

今月の谷口雅春先生のお言葉

いつも明るい笑顔を輝かせましょう

家庭を幸福にする秘訣は、

あなたの笑顔にある

明るい生活に善いものが集ってくる

〔生命の實相〕頭注版第29巻54～55頁

皆さん家庭を幸福にする秘訣は、良人の顔を見るとき
の奥様の笑顔一つにあるのですよ。年頃の息子、娘が、
親に背いてゆくかゆかないかも親の表情一つにあるので
す。自分がここにいることを喜んでくれないで、顔見る
ごとにたえず口小言を言っているようなことでは、良人
でも息子でも娘でも、「わたしがここにいることは、妻
を、母を、兄弟を、幸福にすることではない」と思って、
その「家」に背いて行ってしまうのです。

明るい生活の中にはすべての善いものが集ってくるの
です。昔から「笑う門には福来る」という諺がありま
すが、にこにこ笑っていると、自然に善いことが集って
くるのです。人をたのしく愉快にしてあげることが美し
い行いであり善いことでもあります。その楽しく愉快にし
てあげるには、色々の贈物をさしあげるのも、一つの方
法でありますけれども、物をさしあげなくとも吾々がに
こにこたのしい顔つきをして、たのしい心を他の人に移

してやればそれが最も深切な、人に幸福を与える方法であります。

(新版『生活読本』135～136頁)

幸福とは心が楽しいことです

家の中に一人でも不機嫌な人がありますと、その家の人達の心全体が乱れてくるのです。そして家族は始終病気をしたり、面白くないことばかり起ってくるのです。そんな家に住んでいる人は、お金が百万円つんであっても幸福だということはできません。幸福な生活とは心がたのしい生活です。家族互いにうれしそうな顔をしてにこにこせずにはいられない生活が幸福な生活です。

(新版『生活読本』136頁)

愉快的顔をしていると

自分の心もたのしくなる

人に愉快的顔をしてみせるのが大変善いことであるば

かりでなく、自分自身が愉快であることが、又自分自身にとつて大変善いことをしているのです。第一、どんなにつまらないことがあっても、無理にでも顔つきをにこにこしていますと、実際に自分の心がたのしくなってくるのです。人間はたのしいと笑いますが、無理に笑っていると仕舞にはたのしくもなるのです。だから面白くない時程一そう笑うようにすることが必要なのです。「これは私の顔だから、勝手にふくれる権利がある」などというのではいけません。「これは私の顔だから、人が何をいおうが、外の世界に何がおころうが、私は私の顔をたのしく笑わず権利がある」というように明るくくらすなければなりません。

(新版『生活読本』138頁)

あなたの明るい顔が必要なのです

うれしい顔をするには何の資本もありません。深切な目付きをするにも何の資本もいらぬのです。吾々は、この人をよろこばしてあげたいとただ思うだけで深切な顔

になれたり、愉快な微笑を顔に浮かべたりできるのです。あなたの愉快な顔つきは曇った日にさしこんで来た太陽の光のようなものです。周囲の人が苦虫をかみつぶしたような顔をしていればいるほど、あなたの明るい顔が必要なのです。どんな富や財産をもっているよりも明るい心をもっているものは、もっとも尊い宝をもっているものだといわなければなりません。

（新版『生活読本』144頁）

明るい顔は人生の宝です

まずあなたの顔を鏡にうつしてごらん下さい。当たり前になっている時の心持でわざと顔の表情をかえないで、今あるままの顔で、口をボンヤリ開いているならば開いているままで、眉をしかめているならばしかめているままで、ソーツと今あなたの机の上にある手鏡を、あなたの顔の前に持ってお出で下さい。そして、その鏡の中にくっついて自分の顔をごらん下さい。あなたの顔は明

るい気持の好い顔をしておりますか。あなたの今のその顔は自分でも好きですか。自分でもいやになるような陰気な顔をしておられはしませんか。口がポカンとあいている癖があったら、これから常に心を引締めて物を言わない時には、口がしっかりとくんでいる習慣をつけましょう。眉をひそめている習慣があるのは、心が常にイライラしているか、あせっているか、悲しんでいるか、狭い心でいる証拠ですから、眉を左右に伸ばしてのんびりとした広々とした愉快な気持におなな下さい。そして口あたりに微笑をたたえて、すべての物にほほえみかける気持になん下さい。そういう人は人生の宝です。世の中が世智辛くなつて、みんながイライラした顔をしている中に、そういう愉快な輝かしい顔をしている人は人生の宝です。人生の宝ならば、あちらからも、こちらからも、来てほしいという人が沢山あって、思わぬ幸福はそこから生れて来るのです。

（新版『生活読本』145頁）