

日々のコト



小さな丸い石

靴の中ですころす動く　小さな丸い石

うまく足と靴の間でおちついて　気にならなかつたりするくらい　小さくて角もない丸い石

でも　一度気になってしまうと　出してしまうまで気になり続ける

楽しいときも　靴の中の　小さな丸い石が　じっと私をとらえている

後悔なんて　大げさなきもちじゃないけれど

ずっと心のなかにある想い

本当にあれでよかったのかな

ふとしたときに　その石は心のなかで　うごきだして

私の心を　とらえてしまう

靴の中の石だったら　靴をぬいでひっくり返して　簡単に出してしまえる

でも　私の心は　簡単にひっくり返せない

だから　小さな丸い石が　いつの間にか　いっぱい

居心地悪く　こころのかたちを　かえようとしている私

目に見えないもの

自分のまわりにある 目に見えないものたち

目に見えないから ないと思っているけれど 本当はいつもそこにある

誰かの優しい気持ちだったり 悲しい気持ちだったり

見方が違っているせいや 自分のことばかりに 目を向けているせいで

そこにあるのに 気がつかずに 通りすぎていることが どれほどあるだろう

冬の寒い朝 外国の写真のように青い空に 白く輝く月を 空に見つけて 思い出す

目には見えないものたち

朝の青い空に浮かぶ白い月のように 忘れているけれど いつもそこにあるものたちを

時々思い出して 目を向けていきたいなと思う

大事なこと

君たちを見ていると 大事なのは 今なんだと思う

君たちには今が全て

泣いたり 笑ったり 怒ったり はしゃいだり

何でも 今そのときのことに 全力で向かい合っている

少し先の楽しいことを 思い描いて ワクワクすることはあっても

まだ起きていない先のことを 不安に思ったりはしない

心はいつも 今にある

いつから 私の大人の心は 今にとどまるのが 苦手になったのだろう

今を見ているつもりが ずっと先にいっていたり ずっと前から動かせなかったり

そうして 今 目の前にある 君たちの心を 見過ごしてしまわないように

心をちゃんと とどめておけるように 今を見よう