

# 佛心寺 お手紙掲示板 四月



**思い出すことは、「今の私」を見つめる時間**  
ふとしたときに、昔のことを思い出すことがあります。

楽しかった時間、大切な人の声、何気ない日常の一場面  
それはただ「懐かしいな」と感じるだけでなく、今の私  
に大切な何かを気づかせてくれるきっかけになります。

## 思い出は、

## 過去ではなく

## 「今」

私たちは「思い出＝過去」と考えがちです。  
けれども、その“過去”を思い出しているのは、いつも  
「今、ここ」にいる私自身です。思い出は過去の出来事  
ではありませんが、それを思い出しているのは“今”の私。  
だからその記憶は、過去のままではなく、今の私と出会  
い直すことで、新しい意味を持ちはじめます。

つまり、思い出すことは、過去に戻ることでも逃げるこ  
とでもなく、今を生きる自分自身を見つめ直す、あなた  
かな時間なのかもしれません。

思い出と向き合うことは、過去にとらわれることではな  
く、それを通して「今」をより深く生きるヒントを得る  
ことにあるのでしょうか。