

# 浄土真宗僧侶の宗教活動が門徒のメンタルヘルスに果たす役割

武田 正文・岡本 祐子

The roles of mental health for “Monto” (a believer in Buddhism)  
in Shin-Buddhism priest's religious activity

Masafumi Takeda and Yuko Okamoto

本研究は、浄土真宗僧侶の活動における意識と実態及び関わりの特徴を調査することによって、宗教活動が門徒のメンタルヘルスに果たす役割について明らかにすることを目的とした。調査においては僧侶を対象とした半構造化面接とアンケート用紙を用いて行った。その結果、僧侶は宗教活動を重要と認識している一方で、具体的な危機的状況における関わりの頻度は低かった。このように僧侶の意識と活動実態の間に相違がみられた。僧侶の関わりは「仏教に触れる機会」として「聴聞を勧め」、「命の大切さ」及び「無常」を知るという特徴がみられた。宗教活動では、悲しみの場や自分を振り返る場として「非日常の場の提供」がなされているが、危機状況では「話を聞く」ことを中心に、門徒の家族の死に対して浄土でまた会えるという「宗教的意味づけ」によって死の受容を促していることが明らかとなった。

キーワード：浄土真宗，メンタルヘルス，宗教活動

## 問題と目的

### 1. 宗教とメンタルヘルスに関する先行研究

Jung(1964)は、「人々は人生の意味ある生き方について、あるいは神や不死について絶対的な信仰を持っているというだけで、大きな違いになる、あるいはなるかもしれないと感じている」と述べており、宗教とメンタルヘルスの関係については古くから注目されている。これらに関する研究の多くは、宗教への関与の高さとメンタルヘルスにおける様々な側面との関連を示している。例えば Koenig (2008) は、欧米における研究を概観し、宗教への関与の高さが、うつ病や自殺、不安を軽減し、ウェルビーイングや楽観主義、希望といった肯定的感情を促進することを明らかにした。一方、日本における宗教とメンタルヘルスの関連についての研究はあまりなされていない。その理由の一つとして、多くの日本人は明確な宗教意識を持っているものが少ないため、宗教への関与について調査することが困難である。これは2008年度の統計数理研究所の調査から日本人が信仰を持っていると自覚しているものは3割と報告されていることから分かる。しかし、宗教行事へ参加する

人は多く見られ、この状況について阿満(1996)は、日本人は曖昧な宗教意識であるが豊かな宗教性を有していると述べている。さらに西沢(1998)と金児(1998)は、宗教性を宗教行動や宗教への態度によって測定し、ウェルビーイングや心理的充足感との関連がみられた。このように日本人は宗教意識が曖昧であるが宗教の影響は少なからず受けていることが文献から明らかとなった。そこで、ここでは日本で大きく広まっている仏教の中の浄土真宗の宗教活動に注目した。

## 2. 浄土真宗の宗教活動とメンタルヘルス

浄土真宗とは、鎌倉時代に親鸞を開祖として成立した。その教えは、念仏を中心とし分かりやすいため庶民層を中心に広まり、現在では仏教宗派の中で最も大きい教団となっている。浄土真宗における信者のことを門徒と呼び、その宗教活動は儀礼と呼ばれている。代表的な儀礼としては、葬儀や中陰及び年忌法要、報恩講や法座などが行われている(浄土真宗教学研究所, 2001)。葬儀などの宗教儀礼を行う意味は、上手く行われれば悲嘆を解消する補助手段になるという指摘がある(Worden, 1991 鳴澤訳 1994)。その一方、Macnab(1989 福原訳 1994)は、葬儀は極めて些細な出来事であるとしている。さらに伊東(2009)は、浄土真宗の年忌・月忌法要における僧侶と門徒の関係からメンタルヘルスが行われていることを指摘している。また浄土真宗における儀礼以外の宗教活動としては、相談活動(友久, 2010)やターミナルケア(藤, 2005)、自死問題(武田, 2010)という幅広い分野において僧侶との関係が報告されている。このように宗教活動とメンタルヘルスの関係については様々な主張がなされている。しかし、いずれも実証研究は行われていないために、僧侶が日常的に行っている宗教活動とメンタルヘルスのかかわりについては明らかとなっていない。

## 3. 本研究の目的

そこで本研究では、浄土真宗僧侶の宗教活動に対する意識と活動の実態を明らかにし、それらが門徒のメンタルヘルスに果たす役割について検討することを目的とした。対象を僧侶としたのは、宗教活動における中心的な役割を担っており、門徒との関わりからメンタルヘルスの関係が明らかになることを意図した。

## 予備調査

### 1. 目的

僧侶に対する面接調査により、宗教活動の全体像を明らかにすることを目的とする。浄土真宗僧侶の宗教活動の捉え方と、門徒にとっての宗教活動の意味について検討する。

### 2. 方法

調査対象者：浄土真宗僧侶 7 名(男性 6 名, 女性 1 名。平均年齢 58.14 歳)。

調査時期：2010 年 1-4 月に実施。

手続き：1 回 60 分から 120 分の半構造化面接を実施した。面接実施前に本研究の目的、倫理的な問題の配慮について説明し、調査時の録音および筆記記録、結果の公表についての同意を得た後、面

接承諾書に署名して頂いた。なお、本研究を実施するに当たり、広島大学教育学研究科倫理審査委員会の承認を得た。

**調査内容：**最初に「浄土真宗に関して印象に残っている門徒とのエピソードについて自由にお話ください」と教示し、質問項目(宗教活動の内容と目的、門徒の心理、病気や死の不安を抱える門徒への対応、年齢に応じた対応など)をもとに面接を進めた。

**分析方法：**①逐語記録を作成した。②逐語記録から、浄土真宗のメンタルヘルス役割に関する語りを要約し文章単位で抽出した。③類似したものをグルーピングしカテゴリ化を行った。

### 3. 結果と考察

語りの分析の結果、僧侶は儀礼(通夜葬儀、七日参り、年忌法要、報恩講、法座)の他に、「心の悩みについての相談」「重篤な病を抱える」「死に直面する」「家族の死に悲しむ」門徒との関わりを宗教活動として捉えていることが分かった。また、宗教活動の意味としては、「宗教的感情」「死の受容」「内省の促進」「思考の転換」「達成感」「人格的発達」「僧侶との関わり」の7つのカテゴリが得られた(Table 1)。面接において具体的な体験について尋ねると、「覚えていない」という反応も見られ、宗教活動において門徒と向き合えていないことが考えられ、僧侶間の意識に差があることが示唆された。

## 本調査

### 1. 目的

本調査ではアンケート調査を行い、宗教活動に対する僧侶の意識、活動の頻度と、その内容について調査し、浄土真宗の僧侶が門徒のメンタルヘルスに果たす役割の特長について明らかにすることを目的とした。

### 2. 方法

**調査対象者：**A 教区における僧侶 131 名を分析対象とした (551 部配布、回収率 23%; 男性 114 名、女性 16 名、不明 1 名; 平均年齢 56.52 歳、平均僧侶年数 30.54 年)。

**調査時期：**2010 年 9-11 月。

**手続き：**A 教区内の各地域の代表が集まる会合でアンケート調査を依頼した。調査依頼書とアンケート本体、返信用封筒を入れ各地域の代表の方に寺院毎に配布して頂き、郵送で回収した。

**調査内容：**①フェイスシート：調査対象者の寺院における役職、性別、年齢、僧侶年数、門徒数、兼業の有無、②宗教性の次元について：予備調査によって得られた浄土真宗の宗教性に関する語から 17 項目を選択し、「全く当てはまらない」から「かなり当てはまる」の 5 件法で評定、③儀礼的な宗教活動について：浄土真宗の主な儀礼である「通夜・葬儀」、「七日参り」、「年忌法要」、「報恩講」、「法座」についてそれぞれどの程度重要だと思うかを 5 件法で評定。次に門信徒にとってどのような点で役に立っているかについて予備調査から得られたカテゴリより選択肢を選び、順位回答形式で上位 3 つまで回答を求めた。僧侶として大切にしていること、門信徒にとっての意義について自由記述で尋ねた。④危機的な門徒に対する関わりについて：予備調査によって得られた儀礼

Table 1

## 僧侶からみた宗教活動におけるメンタルヘルスの役割

上位カテゴリ	定義	下位カテゴリと発言例
宗教的感情	絶対的な存在から守られている感覚を持ち、肯定的な感情を抱くようになる。	安心感(2)自然にお念仏が出てくるし、ほんとと喜んで、ありがたいありがたいって心の底からそれが、出てるんよ、見守られ感(1)自分がどうにもならんような状況の中で、でも阿弥陀さんはおってくれてだなあと、自分をみとってくれるんだと、感謝(1)やっぱり先祖とか。やっぱりどういうんか、自分が今ここにいることに感謝するゆうことじゃない、おすがりする (1)あの、自分の力ではどうにもならない、おすがり、しながら生きていく、宗教的雰囲気(1)少なくとも浄土真宗の雰囲気を届けようとはおもった
死の受容	死について考えるきっかけを作り、死に対しては宗教的な意味づけを行う。	生きる意味(3)どのように自分が生きて言ったらいいのかを問い詰めていくのかを問うのが、宗教だと思う、死の思索(2)死について話をする様な機会が時々ある、死の意味づけ(5)まんまんっていいよったけえ、きっとあの子はお浄土にいったんだ、逃げ場(1)まあ逃げ場になってるかもしれんけどね
内省の促進	絶対的な存在からの視点で自分を振り返る。	内省(3)自分を振り返ること、どっか僕は宗教的だと思ってる、自分を知る(3)仏を学ぶというは自己を学ぶなり、気づく(5)あの、やっぱり気がついてほしいと思うから
思考の転換	浄土真宗の教義により現状を捉えなおす	余裕を持つ(1)自分自身に対しては保留分を持つてる。そういうのはちょっと心がけてる、不安の軽減(5)その話をしてあげたら心にどっかちょっと軽い部分が軽くなった部分ができたんじゃないかなあとおもえることがあった、捉えなおし(3)ぐちゃぐちゃ考えることから、スコーンとそこから離れるわけよ、感情コントロール(1)そういうところをちょっとブレーキをかけるものになってくれるんじゃないかと私は思うんだけどね
達成感	宗教行事を行うことで義務を果たした満足感を得る	達成感(5)自分の勤めを果たした義務を果たしたっていう感覚なんだろなあ
人格的発達	宗教活動を行っていくうちに、仏教的な信念が身についていく。	すごみ(1)私の病気を変わるもんなら変わってあげたい、それができないからこらえてくれって、すごみがある、穏やか(1)その人たちはほんとと穏やかよね、生き活き(1)、敬意(2)ま、お寺の前を通るときには、必ず屈んで通ってくれて、手を合わせてくれるじゃない
僧侶との関わり	宗教的な関わりではなく、僧侶との交流によってメンタルヘルスに貢献する。	心の支え(2)その人のどっかの心の支えになってる。はずなんよね、信頼感(2)誰かに話したいわけよ。まあ私が、自分で言うのはおかしいけれども信頼されてたんだと思う、生きるモデル(3)その人の魅力ゆうか、その人の人格ですよ、共感する(6)話を聞くようにするゆうのがね、私も一番大事だと思ういろんなとこで、まあ悩みを聞いてあげることも大事、でも喜んだこと、嬉しいことをそれを聞いて、訪問する(3)、元気付ける(2)、楽しみ(2)楽しみにしてんだけあって、ゆうて暦にまで書いて楽しみにしてくれとってんよね

( )内は人数を示す。

以外での門徒との関わりとして、「門信徒から心の悩みについて相談を受ける」、「僧侶として重篤な病を抱える門信徒と関わる」、「僧侶として死に直面した門信徒と関わる」、「僧侶として家族の死に悲しむ門信徒と関わる」という4つの場面について重要度を5件法、場面にあった頻度を「全くない」、「1～2回」、「3～5回」、「5～10回」、「頻繁にある」で評定。それぞれの状況で僧侶として具体的にどのように関わったか、印象に残っている経験について自由記述で尋ねた。

**自由記述の分析方法 宗教活動：**①得られた自由記述を僧侶の関わりや門徒のメンタルヘルスに果たす役割が分かる形で要約した。②宗教活動ごとに類似したものをグルーピングシラベリングを行った。**僧侶の関わりの特徴：**①宗教活動ごとの分析で得られたカテゴリのなかから、僧侶の関わりの特徴が表れているものを全ての宗教活動から抽出する。②得られたカテゴリを全体で共通する宗教活動・儀礼的な活動・危機状況の活動に分類した。

## 結果と考察

### 1. 僧侶が宗教活動において門徒に期待すること

特に「阿弥陀如来に対する宗教的感情」(46 %)や、それによって「自分と向き合うこと」(43 %)「大切な人の死を受け止めること」(44 %)が重視されていた。その一方、「真宗の本をよく読む」(12 %)や「朝夕の勤行は欠かさない」(16 %)といった項目は低い割合であった。このように僧侶は感情、行動及び態度という項目に期待しているが、実際には行動よりも宗教的な感覚や自己と向き合うことを重視していた。

Table 2

#### 宗教活動上で僧侶が門徒に期待することとして「かなり当てはまる」の割合

1.自然にお念仏が出てくるようになる	37.4%
2.安心感をえる	48.1%
3.阿弥陀如来に見守られていると感じる	46.6%
4.生きる意味について考えるようになる	50.4%
5.大切な人の死を受け止められるようになる	44.3%
6.死後は浄土に往生できると信じる	38.2%
7.自分を振り返るようになる	43.5%
8.心にゆとりを持つようになる	34.4%
9.不安な気持ちが少なくなる	17.6%
10.感情をコントロールできるようになる	9.2%
11.葬儀や法事をする事で義務を果たしたと実感できる	10.7%
12.人に対して穏やかに接することができる	14.5%
13.生き生きとした生活ができる	24.4%
14.心の支えになる	44.3%
15.真宗の本をよく読む	12.2%
16.朝夕の勤行は欠かさない	16.8%
17.法話や説教は積極的に聴聞する	38.2%

### 2. 僧侶の意識と活動の実態の相違

僧侶の宗教活動に対する意識について Figure 1 に示した。いずれの活動においても「大変重要である」を選択したものが半数を超えていた。また危機状況における重要性についても「とても重要である」と選択していた。特に「門徒から心の悩みについて相談を受ける」(63.4%)「重篤な病を抱える門徒と関わる」(67.9%)「死に直面した門徒と関わる」(71.0%)及び「家族の死に悲しむ門徒と関わる」(77.9%)が高い割合を示した。このように儀礼的な宗教活動のみでなく、門徒の深刻な状況に関わる事を重要としていることが明らかとなった。

次に、危機的な状況にある門徒との関わりの頻度について検討した（Figure 2）。「門信徒から心の悩みについて相談を受ける」、「僧侶として重篤な病を抱える門信徒と関わる」及び「僧侶として死に直面した門信徒と関わる」では、頻度が10回以下であるという回答が約8割であった。平均僧侶年数が30年であったため、これまでに10回以下という関わりの頻度は、実質は3年に1度以下の関わりであることを示していた。「大変重要である」と大半の僧侶に意識されているなかで、実際の関わりはほとんど無いというのが実態である。浄土真宗の教義を伝えようとする僧侶と門徒のニーズとの間に相違があり、危機的な状況において僧侶を頼る門徒はあまりいなかった。

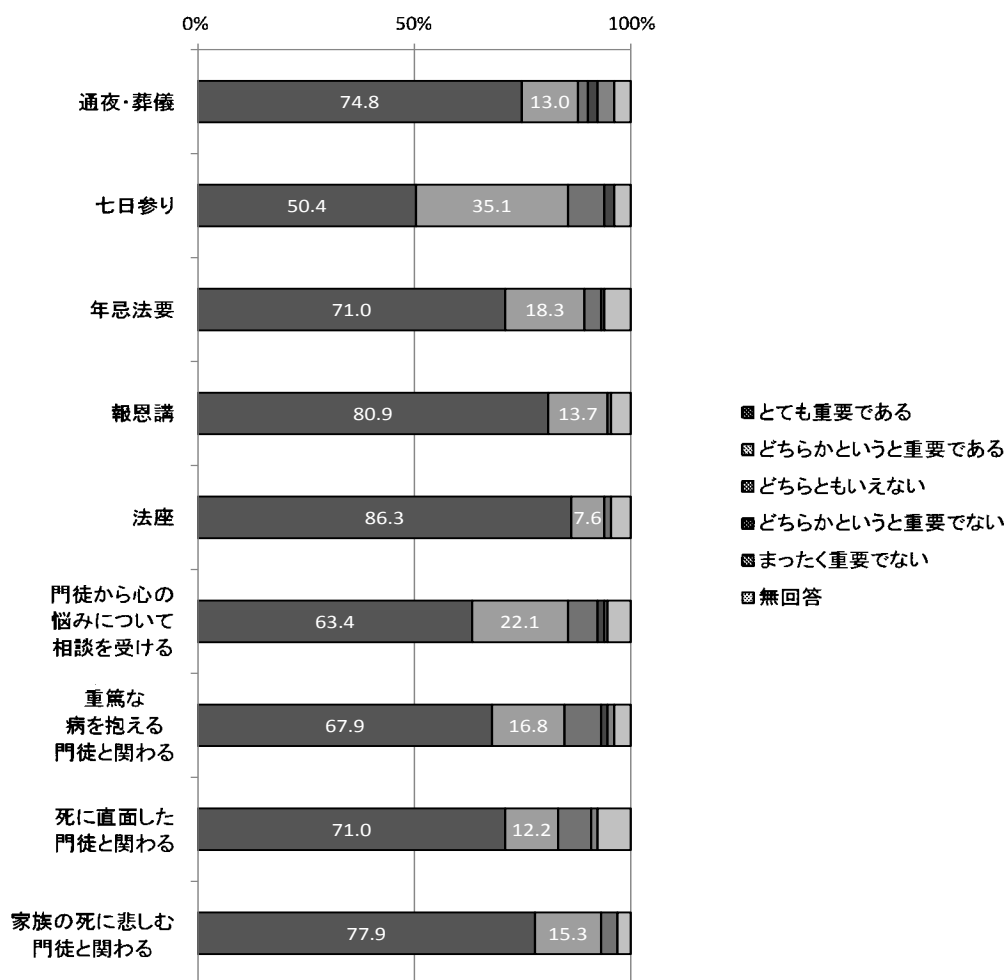


Figure 1. 僧侶が考える宗教活動の重要度(%)

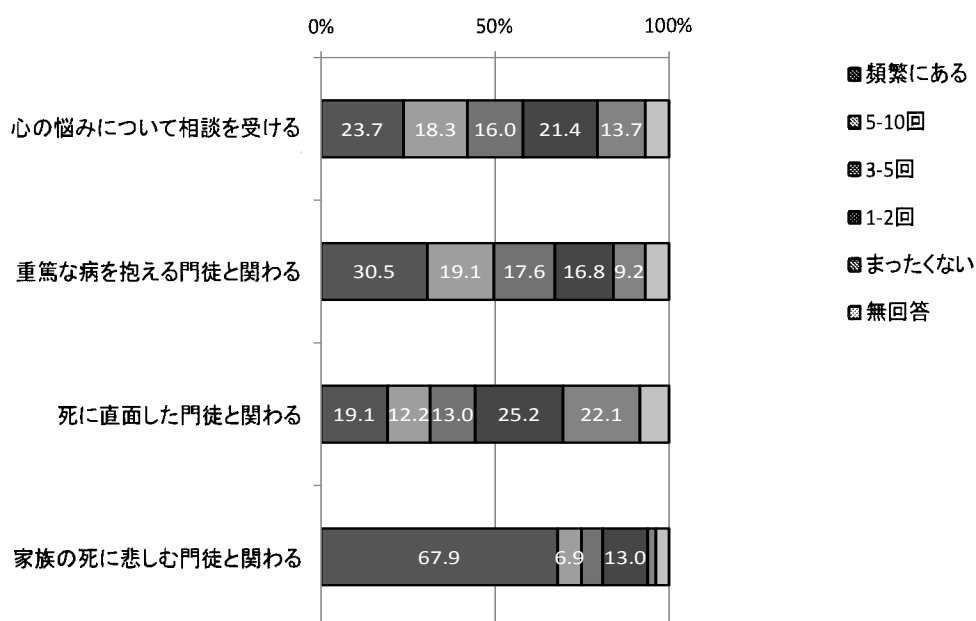


Figure 2. 僧侶が危機的な状況にある門徒と関わる頻度

### 3. 自由記述から見た各宗教活動の役割

儀礼と危機的状況における自由記述を分析した結果、次のカテゴリが得られた(Table 3, Table 4)。僧侶が最も意識しているのは通夜・葬儀における「死について考える」と、七日参りにおける「死を受け入れる」というカテゴリから、死と向き合いながら受容していくということが重視されていると考えられる。その内容は、通夜・葬儀の項目である「法話を大切にする」「莊厳に務める」という回答から門徒の死の受容に関わっている。さらに、七日参りでは「話を聞く」という回答から、死からある程度の時間の経過があることや、また少人数で行われるということから、門徒の話を聞くということが可能なためである。

年忌法要と報恩講、法座については「教義の理解」「命の大切さ」「人生の意味」というカテゴリが得られた。このように通夜・葬儀や七日参りでは、家族の死に焦点があてられていたのに対して、年忌法要と報恩講、法座では、日常生活の中で門徒が浄土真宗の教義を通して、命の大切に気づき人生の意味を考えるといった自分自身と向き合うというきっかけを与えることが重要であると認識していた。また「交流」「楽しみ」というカテゴリから、僧侶や門徒同士及び親戚などといった人とのつながりから楽しみを感じるという役割が重視されていた。

それ以外の門徒との関係では、「話を聞く」、「お念仏の話をする」という関わりが多く見られた。僧侶の専門外である精神的及び経済的な問題などに対しては、「他機関の紹介」という対応がとられた。門徒の悩みに対して「力になれなかった」というカテゴリもあり、“僧侶としての至らなさを痛感する”という記述がみられた。このように僧侶の役割が十分に果たされないことに悩む僧侶がいることも明らかとなった。僧侶として重篤な病を抱える門徒と関わる場合では、特に「話を聞く」

と「ただ念仏」というカテゴリが多かった。これは会話以外での関わりで門徒へ安心感を与えようとしていることが窺われる。この理由として「問いに答える」や「俱会一处」では死後の世界について浄土真宗の教義を伝えることが、門徒の死の意味づけ及び不安を軽減しているものと考えられる。僧侶として死に直面した門徒と関わる場合で僧侶は、「ただ念仏」「話を聞く」「俱会一处」及び「本をあげる」という病を抱える門徒に対してと同様の関わりがみられた。しかし「何もいえない」という記述から、僧侶は死に直面した門徒に関わる事の難しさを感じていることが示唆される。また「依頼なし」からは、僧侶の役割は死後の儀礼であると門徒が認識しており、僧侶自身も死に直面した時にあまり頼らないということを自覚していることが明らかとなった。僧侶として家族の死に悲しむ門徒と関わる場合では、門徒の悲しみを「共感する」、及び「故人の思い出を語る」という僧侶の関わりがみられ、門徒の悲しみに情緒的に寄り添っていた。「教義の理解」や「俱会一处」では、浄土真宗から死の意味づけを提供する役割を担っているからである。「悔い」では、門徒の悲しみに対して僧侶が十分に関われなかったという意識があった。このようなことから「僧侶と門徒とのズレ」があり、仏教の教えを提供しようとすることは門徒の悲しみを乗り越えるというニーズとは合致していないと思われる。

### 3. 僧侶の門徒との関わりの特徴

自由記述の分析を行い、宗教活動の僧侶の関わりの特徴について検討した(Table 5)。僧侶は宗教活動を「仏教に触れる機会」とし「聴聞を勧める」ことで「命の大切さ」及び「無常」を知ることが意識して関わっているという特徴がみられた。読経や法話を通して「非日常の場の提供」がなされる儀礼的な活動は、悲しみの場のなかで自分を振り返る機会となる。それに対して、危機的状況における関わりでは、「話を聞く」ということが中心であった。さらに「宗教的意味づけ」では自らの死に直面した家族との別れの場面で、浄土でまた会えるという安心感から死の受容に入れるように誘導していることが考えられる。しかし、「力になれなかった」というカテゴリから、僧侶が危機において関わりの困難さを感じていることが明らかとなった。

Table 3  
儀礼的宗教活動におけるカテゴリ

通夜・葬儀	七日参り	年忌法要	報恩講	法座
法話を大切にする(18)	死を受け入れる(23)	故人を偲ぶ(23)	聖人を偲ぶ(27)	聴聞(23)
無常を知る(16)	人生の再考(10)	命の大切さ(18)	報恩感謝(13)	教義の理解(9)
故人の人生を振り返る(15)	仏縁(7)	教義の理解(5)	教義の理解(6)	信心(5)
死について考える(14)	教義の理解(5)	儀礼(4)	人生の意味(6)	楽しみ(4)
生について考える(8)	作法の理解(4)	非日常の空間で自分を振り返る(4)	読経・勤行(5)	荘厳な雰囲気(3)
悲しみに寄り添う(8)	話を聞く(4)	感動(3)	交流(2)	お参りの減少(3)
自分の問題として受け止める(6)	仏壇に参る習慣(3)	親戚とのつながり(2)	仏壇チェック(1)	作法を身につける(2)
仏縁を頂く(4)	七日参りはしない(2)	無回答(72)	楽しみ(1)	交流(2)
感謝する(3)	無回答(73)		年間行事(1)	参加することの意味がある(1)
荘厳に勧める(2)			無回答(69)	無回答(79)
無回答(53)				

( )内は人数を示す。



Table 4

## 危機的状況の宗教活動におけるカテゴリ

悩み相談を受け たときの僧侶の 関わり	重篤な病を抱え る門信徒に対す る僧侶の関わり	死に直面した門 信徒に対する僧 侶の関わり	家族の死に悲し む門信徒に対す る僧侶の関わり
話を聞く(20)	話を聞く(19)	ただ念仏(6)	共感する(7)
お念仏の話をす る(4)	ただ念仏(15)	傾聴(5)	故人の思い出を 語る(6)
他機関の紹介(3)	心残り(3)	何もいえない(3)	教義の理解(4)
力になれなかつ た(3)	一緒に読経(2)	依頼無し(3)	悔い(4)
無回答(101)	死後の段取り(2)	俱会一処(2)	俱会一処(3)
	問いに答える(2)	本をあげる(1)	僧侶と門徒との ズレ(1)
	俱会一処(1)	無回答(111)	無回答(106)
	本をあげる(1)		
	無回答(86)		

( )内は人数を示す。

Table 5

## 宗教活動における僧侶の関わり

宗教活動	カテゴリ	記述例
共通	命の大切さ(43)	仏法に触れることで命の大切さを知る。
	仏教に触れる機会(32)	故人の死をきっかけに仏教に出会う縁とする。
	人生について考える(31)	これからの人生をどう生きていくか考える。
	聴聞を勧める(31)	寺に参り聴聞することを勧める。
	無常(13)	いつ死ぬかわからないという無常を知る。
	僧侶と門徒の交流(13)	門徒とのつながりを大切にする。
儀礼	感謝(11)	あらゆるものへの恩、感謝の気持ちを持つ。
	教義の理解(54)	体系的な教義を理解し、あるがままを受け入れる。
	作法の理解(23)	徐々に作法についての理解を深める。
	故人を偲ぶ(19)	法話の中で故人とのエピソードを話すようにしている。
	荘厳な雰囲気(6)	勤行を丁寧に行い、宗教的な雰囲気を大切にする。
	非日常の場の提供(5)	日常の忙しさから離れ、あらたまった場に出会う。
危機状況	一緒に読経(3)	正信偈など一緒にお勤めする。
	話を聞く(60)	ひたすら話を聞き問題を整理する。
	共感する(19)	門徒と共に悲しむ。
	力になれなかった(18)	十分なかかわりが持てなかった。
	宗教的意味づけ(15)	死後にはまた会える世界があることを伝える。
	ただ念仏を称える(10)	手を握りただ念仏するのみ。
	他機関の紹介(2)	場合によっては公的な施設や病院に行くように伝える。

( )内は人数を示す。

## まとめ

竹下(2008)は、仏教における葬儀から七日参り、年忌法要の一連の儀礼が悲嘆のプロセスに対応する時間配分であると述べている。本研究から、通夜・葬儀では、読経や法話といった宗教的な雰囲気から悲しみを味わい、さらに七日参りや年忌法要になると門徒との対話や故人を偲ぶことによって徐々に死の受容を促していた。このように僧侶は、活動によって門徒との関わり方を変えており、時間配分のみでなく関わり方の面でも悲嘆のプロセスに対応していると考えられる。

僧侶は、自らの死後、浄土で故人と再会できるという浄土真宗の俱会一处の教えによって、死に対する宗教的意味づけを与えていた。川島 (2008) は、老年期にある浄土真宗僧侶を対象とした研究から、「教義ストーリー」、「私ストーリー」、「双義ストーリー」の3つの類型が見出した。さらに浄土真宗との教育的関わり、家族との死別体験、門徒や友人との関わり、重篤な病や、事故の経験、そして自己の死の意味づけの5つが同定された。本研究では、僧侶が門徒と関わる際にも重篤な病や自己の死の意味づけといった危機的状況において同様のことが積極的に門徒に提供されていた。

危機的状況では「他機関の紹介」や「門徒の異変に気付く」といった門徒のメンタルヘルス異常を早期発見・早期治療につながる可能性が見出された。また「生について考える」というカテゴリから、生老病死という苦が自分の身に降りかかる現実を伝えるという意味で、予防教育的な役割が示唆された。

その一方で、Macnab(1989 福原訳, 1994)の、宗教家が悲嘆にくれる人々の必要性に応えていないという指摘の通り、僧侶の宗教活動に対する意識と活動に相違があることが明らかとなった。このように僧侶は、宗教活動の重要性を感じているが、危機的状況にある門徒に対しての関わりの頻度は低いために、メンタルヘルス的な役割はあまり果たせていないという実態がみられた。

本研究の限界として、僧侶を対象としているため、門徒にどの程度の影響があるかは明らかにできなかった。この背景として日本人は特定の宗派に対する信仰心が低いことが調査を困難にしているからである。今後の課題として、浄土真宗が門徒にどう受け止められ日常生活にかかわりがあるか、実証的な研究が求められる。

しかしながら宗教活動を中心に僧侶のメンタルヘルス的な役割を見出されたのは大きな成果と考えられる。今後はこの研究を土台に宗教とメンタルヘルスについて継続した研究を試みたいと考えている。

## 引用文献

- 阿満利磨 (1996). 日本人はなぜ無宗教なのか ちくま新書
- Glock, C. Y. (1962). On the study of religious commitment. *Religious education research supplement*, 57, 98-110.
- 藤 泰澄 (2005). ビハール活動の家族観序説—臨床心理学と浄土真宗 仏教文化, 14, 79-116.

- 藤 泰澄 (2007). ビハール活動の家族観序説—臨床心理学と浄土真宗— 仏教文化, **16**, 71-98.
- 石田智秀 (2004). 真宗とターミナルケア—印度學佛教學研究, **52**, 542-544.
- 伊東 秀章 (2009). 僧侶による年忌・月忌法要についての一考察—浄土真宗を中心に「対人援助の場」としての可能性— 龍谷大学教育学会紀要, **8**, 53-66.
- 浄土真宗教学研究所儀礼論研究特設部会 (編)(2001). 真宗儀礼の今昔— 永田文昌堂
- Jung, C. G. (1964). *Man and his symbols*. London: Aldus Books limited.
- (ユング, C. G. 河合隼雄 (監訳)(1975). 人間と象徴—無意識の世界: 上巻— 河出書房新社)
- 金児暁嗣 (1998). 宗教と心理的充足感— 濱口恵俊 (編) 世界の中の日本型システム— 新曜社 pp.301-329.
- 川島大輔 (2008). 老年期にある浄土真宗僧侶のライフストーリーにみる死の意味づけ— 質的心理学研究, **7**, 157-180.
- Koenig, H.G.(2008). *Medicine, religion and health: Where science and spirituality meet*. West Conshohocken, P. A. : Templeton Foundation Press.
- (杉岡良彦 (訳) (2009). スピリチュアリティは健康をもたらすか— 科学的研究にもとづく医療と宗教の関係— 医学書院)
- Macnab, F. (1989). *Life after loss : Getting over grief getting on with life*. New York: Springer.
- (福原真知子 (訳)(1994). 喪失の悲しみを超えて— 川島書店)
- 溝添直哉 (2007). 仏教カウンセリングの展望— ヘルスサイエンス研究, **11**, 89-91.
- 西沢 悟 (1998). 宗教心理と精神健康—現代大学生について— 北海学園大学学園論集, **96**, 1-65.
- 佐々木恵雲 (2005). グリーフケア—仏教のもつ可能性— 心身医学 **45**, 232-233.
- 武田慶之 (2010). メンタルヘルスの広場— 仏教界における自死(自殺)問題への対応—特に浄土真宗本願寺派の取り組みについて— 心と社会 **41**, 138-144.
- 竹下 隆 (2008). デスエデュケーションのすすめ— 萌書房
- 友久久雄 (編)(2010). 仏教とカウンセリング— 法蔵館
- Worden, J. W. (1991). *Grief counseling and grief therapy—A handbook for mental health practitioner*. New York: Springer.
- (ウオーデン, J. W. 鳴澤 實 (訳) グリーフカウンセリング— 川島書店)
- 統計数理研究所 〈<http://www.ism.ac.jp/>〉 2008 年度日本人の国民性調査 〈<http://www.ism.ac.jp/kokuminsei/index.html>〉 (2010/01/25)