

我慢の先には

～ 価値観を刷新し、喜びに満ちた人生を送りましょう ～

あなたは、困難に耐えれば良いことが起こる、あるいは苦しい時でも不平を言うべきではない、つまり「忍耐は美德」という考えを信じますか？この考えは古くからあり、現代社会に生きる多くの人々にとっては場違いに、あるいは不快感さえ感じるかもしれません。あなたはこのことについてどう思いますか？

つい最近まで、このような考え方は広く受け入れられ、人生の様々な場面で指針として使われていました。中には、自分を追い込みすぎて深刻な健康問題を抱えてしまう人もいました。「本当にイライラする」と言った後、何もなかったかのよう

10 に会社から姿を消した人もいました。

今日、私たちはソーシャルメディアなどのデジタルツールに囲まれています。「忍耐は美德」などと言うと、「そんな時代遅れだ」と返されるかもしれません。はっきり言って、痛みやストレスに耐えることが必ずしも良い結果につながるとは限りません。今日あなたが受け取る言葉や食べるものは、あなたの体に直接影

15 響を与えます。自分の健康を大切にすることが最大の幸せであることを、早く理解してほしいと思います。

皮肉なことに、「何を言っているんだ？」と言う人こそ、自分の価値観を最もアップデートする必要があるのです。



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。