

我慢をするほど長くはない

～好きなことをやりなさい～

現代社会では「勝ち組・負け組」という言葉が象徴するように、人は他者と自分を比較することで評価を下されることが多くなりました。ソーシャルメディアの普及はそれをさらに加速させ、誰かの成功や華やかな日常が簡単に目に入るため、無意識に「自分は劣っている」と感じてしまう人が増えています。便利さや効率を追い求めた結果、人々は自分の幸せよりも他者からの視線に縛られるようになってしまいました。かつては「忍耐は美德」という考え方が強く支持されていました。戦後の日本では、耐えることで生活が向上し、忍耐は確かに力となった時代もあります。しかし現代では、ただ我慢を重ねるだけで良い結果が得られるとは限りません。過度の忍耐は心身をむしばみ、深刻な健康問題を引き起こすこともあります。耐えることが「美しい」とされる価値観は、時に人を追い詰めるのです。

私は忍耐そのものを否定しませんが、それは「自分の意思で選んだ忍耐」でなければ意味がないと思います。他者に押し付けられた我慢や、結果が見えない苦しみは消耗するだけです。時には環境を変え、助けを求め、逃げることこそが賢明な選択になることもあります。

人生は我慢だけで報われるほど長くはありません。比較に振り回されるより、自分の健康や心の安定を守ることが最も大切です。好きなことを見つけ、それを中心に生きることが、現代社会における本当の幸せではないでしょうか。



きたむら としふみ 1978年 東京都出身。 喜びと安らぎだけで生きることを決めて10年。その経験から滲み出る人との関わり方への筆致には定評があり、「ゆるし」という人間の内面にある深層を、独自の視点で探究し、静かに言葉にしています。