

## 毎日が素晴らしい

昨日は春を思わせるような陽気であった。  
天候が不順である。真夜中に冬には珍しい雷が鳴った。  
今朝はまた真冬に戻ってしまった。雨後の水たまりに薄く氷が張っている。  
正月があっという間に終わってしまった。もう2月である。



2013年クリスマス ロサンゼルスにて

昨年の暮れから休む暇もなかった。  
家族はみんな独立してそれぞれの生活に忙しそうである。  
それでもなんとか都合を付けて全員、暮のクリスマスはLAの長女エリカの家に集まった。  
久しぶりである。孫のルビー、ラウリーも元気であった。  
エリカはライターである。結構売れている。  
旦那のケンも俳優、監督、ライターといろいろ忙しそうである。  
写真はその時のものである。

アラバマの我が家には、私とワイフそれに愛犬のステラとハナだけである。  
息子のザックはアラバマ大学を卒業してすぐLAに行ってしまった。  
コメディチャンネルでプロデューサーのアシスタントしている。  
次女のエミリーは法律事務所で秘書をしている。

彼女は友人二人と家を借りて住んでいる。  
我が家はアメリカ風に言うと EMPTY NEST {エムテイ ネス、巣がカラッポ} である。  
時々思うのだがもし犬のステラとハナがいなかったら毎日ワイフと二人だけで顔を見合わせていることになる。  
ちょっと想像してもらいた。・・・なんとなく息が詰まるような感じである。  
犬のステラとハナが我々の間に入って来て雰囲気や和む。お犬様である。

女性は歳を重ねるに従ってなぜか強くなる。特に我が家では明確な事実である。  
遠い昔、私は絵にかいたような亭主関白であった。絶対的な権力者であった。  
独裁者と言っていいぐらいである。  
何時の間にパワーを奪われてしまったのか・・・。  
3人の子供達をワイフは一人で育てたといい。  
私は道場と内弟子だけを見ていたようだ。  
その間、少しずつワイフは逞しく強くなっていた。  
或る日突然ワイフと子供たちに関白の地位を奪われてしまった。  
時々勇気を出して戦いを挑むのだが残念ながら今まで全敗である。  
それでもひそかにチャンスを待っている。  
話が脱線しそうである。いつもながら話がまとまらない。戻す。

還暦を迎えた時は歳の重み、時間の無常な流れなど気にならなかった。  
まだまだ身体も動く。気力もある。時間は充分、溢れるほど残っている。  
そんな風に思っていた。・・・知らぬ間に古希を迎えていた。

最近になって身体の僅かな変化を敏感に感じる様になった。  
昨日まで無理がきいていたのに、無理をすると身体が重く感じ、疲れが残る。  
毎日の生活に気を配りだした。  
毎日が愛おしく、貴重になった。無駄にしたくない。  
今日有ることを感謝して過ごそう。心からそう思う様になった。

門下生の皆もきっと今年こそはと、いろいろと抱負を持ったことだろう。  
何時も言う様に我々は希望、目的、目標をもたなければいけないと思う。  
ただその目標に到達する為の道のりが時としてあまりにも遠過ぎる。  
自分で掲げた目標を分解して、先が見えるところ、手の届くところからこなしていくことが大切だと思う。

具体的な例を話そう。  
直井先生は一日に1000回の腕立て伏せをやると言った。決意は素晴らしい。  
気合いを入れて私の目の前で始めた。  
しかし、残念ながら23回目につぶれて仕舞った。お粗末である。  
直井の、あの長方形の顔、優しそうな目から涙が出て来た。  
「直井泣くな、希望を捨てるな、1000回はチョットまで。先ず、一時間おきに20回やれ」  
涙と、鼻水をたらしながら、直井先生「オス」と答える。  
それから直井先生、毎日軽く300回から500回こなしているようだ。

「この話し、マサ先生、永井先生信じますか？」  
ポイントは身の回りの見える、手の届くところに目標を置き毎日こなしていく。  
その繰り返しを続ける。その結果が大きくなって戻ってくると言う事である。  
「継続は力なり！」という言葉がある。全くそうである。

あまり大き過ぎる目標や希望は幻となって消えて仕舞う場合が多い。  
大きな希望や目標はもつことはいいが、意識して心の中に刻み無意識の世界まで身体に植え付けると実現するかもしれない。  
その希望と目標を何時も身体の中に置くことが大切である。  
今年も健康第一である。突ける時に突き。蹴れる時に蹴る。  
自分の身体が動けると言う事はまことに素晴らしいことなのである。

晴れても雨が降っても曇っても時間は止まらない。  
しかし時は、一週間、一か月、新年、春夏秋冬と我々人間の生活に節目を付けてくれる。  
そのたびに「ヨシ、今週は頑張ろう。今年はやるぞう、春だ！・・・」  
時間の節目は、生きている人間に、天が、神がチャンスを与えてくれるのであると思う。

失敗を恐れず前に前に進む事が大切である。トチったらまたやり直せばいい。  
命があると言う事は素晴らしい。  
生きていることは素晴らしいのである。

ここまで書いてきて自分の文章に興奮してしまった。  
思わず立ち上がって、「オイショウ！」と気合いを入れたしまった。  
ワイフが「QUIET PLEASE、ウルサイ、静かにしてください！」ピシヤット来た。  
「ウン・・・ウン」と唸りが出た。  
でも最後は「オチ」と返事をしてしまう。  
「押忍」の二文字である。

今に見とれ必ず失われた関白の地位を今年に戻す。  
意識して態度に出るとかえって逆襲に会う。  
そうだ、まず革命は無意識の世界、心の底におこう。

春は、其処まで来ている。  
また皆と汗を流せる。楽しみである。

オス