

3位「愛とは」

ガリヤモワ・カリーナ

キルギス共和国日本人材開発センター

愛には多くの形があります：男女の愛、子供への愛、両親への愛、社会への愛、世界への愛、人々への愛、動植物への愛、自分の職業への愛。しかし、その愛は全部同じ気持ちです。愛は人生のたった一つの目的です。

自愛は愛のもう一つの形です。自分を愛せることはどれくらい大切だと思いますか？私は自分を愛することは特に大切だと思います。残念ながら、自分を愛するというと、勘違いされることがあります。自分を愛する人は自己中心的で、わがままで、自分勝手な人などのイメージがあると思います。ですから、「自分を愛する人は、悪い人だけである」と思う人が多いです。

しかしいっぽうで、自分を愛せる人は周りを自分と同じように扱うこともできます。自分を嫌いな人は周りも大切にすることができません。人間だけでなく、自然に対する態度もそれをよく表します。例えば、人々は川を汚しますが、その水が家で使う水と同じであることを理解できません。私たちは一つなので、周りを愛せない人は自分のことも愛せません。

魂は幸福を求めます。心に愛があれば幸せになります。愛があればどこにいても、何をしても幸せになります。精神的に成熟していない人は愛をあたえるより、常に愛をもらいたがっています。その人はブラックホールのようにすべての愛を求めています、決していっぱいになりません。でも愛をあたえたら、あなたの人生には愛がだんだん増えていきます。私たちは愛のエネルギーの導体になり、愛は私たちの人生をつたって流れます。

私たちは子供にお金を稼ぐことを教えますが、すべての生き物を愛すれば、本当に幸せになれるということは教えません。物質的なものは私たちを幸せにしないということを理解するのは大切だと思います。私たちは、人生の主な目標が、愛を分かち合うことであることを分かったときに、充実感を感じ始めます。

そして何をやるにしても、愛を込めることが大切だと思います。行動に愛を込めれば、特別なエネルギーが生み出されます。そのエネルギーは地球に広がり、宇宙に循環します。すべての生き物を本当に愛した人の愛は生き続け、この世界を変えます。

ほかの人と話すときも、大事なレポートを書くときも、掃除をするときでも愛を込めるようにしてください。この世界を変えた人たちと普通の人たちの違いは愛を込めることができたかどうかです。なぜかという、愛を込めることは最後の結果に大きな違いを生むからです。

先生が一番いい例でしょう。先生の心のこもった授業は知識を与えるだけでなく、学生たちに愛も与えます。その学生たちはこの愛をほかの人に伝えます。心のこもった授業はいい思い出になって、ずっと心を暖めます。

愛を込めて作られた料理は食べる人にとって栄養価が高くなりますので、料理を作るときに愛を込めることは特に大切です。みなさんは誰かに非常に美味しい料理を作ってもらったことはありますか。例えば、私のひいおばあちゃんはよくフライドポテトを作ってくれました。材料は普通でしたが、そのポテトは世界中で一番美味しい料理だと思います。皆さんはそのポテトがどうしてそんなにおいしかったのか、もうわかっていると思います。どんなに普通の料理でも、作るときに愛を込めると、美味しくなります。そのポテトはもう食べられませんが、思い出だけでもひいおばあちゃんの愛をもう一度感じられます。愛はこの世界で生き続けているのです。

宇宙の原動力が愛であることを理解したら、その原動力に加わりましょう。そうすれば、あなたの人生の花が咲き始めるでしょう。