The nature

世界で一番の味方は、あなた自身である。あなたを一番愛しているのも、あなた自身である。本来的には、ただ生きているだけで、何もかも愛さずにいられない、トルストイのエローシカのように。私たちは、彼のように、無限に自由な人間で、全ての調和の只中にいることを、自覚する必要がある。

そのために、あなた自身からの言葉がなによりも必要かつ、有効である。書く。たとえ、心がままならずとも、言葉を選ぶことは、なによりも自由であるのだから。

以下、ワーク手順です。

１ページ目　自分をほめる言葉を、ページ全てに書く（重要なのは、実際そう思っているかではなく、飛び切り素晴らしい、自分をほめる言葉を書き続けること）

２ページ目　自分の周りの状況（人、物、関係性など）がどれほど恵まれているか、感謝の言葉を書く

３ページ目　望みを書き出す。そして、望みを持つ自分を素晴らしいと褒めたあと、望みがかなった自分が見ている光景をイメージし、その自分で思ったことを書く

ワークは以上です。そして、以下の言葉は、理想的なあり方として、白川静の「遊字論」からの引用です。

「遊ぶものは神である。神のみが遊ぶことができた。遊とは動くことである。常には動かざるものが動くときにはじめて遊は、意味的な行為となる。動かざるものは神である。神隠るというように、神は常に隠れたるものである。それは尋ねることによって、はじめて所在の知られるものであった」

神の前に、内なる、と付け足し、内なる神と読み替えても、示唆するところの多い文です。私たちは、きちんと、彼のもとを、尋ねているだろうか。指針となるのは、心でしょう。心が、幼子のように、遊び始めたら、神の元にいる証拠だと、安堵の息がこぼれます。

何かご意見ご要望があれば、以下のツイッターアカウント、もしくは、メールアドレスまで、ご連絡お願い致します。

　　　人見

ツイッターアカウント：＠hitomi\_morning

メールアドレス：tutuao0401＠gmail.com