

変化を楽しむ

「老いてくると、若いころにできたことが少しずつできなくなってくるんですけど、それは人間なら当然のこと。『昔はよかった』と嘆くより、『へえ、こんなこともできなくなるんだ』と、自分の変化を楽しんだ方が得ですよ」

2018年に亡くなった女優、樹木希林さんの言葉です。

老いという変化を、明るく前向きに受け止めた樹木さんらしい人生訓だといえます。

人生を最後まで精いっぱい生きた姿は、多くの人を勇気づけました。

人によって差はあるものの、年齢による変化は誰にでも訪れます。できていたことができなくなるのはつらいものですが、過去にばかり思いをはせるのは、もったいないものです。

樹木さんのように、「今の自分にはできないことがある」と受け入れることで、「では何ができるのか」という前向きな思考ができるようになります。

人は、最後まで成長することができます。年齢を重ねてこそ得られる知恵や能力もあるでしょう。できなくなったことに気づいたら、できることもまた増えているはずですよ。

今日の言葉

変化を受け入れ楽しみましょう

今日の気づき

樹木希林 昭和18～平成30年(1943～2018年)東京都生まれ。女優。昭和36年、文学座に入り、悠木千帆の芸名でデビュー。TBS系ドラマ『時間ですよ』『寺内貫太郎一家』などで老け役をコミカルに演じて人気を集めた。映画『わが母の記』で日本アカデミー賞最優秀主演女優賞を受賞。紫綬褒章、旭日小綬章を受章。

コメント