

## 呪いをかけて しまったのです。

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2585号  
(2010年11月26日発行)より

動かなくてはいけない。なのに、動けない…。そんなときには、無意識のうちに、ブレーキがかかっています。ごく単純なブレーキとしては、やりたくない理由があるときです。たとえば、無理やり頼まれたりとか、内容がまったく興味なかったりとか。

でも、それだけでないブレーキもあります。かつて私は、頼まれた仕事の〆切を守れず、大幅に納期を遅らせてしまったことがあります。そのため、仕事先から詰問され、叱責され、そこからは二度と仕事をいただけなくなりました。

現実的には、非は完全に私のがわにあり、いいわけはできません。自分でも、どうしてそうってしまったのか、理由がわかりませんでした。いやで引き受けた仕事ではなかったからです。

ふり返ってみると、その当時、私は、あることで苦しんでいました。そして、私を苦しめる(と思っていた)相手にたいして、怒りを感じていました。怒っても怒っても、解決の糸口は見えませんでした。それはすでに

終わってしまったことで、私は空まわりするしかなかったのです。

それでも、私は、相手がゆるせなかったのです。相手には、私が苦しんでいることをみとめてもらいたかった。そのためには、私が苦しんでいる姿を、見せつづければなりません。幸福な笑顔なんて、見せてはいけなかったのです。

もちろん、表面では、そんなふうには思っていません。あくまでも無意識での話です。

あたらしい仕事を手に入れて、そこでうまくいったら、相手を見返してやれる。そんな暗い情熱さえもっていたにも関わらず…。からだは動きませんでした。やらなければならぬと思えば思うほど、重いなまりをつけたように、動けなくなっていくのです。仕事先から、さいそくの電話をもらうたびに、消えいりたような気持ちになり、自分のふがいなさに涙が出ました。

あのとき、私を支配していたのは、どうしようもない無力感でした。苦しみにとらわれて、その苦しみを感ずるたびに、エネルギーは、ことごとくはわれていきました。その苦しみにしがみついているのは、ほかならぬ自分自身だったのに、

残されたエネルギーを、苦しみをあたえた(と思っていた)相手に、怒りとして注ぎつづけていたように思います。こころもからだも、

魂も、ぼろぼろになっていました。そんな状態で、仕事など、できるはずがなかったのです。まして、苦しい顔を見せつづけることだけが、そのときの私にできた、唯一の「復讐」でしたから。仕事があまくいったときの笑顔なんて、幸せそうな表情なんて、見せることはゆるせなかったのです。

だって、そんなことをしたら、相手は、私が苦しんでいることに気づかず、「なあんだ、問題なかったんだ」と、安心してしまおうから。ひとを呪わば穴二つとは、よく言ったものです。私は、私自身にたいして、その呪いをかけてしまったのです。

この定義づけが正しかったのかどうかは、正直なところ、いまよくわかりません。けれども、少なくとも、あのときのセルフイメージの低さが、あの現実をまねく一因になっていたことは、たしかでしょう。もっと言え、そんな状態のなかでは、未来もまた、見えなくなっていましたから、未来の見えない自分にたいして、エネルギーは、よけいに湧きにくなっていたのでしょうか。

もしもあのころの自分に、いま、出会うことができたなら、言ってあげたいことばがあります。自分をゆるしていいよ…って。苦しみを背負ってしまった自分を。ふがいないと思う自分を。怒りを捨てられない自分を。

それはしかたのなかったことなのです。自分に足りないところはあったかもしれない

けれども、それでも、最大限のことはやったのです。あのときは、それ以上のことはできなかったのです。

ゆるしてやりなさい。そして、解放してあげなさい。もうそれ以上、苦しまなくていいのです。自分を苦しめなくていいのです。ゆるして、その、重いなまりを、はずしていいのです。

あなたが生きるということは、あなただけのものです。ほかの誰かの復讐のためになんて使ってはいけません。ただ、あなたのままで幸福になっていいのです。ただ、あなたのままで、生き直していいのです。

…長い時間の果てに、いま、私は、そんな自分を選べるようになりました。だから、いまは幸福です。ときどき、落っこちることはありますけどね。ずいぶん早く、はいあがれるようになりましたよ♪(笑)

理由もなく、前にすすめないような気持ちになるときは、よかったら、このメッセージを読みかえてみてください。あなたのヒントになれば幸いです。

●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/>