心の栄養剤No130　「震災に負けない為の言葉！！」

「ある」と「ない」

自分に「ない」ものを数えて生きていると、自分の外側を飾るものと、いつかは消えてなくなるものが増えてゆく。しかし、ないものを満たしてゆく生き方は、どこまで行ってもこれで充分とは思えないために、決して満足することがない。得るほどに失っているものがあることにも気づかずに。

自分の「中にある」もの、「今ある」ものを感じられる感性があると、心が満たされ、自分をあたたかく感じられる。

自分の内側が豊かになってゆく感じがする。感謝とは、「ある」ものを「ある」と感じられる心の豊かさ、謙虚さだった。

けれど、大切なものほどいつのまにか当たり前の存在になってしまい、あることを意識しなくなってゆく。

いのち・健康・家族・友人・パートナー・家・仕事・今日食べられるごはん・空気・太陽・海・山・森の自然。

当たり前になって感謝しなくなると、病気や天災や苦しい出来事がやってきて、ある日突然「ある」ということのすごさにきづかせられる。

まさに地震の後、当たり前と思っていた、水～食べ物～電気～ガス～道路～鉄道そして健康などなど、実は、決して全然当たり前じゃない事を思い知らされました。
これをきっかけに全ての日常に感謝の気持ちを持って過ごさなくては!!

大丈夫

ピンチなときや不安なとき、「大丈夫！大丈夫！」って言っていると、不思議となんとかなることってありますよね。でも、どうして「大丈夫」という言葉にはそんな力があるのでしょうか。「大丈夫」という文字をよ～く見て下さい。気づきませんか？それぞれの文字に共通するものが。

「大」「丈」「夫」
「大」「丈」「夫」
「大」「丈」「夫」

わかりましたか？
そうです。「人」なんです。
「大丈夫」の３文字には、「人」という字が入っています。
あなたに何かあったとき、周りの人は必ずあなたを支えてくれます。
何があっても、あなたを支えてくれる人が３人いるってことです。忘れないでください。
どんなときも、あなたの味方は３人いるんです。
「お日さまのもとで三人いっしょ」と書いて「春」。３人の味方があなたを待ってます。
春は必ずやってる。だから大丈夫。

凶

「凶の中にある〝メ〟が升から出たがってるみたい。メが出たがってる。つまり、めでたいってこと」

成功者に「あなたの人生が変わったきっかけは？」と聞くと、病気だったり、失恋だったり、いままでやっていた仕事が急に不振に陥ったり、いわゆる「凶」であることがきっかけになっている人が多いんですよね。

では、凶は凶なんだろうか？

やっぱり、凶から「メ（芽）」が出てくるんです。

よく人生には「上り坂」～「下り坂」そして「まさか!!」があるといいますが、今回の地震はまさに「まさか」でした!!
でも凶という文字のようにきっと力強い「メ（芽）」が出てきてると信じ乗り切ろう!!

今回の地震は熊本県そして県民にとっての100年に一回あるかないかの大ピンチですが・・・
「大丈夫」の意味通り、多くの助け合い～支え合いの感動的な話をいっぱい聞くことが出来ました!!
だから～絶対
「大丈夫!!」
人は素晴らしい!!