

# ちよひといひ

第二五〇号 応世

川柳に「ああ受験 風邪の子 今日模擬試験」、受験の時期がやってきます。今年はコロナもはびこっています。親も大変、子は戦々恐々、乗り切って、希望を叶えて下さい。

矢山利彦ドクターは「私達の脳は、入ってきた言葉をはじめとしてすべての情報を、**自分にとって快か不快か、瞬時に振り分ける基本ソフトを備えています**。「人間が不快感を抱いた時にアドレナリン、やノルアドレナリンなどの、険悪、恐れ、不安、緊張を引き起こす神経伝達物質が一気に増える。」との考えから「あいうえお言霊修行」を提唱されました。⑥は、ありがたい、⑦は、いつくしむ、⑧は、うれしく、⑨は、エンジヨイ、⑩は、おおらか。の五つの言葉です。」この五つを実践すれば、脳が快と感じ、エンドルフィン、ドーパミン、セロトニンといった神経伝達物質が増え、脳の働きを高め、私服・集中・平安の感情をもたらすホルモンが出て、身体の血流がよくなり、プラスのエネルギーが高まる。」と、昔から怒ると血が濁ると言われています。ぜひ皆共に健康でいたいものです。

喜劇王の志村けん氏は「**一つには、時間を守る**。芸能界は偉くなると、待ち合わせの時間に遅れる人がいるが、自分は相手が後輩であっても十分前には待ち合わせ場所に行くようにしている。**二つには迷ったら元に戻る**。三つには、常識の無いやつに、成功なし。四つには、**礼儀を守る**。猿等の動物の世界でも秩序がたもたれていると、人間として礼節あたりまえ、**自分がやられて、嫌なことは人にしない**。」と、私が読んだ中での志村けん氏の印象である。

私は佛に仕える身ですので、日頃から何事も「**お蔭様**」で過ごしています。もう一つ言えば、何をするにも「**させて頂きます**」、の信奉を大事にしています。自ら進んで事に、望む姿勢を貫くためです。自分を奮い立たせ、頑張る気持ちを持続させる為でもあります。

又、夫婦の労りも大切です。北原白秋氏の歌集「黒檜」に「いたりける 妻なるならしねもごろと かたへ寄りつつ この夜読みつぐ」があります。北原白秋は晩年目が悪くなります。白秋に代わって妻が寝物語に本を詠んでくれた状態を詠んだ詩です。助け合いの心です。少し変わった、面白い実話が載っていました。十一月四日の中日新聞に「うまいこと言う」と題して、小学校二年生のお孫さんのコメントが載っていました。「おばあちゃん、死んで楽になると思ったらあかん。草むしりをしてほしい時や野菜の苗を植えなきゃいけない時は、墓まで呼びに行くでな」と、**死ねば、目に見えない力あり**。(孫のためなら・八十二歳。)

子供を育てた時に、経験があると思いますが、子供が何にでも興味を抱き、「どうして、どうして」と、聞いてきた事を思い出します。野村克也監督も、現役、監督時代を含めて、著書の中で、「なぜか」を問いかけてみる、必要性が大事であると、言ってみえます。悪い時はあたりまえ、特に大事なのが、「なぜ、勝つたのか、なぜうまくできたのか」、「**良い時こそ、なぜと問いかけることが、能力の交情には大事であった、と考えていたと、書いてみえます**。

今年も終わります。良き三年を祈念致します。 令和二年十二月

油