

## ■ 我慢にんにくと忍辱

### 【我慢とは】

- 5 ・ 今に見ていると、心の中にパンチを持った状態ですから、低いれいかく霊格の状態です。特に対人関係では心にわだかまりが残り、悪想念あくそうねんなので、脳毒のうどくが出ます。
- ・ 悪想念あくそうねんは思っただけでも霊格れいかくが下がります。更に、口に出してしまうと、一気にれいかく霊格が下がります。

10

### ★ 悪想念が出た時は…

- 15 “天国にいらっしゃる方はこんな事はしない、天国にいらっしゃる方ならきっこうするだろう。” または、“天国にいらっしゃる方はこんな考え方はしない、天国にいらっしゃる方ならきっこう考えるだろう。” という基準でやり直しましょう。

どうしても悪想念が収まらない場合の対処法

- 20 『神』に、“悪想念を私から引き抜いてください！そのために私が死んでしまってもかまいません！ こんな悪想念は絶対に嫌です！” と祈りましょう。

- 25 我慢にんにくしないで乗り切るには、次の【忍辱にんにく】になりましょう。

### 【忍辱にんにくとは】

- 30 幾ら辱めいづくはづかしを受けても、腹を立てないで、“哀れあわな悲しい人よ” と、相手を思いやることのできる、高人格者の持つ心の状態です。

35

我慢たや堪えることは、とてもつら辛い。  
忍辱にんにくならば、高次元の心で相手を思いやれる心で接することができるので、ムカムカすることなく“そうかそうか”という状態でいられます。

40