

いつもお世話になっております。  
今月分の請求書を送付いたしますので、何卒ご査収の程よろしくお願い申し上げます。

いつもありがとうございます。  
今年もあっという間に師走です。みなさまはお元気でいらっしゃいますか。

年々1年が短くなるように感じるには、いくつか理由があるそうです。  
例えば10歳の子供にとっては10年分の1年であるのに対して、40歳の大人にとっては40年分の1年になるということです。(ジャンーの法則)  
40歳にとっての1年は、子供のころの3か月分くらいに感じるということになります。たしかに自分でもそれくらい早まっているように思います。  
また、同じことの繰り返しでは、早く時間が過ぎるように感じるということもあるそうです。日常生活以外の特別な出来事や新しい経験が多いと、時間は長く感じられるようです。他にも、身体の代謝が活発であれば時間を長く感じるとか、集中していると短く感じるなど、様々な要因があるそうです。

先月のお便りでお話した「家族の座」のワークショップで、「あなたは人生に満足していますか？」と問われました。私は日常に特に不満も問題もなく、運のよさとご縁に恵まれてこれまで生きてきたと思っています。とはいえ、満足していると言い切ることはできず、「即答で『はい』と言えない、ということは、満足していないのだと思います。」と答えました。  
それ以来、躊躇せず「人生に満足している」と答えるには、どう在ればよいかを日々探求中ですが、ふと「足るを知る」という言葉が頭に浮かびました。

「吾唯足知」は禅語集に収録されている言葉で、その語源は老子の「知足者富」・・・「足ることを知る者は富む」です。私はこの言葉を「欲張らずにほどほどで満足すればよい。現状に満足し感謝しよう。」と理解していましたが、それでは的確ではないようです。  
調べたところ、ニュアンスの異なる解釈が色々ありましたが、私が一番しっくりきたのはこちらの文章でした。

*金や物を求めて満足するのは、心が外に向いているからだ。心が内に向かえば、豊かなものが、別の富が見えてくる。「もうこれくらいでいい」と外側に対する欲求を捨てたときはじめて、自分の本当の能力を引き出せる。本当の富は、自分の内側にあるのだ。 (※引用：『LIFE』加島 祥造 PARCO出版)*

「内側の富」を、個性・才能・経験と解説している方もいましたが、もっと深くて広い意味のように思います。「自分の内側にはすでに無限の富があり、そのことを知る」、「目に見える外側の条件ではなく、ありのまま素晴らしい価値を知る」というと、なんだか陳腐ですが、目に見える形や言葉では説明できないような、生命の本質的なことではないでしょうか。

「1年が短い、あっという間だな」という言葉を、私は「知らぬ間に過ぎてしまった」という感覚で使っていましたが、「今年も充実した毎日だった」と感じている人もいらっしゃることでしょう。  
みなさまは、今年も充実した一年だったでしょうか。  
いま、ご自身の人生に満足されているでしょうか。  
みなさまにとって2017年がさらに益々喜びあふれる一年になりますように祈ります。  
今年もお世話になりました。お陰様で沢山お仕事をさせていただきました。ありがとうございます。2017年も引き続きよろしくお願いいたします。



晩秋の頃、志摩半島の先端にある  
「爪切不動尊」を訪れました。



シーズー犬に似た顔の小さくてかわいい狛犬  
に出会いました。

シーズーというよりシーサーみたいとの意見  
もあり。そうだとしたら、沖縄から文化が海を  
渡ってきたのかも？