

4位「大事な今はここに生きているということ」

ケネシベコワ・シャフダル

ビシケク国立大学、東洋国際関係学部 3年



現代は生活リズムが目まぐるしくて、私たちはその日その日の心配や悩み事に追われています。一息つく暇があれば、逃したチャンスをなつかしがり、将来の成功を夢見ています。

日記をつけていると、よくわかります。1週間、2週間なんて、あっという間に過ぎていってしまうのです。その日の予定、一週間の予定、1ヶ月の予定、全部が計画です。私が見ているのは明日のこと、明後日のこと、そして、何もかも先のことばかりです。

いえ、予定を立てることを悪いと言っているわけではありません。それどころか、計画するのは素晴らしいことです。でも、一つだけ、一番大事なことを忘れていると思います。今という時を忘れているのです。私たちは毎日、今はこれをして、明日はゆっくり休もうと思いません。みんな明日が必ず来ると思い込んでいます。

私たちは、今日はまだ十分ではないけれど、将来どこかで生活も何もかもが良くなる、楽しくなる、ゆっくりできるようになる、と考えています。過去を懐かしがりながら、今のことでなく、いつも未来のことを考えていたら、本当の人生が過ぎ去っていくとは思いませんか。今、街を歩いて、いま輝く太陽を浴びて、いま鳥の声を楽しむということが、どうしてできないのでしょうか。いつも先のことばかり心配しながら急いでいます。きょうという一日に感謝することができません。今という時を大事にすることを忘れているからです。私たちは一番大切なことを忘れています。今という時間を味わい、ゆっくり楽しむことを忘れていないのでしょうか。

人生は贈られた物です。一日一日、一瞬一瞬が贈り物です。そう考えたら、今日という日を大事にしないわけにはいきません。すでに起きてしまったことや、これから起きるかもしれないことばかり気にする必要はありません。

私の母はいつも「人生はゲーム」だと言っています。悩むのではなく楽しむことに人生の意味があります。大学生は学校時代に戻れません。卒業してからのことはまだ現実ではありません。生きていることが実感できるのは、今この時間しかないのです。

もしかして明日、素晴らしい人に出会うかもしれないと期待するより、今、同じ時を生きている家族や友だちを大切にしましょう。人生の時間に優先順位をつけてみてください。いま自分にとって何が大切か、少し考えてみてください。

一番大事なことを忘れないようにしたいです。私たちは過去でも未来でもなく、今を生きているのですから。