

前後裁断

2025. 2. 13

「前後裁断（ぜんごさいだん）」これは、過去も未来も断ち切り、今にすべてを集中することである。江戸時代の沢庵禅師、沢庵和尚の言葉である。過去をくよくよ引きずっても何も変わらず、未来を憂えても取り越し苦労になる。今の今、この時を生きよとの戒めである。

聖光学院高校野球部の斎藤智也監督が、「甲子園への道」という演題で講演を行った。その中で、斎藤監督は、試合中は過去や未来にとらわれず今に集中する「前後裁断」の考え方が大切だと述べている。

野球の試合時間、約2時間のうち、ボールが動いている時間は、わずか15分ほど。「〇〇してしまった」「〇〇したらどうしよう」などと考えず、残りの1時間45分をどう使うかが勝負の鍵を握ると主張している。

プロ野球、ソフトバンクホークスの小久保監督は、現役時代、帽子のつばに、ある言葉を書いていた。それが、「前後裁断」である。過去を忘れ、未来を断ち切り、今を真剣に生きるという意味で、座右の銘にしていた。

この言葉に、20年ほど前に出合った。生き方や人生論について考えていたときだった。40代前半だった。あの頃は、自分にぴったりの言葉だと思った。それ以来、座右の銘とまではいかなかったが、ずっと意識してきた。

ところが、ここ数年、この言葉がどこかに行ってしまった。斎藤監督のおかげで、ハッと思い出した。今の自分に必要な言葉だと感じた。過去のことを振り返る機会が増えた。人生の節目の年齢を向かえたということもあるだろう。だからといって、過去を振り返り、くよくよと引きずることはない。未来のことも、今まで以上に考えるようになった。残りの人生が少なくなっているからだろう。

このままではいけない。今こそ、「前後裁断」である。これまで以上に、今を真剣に生きなければならない。惰性ではいけない。何となくでもいいけない。流されてはいけない。とりあえず、座右の銘にするか。

この前までは、「謙虚・誠実・実行・寛容・感謝」を大切にしてきた。この5つの言葉を書いた紙をデスクマットにはさめておいた。そういえば、幼稚園に来てから、常に意識するという言葉をもっていなかった。これがよくなかった。きっと、大きな意味があって、「前後裁断」は私の前に再び現われたのだろう。早速、デスクマットにはさんでおこう。