

# あなたの過去はあなたの未来を決めません

過去からの集積が現在の有り様であり、これからの生き方が未来の有り様をつくっていく、今はその事を考えてみたいと思います。

健康診断に行く際に、事前の調査書で親族の病歴を記入する欄があります。遺伝的な病気を抱えているか、否かの確認だと思えます。人間は先天的に受け継いでいる体質と、加えて後天的な生活が重なり合って、今の体質や性質を一人ひとりが持ち合わせていると考えていいのではないのでしょうか。ですから自分が生まれる前からの過去の集積が現在の自分を作っていると思えます。

私の両親は血圧が高く、その体質を受け継いだのか兄弟のほとんどが降圧剤を服用しています。私も若い頃は血圧が低かったのですが、加齢と共に高くなってきました。一方、毎朝血圧を測定していると、どういう生活習慣を続けていると高くなるのか、という事がわかるようになります、生活改善を進める事により血圧はあまり高くなりませんでした。もし生活改善をすることなく以前の日暮らしを続けていたら、間違いなく降圧剤のお世話になっていたと思えます。先にふれたように、今の自分というのは過去（過去も含む）からの集積であり、未来はこれからの生き方の結果、ということになると思えます。

きつと「い」ことが 待っている  
そう思ってる ホントに  
君が 幸せになると 信じてる（中略）  
強く生きて やさしく生きて  
自信をなくして

くじけそうになっても

君の ほんとに 大事なものを

見つけるまで hello hello

（詩・曲／小田和正）

私の大好きな小田和正の「hello hello」と言う曲の一節です。いつもこの歌詞の部分に励まされています。お釈迦さまが言われているように、「人生は苦しみ」の連続です。思い通りにならないことは沢山ありますし、辛いことの連続です。しかし、「無常」という言葉が示す通り、世の中は有為転変でどんどん変わっていくのですから、苦しくて辛い状態に固定化されることはないと思うのです。智慧を出し自分を信じて、自分を認めて、他のいのちと共に精一杯、自分なりに生きることを通して「きつと」いことが 待っている」と信じて生きるということが大切だと思います。

過ぎ去った（過去）事をいつまでも悔やみ、未（ま）だ来ない（未来）将来に心配ばかりする事から解放され、現在に在る（現在）人生を、あらゆるのちと共に生きてまいりましょう。

