

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」

令和元年 11 月 28 日
村山 章

長い人生には、乗り越えなければいけない壁があります。その壁を乗り越えた先に幸せが待っています。そして、その壁が大きいほど手にする幸せも大きいと言えるかもしれませんが。私も二十歳くらいのとき父親に「困ったことになった。贅沢は一切できない。ただ病気になっても困るので食費だけは削らないようにしよう」と言われたことを今でも鮮明に覚えています。これが、私の記憶に残るなかで最初に出合った壁でした。

このように家族で乗り越えなければいけない壁、あるいは一人で乗り越えなければいけない壁、会社などの組織で乗り越えなければいけない壁と色んな壁がありますが、家族で乗り越えなければいけない壁が一番厄介かもしれません。家族同士にはお互い甘えが生じがちだからです。「俺はこんなに頑張っているんだから、お前ももっと頑張れ」と考えがちです。でも、相手ばかり責めてもうまくはいきません。あくまで自分の生き様としてどれだけ努力の積み重ねができるかに関わってくるのです。そして、じっくりと考えて自分の非は改め、自分自身の成長に結び付けていくことが大切になります。大いに喧嘩もし、必死で努力をすれば、結果として家族の絆が深まり、大きな幸せを得ることができます。自分で頑張るしかありません。

仏教に「無常」という言葉があります。世のなかのあらゆるものは一定でなく、永遠不変のものはないという意味です。いわば常に変化している訳ですから今の苦難がずっと続くことはありません。むしろ今の苦難を楽しめるようになってこそ、初めて道は開けると私は思っています。お金も時間もたくさんあったとして、好き放題に自分の欲望だけを満たして暮らしても決して幸福とは言えません。一日一日を大切に、感謝の気持ちをもって生きることが幸福につながります。それが、少しでも人様の役に立ったとき、一番の幸福感を味わうことができるのです。誠心誠意、精進して生きたいと思います。