

自由就是不怕讨人厌

被讨厌不是故意惹人厌，要有在意别人的评价，不害怕被别人讨厌，不追求被他人认可的能力，向往自己的美好，有自己的原则和棱角，表达出自己的想法，允许自己被他人讨厌。

获得幸福的勇气，也包括被讨厌的勇气，是一种获得幸福的能力。

人际关系之卡

在意他人如何看我，选择满足他人希望的生活方式，在理解课题分离后，发现一切的卡都掌握在自己手中。总之把改变自己当成操作他人的手段是一种错误的想法。