

# サーサナ

第42号 仏暦2561（西暦2018）年7月7日

---

## 断捨離

2009年にやましたひでこ（山下英子）さんが『新・片付け術「断捨離」』を刊行してから10年になります。「断捨離」という言葉は翌2010年の流行語大賞にノミネートされました。以来、かなりの人がこの考え方に魅せられ、生活の中で実践しているようです。

著者がこの本を著した動機というのは、彼女の義母がモノを捨てられない人で、家の中がモノで溢れかえり、そのために人間関係が悪化したことにあった、ということです。戦後の物資が乏しい時代に育ってきた世代には特に、モノをとっておく、というのが体に染み付いた習性になっているのでしょうか。それが度を越すとトラブルになります。断捨離によって身の回りを軽減し、より簡素な生活をめざすことは良いことです。

しかし他方で、安易にモノを捨てる風潮があります。高度経済成長の中で、企業は利益をあげるために、どんどんと新製品を出し、よりスマートでより高機能なモノにつられて、私たちはモノを捨て続けてきました。そうして、「もったいない」という言葉が死語と化していきました。「もったいない」と言うと、「古い」と嘲笑されたものです。しかし、2005年にケニアのワンガリ・マータイさん（女性環境保護活動家、政治家。ノーベル賞受賞者）が来日して、「もったいない」という日本語に接し、その精神に感銘を受けたと世界中にアピールしてから、状況が少し変わってきました。同年3月の国連女性地位委員会では出席者全員と「もったいない」と唱和し、同年より、持続可能な循環型社会の構築を目指す活動として「もったいない」キャンペーンを展開します。資源は無尽蔵ではないので、私たちがどこまでも経済成長を欲すれば、地球はパンクしてしまいます。経済成長のために資源（水、燃料、森林、鉱物など）を無制限に使うのをやめて、国際的な共同管理のもとにおきましょう、というのがマータイさんの訴えです。

以来、「MOTTAINAI（もったいない）」は世界語にまでなりました。マータイさんによれば、「もったいない」は、環境保護運動が大切にする三つのR（reduce 縮小する/reuse 再利用する/recycle 再生利用する）に適応するだけでなく、四つ目のR（respect 敬意をはらう）を付け加える、ということです。「断捨離」と「も

「もったいない」は矛盾・対立する考えでしょうか。私はそうは思いません。「もったいない」が私たちに教えるのは、モノ（資源）に対して敬意を持ち、無駄にせず、感謝をもって使用する、ということです。しかし当然ながら、モノには寿命があり、永続はしません。ですから、どうしても使えなくなったもの、修理も再利用もできなくなったモノは捨てるをえません。

いっぽう、「断捨離」が意図するのは、なんでもかんでも捨てる、ということではありません。本来はヨガの行法で、不必要なモノを買わず（断）・使えないものは捨て（捨）・それによって私たち自身の欲望や執着心から解き放たれる（離）ことを意味します。「不必要なモノを買わない」「必要最低限のモノで生活する」ことにおいて、「もったいない」も「断捨離」も共通しています。簡素な生活、最近ではミニマルライフと英語でいっているようですが、これが持つ深い意義は、執着しない、こだわらない、何ものにも縛られない自由さ、ということです。モノだけではなく、財産・思想・趣味など自分に関わるすべてから自由であること、これは仏法が教えることとも共通します。あわせて、仏法には「少欲知足」という素晴らしい理念があります。無一物、というわけにはいきませんが、今少し欲をコントロールしたいものです。



## 法要行事のご案内

各法要・行事に必要な勤行本は、お持ちでない場合は当寺より進呈または貸与いたします。念珠は必ずご持参ください。また肩衣の着用を推奨します。肩衣とは浄土真宗の仏事における正装で、本山また当寺でも授与することができます

### 八月 盂蘭盆会（うらぼんえ、お盆）

もともとは、釈尊の弟子の目連尊者が、餓鬼道に堕ちた母を救うために、安居（集中講義）の終わる7月15日に、大勢の出家僧侶に飲食物の供養を行なったことに由来する行事です。

- ❖日時 8月13日（月）午前8時～9時
- ❖内容 勤行（和訳阿弥陀経、正信偈同朋奉讃）、法話（住職）
- ❖持ち物 勤行本（『抄訳佛説阿弥陀経』『正信偈同朋奉讃』）
- ❖記念施本 小川一乗『正しい行い』（仏教伝道教会）

盂蘭盆会について個別（家族単位）でのお勤めを御希望の場合は、次のいずれかにより予約して下さい。

## 1. 本堂でのお勤め

8月14日午前8時より正午まで、15分刻みで御希望の時間を指定していただきます。先着順です。十六家族様まで。

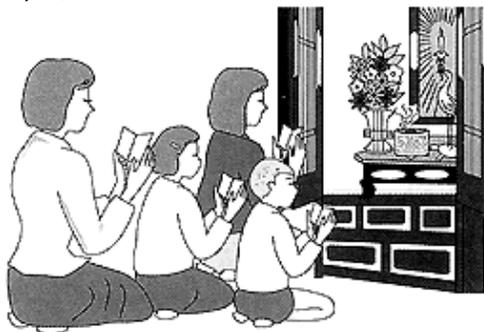
## 2. 自宅の御内仏前でのお勤め

(1)13日午後、(2)13日夜、(3)14日午後、(4)14日夜、(5)15日午後、のいずれかの時間枠をご指定下さい。午後とは1時から4時まで、夜とは5時から8時までをいいます。これ以外の日時は応相談。

## 九月 秋彼岸会

彼岸とは、覚りの世界＝涅槃のことです。これに対して、私たちが暮らす現実世界を此岸といい、此岸から彼岸に渡るのが「波羅蜜（はらみつ）」です。

- ❖日 時 9月20日（木）午後2時～4時
- ❖内 容 勤行（観無量寿経訓読、正信偈）、  
法話
- ❖持ち物 勤行本『真宗法要聖典』、  
念珠
- ❖法 話 当寺住職
- ❖記念施本 酒井大岳『正しい生活』  
（仏教伝道教会）



## 十月 報恩講（ほうおんこう）

報恩講とは、浄土真宗の宗祖・親鸞聖人（1173-1262）の御命日にあたり、宗祖への報恩謝徳をあらわす法要です。浄土真宗では最も重要な法要で、「お仏事」といえば報恩講のことをいいます。

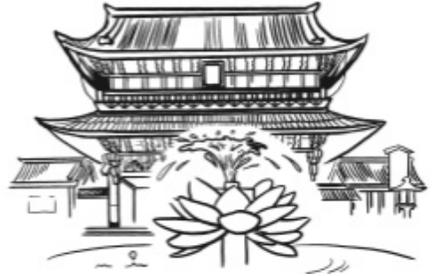
- ❖日 時 10月29日（月）午前10時～午後3時
- ❖内 容 午前：勤行（文類偈真四句目下・念仏讃洵五）および法話  
おとぎ（昼食）  
午後：親鸞聖人御絵伝解説
- ❖持ち物 勤行本『報恩講勤行テキスト』、念珠
- ❖法 話 前田和丸師（一心寺住職）
- ❖記念施本 法語カレンダー（真宗教団連合）ほか

## 十一月 本山報恩講参拝ツアー

本山・東本願寺では報恩講が11月21日から28日にかけて厳修されます。

当寺では26日午前の日中法要に団体参拝いたしますので、参加者を募ります。はじめての方もお気軽に。

昼食は、京都東急ホテルの京料理「たん熊北店」にて。午後は、真宗仏光寺派本山の仏光寺、および新撰組ゆかりの壬生寺を参拝します。



- ❖ 日 程 11月26日（月）日帰り
- ❖ 交 通 全行程をジャンボタクシーで移動します
- ❖ 行 程 7:30 教心寺出発  
9:30 本山参拝（法要・ギャラリー見学）→ 12:00 昼食  
→14:00 壬生寺 → 14:30 仏光寺 → 19:00 教心寺帰着
- ❖ 費 用 17,000円（当日お支払い下さい）
- ❖ 申込み 電話・メール・FAXなどによりお申し込み下さい。  
先着8名までとさせていただきます。
- ❖ 参加者が6名に満たない場合、催行中止としますので、予めご了承下さい。

## 永代経懇志お礼

下記の方々から永代経懇志を頂戴いたしました。ここにあらためてお礼申し上げますと共に、今後とも法義相続されますことを願いたします。

3月11日 野原様[天白区] 10万円

## おみがき奉仕

汚れてもよい服装でおいでください。

❖10月12日（金）午前9時～11時

---

真宗大谷派 教心寺（名古屋教区第30組）

編集発行人 釋眞弍（山口眞一）

468-0026 名古屋市天白区土原3丁目205番地

電話：801-1381 FAX：807-1198 電子メール：kyosin@nagoya30.net

URL <http://www.nagoya30.net/temple/kyosin/>

---