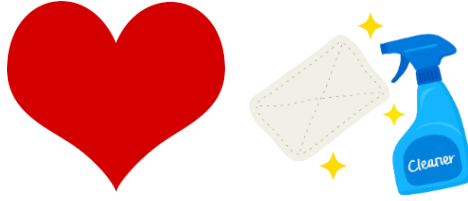


こころのおそうじ



みなさんは、まいにち、はをみがき、シャワーをあびますよね？いえも、まいにち、**そうじ**しているとおもいます。もし、しないと、どうなりますか？**よごれ**がたまって、きたなくなってしまう。こころもおなじです。こころも、そうじしないままだと、どんどんよごれてしまいます。



わるいかんじよう、たとえば、**いかり**（だれかのことをおこつたり、いやにおもうきもち）や、**いきすぎた欲**（「あれもほし」「これもほしい」と、ひつよういじように、ほしがるきもち）、**おもいあがり**（「じぶんがいちばんすごい」と、ほかのひとを、みくだすきもち）や、**ねたみ**（「あのひと、いいな、ずるい」というきもち）、は、**こころ**をどんどんよごします。



よごれがたまると、どうなりますか？**ピカピカ**のかがみに**よごれ**がつくとめだつて、すぐにきづきますが、**よごれ**のたまつたかがみは、すこしぐらいまたあたらしい**よごれ**がついても、なかなかきづきませんが、**こころ**の**よごれ**もおなじで、**よごれ**がたまつてしまうと、わるいことをするのがへいき、わるいことをあまりわるいとおもわないような**こころ**になってしまいます。

そして、**よごれ**は、まいにち、**そうじ**していれば、すこしぐらい**よごれ**がついても、かんたんに**そうじ**できますが、ずっと**そうじ**していなくて、ながいあいだの**よごれ**がこびりついてしまうと、なかなかかんたんにはとれなくなってしまう。



こころがよごれると、**アツラーのひかり**がはいつてくることができません。すると、どうなるかというと、**クールーン**をなかなかおぼえられなかつたり、**こころ**におおいがかけられて、ただししいことが見えなくなってしまう。よごれたかがみがうつしだすせかいが、よごれてみえてしまうのとおなじで、**アツラーのうつくしいせかい**が、きたなく、みにくく、みえてしまいます。いつもひとをうたがつたり、ひとをきらいになつたり、わるいかんじようばかりになってしまいます。

アツラーは、わたしたちに**こころ**を**そうじ**するほうほうをくださいました。**おいのり**、**だんじき**、**クールーン**、**ぜんこう**、**ズイクル**、**イステイグファール**、これらは、すべて**こころ**を**そうじ**してくれます。**こころ**によごれがたまつてしまわないよう、まいにち、**こころ**を**そうじ**しましょう。**こころ**がきれいになると、うちがわから、**アツラーのひかり**があふれだし、かおがしろくかがやきます。どんなおけしようも、スポットライトもかかないません。そして、「**こころ**をきれいにするひとは、かならずせいこうする」と**アツラー**は**クールーン**のなかでのべられています。まずは、じぶんのできることから。みのまわりをきれいにするのといっしょに、**こころ**の**そうじ**もわすれないようにしましょう。

