

アソカ講話038

テーマ「心を爽やかにする」

小さな人生論第1巻1章にある言葉を紹介したい。

「人間の心は宇宙、自然と似ていると、言えなくもない。雑草は放っておいてもまたたく間に繁茂する。しかし、美しい花は、水を与え、肥料をやり、虫を除き、丹精込めて育てなければ花開かない。人間の心もそれと同じである。放っておくと雑草が生える。心の花を咲かせるためには、絶えず心を見張り、雑草を抜きとらなければならない。澆漑颯爽—いつも気持ちを爽やかにしておく。澆漑颯爽こそ、心の雑草を取り、心の花を咲かせるために欠かせない条件である」と。

私達の心にも畑がある。悪口や文句、泣き言等不幸言葉(マイナスの思い)が雑草、ありがとう、しあわせ、楽しい、嬉しい、大丈夫等の幸せ言葉がきれいな花に相当すると思う。静かに自分の心の畑を見つめて見よう。花が雑草に覆われて見えなくなっていないか。自分の心の花畑は美しく管理されているだろうか、振り返ってみよう。そして、雑草があったなら、反省という鋤や感動という鍬で雑草を抜きとろう。心の畑を美しく耕そう。そすると、心の風通しが良くなり、爽やかな風が心を吹き抜けるようになる。