

自己実現への道

第28回

- 運命を変える秘訣(その18) -

- 運命を好転させる5つの方法 - 利己心を捨て、逆境から立ち上がる -

「因果応報」憎しみの種を蒔けば、同じものを刈り取らなければならない。心の中に憎しみの感情が湧き上がってきたら、シャベルで救ってベッドの下の見えないところへ投げ捨てるればよい。そのような象徴的行動により憎しみを抱かずに生きることができるようになる。

人を許す「微笑」は必ず自分に還ってくる。人生で最も大事な訓練は人を許せるようになることだ。汝の敵を許せ、一度ならず、七度ならず、七度の七十倍までも…。怒りや反発や憎しみは私たちの心に壁を築き、インスピレーションを感じなくなってしまう。

「人を裁くな」どんな人間も100%正しい判断を下せるだけの情報を集めるのは不可能なのだ。人を許す第一歩は「思いやり」と「批判しないこと」である。

寛大な心は「不運」をひとつひとつ消して行く。思いやりだけが、許しだけが、みんなの心を安らかにできるのだ。許し。それは一体何なんだろう。おそらく、人に、過去の過ちからもう一度立ち直るチャンスを与えることなのだろう。私たち人間はすべて、許されることを願っているのだ。

利己心を捨てるだけで「苦しみ」が消え去る。相手を許せばあなたの人生は好転する・・・。

その1 あれこれ批判したくなる誘惑に勝つ。

その2 思いやりを身につける。相手の立場に身を置いて考える。

その3 仲たがいの場合は、和解するところを想像すること。怒りの発する毒素から解放されるところを想像し、必ず良い関係に戻れると思うこと。

その4 自分を不快な目にあわせた人のために祈る。許しは相手よりも自分自身を多く利する行為である。

その5 祈りの終わりは、必ず神への思いを込めてしめくくること。

この5つを実行すれば、許しのもつ治癒力の強さに、きっと驚くことだろう。

人を許せば、あなたの人生は変わる・・・

<MIKO>

☞ 参考文献：人間向上の知恵 ノーマンピール（謝世輝訳）三笠書房