

遺言。

まぐまぐ殿堂入り・日刊メールマガジン
「今日のフォーカスチェンジ」第2207号
(2009年11月13日発行)より

「遊びにきてくださいね」
いつもやさしい笑顔で、そう言って
くださっていたかたがいました。
「はい」
そうお返事し、そして、本当に、い
つか行こうと思っていたのに、つい
つい、行きそびれていたのです。

突然の訃報に、頭を殴られたような
気がしました。

あの笑顔に、もう会えないなんて...。
「いつか」なんて、けっしてないの
だと、わかっていたはずなのに...

「どんなにけんかしたときでも、朝
出かけるときには、必ず、『いって
きます』を言うようにしています」
そうお話しされたかたがいます。
もしも、どちらかに、万が一のこと

があったとき、最後にかわしたこと
ばが、いさかいのことばであったな
ら、残されたものは、一生、後悔す
るからです。

そう考えると、いま、自分が書いて
いることは、いつでも遺言なんだな
あとと思います。話をするこも、い
つでも、遺言なんだなあとと思います。

けっして立派なことを言おうとか、
かっこつけたことばを残そうとか
は思わないけれど。そう考えてみた
だけで、気持ちが、きゅっとひきし
まるのを感じます。自分の発すること
ばを、そのことばを伝える相手をも
っと大切にしたいと思えます。

ことばだけではありません。
今日、自分のすること。それも、か
たちを変えた遺言なのかもしれません。
あるいは、今日、自分がしな
かったこと。それも、かたちを変え
た遺言なのかもしれません。

できないことは、たくさんあるけれ

ど。一生かけても、終わらないこと
はたくさんあるけれど。少なくとも、
今日、そして、いま、やれることに
は、こころを尽くそうと思いました。
いま、伝えられることは、惜しみな
く、伝えたいと思いました。

そして、受け取ってくれるひとを、
これまで以上に、大切にしたいと思
いました。その、受け取ってくれる
ひととのご縁も、いつだって、一期
一会のものだからです。

そんなことを考えていたら、こころ
が、ずっと静かになるのを感じまし
た。昨日と変わらない日常が、本当
は、変わらないものではなく、一瞬、
一瞬、変化して、二度と取り戻せな
い、価値あるものであることがわか
りました。価値とは、外がわの評価
に左右されるものではなく、ただ、
あるというそれだけで、完全なもの
であることがわかりました。

ありがとう。今日、このいま、私を
生かしてくれて。

ありがとう。この瞬間に、この気持
ちを伝える場をあたえてくれて。
ありがとう。そんな私の気持ちを、
受け取ってくれて。

遺言。
この一瞬、一瞬を、積み重ねて生き
ていきたい。この一瞬、一瞬に、出
会うすべてのこと・もの・ひとを、
いとおしみながら。
どんなにささやかであっても、私に
できることを、最大限、大切にして
いきたい。

そんなことを思った朝でした。

そんな気持ちを、そのまま、あなた
に伝えたいと思います。

●日刊メールマガジン「今日のフォーカス
チェンジ」(かめおかゆみこ編集・発行)は、
2003年11月1日創刊。2009年4月、
2000号達成。3秒で読める携帯版もあり。
無料講読は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>