

たった一言が人生を動かす ～88の名言～

北原照久 中日映画社

(はじめに) 身近な人で「言葉との出会い」で人生が変わった山崎大地君に私が送った言葉は「**今度は君が主役になる番だ**」初めて彼に会った時、バイトをしたいと言われビックリ、彼がママさん飛行士山崎直子さんの夫だという事と、生活がすごく大変で直ぐにでも働きたいと。彼が書いた「宇宙家族ヤマザキ」を読んで感動、彼は米国宇宙航空局(NASA)の国際宇宙ステーションの運用管制官を務めた事がある程のエリート、妻の尚子さんに子供が出来それでも彼女は宇宙飛行士になる夢を諦められなく、彼は応援すると仕事を辞めて自分で子育て、直子さんが宇宙に行く迄 10年かかりその間ズーと子育てと親の介護と家庭の切り盛りに全力を尽くしてきた。その本を読み感動のあまり泣き直ぐに電話して「本を読んで感動した。太一君今度は君が主役になる番だ」大地君は「そんなことを云われたのは初めてです」と声を震わせ涙を流し感動していました。それから僕は彼を応援し、彼も必死に働き1年半後には少し生活に余裕ができ、僕が紹介した一つの名言「**感動しなければ何も得られない、我々は誰もが世界を変えられる**」は英国のヴァージングループのブランソン会長の言葉、18歳の時学生雑誌創刊 34歳でヴァージン航空創立、又命がけの冒険を行う等正に何かを得ようと挑戦し続けている人。大地君はブランソン氏に会う為にアポなしで英国に旅立ち運よく会え「貴方の言葉で決意しました、僕は宇宙に行きたい、その為に貴方に会う事が一番近道だと思って、挑戦しに来ました」ブランソン氏は「よく来た！僕が保証人になってあげるよ」と言って、自身が経営するヴァージンギャラクティック社が計画している宇宙船「スペースシップ2」の飛行士に大地君がなる事を約束。宇宙飛行士の契約書にサインしてくれた。大地君が僕にくれた言葉は「これからはブランソン氏に負けない位に頑張ってお連れします」という言葉にどれ程感動したことか。
この言葉はあの人にピッタリだなと思う言葉があったら、是非その人に、その言葉を贈ってみてください貴方の言葉が相手の心にパッと火が灯り人生が好転するかもしれません。

{ 第1章 仕事 } 仕事で悩んでいる人には“未来”を思い起こさせてあげよう。

01～石橋を叩くやつがあるか、石橋だと思ったら叩かずドンドン渡っちゃえばいい。

(本田宗一郎ホンダ創業者)決断を遅らせるという事は無駄に時間を過ごしてしまう事、失敗しない事や傷つかない事を考える前に、先ずは一步踏み出してしましましょう。

02～倒されたかどうかは問題ではない、問題は起き上がるかどうかだ。勝つ事が全てではない、勝つために努力する事が全てだ。中国の賢人・孔子も「人間にとって最大の名誉は倒れない事ではない、倒れるたびに立ち上がる事だ」と。 P 1

- 03～知識は生かされなければ無意味だ～幕末の志士達に影響を与えた陽明学でも「知行合一」学ぶ→行動に移す、はセットでないと実生活や仕事で成長は出来ない。
- 04～荷物が重いのではない、お前の力が足りないのだ(俳優・加山雄三さんの祖母)
加山さんは仕事で苦しい時、いつもこの言葉を思い出して頑張った。80歳を前にして大ヒットしていたテレビ番組「ゆうゆう散歩」を降板し自前で船を建造する夢に挑戦。
- 05～型があるから“型破り”ができる。型がなければ、ただの“形無し” 18代目中村勘三郎(歌舞伎役者)基本が身につけていないと誰にも相手にされません「形無し」先ずは徹底して「真似る＝学ぶ」徹底的に先人の仕事を手本に「型」を身につける、貴方が部下を従える立場なら、そのことをしっかり後進に伝えていきたいですね。
- 06～**眼聴耳視**～人の話を聞くときは、真剣に目で相手の話を聞く位の心構えを持とう。話をする人の表情から言葉以上のものを見るようにしよう、という事です。
- 07～リーダーとは希望を配る人のことである(ナポレオン)私は加山雄三さんに還暦記念にビデオメッセージを頂き「還暦はいいよ、でも古希もいい、70代はもっといいぞ」
- 08～木を切り倒すのに6時間の時間が欲しい、その内4時間は斧を研ぐ事に費やす。(エイブラハム・リンカーン)用意周到な準備に徹した方が一気に飛躍していく可能性
- 09～小さな事を積み重ねる事が、とんでもない所へ行く唯一つの道(イチロー野球選手)打率3割バッターでも7割失敗、その一打を打つ為に人一倍の苦しい練習の繰り返し
- 10～優勝は優れて勝つのではなく、優しく勝つのである(宮里藍プロゴルファー)トップを狙う人程気持ちを引き締め謙虚にならなければならない一流の人程感謝を口にする仕事の世界は勿論お客様がいて会社の仲間がいて多くの人が関わって成果がでる。
- 11～凡事徹底とは「平凡な事を徹底して継続して実行する」18歳で話題人気シェフの三国清三は日本のフランス料理界第一人者村上信夫シェフの下で鍋洗いだけを2年間、もう辞めようとした所、君は明日から駐スイス日本大使館の料理長と異例の大抜擢、三国は鍋を洗い乍らソースを舐め、自分のノートに書き込む等研究していた
- 12～船を作りたいなら人を募って木を集めさせ、働かせるのではなく、海の無限さを夢見るように教えてあげなさい(星の王子様で知られるフランスの作家サンテグジュペリ)ライト兄弟も「空を飛びたい」という夢があったからこそ飛行機を発明できた。
リーダーの一番大切な事は「この会社でなら大きな夢を実現できると保証する事」
- 13～多くの拍手は嬉しいばかりか、演奏者を育ててくれるものだ。(ピアニスト熊本マリ)「ありがとう」とお客様から云われる。「よくやったぞ」と上司から誉められる。「凄いですね」と後輩達から称えられる、これらも**神様が人間に与えてくれた感動の表現。**
- 14～人間窮すれば通じるものだ。手が使えなければ足を使う。足が使えなければ噛みついて試合は出来る(プロレスラー力道山)どんな困難でも折れない気持ちがあれば道は必ずあるという事、この激しい言葉は仕事を頑張る人の為に励ましの言葉です。

- * 出会いの大切さを、出会った人すべての人に伝えていこう～相手の幸せを願い相手の喜びを自分の喜びにできる人は幸せになるし、沢山の喜びを感じる事が出来るのです。是非その為に、出会いを喜びに変える言葉を使って頂きたいものです。
- 15～バラをきれいに咲かせるには3つの大切なことがある。**光と風と人の足音**。この教えは人間誰にでも当てはまる原則、どんなにお金があり、美味しいものを食べられ素敵な家に住んでも自分自身に影響を与えてくれる人達との出会いがなければ幸せになれない、美しいバラ＝人間として魅力的に輝くことはできないのです。
- 16～やって見せ、云って聞かせ、させて見せ、誉めてやらねば人は動かじ(山本五十六大将)更に「話し合い、耳を傾け、承認し、任せてやらねば、人は育たず」と続く。
- 17～優しさ、思いやり、人の痛みを知る(作家司馬遼太郎)は生きていく際に最も大切。この3つのシンプルな行動こそ平和な世界を作る為の鍵があり日々実践していきたい
- 18～幸福というものは一人きりでは決して味わえないのです「**他人を気にする程心配になる。他人に感謝する程幸せになる**」という気持ちで自分に大切な人をお大事に。
- 19～つきたかったら、ついている人と付き合いなさい。(松下幸之助)日本が生んだ最高の経営者の一人、人を採用する時は決まって「貴方の人生はついていると思うか」と聞いた。ついていると言えば採用。逆なら不採用。実はついている人は見た目で見分ける、それはいつも笑顔でいるから必ず周りから押し上げられ困難に遭遇しても逆転。
- 20～友の情けをたずぬれば、義のあるところ火をも踏む(与謝野鉄幹の人を恋うる歌)人生を通じて「**この人の為なら**」と思えるような仲間に貴方は恵まれているでしょうか。人生の中で真の友人を見つけるために、この言葉は心にとめておきたいものです。
- 21～自分にとってヒーローと呼べる人を持つこと。そのヒーローから生き方を学ぶ(ビル・ゲイツ&ウォーレン・バフェット～マイクロソフト創業者と米国の世界最高の投資家)二人の大富豪が大学で若い人に向け講演会で「自分にとってのヒーローを持とう」
- 22～**人間は一生のうちに会うべき人には、必ず会える。しかも一瞬早すぎず、一瞬遅すぎない時に**(哲学者森信三)正に出会いによって私達は大きく飛躍、**問題はその事をキチンと私達が気づけるか**です。出会いは必然であるという事を示す言葉です。
- 23～3年かかりで変な修行をするより、3年かかってもいいからよい師匠を探しなさい。
- 24～美しい唇の為には、美しい言葉を使いなさい。美しい瞳である為には、他人の美点を探しなさい。(女優オードリー・ヘップバーン)**全ては他人にしたことが自分に戻ってくるのだ**と、彼女が人生最後の時に子供達に笑顔で朗読した「時を超えた美しさの秘密」の一節だと言われて、人間として輝く秘訣かもしれません。
- 25～垣根を作っているのは相手ではなく常に自分(古代ギリシャ哲学者アリストテレス)当時のギリシャ時代で最高の知識人、アレクサンダー大王の家庭教師でもあった。

{ 第3章 お金 }

* 人を幸福にするのは“お金”ではなく“お金で実現できたこと”

お金に感謝して、お金が喜ぶような使い方をしていけば、出ていったお金が何倍にもなって帰ってくる。

- 26～夢と勇気とサムマナー(米国映画俳優チャールズ・チャップリン)「苦しい今こそ夢を持ち、一歩踏み出す勇気が必要だ、そして元気になる為には頑張って稼ぎましょう」
- 27～**お金を払う時にはありがたい言葉を添えて**～人生に於いて「感謝」の気持ちは、とても重要なポイントです。それは人だけでなく「ものにも通ずる」のです。お金は寂しがり屋です、だから仲間が大勢いるところへ或いは大切にしてくれる所へ行くのです。
- 28～現代は**不足が不足している**(俳優牟田悌三)仕事・結婚を選ぶことでお金の苦労するからとチャンスを棒に振るのは本末転倒、その時は逆に成長の機会ととらえよう。
- 29～諸悪の根源は金そのものではなく、金に対する間違った愛である(英国作家サミュエル・スマイルズ)300人以上の成功者の話「自助論」世界的ベストセラーの結論お金は、あくまで人間が夢を実現する為のツールに過ぎない、必要以上に執着しない。
- 30～お金がないから何もできないという人間はお金があっても何もできない人間である(阪急電鉄創業者小林一三)34歳迄はウダツの上がらない銀行員だった。窓際族で左遷結局鉄道会社に転職で新しい仕事を考える事の楽しさは「下足番を命じられたら日本一の下足番になってみろ、そうしたら、誰も君を下足番にしておかぬ」と。
- 31～おごるなよ、月の丸さもただ一夜(江戸時代の禅僧・画家仙厓和尚)謙虚で、感謝の気持ちがある人にお金は集まるようで、大多数のお金持ちの方は人一倍謙虚です。
- 32～木を植えるのは30年前が一番いい、次にいいのは今だ(中国のことわざ)このことわざは、お金の使い方について絶好のタイミングを示唆しています。つまり「思い立った今、迷わず投資と思ってお金を出すのが一番いい」私はコレクターなので、この教えの重要性は嫌という程分かる。価値ある古いオモチャを見つけたら迷わず買う。
- 33～論語と算盤(明治の実業家渋沢栄一)明治以降の産業を作り上げたと言ってもよい程の人物。その一方で論語の研究者で数々の慈善事業にも出資(日赤創設など)
- 34～釣れない時は魚が考える時間を与えてくれたと思えばいい(米国作家アーネスト・ヘミングウェイ)今も世界中にファンがいるのはその言葉にユーモアと真実がある。

{ 第4章 健康 }

*“感謝のパワー”を落ち込んでいる人にこそ贈ろう。心の健康は人を思いやるとか、人が喜ぶことを積極的にすると、相手が喜べば凄くいい気持ちになり心の健康に繋がる

35～**心を開いてイエスと言ってごらん、全てを肯定すると答えが見つかるものだよ。**

(ジョン・レノン)否定の気持ちが芽生えたらプラスに受け止められることがないか探す。

36～雨が降ったら雨が降った、でよろしく候、病になったら病になった、でよろしく候、死ぬ時には死ぬがよろしく候。(江戸時代の僧侶良寛和尚)何事にもくよくよしないで、その時々最善を尽くしていく、人生の長さに関係なくそれが一番心身にとって健康。

36～ため息は命を削るカンナかな。

ため息は心のパワーを奪い健康な心身を脅かし、更に素敵なご縁まで奪ってしまう。
「ため息をグッとこらえて、もっと大きく息を吸い込んで、深呼吸にしちゃおう！」

38～自分こそ最大の財産、自分を大切に自分で自分に投資する事(ビルゲイツ&ウォーレン・バフェット)幾つになっても勉強する、旅する、本を読む、ワクワクすることにお金を使う、自分を高める事には生涯を通じて貪欲であるべきで「自分こそ最大の財産」一番の投資は「時間」つまり無理をする不摂生な生活で時間を無駄にしない事！

39～幸せを教えたら、貴方は直ぐに幸せになれる(ドイツの哲学者ショーペンハウアー)嬉しかった事、楽しかった事、感動した事を思い出せば自然と笑顔になり心身共健康

40～攻めの健康(登山家三浦雄一郎)80歳でエベレスト登頂成功は史上最高年齢の記録、実は60代で引退時は完全にメタボ体型で、スキー場で大ケガ、更に不整脈で4回手術それでも懸命にリハビリして目標を達成、アクティブな活動で健康を楽しむ。

41～休むのも寝るのも仕事の内～20世紀最高の頭脳と云われたアインシュタイン博士は1日に10時間睡眠、休んで心を充実させる事も、仕事を成功させる為の手段です。

42～柳に雪折れなし(日本のことわざ)かつて昭和天皇が「長寿の秘訣は？」の答え

43～仕事は楽しく、遊びは真剣に(講演家加藤タキ)私はこの言葉で真剣に遊ぶようになりあらゆる趣味が上達しより熱中できどの趣味もより高いレベルで醍醐味を味わえる。

44～笑う門には福が来る(日本のことわざ)筑波大学の名誉教授は笑いと免疫力の関係で実験、糖尿病の患者20名は吉本興業の人気漫才師で心の底から笑い転げ、その後血糖値を図ると全員の数値が下がっていて笑いは免疫力を高める効果があると

45～健康な人には病気になる心配があるが、病人には回復するという楽しみがある(明治の物理学者寺田寅彦)有名な言葉は「天災は忘れた頃にやってくる」物心ついた時から殆ど医者に通っていた程病弱だった反面「真剣に遊ぶ」タイプの科学者。

46～今日ばかり 人も年寄れ 初時雨 (江戸時代の俳人松尾芭蕉)年を重ねると晩秋の初時雨の雨に何とも言えない「わびさび」を感じ、年を取っていくのも悪くはない。

47～人は年を重ねるだけでは老いない。理想を失った時に初めて老いが始まる(米国の詩人サムエル・ウルマン)夢、志、理想、目標、目的を持ち続けば若くいる事が出来る。ロックのコンサートで多くの聴衆を魅了若い人を夢中にさせるような小説を書く

{ 第5章 別離や挫折 }

*今は辛く悲しくても、いつか笑顔になれると信じよう～友人はオートバイ事故で全身40数%の火傷で奇跡的に助かり顔は原形を保てず、指は動かないなど見るからに痛々しい、けれど今日本で一番幸せ！事故にあって多くの人と出会い自分と話した人が皆、自分の生きる姿に励まされると云って下さり自分が誰かのお役に立って嬉しいと。

48～悲しみさえ、いつかは思い出となる。(西岸良平作品)～映画にもなったマンガ～

「三丁目の夕日」作品の名言、神様は人間に「忘れる」という特典を与えてくれた。

49～愛と喪失(スティーブ・ジョブズ)

死の6年前にスタンフォード大学での講演で「3つの伝えたいこと」で「人を、自分を、仕事を心から愛しなさい」二つ目が「愛と喪失」不幸を知らない人は幸福も知ることにはできない。悲しみを知らない人は喜びも知る事はできないと壮絶な人生体験。50～僕の歩みは遅いが、歩んだ道を引き返すことはない(米国16代大統領エイブラム・リンカーン)9歳で母が死去、19歳で姉死去、23歳で州議会落選、25歳で事業に失敗、26歳で婚約者死去、27歳ノイローゼ、34～46歳迄下院議員選挙で5回落選、40歳で長男死去、46歳で上院議会選に・47歳で副大統領選にいずれも落選、そして51歳で米国大統領になった。彼のキャリアとエピソードを振り返れば挫折も着実に前進と思える筈。

- 51～苦しみの なおこの上に 積もれかし 限りある身の 力ためさん (著者の義母)
次から次へと苦しい事、辛い事、悔しい事が起き落ち込んでいた時にそっと陽明学者・熊沢蕃山の和歌を少し改作した形で義母から教えられ愛情を感じられ助かった。
- 52～(弾を)よけるのを忘れてしまった(ロナルド・レーガン米国40代大統領)1981年に暴漢に狙撃された時銃弾は心臓をかすめ肺の奥深くに達していてナンシー夫人に開口一番言った言葉。愛する人を安心させようと愛情あふれるジョーク、生死の境でも誰かを思いやれる事。
- 53～不幸はナイフのようなものだ。ナイフの刃をつかむと手を切るが、取っ手をつかむと役に立つ。(米国の詩人ジェームズ・ラッセル・ローウェル)数千万円投資しても上手くいかず撤退したケースも少なくなく見切り千両と他の仕事に集中し生き残れた(著者)
- 54～風さそう 花よりもなお 我はまた 春の名残を いかにとやせん (浅野内匠頭辞世の句)吉良上野介は領地では名君で知られ、浅野内匠頭はキレ易い短気な性格だったとも・・・それでも家臣のみならず、物語として日本人の心を揺さぶり続ける言葉。
- 55～100年経ったら みんな骨 ネガティブな感情を抱えて生きるより笑顔で、感謝して、ワクワクして生きた方が得ではないか、毎日を生かされている気持で大切に生きよう。
- 56～失敗の記憶の蓄積が名人を作る(石川県の有名な地酒菊姫の社長柳達司)
エジソンが電球を発明した時の失敗は1万回とも2万回ともいわれています。
- 57～ボウフラが人を刺すような蚊になる迄は泥水飲み飲み浮き沈み(俳優・勝慎太郎)
今、お前が悩んでいる事等大したことはない、もがき苦しみながら高みを目指して立派な役者になれ！当時のスター長谷川一夫に憧れ試行錯誤の末、悪役スターに。
- 58～不幸を癒す薬、それはただもう希望しかありません(英国劇作家・シェイクスピア)
成功を極めた人間が陥ってしまう悲劇のドラマを描き続け、最後にたどり着いた結論。私達一人ひとりが、誰かに希望を与えられる存在になれるよう努力を重ねていきたい。
- 59～10本連続でシュートを外しても僕はためらわない。次の1本が成功すれば、それは100本連続で成功する最初の1本かもしれないだろう・・・
(元NBAバスケット選手のスーパースター、マイケル・ジョーダン)人生においては、成功の反対は失敗ではなく「あきらめてしまうこと」なのです。

60～あきらめない事。どんな事態に直面してもあきらめないこと。

結局、僕のしたことは、それだけのことだったかもしれない(冒険家・植村直己)

冒険家の条件として彼は「生きて帰ってくること」を挙げていて、仲間からは「自分の手足を食べてでも生き抜く男」と呼ばれていた。残念ながら 43 歳マッキンリーで消息を絶ったが、それでも彼の言葉は、僕たちが永久に語り継いでいきたいものです。

61～寒さに震えた者ほど太陽の暖かさを感じる(米国の詩人ウォルト・ホイットマン)

著者の体験でもブリキのおもちゃ博物館立ち上げで資金集めに苦勞して出来たよろこびは大きく、沢山のお客様が楽しんで下さり「この言葉の感動」もひとしおです。

{ 第 6 章 家族 }

* 一番近くにいる家族だからこそ会話で想いを伝えよう「てっぺん」という居酒屋チェーンの大嶋社長「一番大切な人にありがとうを云えない人間に商売なんてできるか」

62～親の意見とナスビの花は万に一つも無駄がない(日本のことわざ) 今、親子のコミュニケーションがうまくいっていない人は、このことわざを落ち着いて考えてみましょう。

63～「いのち」の終わりに 3 日下さい。母とひな飾り。貴男と観覧車に。子供達に茶碗蒸しを(日本一短い手紙「いのち」一筆献上・下元政代)余命僅かな女性が神様にあと 3 日、生きさせてくれと願う深い家族愛、いつかは必ず別れの日 comes。人生に悔いを残さないように、家族との関係修復に悔いを残さないようにしたいものです。

64～介護とは、親が命がけでする最後の子育て～ガーデンデザイナーのいわふちひでとしさんから聞いた言葉「介護させる」事を通じて、子供に最後の成長を促す。

65～たわむれに 母を背負いて そのあまりに 軽きに泣きて 三步あゆまず(石川啄木) 26 歳でこの世を去った歌人石川啄木は自由奔放な生き方でも母はどんな時も大切

66～家族が一緒にいる事。みんなが健康で、そこに温かい笑顔があること。それこそが人間の本当の幸福ではないか(タレント黒柳徹子)奥さんへの愛情を、子供を通して伝える等、「陰褒め」で間接的に少しずつ想いを伝えていく事から絆づくりを始める。

67～親思う ころろにまさる親ころろ けふの音づれ 何ときくらん(松下村塾吉田松陰)

29 歳で松陰の処刑後、父は藩職罷免、堂々と受け入れ母も普段と変わらず受け入れ

68～世界平和のためにできる事は、家に帰って家族を愛しなさい。(マザー・テレサ)

家族をちゃんと愛せない人が仕事で大切な人間関係を豊かにできるわけがない。

そして家族は勿論、ほかならぬ自分自身も、何より優先して愛すべき存在です。

69～「幸せな子」を育てるのではなく、どんな境遇に置かれても「幸せになる子に」を育てたい(親としての願いを率直に表現した美智子皇后陛下の言葉だ)

70～かわいくば 5つ教えて 3つほめ 2つ叱って 良き人となせ(江戸時代の農政家二宮尊徳)叱るより褒めるを重視、この言葉は部下を持つ上司、子供の親に送りたい

71～女房には、どんな優秀な弁護士よりもゴメンの一言(バックのキタムラ北村宏社長)

いや自分は悪くないと思っても

先に心が落ち着いた方が謝る、のが夫婦円満の秘訣。

72～君が為 唯一筋に 空を征く 心の笑顔 誰か知るらむ

(17歳の特攻隊員・高橋峰好伍長)二度と悲劇を起こさないよう伝えたい言葉です。

{ 第7章 生き方 }

*いくつになっても、人生を楽しむ為に、ワクワクの感度を上げよう～筆者は子供の頃から吉永小百合さんに会う夢が60歳の時に実現し嬉しさのあまりTシャツを作りました。

73～いい人生を送る秘訣は、いい人生だと思うこと (VAN創業者・石津謙介)

人生は「4毛作」と唱え25年毎に節目がある、25歳迄基礎固め、50歳迄必死に働く、75歳過ぎたら儲けものの人生なので、思うままの人生を楽しめばいいとのこと。

74～千日をもって初心とし、万日をもって、その極みとする(極真会館長大山倍達)

千日約3年は物事の習い始め、更に万日30年で物事は「極める」段階に達する。伝説の剣術家宮本武蔵の言葉をベースに、最強の格闘技極真空手創始者の言葉。

75～ヒマワリは日なたに、スズランは木陰に、適した場所に植えないと花は咲きません。

自分は何者か？周りの人・先輩に「自分はどんな人間だろう？」と聞き自分を知る。

76～追いつける勇気さえあれば、全ての夢は実現できる(ディズニー創始者ディズニー)

人生での分かれ道でどちらを選ぶべきか迷った時の選択肢は「夢」決断の勇気要

77～本を読もう。もっと本を読もう。もっともっと本を読もう。(詩人長田弘)世界は1冊の本という1節から。文字だけでなく日の光、星の輝き、鳥の声、川の音だって本なのだ。知識は自分の価値観を見出すためにあり勉強すればするほど何が大切か見えてくる。

78～大偉業を成し遂げるさせるものは、体力ではない、忍耐力である。元気いっぱい1日3時間歩けば、7年後には地球を1周できる(英国の文学者サミュエル・ジョンソン)

18世紀に9年かけて一人で英語辞典を完成4、2万の単語と、11万以上の例文掲載。

79～魂が喜ぶように生きよう＝作詞家吉元由美さんに「心に響く100の言葉」の本を書く時に「いい言葉が、夢を実現する力になる」という推薦文を頂きました。

80～許しても過去は変えられないが、許すことで未来は変えられる(米国弁護士バーナード・メルツァー)過去のネガティブな感情にとらわれている限り、幸福感を持ってません。

「相手を許す」事が出来れば何より自分の心が軽く、未来にワクワクの気持ちが戻る。

81～寝床につくときに、翌朝起きることを楽しみにしている人は幸福である(スイスの哲学者カール・ヒルティ)「幸福論」「眠れぬ夜の為に」で知られる宗教哲学者の言葉。

ワクワクする明日を思い浮かべる、そんなワクワクがあると本当に人生は楽しくなる！

82～私いま幸せですと思えることは、これまでの人生全て正解(千房創業者中井正嗣)

「悩んでいる自分や、問題に立ち向かっている自分」をちゃんと肯定して立ち向かう。

83～二月の雪、三月の風、四月の雨は美しい5月の為にある。イギリスに伝わる言葉の宝石箱「マザーグース」の一文と伝え聞く、辛いことがあっても先にはいい事が待つ。

84～上善は水のごとし(中国の思想家老子)水は高い所から低い所に P 8

流れる謙虚さ、どんな形にもなれる柔軟性、更に岩をも砕く強さを兼ね備えている、そんな水のように生きることこそ、人が幸せになるための知恵なのではないでしょうか。

85～なぜ我々は宇宙開発するのか。それは、たやすくなく困難だからだ(米国35代大統領J・F・ケネディ)物を買う時に迷ったら高い方を買え、人生や仕事の問題も明らかに困難だと思われる方に挑んだ方がいい、解決する事で一気にステージが上がる。

86～飛ばしたいならゆっくり触る(プロゴルファー、アーノルド・パーマー)生き方のコツでもあるけれども「力を抜く」為に「本気だけど、心は平常心でリラックス」という事。

87～人を幸せにすることに引退はない(ケンタッキー・フライドチキン創業者カーネル・サンダース)彼が本当の成功者になったのは60歳からフライドチキンをワゴンに詰め各地のレストランにレシピの権利を売る新しいビジネスを始め、90歳迄現役を通した。

88～**幸せとは**獲得するものではなく、訪れるものでもなく、**気付く事**だ(書道家武田双雲)元町バック「キタムラ」の北村宏さんに話したところ「もう一つの築きも大切だよ」と

(あとがきにかえて)

自分は人生に満足して、笑顔でこの世を去り、周りの人は別れを惜しんで涙する。あの人**が**素敵に生き抜いたのだから私も残りの人生を素晴らしいものにしていこう！
言葉の力が本当に発揮されるのは、その言葉を大切な人と交わし合う瞬間です。
本書の中に、貴方の心に響く名言があったなら、ぜひそれを大切な人に贈ってください。その一言が励ましとなり、その人の人生を好転させることが、本当にあります。励まし合って生きよう……その気持ちが人生を豊かにするのです。

北原 照久