

『 耳をすまして 』

「じぶんらしく！」

ほんとによく聞く言葉。

でも なかなか どうして。

簡単なことでもありません。

VoiceTrainer・MICHIKO のマネージャーという仕事柄

若いミュージシャンとよく話します。

「じぶんのポリシーだけは曲げられないっす！」

威勢よく胸を張るけれど

「で、あなたのポリシーって？」

お尋ねすれば、これがどうもハッキリしない・・・。

よくあるケースです。

でも若い子だけの話じゃなく

「じぶんのことだから、わかっているはず」

言ってはみたけど、意外に反対だったりしませんか。

他人のことの方が、わかりやすかったりしませんか。

「ほんとうは どう感じているんだろう？」

じぶんらしさを知るには、じぶんとの対峙が必要。

いつもいつも自らの心に傾ける

耳を持っていなくてはなりません。

誰かのせい、あっちの都合で・・・じゃなく

「あなた自身は どうしたいのか？」

自分にアンテナを立てながら

気を付けてないと

まわりの雑音に紛れて

聞きそびれてしまいがち。

目先のことが邪魔をして

見過ごしやすい。

本心に向き合うのは

わりと勇気もいるもんです。

こわがって 尻込みして

迷いから不安を生み出して

できない言い訳や

やらない理由が先回りしてしまう。

でも・・・

そんなのを最初に並べたら

誰だって身動きできなくなります。

じぶんに拘るなら

まず胸の奥にある

本音を探しましょ。

あわてる必要はないはずです。

「アンチエイジング」「アラフォー」とか

加齢に逆らうニュアンスが

流行ってますけど

それこそ じぶんのタイミングだもの。

じぶんで計ればいい。

「なりたいじぶん」になることに

締めきりなんて

あるわけないんですから。

生きてる限り だれでも現役。

心の声に 耳を澄ます

これが「じぶんらしく」の 初めの一步。

それから

“わたくし”について ていねいに考えてみる

これが「充実」への鍵。

だれの手にも

きっと握られているはずです。

ぴかぴかに 磨くかどうかは

これまた じぶんしだい。

どうせなら

たのしみながら 磨きましょうよ。

VoiceTrainer・ MICHIKO は いつも繰り返します

Enjoy Yourself !

And・ ・ ・ Relax !!

そう !

じぶんの可能性をおもしろがること

これこそ 生きる醍醐味 なんじゃないかな。