

清流

題 字 : 芳野 充

令和5年12月30日
第84号

発行所 加来不動産(株)
発行者 加来 寛
北九州市小倉南区守恒本町1-12-23

穏やかに
静かに
清流のように

「時間」は「命」と自覚する

いまやスマホがあればさまざまなことが、無料で誰でもどこでもできる環境が当たり前となりました。たとえばスマホゲーム。電車やバスなどの交通機関に乗ると、子どもから中高年の男性、女性問わずスマホゲームをしていく人は珍しくありません。かく言うわたしもその一人でした。しかし、「時は金なり」ではなく「時は命なり」との言葉を知ると、「時間と命はイコールだ」と実感できるようになってきました。時間が経過しているということは命を使っている、ということ。「いま、わたしはどんな『時間』に『命』の使い方をしているのだろうか」。そのようなことを考えるようになってきました。

一日二十四時間。これは誰にでも平等に与えられたものです。しかし、意識がかわることによって、時間は結果的に二十四時間以上にも以下にもなる、ということに気づきました。

たとえばわたしの場合、見る気もなかったテレビやスマホを何となく見ている時間や、やる気なくダラダラと取り組む仕事や勉強している時間。自分のことを最優先するあまり、約束の時間に遅刻するなど。ふと「いまの時間の使いかたは、命を正しく使っているだろうか」と自問自答することで意識がかわり、行動がかわります。

何となくの時間をストップし、すべきことをおこなう。仕事や勉強は気持ち切りかえ注力しておこなう。あるいは、三十分など短い時間で切りをつけ集中してとり組み、時間経過後は気分転換をおこなう。事前準備をしっかりとっておかない、相手の時間も大切に affront。それは命を大切に使っているという実感とともに、清々しさや充実感を生み出すことにつながっているように感じます。

念のためにお伝えすると、いまも時おり子どもたちとスマホゲームをしたり、映画を観たりマンガを読んだり、ドライブに出かけたりもします。しかし以前のようにそれに没頭し、朝から晩までということはなく、必要だと意識してその時間を過ごせるようになってきました。

一日二十四時間はみな平等ですが、「時間」は「命」と自覚することで意識がかわり、時間の質や濃さかわり、時間とともに「歳を重ねる」につながるのではないだろうか、そのように感じます。

「いまやっていることに命(時間)を懸ける意味や意義があるだろうか」。そんなことを自覚するだけでも、時間の使い方が変わってくるような気がします。

もう年の瀬です。改めてこの一年をふり返りつつ、来年一年が充実した日々の積み重ねとなるよう、時間を大切にしていきたいと思えます。

加来 寛

