

「真っ暗だからこそ見える光があると信じて」

この言葉は、フィギュアスケート男子で冬季オリンピック（五輪）2連覇の羽生結弦さんがツイッターで発信した言葉です。

彼は、3・11 東日本大震の夜空をみて「真っ暗だからこそ見える光があると信じています」こう思ったそうです。

今回の新型コロナウイルス感染症は、想定外の出来事で、今まで当たり前で過ごしていた日常を変えることにもなりました。感染防止には、自粛（ステイホーム「どうか不要不急の外出を控えて」）が、一番だと言われています。辛いことや我慢しないといけないことなど、制約がある毎日を過ごしていると思います。

でも、この状況だからこそマイナスに捉えるのではなく、新しい何かを見つける大切な時間に変えられるといいですね。

私の自粛中のプラスの出来事と言えば…

- 一家団欒で食事を囲むことが出来ています
（今まで、主人は23時過ぎに帰宅していたのでありがたいことです）
- 家族の会話が増えた。（一緒にいる時間が長くなると、そうなりますよね）
- 部屋がきれいになっていく（ダラダラするのにも限界になり、断捨離をはじめました）

また余暇時間を極めようと、パソコンで検索する時間も増えました。

そんな時に会った言葉を紹介します。

「我慢と辛抱」

嫌なことをただ耐え忍ぶのが「我慢」
好きなことのために耐え忍ぶのが「辛抱」
我慢の中には不満がある
辛抱の中には希望がある
我慢はいずれ爆発する
辛抱はいずれ実る
我慢はしなくていい



<http://ekusia.com/morning/1218.html>

そう考えると、今は「辛抱」の時期なのかもしれません。

自分が「世のため人のため」に自ら考えたものを実現するための努力のことを「辛抱」というのでしょう。これが、人から押し付けられたものであれば、人は苦勞だと思いがちです。

見方を変え、自分自身に何が出来るのかを考えることで、困難なことも苦勞だと思わなくなるかもしれません。

「我慢」はネガティブで「辛抱」はポジティブ

ピンチはチャンス！！ 真っ暗だからこそ見える光を家族で探していきましょう！！

（橋本）

子どもは、大人が思っている以上に理解しています！！

今回の、新型コロナウイルス感染症についても、話をしあげてください。自粛前の当番活動には、「新聞を取りに行く」という項目があります。

取りに来た子ども達に、「みんなには何が出来る？」と聞くと「手洗い！マスク付ける」など理解した言葉をしっかり話をしてくれますよ。聞いてみてくださいね。

そのきっかけ作りとして、皆さんにこのサイトを共有します。私は、これを読んで涙が止まりませんでした。『コロナ・ウィルスから人類への手紙』ヴィヴィアン・リーチ

<https://note.com/yoshie1961/n/n2bfc75dbb9e>