

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」

平成 30 年 8 月 30 日
村山 章

6月に梅雨が明けるといふ観測史上初の出来事で始まった、長くて暑い夏がやっと終わろうとしています。夏至は年間で一番昼間が長く、太陽の熱も強くなります。冬至は逆に昼間が短く、寒くなります。そして夏至と冬至の間、さらに冬至と夏至の間にある秋分の日と春分の日が、昼と夜の長さが同じという四季の循環があります。地面が太陽光で温められ気温が最も高くなるまで夏至から1か月半くらいかかります。このとき太陽は、夏至より1か月半分遠くなっています。日中は年間で一番暑いのに、太陽が遠くなったからか、朝晩は涼しさを感じますね。この最も暑い時季から秋分の日まで約1か月半をかけて、さらに季節が移ろいます。したがって、科学的データは解りませんが暑い時季も朝晩は涼しいと思ひましょう。

人生、色んな苦難がありますが、自然災害は自分の責任とは関係なく突然襲ってきます。誰も責められません。そもそも人生の不幸の原因は自分にあることが多々ありますが、多くの方は、そうした苦難や不幸を自分の成長につなげようと自らを説得して生きているのではないのでしょうか。それならば、自分の責任とは関係のない自然災害も、自らの成長につなげるしかないのではと思ひます。今の苦しみが永遠に続くことはありません。

私も、これでもかこれでもかと次から次へと襲ってくる苦難に対し「神さまめ、俺を試していやがんな。畜生負けてたまるか」と何回も思っただけです。そのなかで一番泣いたのは母親の自死ですね。ところがあるとき突然、これ以上の素晴らしいプレゼントはないという物を神さまがくれたのです。今でもこれに勝る素晴らしい物は存在しないと確信しています。それがランニングハイです。お蔭さまで健康ですが「お前は人さまに散々迷惑をかけて生きてきたのだから、少しでも長生きをして人さまのために働け」と言われているのかもしれない。一日一日を大切に誠心誠意精進して生きたいと思ひます。