梅鶯仏教壮年会報

第163号
2020年
3月22日

梅鶯仏壮定期総会
三月二十八日（土）
午後五時より

役員会
同日　午後四時より

☆☆☆

題材法話

大変手前味噌ですが、法輪寺の坊守、私の妻は大変に片付け上手で、お寺の本堂や庫裡も一人で管理してくれており、多分皆さんも「よく片付いている」と、思っていて下さるのではないでしょうか。

その坊守から「年を取ってきたら、できるだけ物を持たない方が良い。新しいものは買わない方が良い」「どうしても買うのなら、代わりに何かを処分した方が良い」と、よく言われます。その方が楽だと言うのです。

そんなこともあり、昨年いわゆる「断捨離」をしました。

この断捨離は、もともとさせて頂きます。

○断捨離の断行

断捨離をしたと云いましても、ようは部屋の整理です。

自分自身の部屋と、父親が残した沢山の本や資料や記念品、これが１５年以上手付かずのままだったものですから、それらを整理したのです。

けど普通に整理するのと断捨離とは違うのですね。

もちろん人によって差はありますが、普通、物を整理する時「これは残しておいたほうが良いかな？処分しても良いかな？」と迷うことがあります。その迷った時には、ほとんどの場合「残す」のです。

ところが、断捨離の場合は「迷ったら捨てる」のです。

ここに大きなのですが、それは結構勇気内は迷うことが多いのですが、その内「迷ったら捨てる」と決めてかかると踏ん切りがつき始め、案外気持ちが楽になってくるのです。

ただし、「勿体ない」「ものを大切にする」という視点も大事です。

父親が残した本の中にはかなり貴重な本も多くありました。そういった本は、やはり捨てるのは勿体ないですから、大学の図書館や米原市の近江図書館に寄付させて頂きました。

衣類なども、リサイクルされたり世界で困っている人達に使って頂ける方法があります。

○物への執着心

そんなことで私の部屋も父親の部屋も本当にスッキリしました。「やっぱり残すべきだった

か」と思う物が一つや二つはありましたが、それ以上にスッキリ感の方が大きいのです。

私達は、生活などで必要な物もありますが、自分で「必要」と思い込み、自分の所有物としてこだわり続けている物も多いのです。

ここに私の執着心というものを垣間見ることが出来ます。

断捨離の推進者ジョシュア・ベッカーは「ものを手放すことで得られるメリット」として幾つか掲げていますが、その中に、

・・・自由が増える

・・・ストレスが減る

・・・人と比べなくなる

・・・満足できる

とあります。

執着心を無くし煩悩を断ずるところに、真実の世界があると仏教は教えます。

断捨離から仏教・浄土