

# 今日から始め直せる力

「毎日新しい出発点だ」

かなさんのお父さんが、口ぐせのように語っていた言葉です。家族が落ち込んだとき、必ず前を向かせてくれる一言でした。

かなさんが思うような結果を得られなかったときも、「一度のつまずきで道は決まらない。今日からまた歩き出せばいい」と、穏やかに背中を押してくれたそうです。

年を重ね、介護が必要になつてからも、その姿勢は変わりませんでした。「まだできることはある」「今日も一歩進める」と笑顔で語り、周囲を気遣いながらリハビリに励んでいました。

その姿は、家族にとって何よりの励ましでした。

今でもかなさんは、朝を迎えるたびに父の言葉を思い出します。気持ちが沈む日は「また最初の一步を踏み出せばいい」と自分を立て直し、順調なときは「始まったばかりだ」と心を整えます。父が教えてくれたのは、人生はいつでも「再出発できる舞台」だということでした。

## 今日の言霊：今日からまた一歩

人を本当に強くするのは、特別な才能ではありません。どんな状況でも表情を曇らせず、周囲に目を向けられる姿勢です。

かなさんの父は、年齢や体調に関係なく、常に明るさを忘れず、家族を安心させてきました。その態度は、言葉以上に周囲を勇気づけていたのです。

調子の良いときには慢心せず、心を整え直す。思うようにいかないときには、「今できること」から手を動かす。そうした姿勢が、日々を前向きに生きる力になります。大切なのは、過去を悔やむことより、今日という一日をどう使うかです。

今日という日は、これからの人生の中で最も若い日です。だからこそ、完璧を待たず、小さくても行動に移すことが意味を持ちます。今できる一歩を踏み出すことが、明日への希望につながっていくのです。



【今回の学び】⇒今できることに手を伸ばす人が、明日を変えていく！