ひらほく新聞」で検索！
★ホームページ ひらほくランド★
http://www.hirahoku.com/
☆バックナンバー含め ひらほく新聞」を
閲覧 ダウンロード可能です！

こころにサプリ☆ THE HIRAHOKU SHIMBUN

ひらほく新聞

2015年(平成27年)
7月1日 水曜日
第61号

発行所　読売センター平塚北部（ひらほく）山本 直　〒254-0013 神奈川県平塚市田村９-４-32　電話 0463-54-2807

昨年11月号で、書籍『ありがとうのすごい秘密』をご紹介した、小林正観先生。40年以上、年間３００日以上を全国で講演し続けた著者の遺稿、亡くなられた２０１１年の11月に発売の『豊かな心で豊かな暮らし』は、病気で執筆が難しい状態のなか、少しずつ語った内容を起こしたもの。

この度有難くＣＤを拝聴しました。今春、この書籍が文庫化され、お求めやすくなりました。著者が最期に到達した真の幸せの法則とは…。書籍よりご紹介します。

648円＋税

「私たちは、私たちの力によるものなど何もなく、生かされています。ですから、私たちはすべてのことに対して、感謝するほかありません。私たちができることは、感謝だけです。感謝の心を惜しみなく投げかけていくことが、徳なのではないでしょうか…」

この言葉を収めた本書が、遺稿となりました。

ものの見方の達人である、「見方道の家元」になり、また嬉しく楽しく過ごすための達人、「うたし焼きの窯元」への提案は、著者ならではの、ユーモアと知恵に溢れた至言。全国を講演し、実践し続けた著者が最後に到達した境地は、優しくまた笑いに溢れた提言です。たくさんの至極のメッセージより、三つほどご紹介します。

『知足のつくばい』

京都・金閣寺の近くの龍安寺というお寺に「知足のつくばい」というものがあります。つくばいというのは、茶室に入る前に口を清め、手を清めるための水洗い場、手水鉢のことをいいます。

ここに水戸光圀（黄門様です）の寄進になるという「知足のつくばい」が置かれています。本物は非公開の茶室のほうにあるので、一般の観光客が見られる知足のつくばいは複製品です。

真ん中に「口」の字にあたる四角い凹みがあり、そこに水を貯めるようになっています。その「口」を囲んで上下左右に文字の切り込みがあります。これを右からぐるっとひとまわりして読むと「吾唯足知」となり、上から読むと「吾唯足るを知る」となります。これは、「私はただ満足することを知っている」という意味です。真ん中の口が、すべての漢字の一部を成しているという意味で、大変面白いものではあります。

「吾唯足るを知る」という言葉は、光圀が明の遺臣である朱舜水から学んだものでした。朱舜水は儒学者ですが、中国の学問や故事も光圀にたくさん教え込んだのです。

私はただ満足することを知っているという意味ですが、この満足することを知っていることによって、なにが得られるかというと、幸せが得られます。豊かさが得られます。

「まだまだ」「もっともっと」と考えている間は、人間は幸せにはなれないように思います。足りないものがある、まだ手に入れたいものがあると思っている間は、人間は幸せにはなれないでしょう。

九十八点の幸せは存在しない。九十九点の幸せも存在しない。幸せは常に百点満点、百パーセントであるものだと思います。満足することを知らなければ、人間は決して幸せになることがありません。

「知足のつくばい」の意味は、とても深いもののように思います。幸せの根本には「足るを知る」という思想が絶対的に必要だと私には思えるのです。

『三つの「こ」、心、言葉、行動』

嬉しい話、楽しい話、幸せな話、役に立つ話、興味深い話だけを話していくと、多くの人が耳を傾け、面白がってくれるらしい（うたし焼き）という話をしてきました。しかし、ただ楽しい話、面白い話をすればいいというものではないようです。

三つの「こ」が必要です。心があり、言葉があり、行動がある。三つとも「こ」の字がついているので、三つの「こ」。心、言葉、行動です。

トイレ掃除についてもそうですが、トイレ掃除をすると臨時収入があるらしいという話を聞いてやりはじめて、なかなか臨時収入が入ってこないじゃないかと言いにきた人が数人います。その人たちに共通することは、臨時収入のために仕方なく嫌々トイレ掃除をやっているということでした。

トイレ掃除に心がこもってくると楽しくなります。トイレ掃除をしないではいられなくなります。トイレをきれいにピカピカにして出てくることが、快感になってきます。なにが起きるのかワクワクしますが、なにも起きないからといって、文句を言うというのは違います。面白いので、とりあえず楽しくやっている。これがトイレ掃除と宇宙とを結ぶ法則のようです。

三つの「こ」。心が伴い、言葉に出し、さらに行動すること。心と言葉と行動が、常に日常生活の中で同じ方向を向いていることが重要です。その三つが整ってくると、毎日が豊かなものになります。

『鉱物と植物を味方にする』

人間は、人間として生まれる前は、まず、鉱物に魂が入り、その次に植物に生まれ変わり、その次に動物に生まれ変わり、その後、空の雲に生まれ変わり、その後に人間に生まれ変わるらしいのです。ですからすべてのものに魂が入っています。私たちもその魂の変遷をずっと味わってきました。体験してきました。その初期の段階である鉱物や植物を味方につけるという方法も、どうやらあるらしいのです。

まずは鉱物です。

アメリカ大リーグで活躍するイチロー選手は、バットやグローブをグランドボーイに触らせないそうです。すべて自分で管理し、自分で手入れをし、きれいに磨くそうです。道具をとても大事にする人です。

大事にされた道具はきっと、「この人のために役立ちたい。この人のために応援をしてあげたい」と思うのではないでしょうか。

たとえばピッチャーの投げたボールがちょっと沈んだとします。普通だったら空振りするところですが、バットはこう思います。「いつも世話になっているこの人のために、ちょっと重くなってあげようか」

そして本来なら空振りするはずのバットの筋が、ボール一個分下に行くかもしれません。その結果、バットはボールを真芯で捉えることができ、ライトスタンド一直線、ということもあるわけです。

道具を大事にするということは、日常的にかなりいろんなものを大事にすることができます。私たちは、ありとあらゆるものが道具としてまわりに存在するわけですから、その一つひとつの道具、自分の意志で動けないと思われているものに対して、なるべく大事に丁寧に接していくと、毎日がとても楽しくなります。

どうも鉱物にも心があるらしいということです。そして、私たちがありがとうと感謝の心で伝えていると、鉱物の中の心も、それに反応するようなのです。

この鉱物を味方にするという方法がわかってくると、日常的にとても楽しくなります。私たちは、ありとあらゆる道具に囲まれていますから、その道具を一つずつ味方にしていくと、実に豊かな生活になるのです。（この後、同様に植物の話に続きます）　～以上～

＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝

以前、小林正観先生に学んだという、スピリチュアルカウンセラーの神光幸子さんに聴いたお話を思い出しました。

彼女は小さい頃から霊感がとても強く、身の回りのいろんな物の声が聞こえてきて大変だったそうです。その声はすべて「最近使われてなく…、忘れられていて…、汚れていて…」というような「寂しい、悲しい」という悲痛な訴えの声だったといいます。

正観先生の言われる「鉱物」から順に生まれ変わるという話にも納得でき、だからこそ、使わない物は早く処分してあげたほうがよいということも感じたそうです。

その意味では、世界的にも話題になった、「こんまり」こと近藤麻理恵さんの片づけ術「人生がときめく片づけの魔法」や、最近はやりの「捨てる技術」といった内容にも通じるものがあるようです。

「物」の話題でもう一点。ある会社で、いろんな物をどうしても大事にしないうえに社内の雰囲気も悪いので、あるアイデアを聞いて全体で実行したところ、皆が小さな物までもすべて大事に扱うようになり、業績も改善したそうです。

そのアイデアとは、「物に名前をつける」ということでした。名前をつけることで、その物に「命」があるように捉えるようになる。そして「愛」を感じるようになり、物にもその愛が伝わるということでしょう。まさに正観先生の教えのとおりです。

（おわり）