントの多い北欧周辺の中で、有力なカトリック国となっている。しかし、キリスト教の受容をめぐり伝わる歴史的背景は極めて打算的なものであったとも言える。

リトアニアの人々は長年にわたり伝統的な民族信仰を貫いてきたが、リトアニア大公は周辺の国々やドイツ騎士団等からの軍事的圧力に耐えかねていた。そして、リトアニア大公ヨガイラはローマ・カトリックへの改宗を条件に、一三八六年に洗礼を受け、ポーランド王女と結婚した。ポーランド・リトアニア連合王国、新しいカトリック国の誕生である。

このことでドイツ騎士団はリトアニア攻撃の名目を失った。王は「信仰」を受け入れたのではなく「軍事的圧力」を弱めたかったのであろう。しかし、動機はどうであれ、今やローマ・カトリックは、共産主義や周辺諸国の圧力に耐えてきた国民の心の拠り所になっている。

首都ビリニスには、奇跡を起こすと信じられ、多くの信仰を集める聖母マリアのイコンがあり、今ではポーランドなどのカトリックの国々からの多くの巡礼者を迎えている。王は「打算」で信仰を受け入れたとしても、民衆はその「信仰」を受け入れたのである。リトアニアの人々は、キリストへの信仰で多くの困難を乗り越えてきた。そして、一九九〇年にソ連からの独立を宣言し、ソ連邦崩壊の最初の動きをしたのはリトアニアである。

リトアニアとアルメニアは、キリスト教を受容した王の動機、即ち奇跡的治癒か政治的打算かはどうであれ、信仰が民衆に根付いた国々である。アルメニアとリトアニアに共通するのは、両国の人々が周辺の強大国からの圧力に苦しんでいたことである。コーカサス地域の複雑さと歴史は想像を超えるものがあり、大国の中で揺られるリトアニアの歴史も悲しいものが多い。そのような人々の苦しみが、キリストの十字架の苦難と同期したのであろう。最初と最後の国だが何か似ている。

美術

特別展「京都 大報恩寺 快慶・定慶のみほとけ」

●東京国立博物館平成館・特別第3・4号室

鎌倉彫刻の名品を間近に

十月二日から十二月九日まで上野の東京国立博物館平成館で「特別展　京都　大報恩寺　快慶・定慶のみほとけ」が開催される。平成三十二年に開創八百年を迎えるのを記念し、同寺が誇る慶派仏師の名品が一堂に公開される。

千本釈迦堂の名で親しまれる京都の大報恩寺は、鎌倉時代の承久二年（一二二〇）に、義空上人が開創した古刹。天皇からお墨付きを得た御願寺として認定され、高い格式を誇り、鎌倉彫刻の宝庫でもある。

大報恩寺の本尊で、年に数回しか公開されない秘仏「釈迦如来坐像」（重要文化財）は、快慶の弟子・行快が残した数少ない貴重な仏像の一つ。快慶が晩年に手がけた名品「十大弟子立像」（重要文化財）は、現在は同寺の霊宝殿に安置されているが、当初は本堂にあり、本尊の「釈迦如来坐像」を囲むように安置されていた。展覧会では、釈迦とその十人の弟子が、当初の本堂での安置状況を考慮した配置となっている。

運慶の弟子・肥後定慶作「六観音菩薩像」は、重要文化財に指定される唯一の六観音像。台座も光背も造像当初のものを残し、その背面の隅々まで、精緻に彫られている。

展覧会では、「六観音菩薩像」を三六〇度見ることが出来るだけでなく、会期前半（〜十月二十八日）は光背を付けた本来の姿で、会期後半（十月三十日〜）は光背を取り外した姿で、背中まで間近に見ることができ、前半と後半で、仏像の違う表情、魅力を堪能できる。

休館日：月曜日　※ただし十月八日（月・祝）は開館、九日（火）は休館。

十一面観音菩薩立像・重要文化財「六観音菩薩像」肥後定慶作　鎌倉時代・13世紀

※読者プレゼント　抽選で五組十名様招待

はがきに、郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記の上、次の宛先に十月十五日（当日の消印有効）までにお送り下さい。抽選で五組十名様に招待券をプレゼント。当選者の発表は招待券の発送をもって代えさせていただきます。

宛先：〒160—0022東京都新宿区新宿5—13—2　4F宗教新聞社「読者プレゼント」係

龍泉・高安六郎師が死去

宗教団体「龍泉（いじゅん）」の創始者・高安六郎師が九月三十日、沖縄県浦添市内の病院で心不全のため亡くなった。告別式は十月三日、妻の常子さんを喪主に浦添市内の葬祭場で行われた。

高安さんは戦前、県議会議員の父・高俊さんが経営する劇団「真楽座」で子役になり、戦後、劇団「演技座」を旗揚げ。その後、テレビで活躍するようになり、一九六〇年代には琉球放送のドラマ「くずれ格子」で主役を演じ、人気を博した。

琉球の主神とされるキンマンモン（君真物）の声を聞いた高安師は七四年に宗教活動を始め、八三年に宜野湾市に宗教法人「龍泉」を設立。毎年三月、信者らの穢れを祓い、健康と商売繁盛を祈る浄火祈願祭「光音天（アフリ）聖香祭」を斎行してきた。

二〇一六年の聖香祭で高安師は「祈りは心を変えるために行う。我々は過去を浄め、鎮めて争いがないようにしないといけない。沖縄にはまだ深い業が残っている。それをなくすために、沖縄各地で聖香祭を行ってきた。龍泉は湧き出る泉のこと。龍泉のモットーは神の愛、仏の慈悲である」と語っていた。

ご冥福をお祈り申し上げます。