

自然に学ぶ (9)

自然道宗家
三戸 雄裕

捨てれば満つる。

だれもが望む満ちたりた精神とは一体どうすれば得られるのでしょうか。

これを自然の法則では「捨てれば満つる」と教えています。

すべての自我を捨て切って無一物になった時に始めて悟りに到る道は開け宇宙と一体になり無限大な満ちたりた精神を得ることが出来るのです。

東洋では健康法をする時に

- (1) 悪いことを止める。
 - (2) 悪いものを出す。
 - (3) そして良いことをする。
- という順序があります、皆さまも、「もつともだ」と納得なさるはずです。

断食にしても一切の悪習を捨てることから入ります。宿便を出すのも捨て切るということ。そのあと良いことをするので悪い体質がきれいに改善されるわけです。

美容の面でも同じように美しくなろうとする時には今迄の悪い習慣を止め、肌を溜った悪いものを出すことから始めます。そうした後で肌に良いことだけをしていくというのが美容の本道です。

皆様が無意識にしている呼吸にしても本質は「呼く」から始まります。はいてはききった後

は最大量の空気が自然に入ってくるのです。



「一口為断一切悪」
「二口為修一切善」
「三口為度衆生、皆俱成仏道」
という言葉がありますがこれは「悪い事を止めることが、良い事ができることの前提だ」という教えです。

「止める」ということは「捨てる」ということですね。

昔から子供の教育をするときに、まず初めに「してはいけない」ことを教えていたのはそうしないと大きくなってから良いことが出来ない人になってしまうからです。

皆さんの中でも満たされないうような悩みをお持ちの方は、
「ああしたい
こうしたい」

という気持を一度全部捨て切ってしまったってごらん下さい、と昔の人は教えています。

すべてを捨て0になっただやるべきことを一生懸命にやっければ自然はちゃんと必要な物は与えて下さるというのです。

全く期待していないところに自然から与えられるのですから何か一つを与えられても大きな喜びになる、ということ。その他にも、捨て切るということはいろいろな面で人間を超

これを心の問題としてとつても同じことが言えます。お経の中にも「諸悪莫作・衆善奉行」とか食事の時に唱える、

越した力を發揮してくれませう。例えは、

どんなに偉大な發明、発見者といえども必ず一度はゆきづまることがあるのです。従来の考え方はどうにもならない、という状態に入りこむものです。

そんな時、従来の考えを全部捨て切ってしまうと、今迄考えも及ばなかったようなことがハッと思い浮かぶことがあるのです。

何故今迄これに気が付かなかったのか、と思うような新しい局面が開けてくるのです。

これが「捨てれば満つる」ということなのです。