よろこび

日蓮宗 顕聖会
本 山 妙顕寺
長谷山 本興寺

『よろこび』三十三

貫首 齊藤 日軌

『うらみを捨てる』

うらみは、怨みを捨ててこそ息む。

「『彼はわれを罵った。彼はわれを害した。彼はわれにうち勝った。彼はわれから強奪した。』という思いを抱く人には、怨みはついに息むことがない。（法句経三句）『彼はわれを罵った。彼はわれを害した。彼はわれにうち勝った。彼はわれから強奪した。』という思いを抱かない人には、ついに怨みが息む。（四句）実にこの世においては、怨みに報いるに怨みを以てしたならば、ついに怨みの息むことがない。怨みを捨ててこそ息む。これは永遠の真理である。（五句）」

怨みを抱いていると、その怨みはいつまでも心の中でリピートされ、いつまでも消えません。また、復讐によって恨みを晴らしても、逆にうらまれ復讐され怨みの連鎖が永遠に続きます。ネガティブ・スィキングはリピートし連鎖します。南無妙法蓮華経と唱えストップ・スィキング怨みを捨てましょう。

みおしえ

妙法蓮華経とは光です。大宇宙は光によって成り立っています。日蓮聖人の大曼陀羅ご本尊は、宇宙が妙法の光によって成り立ち、導かれ、救われることを顕されています。私たちの心も体も光によってできています。この世では、からだを維持するは食物と考えられていますが。心は光によっておよそ維持されています。身体さえ大宇宙の霊光によっている部分が多いのです。病気の時霊光を当てると病状がよくなることがあります。私も調子が悪いときは南無妙法蓮華経とお唱えし、神仏の光を頂いています。朝空が晴れて太陽がさんさんと照ると、気分もよいでしょう。どうしてそうなるのか、そもそも私たちは御本仏の光の分光なのです。南無妙法蓮華経と唱え、心を調和し光をいっぱい頂きましょう。憂鬱な気分も吹き飛び楽しい気分になりますよ。南無妙法蓮華経と唱え喜びの生活をしよう。私たちが本仏の光の分光であることをよく知れば悟りの実感が出てきますよ。南無妙法蓮華経、我は、光なり、慈悲なり、道なりですね。

心の言葉

南無妙法蓮華経と唱えて
心と身体に光を受けましょう