

令和5年10月13日（金）

忍耐力を養う

昭和女子大学 板東真里子 学長

最近の若い人はすぐに「切れる」といいます。切れて怒りを爆発させて汚いものしり言葉を発したり、暴力を振るったりします。

誰でも人生100%思い通りにはなりません。思うようにいかなかった場合、失敗した場合、「バカにするな」「悔しい～」と荒れ狂いたくなりますが、人は忍耐し、次の機会を待たなければなりません。

自分の実力や貢献が認められない場合、人から誤解され批判された場合、自分の言葉が通じない場合、怒りを爆発させたいとか、落胆して哀しくなってしまうということがあります。でもそうしたときこそ忍耐が必要なのです。そのときに怒りを爆発させると、さらに反発され、よい結果を生みません。

一旦その感情をやり過ごしたあとで、「なぜだろう」「どうしたらよいのだろう」と考えてみましょう。解決法が見つからない場合は、「仕方が無い」としばらく忍耐しましょう。それによって人は鍛えられ大人になります。

人生で望むことはかなわないのが普通で、うまくいくのはとても珍しい、ありがたいことなのです。大人になるというのは、思うようにならなくてもそれに耐えて生きていくことです。

子どもは忍耐することができません。次の機会を待つことができません。

一旦決心したことでも、人から言葉巧みに進められたり、批判されると心が動いて日頃から思ってもいなかったことをすることがあります。

意志が強いというのは、そうしたときもすぐ行動に移さず、考えを巡らし、どうした方がよいか、よくよく考えられることです。