

## それがすべてじゃない

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2225号  
(2009年12月1日発行)より

悲しいこと、いやなこと、苦しいこと、せつないこと、腹の立つこと、やりきれないこと…。

生きていくうえで、さまざまなきごとが私たちがさいなみます。そのたびに私たちは、どうしていいかわからない気持ち、先がないような気持ちに、とらわれます。

でも、私は、そんなとき、このことばを、自分に投げかけることにしています。

「それがすべてじゃない」

このことば通りです。何の説明も必要ありません。だって、これが真実なのですから。

たしかに、目の前のできごとは、変えようがないように感じます。事実、

そうかもしれません。でも、人生って、それがすべてじゃないんです。

それにかけてきた気持ち、ときには、誠意までもが、踏みにじられたように感じるがあったとしても。その気持ちをかけたことは、けっしてむだではないのです。その思いは、これから先の人生のどこかに、必ず還元されていきます。

また、思うようにならないと感じる結果があったとしても、その結果によって、いままで見えなかったことが、見えてくるかもしれません。あたらしい展開が、少し先に待っているかもしれません。

だから、絶望することはないのです。

とりわけ、自分で組み立てたプランが、予想とはずれたときほど、このことばを、自分に投げかけてほしいのです。

「それがすべてじゃない」

言い聞かせるとか、なぐさめるという次元の話ではなく、確信をもって、自分自身に伝えてほしいのです。

実際に、私は、それを確信しているからこそ、自分に言ってきたのです。

どんなことにも完全にだめなことなんて存在しません。その尺度、そのものさしではかったときに、限界が見えるだけです。それが限界のように感じられるだけです。

もう一度、書きます。

「それがすべてじゃない」  
そう言い切って、前を見てみてください。

たとえ目の前の道が、そこで途切れていたとしても、そのまわりには、ちゃんと、大地が広がっているではありませんか。その大地を切りひらくことを、あらたな選択肢に入れたっていいのです。

あるいは、空を飛んでいくことだって、地をもぐっていくことだって、ワープすることだって！(笑)

それらは、いままで、道があると思うから、選択しなかつただけ。これ

までの道がなくなれば、自分でつくればいいのです。

ほんのちょっとした勇気や覚悟は必要です。でも、生きていくって、本来はそういうことなんです。勇気や覚悟を、ちょっとずつ積み重ねていくことが次の道をひらいていくのです。

だから、どうぞ、絶望する必要はありません。こたえはひとつではありません。無数にあります。その無数のこたえのほうを、見つめてみてください。その可能性をこそ、見つめてみてください。

私も、ともに見つめます。

●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/>