



じゃんぎゃくいっし 順逆一視

良いことがあっても、悪いことがあっても人生はそういうものと思う境地に立つ

さいこんたん
出典：菜根譚

「人生山あり谷あり」と言いますが、今までの人生で、良いこと・悪いこと、人それぞれに多かれ少なかれあったと思います。

自分の心の持ちようで、良くも悪くもなることもあるかと思いますが、いくら自分がポジティブに考えてみても、どうにもならない不条理なこともあると思います。そういうことに遭った時、ネガティブな感情が一気に心を支配してしまいがちですが、そんな時には「人生はそういうもの」と思う境地に立ってみるのはどうでしょうか。

良いことがあった時、物事が順調に進んでいる時こそ気を引き締め、謙虚な気持ちで、悪いことがあった時は、自分を思い詰め過ぎず、人生勉強の一つと思えるくらいの心の余裕を持って過ごせたら、少し楽になるのではないのでしょうか。

美唄市 常光寺 杉田信歌