

## 毅然と。

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2562号  
(2010年11月3日発行)より

毅然と。…ということばが好きです。

背筋がひゅっと伸びるような、顔が、  
すっとあがるような、そんなすがすが  
しさや、いさぎよさを感じるからで  
す。

けっしてかたくなでない、それでい  
て、しっかりと芯が通っている、そん  
な感じ。まっすぐなまなざしで、遠く  
一点を見つめているような、そんな  
感じ。そんな感じが、好きです。

日々の生活は、とてもそんなふうには  
いられないことの連続です。へこ  
んでしまいたくなる材料はいっぱい  
あるし、勇気や元気をくじいてしまう  
ことに長けたひとたちも、おおぜい

います。

でも、だからこそ、そんなときには、こ  
のことばを思い出したいのです。毅  
然と。そう、毅然として生きるのです。

いま、目の前にあること・もの・ひと、  
あらゆるすべては、誰のせいでもな  
く、自分自身で選んできたものだと  
いうこと。

ときには、偶発的にもたらされたもの  
もあるかもしれないけれど、自分の  
意思で選んだわけではないかもしれ  
ないけれど、それと、どう向き合うか  
は、自分で選んできた結果。

それが、自分にとって、望ましくない  
ものであっても、まずはいったんは、  
しっかりと向き合って、見つめる。そう、  
毅然とね。

それから、どうしたいかは、あなた自  
身が決めるのです。どうありたいかは、

あなた自身の責任なのです。

(責任というと、何か押しつけられた  
ように感じるひともいるかもしれませ  
んが、自分で、自分のやれることを  
選んで、負うのです。それが、本当  
の責任ということです)

毅然として、あなた自身のありようを  
決めましょう。毅然として、あなたの  
責任を引き受けましょう。

すると、どんな状況であっても、あな  
たは、あなたの人生の主役を勝ち得  
ることができます。どんな運命のもと  
にあろうと、そのとき、あなたは、「被  
害者」でもなく、「犠牲者」でもなく、  
自分自身の人生という舞台のヒーロ  
ー(ヒロイン)なのです。

だからね。

毅然と。毅然としていなさい。

あなた自身の尊厳にかけて。

あなたは、あなたの人生を、そのよう  
に生きる権利がある。あなたが、あな  
たとして、この生を受けた意味を、ま  
っとうする必要がある。

この世に、いのちをあたえられるとい  
うことは、そういうことなのだから。

毅然と。毅然と生きなさい。

あなた自身を生きなさい。

今日のメッセージは、自分自身に向  
けたことばでもあります。受け取りた  
いと思ったひとだけが、受け取って  
ください。私もまたしっかりと受け取り、  
今日を生きていきます。

●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。2010年9月、  
2500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/>