

3月18日から24日はお彼岸です。ご先祖様に感謝し、お墓参りに出かけていますか？自分のお墓についてイメージしたことはありますか？

終活カウンセラーの武藤頼胡さんに、最近のお墓の事情などについて聞きました。

# 何よりも「気持ち」を大切に



終活カウンセラー協会 代表理事

武藤頼胡さん

むとう・よりこ／1971年生まれ。一般社団法人終活カウンセラー協会代表理事。リンテアライン株式会社代表。明海大学ホスピタリティ・ツーリズム学科外部講師。「終活カウンセラー」の生き方を伝えている。

お

墓は祭祀財産として、親から子へそして孫へと

代々引き継いでいくのが一般的でした。しかし、核家族化や少子化が進み、生まれた場所で死ぬということが減り、家という枠組みや菩提寺と檀家の関係が薄くなるなど、さまざまな事情からお墓も多様化しています。昔は、先祖からのお墓に入るのが当たり前で、お墓について悩む人はいませんでしたが、最近は自分のお墓についてや先祖のお墓を身近な場所に移したいなどの相談が増えています。

形態が多様化しても「先祖に感謝の気持ちを持つていて」「大切な人の魂を身近に感じていて」という「人の思い」のもとにお墓があることは昔も今も変わりません。こんな形式が正解とか、お金をかけただけよいというものではありません。

暮らしや財産、お墓についてい

るいろいろな相談を受けますが、私は「一番先にある、お墓についての不安を早めに解決しておくといいます。『お墓を決めたら安堵』の気持ちでいっぱいになつた」「お墓の次に、葬儀についても決めておきたいと思うようになつた」という声もよくいただきます。一つの不安を解消することで、今の自分やこれらのこととにポジティブに向き合えるようになる人も多いようです。

病気にかかるてしまったりするト、家族もお墓や葬儀の話はしらないものです。誰と一緒にいいのか、どんなお墓がいいのかなど、希望やイメージをパートナーや子どもたちと共有しておくと、自分はもちろん、周囲の人も安心でしょう。気になつたときが考えどき。この春のお彼岸を、お墓を考えるきっかけにしてみてはいかがでしょうか。

(談)