

# 「ありがとう」は魔法の言葉

平成26年 8月18日

《ありがとう》という言葉には、あなたを幸せに導く力があるんです。

《ありがとう》・・・漢字でもともと「有り難し」：有ることが難い。

つまり「滅多にない」「容易にない」という意味です。この言葉の原典は仏教なんです。知ってました？

仏教の『法句経』というお経に『人の生を享（う）くるは難（がた）く、やがて死すべきもの、いま命あるは有（あ）り難（がた）し。』と説かれています。

これは、人間として生まれることの難しさを説いているものでそれがやがて、感謝の気持ちを表す言葉として『有り難う《ありがとう》』

う》』になったのです。さて、この《ありがとう》という言葉ですが、1日100回以上言い続けると、あなた自身が幸せになれるんです。

《ありがとう》という言葉には、皆さまを幸せに導く力があるんです。

このことは、原監督が巨人軍を優勝に導いた時にも実証されています。

一日100回以上云い続けると、あなた自身が幸せになれると云います。

《ありがとう》という言葉には、皆さまを幸せに導く力があるんです。

このことは、原監督が巨人軍を優勝に導いた時にも実証されています。

4月に2度の5連敗、借金7となり、優勝確率は0%と言われた中から奇跡の優勝を勝ち取ったのは、『どんな逆境にあつても、《ありがとう》』と言いつけると誓い、実践したから』と原監督自

身が語っています。

原監督は「魔法の言葉」と言っています。《ありがとう》という言葉には、ツキを呼び込む、あなたを幸せに導く力があるのです。

☆嬉しい時、楽しい時は「ありがとう」

そして、嫌なこと、辛いことがあつても「ありがとう」毎日100回以上、言い続けて下さい。あなたも必ず幸せになれるですよ。

## チョット物知り仏教からきた日常語

**愛（あい）**

バレンタインデーに、女性が愛する人にチョコレートを贈るようになったのは、いつからのことなのでしょう。とにかく、街には愛のチョコレートがあふれています。歌謡曲にも愛はよくうたわれています。

「愛なくて歌謡曲なし」という人もいるくらいです。この愛が仏教語です。仏教では「一切苦悩を説くに愛を根本と為す」と『涅槃経』にあるように、愛は迷いや貧（むさぼ）りの根源となる悪の心の働きをいいます。のどが渇いたときに水を欲しがるような本能的な欲望で、貧り執着する根本的な煩惱を指します。

愛欲、愛着、渴愛などの熟語は、そのような意味をもっています。



一方、仏教では、このような煩惱にけがされた染汚（ぜんま）愛ばかりでなく、「和顔愛語」のように、けがれていない愛も説かれています。

仏菩薩が衆生を哀憐する法愛がそれなのですが、この場合には、たいてい「慈悲」と呼ばれているようです。

人生の最後の15年、20年を廃品と思わせる文明は挫折しているボーボワール

ホームペー ジ 改 葬 さ ん わ

日出店：速見郡日出町川崎会下(空港道路入口) TEL (0977) 72-6415

三重店：豊後大野市三重町赤嶺1041(トライアル横) TEL (0974) 22-3301

森町店：大分市横尾2733-1(大東中学入口) TEL (097) 524-6525

# さんわ便り

第164号 発行所  
さんわグループ 編集 広報部  
大分市 森町



## 日本笑い学会

学問の世界では、学会という研究の組織があります。が、笑いの学会というめずらしい学会があるそうです。お医者さんで日本笑い学会の理事である、昇(のぼる)みちおさんのお話を聞きました。

その日本笑い学会は、笑うことが医学的にどんな効用があるのかを研究し、前向きで楽しい生き方を、普及しようとする学会だそうです。

笑うことは、どんな効果があるのか。

人間が笑うことは、体の中でどんな変化があるかの実験が行われました。

体の中にはガン細胞をやっつける、免疫という力があります。

今年の夏はこのほか暑さが厳しいように感じられます。

9月の声を聞くと少しは涼しくなるのでは？

くれぐれもお体「自愛くださいませ。」

さんわ 社員一同

白血球のリンパ球の中に、特にガン細胞を専門にヤツツケる、天然の殺し屋、キラー細胞というのがあるそうです。

この細胞は、人間が大笑いすると、なんと30%も増えるとデータが得られたそうです。

体の中の細胞は、60兆と驚くべき数があります。細胞分裂の最中に必ずおかしな細胞ができてくるものですが、その中で最もおかしなもののが代表が、ガン細胞です。

このガン細胞は、誰でも、みんな、なんと一日に5000個もできています。生涯で、ガン細胞は、1億個も出来そうですが、これを、笑いの多い人は、絶えず撲滅して行く働きが高いといえます。

体は、落ち込んだり悲し

んだりすると、抵抗力が落ちるものですが、逆に希望をもち、笑いながらの生活は、抵抗力を増すといえます。

医学の世界では、笑うことは健康にいいということが証明されているようです。その理由の一つとしては、笑いは、連続して息を吐き出すことであり、腹式呼吸の連続であるといえます。

これとは逆に、泣くというのは、息を吸うことです。笑うことは、腹式呼吸で連続して、体のすみずみまで酸素が行き渡らせる効果が大きいからだろうといえます。

浄土真宗で、毎朝のおつとめで正信偈を大きな声で読むことも、体のすみずみまで酸素をおくりこむことであり、大声で笑うのと同じ効果があるのではないのでしょうか。

それとともに、いくつになっても、新しいことに挑戦すると、脳細胞がどんどん若返ってくるということです。

それでも知的なこと挑戦していくとか、面白いことに夢中になっていると、いつまでも若々しさを保てるのだそうです。

お念仏を喜ばせていただいている私たちは、お浄土で阿弥陀如来と同じさとりと、力を与えていただき、永遠の喜びをえられるのです。

どんな苦しい辛い出来事に会っても、積極的に立ち向かって、笑い声の多い、お念仏の生活をしたいです。

妙念寺(佐賀市) 電話サーブスお電話ありがとうございます

