

時薬、「ときぐすり」と読む。どんなに大変な困難を抱えても、時間が薬となって解決してくれる、という意味である。どうしようもない、ああもうダメだと思っても、時の流れに任せていれば、いつか傷が癒やされ、回復する。生き物には、本来、自然治癒力が備わっている。

医学が発達して、いろいろな薬が開発されている。おかげで、昔は治らなかったが、今は治療できる、そういう病もある。しかし、どの病にも効く薬というものはない。深い心の悲しみを治せる薬もない。大事な人が亡くなった深い悲しみなどは、時間にしか癒やせないこともある。

「時薬」という言葉には、悲しんでいる人にとっては、この悲しみがずっと続くかのように思うが、決して永遠に続くものではないことを伝えることで、少しでも楽になってほしいという心が込められているように思う。

大事なことを忘れて、他人に迷惑をかけてはいけないが、どんなことも永遠に忘れないというのも、また苦しいものである。たぶん、多くの人は生きてはいけなくなる。自分にとって悲しいことを忘れるというのは、決してわるいことではない。いつまでも覚えていると、ずっと過去にとらわれてしまい、未来に向かって一步を踏み出すことができなくなる。

大事な人を亡くした悲しみ、苦しみは、簡単に消えるものではないが、「時薬」により、癒やされれば、大事な人とのよい思い出とともに、生きていくこともできる。「時薬」を使わずに、早く忘れようとしても、なかなか忘れられるものではない。忘れようとすればするほど、かえって思い出すから、忘れようと思っても忘れることはできなくなる。「時薬」が効いてくれば、自然と忘れることができる。

では、「時薬」が早めに効く心がけはあるのだろうか。ドトールコーヒーの鳥羽名誉会長の座右の銘に「因果俱時（いんがぐじ）」というものがある。原因と結果というものは必ず一致するものと釈迦が説いた言葉である。

現在の自分がどういう位置にあるかを知りたいと思うなら、過去の原因を見してみる。原因を積み重ねてきた結果として今日がある。原因と結果は一致している。将来自分はどうなるだろうか和知りたければ、今日一日積んでいる原因を見ればわかる。自分自身が毎日、未来の結果の原因を積んでいるということである。

鳥羽名誉会長は、この言葉の意味を初めて知ったとき、一日、一時間どころか、一分、一秒すらおろそかにはできないと、息の詰まるような思いがしたそうである。過去のことをどれだけ考えても、「時薬」の効き目はなかなか表れない。また、未来のことをあまり考えすぎても、どうなるかわからないことばかりである。これもまた「時薬」の効き目が表れにくくなる。

「時薬」が早めに効く心がけは、今に集中することである。「因果俱時（いんがぐじ）」は、過去も未来も現在に収まるから、現在、今が大事、今に集中しようと言われている言葉である。今に集中して、過去や未来を忘れることにより、「時薬」が早めに効いてくるようになる。そのあとで、過去のことを振り返ったり、未来のことを考えたりすればいいのではなかろうか。

ここ数か月で、新型コロナウイルス感染症だけでなく、大雨による被害や熱中症などにより、多くの命が奪われた。心からご冥福を祈る。そして、残された方々に「時薬」が効くことを祈る。