



SENSHOJI
2021 YUKARI NEWSLETTER
since 1994

ゆかり通信

VOL. 280

令和3年5月

北海道千歳市清水町1-14 鶴寶山 千正寺

TEL:0123-23-2442 FAX:0123-24-9883

ホームページ <http://sensho-ji.net/> フェイスブック @Senshoji

2021年千正寺カレンダー 5月の言葉



(樹木希林氏)

不自由なものを受け入れ、
その枠の中に自分を入れる。
年をとるといふのは、そういうことです。

今月のお言葉は女優として活躍された樹木希林さんのものです。

希林さんは、左眼を失明し、全身がんを患いながらも、正面から病に向い合ひ、老いや病気を面白がる姿をみせてくれました。

そして見栄をはらず、忖度もしないストレートな発言は、亡き後も人々を魅了し、数多くの発言集が出版されています。

「日常生活では、手を抜くことが一番。そのためには、徹底してものを増やさず無駄を出さない暮らしをしています。まず、買わない。靴下は3年くらい前に4足1束売っていた、はき口が広がっている締め付けないものを今も使っています。ブラジャーも締め付けないのでだらっとね。ゆったりと一番楽に布をまとてるという着方です。年をとると、メガネだけでも何種類も増えるでしょ。そういうことをなくしてなるべく使うものを減らす。とにかく減らす。何かと何かを兼用できるとか一生懸命考えて、思いついたときはもう最高に幸せ（笑）不自由？もちろん不自由でしょうよ。不自由なものを受け入れてその枠の中に自分を入れる。年をとるというのは、そういうことです」

以上が全文になります。

どうでしょう。このお話を読んで「楽しさ」を感じませんか。

確かに老いが進めば進むほど、前と同じことができなくなり不便になっていきます。そうなるとそれを取りもどす為に、様々なものを利用して以前と同じ生活を維持しようとしてしまう。

先月のコラムにもでてきましたがお釈迦様のお言葉に「一切皆苦」とあります。「一切のことは皆、苦しみだ」というお言葉ですが、これは「世の中、自分の思い通りになる」と思うから、思い通りにならない現実を前にすると「苦しみ」となってしまうという意味であります。

思い通りにならない現実を無理やり自分の都合のいいものに変えようとしても、結局はそれはならず苦しみが増し、迷いが深まるばかりでしょう。

しかし希林さんは、老いとともにモノが増えしていく状況に見切りをつけ、不自由になっていく将来を受け入れ、そこに悲しみではなくモノを減らす楽しさを見出し、毅然として胸を張って生きていく年長者としてのお姿をみせてくれました。

自分もそうなれるのか。先日買ったばかりの人生初のメガネ（老眼鏡）をかけながら、これ以上増やさないようにしようと、そう意識をするキッカケをいただきました。

（文：行武秀明法務員）