

どんな人生を送りたいか

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2806号
(2011年7月6日発行)より

あれこれと、これから先のことを考えていたときのことで。ふと、自分が「どんな人生を送りたいか」を、箇条書きにしてみたくなりました。より正確には、人生の後半を…ということになるでしょう。(笑)

・ひとを幸福にし、自分も幸福になる人生
・仕事それ自体が喜びであり、それによって、多くの人に喜ばれる仕事をする人生
・互いに尊敬し、互いにサポートしあえる人間関係のある人生
・チームを組むひとたちと喜びをともにできる人生
・チームを組むひとたちの家族をも喜ばせる人生
・チームを組むひとたちの家族に感謝される人生
・子どもたちの未来に貢献できる活動をする人生
・ひとに勇気・元気・希望・やすらぎをあたえられる人生
・こころもからだも、しなやかに生きる人生
…などなど。

ほかにもいくつか書きましたが、書いているうちに、気づいたことがあります。私はひとつつながっている仕事があったんだなあ、と。そんなふうには、きっちり「こうなりたい」と、思ってきたわけではなく、むしろ、歩いてきた結果、そうなりたいたいと思っていたんだなあとい

う感じですよ。

まだまだ紆余曲折をつづけてはいますが、それでも、少しずつ、そんな方向に向いていると思います。本当にいろいろなことはあったけれども、まだまだ到達したいところまで、道のりは遠いけれども、こうして歩いてきてよかったんだなと思えます。

私は、メルマガでも講座でもよく、「どうありたいか」という言い方をします。それは私にとって、ゆるやかな方向軸なのです。見えない羅針盤といっても、いいかもしれません。

目標は、具体的に期限を入れたほうがいいとか、はっきり数値化すべきとか、いわゆる成功哲学系、自己啓発系のセミナーなどではよく言われることです。そして、それは実際正しいのですが、私には、どこかちよつときゆうくつなところがありました。

いま思い返すと、私は、私の「ありたいかたち」にたいして、ゆっくりと舵を向けていたのです。それも、ジェット噴射のような強力なエンジンではなく、しいていえば帆船くらいの感じでしょうか(笑)。ゆる～く、ときには流され、ときには道を見失いそうになりながらも、たとえば、「あ、あそこに北極星がある」くらいの感じで、そのつど、軌道修正してきたのかもしれない。

その、軌道修正のよりどころになるものが、

「どうありたいか」なのです。そして、それは、人生を〇十年、歩んできたいまごろになって、ようやく、「あ、そうかな～」と、見えてくるものであって、20代、30代のころには、見えていなかったことなのです。

やりたいことが見つからない。夢がない。目標がない。そんなことで悩んでいるひとを、ときどき見かけます。そんなときは、「どんな自分でありたいか」をイメージしてみるといいと思います。

具体的な仕事は浮かばなくても、具体的な数値が見えてこなくても、「どうありたいか」「どんな人生を送りたいか」と、考えてみることになかにも、きっと、もうその方向性は、かくされていると思うのです。

あえてスピリチュアル系の表現をしまえば、それぞれの魂は、それぞれの生きたい(行きたい)ところを、ちゃんと知っているのだと思います。だから、いたずらにそのことで、不安がったり、自分を否定的に見る必要はないのだと思います。

「どうありたいか」「どんな人生を送りたいか」。ためしに、書いてみてください。実現するかしないとか、そんなことは考えずにね。

それでも、「私にはわからない」と抵抗するひとは(笑)、こういうふうには聞いてみてください。「何をこころよと感じるか」。これを「快

感覚」といいます。ひとが生きていくときには、無意識のうちに、この感覚を使っているのです。この感覚がはたらくときには、どこかで、「ありたい自分」とつながっているのです。

そしてね。もしも、魂が、そのこたえを知っているのだとしたら、私たちの毎日は、その方向に、ちゃんとすすんでいるのです。まわり道に見えることも、まわり道という予定どおりの道をすすんでいるのです。いったん止まれも、振り出しにもどれも、すべて、そのおおきな道の一部なのです。そんなふうには、自分(の魂)を信頼してみたいかかがでしょうか？

少なくとも、いま、振り返ってみて、私は思います。私と同じように、まわり道の人生を歩んできたひとは(笑)、どうぞそんなふうには思ってください。これからの人生のほうはずっと長いと思えるひとは、ああ、そんな見かたもあるんだなと、思ってみてください。

私も、私で生きていきます。生きていく、あなたの幸福を願いながら。今日の、私の気づきです。私も今日からはじめます。

●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。2011年6月、2800号達成。3秒読める携帯版もあり。無料講義は「かめわざ快心塾」から♪

<http://kamewaza.com/>