自分らしく生きるとはどういうことか？
20250712

人と分かり合えることをしたい

人と違ったことをすると排除される

自分らしさより調和を求める傾向

同調圧力

自分の思うところをする→幸せ

自分探し→自分とは何かわからない

自分らしく→本人にはわからない

常に選択の繰り返し

さまざまな制約→こんな選択となった

思い込みをはがしていく→今までの観念を疑う

問い続けること

それでも不可解なもの→仮面をかぶっている

自分を知っているのは親？→いちばん知らない！

自分の選択は不確実

好きなことをしているとき楽しい→自分らしくられる

調和→仮面をかぶる

介護漬けの日々だった→自分の好きなことできなかった→敗者

歴史は勝者の歴史→敗者に寄り添って生きたい

自分らしく生きたら世の中よくなる？

well being→肉体的、精神的、社会的に良好な状態→単に病気でない状態や不幸でない状態を超えたもの

人を生かすということもある

死んだとき→結果

よく生きる

自分探し→自分の内なるなりたい自分

自由に生きること→自由に生きられない

人にも自由に生きてほしい

自由を脅かすもの

障がい者→不自由だが自分らしく生きている人がいる

それぞれが個性的生きる

万人の万人に対する戦い→妥協、調和が必要

本人がどう思うか

「自由」と「らしい」は別のこと

「かわいそう」でなく生きていることが楽しい

困難になっても自分らしく生きることは可能か

条件、状況によって変わっていいし、変わる

自分らしさ→自分に与えられたものを生きていく

障がいがあっても楽しく→心の問題

障がいの受容→他人と比べない

自分が大事→相手（他人）も大事であることを認める

社会的関係の中での自分

自分がわかっていない→仮面をかぶっている

立場により善にもなり悪にもなる→例えば殺人

仮面をはずすと欲望がむき出しになる

欲望は悪いことばかりではない、愛することも欲望

自分らしく生きる→自分の選択を後悔せず続ける

自分で納得できるか（他からの評価ではなく）

自分で責任をとる

一様を求め多様を排除する世間に流されない

常に移り変わるもの

死後のことを考えなくていい、現在が出発点

自分が一番大事→他も大事→協調性

合わせる→自分がどう思っているか

人と人との関係

いま感じている自分→時と場合により変わる→流動的

自分で決める→達成感

「天上天下唯我独尊」唯一のかけがえのない存在、みな等しく尊いオンリーワンを生きる

意味のない物質から生じた生命