

令和7年7月18日

我慢の先には

～ 価値観を更新して楽しい人生を送りましょう ～

あなたは辛抱の先には良いことがあるという価値観を信じますか。辛くても弱音を吐くなという価値観のことです。すなわち「我慢は美德」という信念のことです。この信念はかなり古く、今を生きる皆さんに対してはあまり馴染まず嫌厭（けんえん）するような価値観だと思います。このことについて、あなたはどのようにお考えでしょうか。

ひと昔までは、さまざまな活動に対して、この価値観が多くの方々から支持されて行動の指針となっていたのです。なかには大きな病気を患ったりする方もいらっしゃいました。その方は「悔しい」と言っていましたね。しかし、何もなかったかのように会社からいなくなりました。

現在はSNSなどといったデジタルツールが身近にありふれています。「我慢は美德」などと言っていると「古い！」などと言われそうですね。結論を申し上げれば、我慢しても良いことはないです。今、あなたの体が受け入れている言葉と食事は、必ず、あなたの体内に変化をもたらす一つの原因です。一番の幸せは「自らの健康」そのものだ気づく時が一日でも早く来ることを願っています。

「なにを言うか。」という人ほどに価値観の更新が必要そうですね。



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。

本記事の無断転載を禁じます。ご理解とご協力をお願いします。