

「とらわれの心」とは、物事に執着したり、こだわったりすることで、仏教においてこだわりは良くないことと位置づけられます。しかし、日常生活では、この「とらわれる」心も必要なのです。

成績にこだわるから勉強

するし、料理の味にこだわるから上手くなる、長生きした

## とらわれの心を離れる

な方法は残念ながらありません。

ただとらわれの心から離れよう

とするのではなく、むしろ離れる

いから健康に気を遣うのでしよう。

よう。「病は自然の摂理」としてそ

ことはできないといただくことが、

私たちにとってとらわれやこだわ

のまま長生きしたいというとらわ

とらわれの心から離れていことに

りがあるから人間らしくいること

れの心を捨てるのが簡単にでき

つながるのかもしれない。

ができると言ってもかもしれない

るでしょうか。

(山崎龍法)

ん。

私たちは諦めることより、諦め

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

一方で、とらわれやこだわりが

ない強い気持ちを持つことが素晴

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆