



マンゴの木

2017年8月29日

素直になろうよ3

「君は幸せなる為に生まれた。」

子どもの頃に転んだ時、母や祖母に「痛くない、痛くない 痛い、痛い 飛んで行けー」と言われた覚えがあります。それで痛みが取れたとは思いませんでしたが、その愛情がとても嬉しくて元気になったのを覚えています。最近の研究では心の働き方が直接的に健康に影響する事が分かって来ました。「病は心で治す」というアメリカでベストセラーになったリサ ランキン医学博士の書かれた本の中で「私たちの体は病気になったら自分でそれを治すようにつくられている」と書いてありました。人間は元々なんて素晴らしいシステムになっているのでしょうか。また、「幸せだから笑うのではなく、笑うから幸せになる」と言う説をアメリカの心理・哲学者、ウィリアム ジェームス医学博士が唱えています。だとしたら「自分は幸せなる為に生まれた。」と信じてみてはいかがでしょうか？ とりあえず、ものは試しに笑ってみたらいかがでしょうか？ 人間は、思った通り或いは思った以上に物事が進むと幸せに感じて、逆に思った通りに進まないといらいらしたりがっかりしたり不幸を感じてしまいます。しかし、現在の自分の思った通りであるか否かは、将来自分を振り返って見ると必ずしも幸せか不幸かとは限りません。過去の不幸だと思った事があったから、今の幸せが有ります。だったら、どんな事が起きてもこれは将来幸せになるきっかけと捉えて、自分は必ず幸せになるのだと素直に信じたいと思います。恐れた様にもなりますし信じた様にもなるそうです。だったら、必ず幸せになると信じましょう。どんな状況でも絶対に大丈夫と安心しましょう。そして、その豊かさを回りの人を幸せにお裾分け出来たらもっと大きな幸せになるのだと思います。貴方は幸せになるのです。素直になりましょう！ 肩の力を抜いて、もっと笑って幸せになりましょう！

