

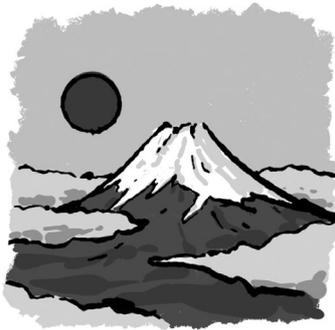
私たちは、日々、決断を迫られているといっても過言ではないでしょう。しかし、過去にこだわりすぎたり、未来を過剰に心配したりして、その決断に純粹に心を寄せられないこともあるのではないのでしょうか。過去や未来にとらわれすぎず、今この瞬間に集中し、行動することの大切さを教えてくれるのが、古東哲明氏が著した『瞬間を生きる哲学』にある次の文章です。

いまこの瞬間のなかにすべてがある。少なくとも、大切なものは全部でそろっている。人生の意味も、美も生命も愛も永遠も、なんなら神でさえも。だから瞬間を生きよう、先のことを想わず、今このかがやきのなかにいよう。

古東氏は、「いまこの瞬間」に重きをおいています。これは、人生の意味や美、生命、愛、永遠、さらには神までもが、今に凝縮されているということなのでしょう。

実際に私たちの人生は、まさに選択と決断の連続です。朝目覚める時、サッと身体を起こすのか、もう少し布団の中に留まるのか。食事を取る時、今日はどのような料理を選ぶのか、はたまた食事を取らないのか。誰と会い、どのような話をするのか。こうした日常の些細な選択から仕事や人生の重要な事象に至るまで、私たちは常に決断を迫られています。

これらの決断の積み重ねが私たちの過去を形作り、現在の自分を通じて、未来を創り出していきます。そして、降した決断が私たちの人生を豊かにすることにつながる



## 一瞬一瞬を大切に生き 決断力の重要性を知ろう

のです。

新たな年のスタートにあたり、「今年はこのように一年にしたい」と決意し、「こういう実践をしていこう」と誓う方も多いでしょう。しかし、その決意も日々の忙しさの中で忘れ去られてしまうことが多いものです。また、早朝に行なわれる経営者モーニングセミナーの最後には、「今日一日 朗らかに 安らかに 喜んで 進んで 働きます」という誓いを皆で斉唱します。しかし、この誓いを一日の仕事や家庭生活の中で保ち続けるのがどれだけ難しいかを実感している方も多いことでしょう。

だからこそ、自身の決意は、単なる一時的なものではなく、継続的な努力と実践を伴うものでなければなりません。未来の不確実性にとらわれず、今この瞬間に集中し、その瞬間に最善を尽くし、その決意を日々の行動に反映させることが、人生の質を高め、幸福をもたらす鍵となるのです。

その鍵を握るのは、自分が今いる場所や役割、そして過ぎゆく時間に対する自覚です。この自覚とは、怠惰や雑念に流されることなく、今やるべきことに全力を尽くし、目標に向かって進むことです。これにより、自分自身だけでなく他者の幸福も実現できるといふ至誠の心を持つことができます。

つまり、決断力とは、このような自覚に基づく日々の行動の連続の中から鍛えられていくものだと言えるでしょう。

二度と訪れない、この一瞬を大切に、  
「いま・ここ」を生き抜きましょう。