

一番大切なこと



あけましておめでとうございます。今は「風の時代」と言われます。精神性や内面の豊かさ、価値などが重要とされます。サイエンスは詳細な過程を示すものですが、スピリチュアル領域は真の解答を示してくれるものだと思います。

年始に当たりスピリチュアルだけど、一番大切なことをお伝えさせていただきます。それは小学校に入る前に言葉や体感として大半の方は分かっている、50音の最初のたった2文字に集約されています。それは「あ」と「い」です。そう…「愛」なんです。「そんなの当たり前前だ」と思うでしょう

か？でも、残念ながらそんな「当たり前」ができていないから、世界や身の回りにおいて現在進行形で「戦・争い・諍い」が起きていると思うのです。人は生きていくのに、最初の2文字さえ覚えておけばなんとかなります。逆にその2文字を忘れてからおしまい、何も学んでいないのと同じではないかと思えます。

まずは自分への愛、家族への愛、友人への愛、隣人への愛、世界や自然への愛など。毎日、最初の2文字を大切に生きる。押し付けではない見返りを求めない与える愛であることも重要。これを一生忘れないようにしてく

ださい。愛ある行動は徳となり、いつか自分に返ってきます。利他は自利となり、いずれ運を運んでくれますでしょう。この一年、一人でも多くの人が愛に生き愛に満ちた日々を過ごせますように。

◆精神科・心療内科

フィールファインクリニック

院長 岡本 浩一 先生

044-967-1105

川崎市麻生区万福寺6-7-2 メディカルモリノビル5F

<https://www.feelfine-cl.com>