

清流

題字：芳野 充

令和3年8月30日

第56号

発行所 加来不動産(株)

発行者 加来 寛

北九州市小倉南区守恒本町1-12-23

穏やかに

静かに

清流のように

日々を明るく生きる

今年の夏も残念ながら新型コロナウイルスの影響をうけました。各都道府県の外出自粛要請もむなしく、東京オリンピック・パラリンピックの大イベントに加え夏という開放感、緊急事態宣言慣れあるいはその反発により、爆発的に感染者拡大の流れとなりました。またちよほどお盆前後には各地で記録的豪雨による被害など、何とも気分が滅入るような話題でおおわれました。

またおそらく多くの人が、外で起こるさまざま不安な出来事に加えて、大なり小なり自分自身の色々な悩みや苦しみをかかえながら、日々生活しているのではないのでしょうか。わたしもそのうちの一人です。

そのようななか、今月ご紹介させていただく「二十の徳目」に、思わずハッとさせられました。十三番目の徳目は「明朗」です。「明朗」とは、明るくほがらかなことをいいます。

わたしたちは、気分の良いときには明るくほがらかに振舞うことができますが、そうでないときには暗い気分になったり、不機嫌な態度になったりします。正直いつも明るい気分であることはおぼろしいと思っ

てしまいます。そのようななか、素心学塾塾長の池田繁美先生は、ふだんから明るい気分であるためには、次のようなことを心がけると良いでしょう、とおっしゃいます。

- ・過去を思つて後悔しないこと：過ぎ去ってしまったことをクヨクヨ思わないこと。とくに、失敗したことは反省し、対策をねったら、もうそれで終わりにしましょう。ひきづらないことです。
- ・将来を思つて不安を持たない：経済的に将来は大丈夫だろうか。老後は子どもが面倒をみてくれるだろうかなど、考えればきりがありません。将来を憂い悪いほうに考えるよりも、良い方向に考えてみましょう。
- ・身のまわりのできごとは「必然必要」と思う：身のまわりのできごとは、起こるべくして起こる（必然）、欠くことのできない（必要）ことながらです。病気や事故やトラブルには、自分の性格や生活習慣の改善をうながしたり、考へ方に無理があったりすることを教えてくれます。ありがたいことです。

気づけば物事を悪いようにとらえ、自ら苦しい時間を過ごしている気がします。先の三つのことを念頭におき、日々を明るく生きていく、そのような時間を味わいたいと思います。

加来 寛

