

人が真価を発揮できる時 日々是好日

禅語の「日々是好日」という言葉があります。
この言葉は「毎日が良い日ばかりでけっこうなことだ」という意味ではありません。
日々を生きる覚悟を述べている言葉です。
晴れの日には晴れを喜び、雨の日には雨を楽しみ、風の日には風を味わう。
自分の置かれた状況を受け入れ、その中で目の前の一事に心を集中し、今この瞬間を精一杯楽しんで生きる。
このような生き方によって、日々がすべて、かけがえのない良い日になるということです。

しかし、実際のところ「これをやってみたところで、結果が出なかったらどうしよう」と未来の結果に心を奪われてしまいがちな人が、特に大人には多いと思います。
そしてそのため、今というプロセスを心から楽しむことがなかなかできないのです。

「海」

少年が沖にむかって呼んだ
「おーい」
まわりの子どもたちも
つぎつぎに呼んだ
「おーい」「おーい」
そして
おとなも「おーい」と呼んだ

子どもたちは、それだけで
とても楽しそうだった
けれど おとなは
いつまでもじっと待っていた
海が
何かをこたえてくれるかのように

「現代日本女性誌人85 高田敏子」

子どもは純粹に、今やっていることそのものを楽しみ、大人はやっていることの見返りや結果を求めてしまうものですね。
今この瞬間を楽しむということは、誰もが子どもの頃は自然にやっていたことですね。
その頃の感覚を取り戻して、今この瞬間に流れている時間に意識を向け、今というプロセスを心から楽しみたいものですね。
そして、今というプロセスを楽しむことが出来るようになるほど、私たちは、置かれた状況の中で精一杯生きることには喜びを見出せるようになるのです。
今この場において真価を発揮できるようになるのです。

「獄にあっては、獄でできることをする。獄を出ては、出てできることをする」
という言葉を残した吉田松陰も、まさに自分の置かれた場所で真価を発揮した人でした。
獄舎に幽閉されたときの松陰は、大量の読書に励むとともに、囚人たちに呼びかけて勉強会を催しました。そして、その経験を土台にして、獄を出てからは松下村塾という私塾を開き、明治維新の原動力になる人材を育てたのです。
起きたことの深い意味は後で見えてくる！
私たちの人生に起きる出来事も、一つひとつはそれぞれ別々に起きたことでも後でつなげてみたときに、何らかの意味が見えてくることのあるのです。