



「喜怒哀楽」

喜怒哀楽は人がもつ様々な感情です。そしてその感情を表す事によって、様々な影響を与えます。

喜びや楽しみの感情を表し、笑顔や平和を広げたり、怒りや哀しみの感情でさらなる怒りや哀しみを広げてしまう事もあります。もちろん、その逆もあります。

また、喜怒哀楽が行き過ぎて取り返しのつかない事を起こしてしまうケースもあります。

だから大切なのは、喜怒哀楽の感情を自分の中でコントロールする事です。特にこの中で一番周りに迷惑や被害をもたらす「怒」の感情をコントロールすべきです。

聖書に「怒っても罪を犯してはならない」と書いてあります。だから、まず怒ってもいいという事です。怒りを抑えると次の怒りがわいてきます。だから怒った後、どうするかです。罪を犯さないようにすべきです。「罪」とはもともと「的外れ」と言う意味です。人を傷つけたり、悲しみや苦しみを広げるような的外れな行動をしないようにしましょう。

あと、喜怒哀楽の感情を分かち合える友を持っていくのも大切です。