

千日の稽古を鍛とし
万日の稽古を錬とす

1月9日(土)午前6時40分、P
CのWindows Liveメールが迷惑
メール(スパムメール)を受信した。
官公庁や大手企業のサーバーが

もの大量受信となつてしまった。

平均1分間/5通、1時間/3
00通。ピーク時は、1分間/2
00通、5時間/7500通。

PCを取り巻く環境は、筆舌に
尽し難い状態にあったものの、官
民含めた迷惑メール対策にかかわ

Eメールだが、「迷惑メール対策」
は講じているだろうか。
「千日の稽古を鍛とし」

「万日の稽古を錬とす」
江戸時代の剣豪・宮本武蔵が
『五輪書・水之巻』の後書きに記し
た言葉が、東京都神田区が発行す
る1月の「生命の言葉」として紹介
された短冊を手にしたのは、神社
に初詣した帰りのこと。

裏面には、「千日間、同じこと
を続けることを鍛といい、万日間、
同じことを繰り返すことを錬とい
う。物事に習熟する為には、それ
くらい長い間続けなければならな
い」との説明書きが添えられてい
た。

千日は3年、万日は30年。
Windows 95の登場とともにパ
ソコンを使い始めて20年余。また、
稽古が足りないようだ。

日々是好日

昨日と今日、先月と今月、昨年
と今年が違うように、千日は千通
り、万日は万通りの日々がある。

四季の変化を表す春夏秋冬でさ
え、昨年と異なるばかりか、10年
前、20年前と比べてみても気候や
天候も変わってきた。また、晴れ

の日もあれば、雨の日も、風の日
もある。天候に優劣はないものの、
「雨男」を自覚している人もいる。
雨天のため行事が延期や中止にな
ることがあるからであらう。

だが、雨を喜ぶ人もいる。
晴れの日は晴れの日を楽しみ、
雨の日は雨の日を楽しみ、風の日
は風の日を楽しむ。

楽しむべきところはそれを楽し
み、楽しみなきところもまたなき
ところを楽しむ。

こうした心境を「日々是好日」と
読んだ禅語がある。

似たような意味を持つ言葉とし
て、「人盡楽(人そのものをありの
ままに楽しみなさい)*2」もある。
千日、万日の稽古を倦まず弛まず
励むとは、「人盡楽」の域に達する
まで心身を鍛錬し続けること。

迷惑メールの受信から「日々は
好日」や「人盡楽」であると受け入
れるには数日間を要した。

『論語』の「子曰く、これを知る者
は、これを好む者に如かず。これ
を好む者は、これを楽しむ者に如
かず」から、楽しむ難しさを改め
て学び直す好日となった。

今日の一针明日の十針。今日の
後に今日なし。

転期に立つ経営の視座³⁴
今日の後に今日なし

ダウンしたなどの報道を見聞きし
ていたとはいえ、他人事のように
しか思えなかったのは、多い日で
10通程度の受信にすぎなかったか
らである。

土日祝日を挟んだことから対策
が後手に回ってしまい、14日未明
までの5日間、約3万5000通

はやかわ・ひろし

経営コンサルタント。『介護ビジョン』編集委員。介護事業
に関する独自の調査に基づいたデータ分析を各誌・紙に発
表。著書に『99の言葉の杖』(日本医療企画)、『早川浩士の常
在学場』(筒井書房)、『介護人材創造塾』(筒井書房)、『介護
保険改正に勝つ! 経営』(年友企画)、『データで徹底分析
介護事業の最新動向と経営展望』(日本医療企画)など。

<http://www.hayakawa-planning.com>

ブログ: <http://ameblo.jp/hayakawa-planning/>

る関係者による、効果的な迷惑メ
ール対策の推進を目的とした「迷
惑メール対策推進協議会(Anti-
Spam mail Promotion Council)」*1
の活動を記したホームページの存
在を知るといふ収穫もあった。

パソコン、携帯、スマートフォ
ン等の連絡手段として欠かせない

*1「迷惑メール対策推進協議会」のホームページアドレス: <http://www.dekyo.or.jp/> *2「人盡楽」(読み:ひとことごとくたのしむ)