■毛利隆元　　武将。戦国大名。元就の嫡男。有能な二人の弟に劣ると苦悩，〝三本の矢〟とされるも，父を支えて繁栄に貢献。
もうりたかもと
寧波の乱・・1523＝　　安芸国多治比猿掛城で，大江広元を祖とする国人領主_**毛利元就の嫡男に生まれる。**
母は吉川国経の娘妙玖。

遣明船復活・1530＝ 7歳：同母弟(吉川元春)が誕生。

大和一向一揆1532**＝ 9歳：**
・・・・・・1533＝10歳：同母弟(小早川隆景)が誕生。

・・・・・・1537＝14歳：**_父が従属する周防の戦国大名大内義隆のもとに人質として送られ，義隆を烏帽子親として元服し，義隆から一字を賜り隆元と名乗る。嫡男を人質としたことで，毛利氏は大内氏から絶大な信頼を置かれることになる。〝西の京都〟といわれる山口で，教養・文化を身につける一方，周りと比べて卑下するようにもなり，**
優雅な暮らしぶりで，大内家重臣内藤興盛らと親交，特に同年代の陶隆房(晴賢)らとの親交は深かった。
・・・・・・1540＝17歳：**_吉田郡山城に戻ることが許され，父に従い，尼子氏の月山富田城攻めに従軍，父から，'芸事は不要，武略・計略・調略に専念しろ'と怒りの書状を受け，撤退戦の修羅場も体験。**
この際の蓮池縄手の戦いで，は初めて家臣の児玉就光に感状を与えている。
武田信玄登場1541**＝18歳：**
鉄砲伝来・・1543＝20歳：
父の要請で，老臣の志道広良が訓育にあたるようになってまもなく，
足利義輝将軍1546＝23歳：**＊父が突然，隠居表明して家督を相続，第13代毛利家当主となるが，実権は父が掌握していて，一武将の扱いであったが，偉大な父を前にして，自分の才能に自信が持てず，実権の移譲を辞退したともいわれる。**
ザビエル来日1549＝26歳：大内義隆の養女で，大内氏の重臣内藤興盛の娘と結婚(のち尾崎局と呼ばれる)，深く愛して，生涯側室を持たず，戦場から妻にあてた律儀な手紙が残る。興盛からは，船岡山合戦以来着用してきた嘉例の重宝｛縹糸胸紅白威胴丸｝を贈られていて，興盛の娘婿に対する期待のほどが窺える。
大内布教許可1550**＝27歳：**父の主導の下，専横甚だしい井上党が粛清され，自ら発案して，直属の五奉行制度が発足，当初は親隆元派の官吏達と親元就派の武将達との対立があって，父子ともども頭を悩ませるが，この時期に，自ら発した訓戒状の条文の多くは，毛利家の御家訓に収録され，宗家運営の模範とされることになる。
織田信長登場1551＝28歳：大内義隆が重臣陶晴賢により自害に追い込まれると，陶氏打倒を主張，父が戦力的劣勢を理由に慎重な姿勢を崩さないところ，重臣たちを動かして陶氏の横暴無慈悲ぶりを喧伝するうち，父も陶との対決を決め，
大友布教許可1552＝29歳：自らは，安芸国西条の槌山城を攻め落としている。
川中島の戦始1553＝30歳：尾崎局との間には，この年誕生した幸鶴丸(輝元)を含む二男一女に恵まれる。
・・・・・・1554＝31歳：この頃には，周囲も認める二人の弟にもコンプレックスを抱いて，親しい僧侶竺雲恵心に，'自分は無能で，毛利家を滅ぼす当主，現世には良いことがないから，来世に期待する'という内容の手紙を送っている。
大陸邦民事件1555＝32歳：父と共に，旧友の陶晴賢を厳島の戦いで滅ぼした。
・・・・・・1557＝34歳：防長経略では，城攻めを任されるも失敗，最終的には，父が大内義長を滅ぼすが，旧大内領をめぐって豊後国の大友宗麟が西から，出雲国の尼子晴久が北から侵攻，父が尼子氏に対応する間，自らは大友氏に対応し，弟の隆景の支援を受けて撃退に成功，実戦指揮官としても評価されるものであった。**＊この年，父から全権を譲られそうになると，父と弟二人に，'自分はとても無理だから，隠居するか死ぬしかない'とまで書き送っていて，そのため，元就が，3人の子(毛利隆元・吉川元春・小早川隆景)に「三子教訓状」を発し，のちに，〝三本の矢〟伝説になるのである。**
大友府内開港1559**＝36歳：**父との連署で正親町天皇の即位料を朝廷に献納し，
桶狭間の戦・1560＝37歳：朝廷から大膳大夫に任じられ，将軍足利義輝からは，安芸の守護に任じられる。尼子晴久が急死して尼子氏が衰退し始めると，幕府の仲介を利用して大友宗麟と和議を結び，**_尼子討伐に全力を傾けるようになり，**
大村長崎開港1562＝39歳：幕府から備中・備後・長門の守護職に任じられ，
大村純忠受洗1563＝40歳：周防の守護職にも任じられて，**＊正式に中国地方の大名としての立場を認められ，国人領主連合という従来の支配体制も急速に大名家のそれへと変貌するなか，厳島神社に，'父上の武運長久。無病息災を願い，自らの身を捧げる'という願文を奉納して，多治比猿掛城に帰還し，嫡男の幸鶴丸(輝元)を呼び寄よせて対面後，安芸の佐々部で尼子攻めに参加するための準備中，毛利氏傘下の備後国人和智誠春の宿所に招かれ，饗応を受けたが，宿に戻った後に急病となり，没した。**
のち，この時隆元に近侍していたた赤川元保と和智誠春が，元就の意向によって誅殺されており，毒殺を疑っていたとらしいが，経緯から見て，自ら望んでいたとも思われる。父に8年先立って，実権を握ることはなく没したが，優れた内政手腕によって父の勢力拡大を支え続け，毛利家の家督は隆元の嫡男の幸鶴丸が継いだが，若年のために元就が実質的な当主として主導権をなおも握ることとなった。

Wikipedia，長谷川ヨシテル「ポンコツ武将列伝」，