

【タイトル】

～50歳過ぎても60歳過ぎても間に合う～

あなたに用意された「もう一花^{ひとばな}」の咲かせ方

【概要】

本企画は、50代以降の人に向けて「あなたに用意されたもう一花^{ひとばな}」の咲かせ方を伝えます。年齢を重ねて「ものわかりがよくなる」と日々を無難に過ごせますが、同時に可能性を捨てています。仕事や家庭が一段落してふと訪れる「これで終わり？」という思いを持つ人が「わかったふりをせず」「失敗を恥だと思わない」「もう一度自分との絆を作る」ことでさらに一花を手に入れられると提案します。

【想定する読者ターゲット】

- ① 50代過ぎて「もう一花^{ひとばな}咲かせてみたい」と思う人
- ② 「このまま人生終わっていくのかな」と残念に思う人
- ③ 仕事も子育ても落ち着いたけれど、次の目標が見えない人

【構成案】

第1章 50歳過ぎて、物わかりよくなっていませんか？

- ・年を重ねて、小利口になっていませんか
- ・手のひらに喜びも悲しみも載るようになったら危険
- ・感情がおだやかになると行動も結果も小さく

第2章 最後に後悔しない生き方とは？

- ・亡くなった友人の死後意識が語ったこと
- ・現実と折り合い失敗が少ない人生は“現世の幻想”
- ・「もう一花」を信じて生きる、エネルギーを出し切る

第3章 「もう一花^{ひとばな}」をどう咲かせるか？

- ・「もう気力も体力もない」を解決する瞑想柔軟法
- ・「ここまで来たらもう十分」を捨て、あきらめていたことを掘り起こす
- ・自分だけの「もう一花」が見つかる5つの方法

第4章 小さな守りを脱ぐと花が咲き始める

- ・波風立てないようにと縮こまる人たち
- ・「人生長い」と感じるならまだやれる「あと少し出来たら」と思うなら今すぐやる
- ・それぞれの一花は、誰にでも必ずある

第5章 失敗とがむしゃらが満開を連れてくる

- ・無難・常識的・摩擦0は“自分と日々を流す”生き方
- ・経験と知識があるからこそ与えられた命を精一杯生きられる
- ・自分との絆を結びなおすと見えてくる一花^{ひとばな}

【サンプル原稿】 あなたに用意された「もう一花」の咲かせ方
第1章 50歳過ぎて、物わかりよくなっていませんか？

「このままでいいのだろうか？」「これから何をすればいいのだろうか？」
人生後半に入り、家庭や仕事がひと段落し余裕が出てくると、誰でもこんなふうに思う時があるはずです。

続く気持ちは、こんなところではないでしょうか。
若い頃と比べ体力も気力も落ちて、何かを始めたくてももう無理かも。
振り返れば、「もう十分」やってきた。あとは穏やかに過ごせばいいのか。

今まであなたは怒りも喜びも悲しみも十分経験してきました。
昔と比べ、今は怒ることも悲しむ場に居合わせることも少なくなり、飛び上がって喜ぶようなことも、手を叩き大声を上げるような感動もなくなっていないですか。

それを大人になった証拠といい意味にとらえているなら――――

喜びも悲しみも手のひらに載るようになったら危険です。

あなたのこれからの可能性もせばめるだけですから。

喜びも悲しみも怒りも手のひらに載せられるようになると、あなたに用意された「もう一花」の咲くタイミングはありません。

年を重ねるにつれてだんだんと知恵をつけ、自分の思想や思考を疑わなくなります。
今の自分でもう十分と思う気持ちは、努力の結果ともいえるでしょう。でも本当のところ、あなたは「まだこれから何かをやりたい」とも思っているのではないのでしょうか。

もし「諦めたものはない気がする」「興味があったことは全部やったと思う」と思っている人も、自分自身の本当の気持ちに気づいていないケースもあります。
また、本当にやりたいことが明確になっていないだけという可能性もあります。

いずれにせよ、あなたには「用意されたもう一花」があるのです。

そのもう一花とは何なのか？それはあなたの本当の望み、やりたいことです。
その花は大きい、小さいなど大きさではありません。世間の評価も関係ありません。
あなたの魂が震える、あなたにとっての最高の一花です。

もう一度それに向き合ってみませんか。その花を見つけた時、そして最高の一花を咲か

せるとき、あなたにエネルギーが戻ってきます。小利口になっている今ではエネルギーは生まれませんし、出せません。

その一花を咲かせようとエネルギーを注ぎ生きること、私はそれを“貪欲に生きる”と言っています。貪欲というと引かれる方もいらっしゃると思いますが、欲深いとか強欲とか他者を蹴落としてという意味ではないのです。

では、私が考える“貪欲に生きる”とはどういう生き方でしょうか？

それは生きることに執着を持ち、胸の中のろうそくの炎をちよろちよろと燃やすのではなく、ボウボウと燃やす生き方。こういえば伝わるでしょうか。

一般的に執着は良くないものと言われます。

でもここでの執着は人や物などの物質に対する執着ではなく、自分の命に対する執着です。小利口とか物分かりがいいというのは、胸の奥のろうそくの炎への執着も薄れているのです。

自分が本来したいことに気づきそれに向かっていくと、人は年齢に関係なくエネルギーに満ち溢れる生き方になります。「あれもやりたい」「こんなことも出来たらな」と体の中のエネルギーが回転するというイメージです。いい意味での貪欲さが出るのです。

そしてその生き方こそが人生を終える時、後悔しない生き方なのです。そうはいっても多くの人にとって自分の本当にやりたいこと、望みは簡単に見つけられるものではありません。年を重ねて疲れが出てくればなおさらです。

では具体的にどのようにすれば「もう一花」にたどり着くのでしょうか？

本書では「もう一花」を見つける必要性和その「花」の見つけ方、咲かせる方法を簡単な気力の回復方法という基礎から始め、どなたにも実践できるようにお伝えします。

今までたくさんのものを手にしたあなた。今の生活にそこそこの満足もあるでしょう。でも、自分に残された「何か」に向かいたい気持ちがあり「諦めるのは早すぎる」と胸の奥から声が聞こえるならば、あなたに用意された「もう一花」を咲かせること。

そこから本来の自分の望みどおりの人生が始まり、後悔のない人生につながります。「一花」はあなたに必ず用意されています。

〔以上となります。宜しく願いいたします〕