



多くの人は、葛藤を弱さだと思う。
優柔不断だと思う。
未熟だから迷うのだと思う。
しかしTAOISMでは、その逆である。

進みたい。
でも怖い。

変わりたい。
でも変わりたくない。

葛藤とは、未完成の証ではない。進化の証である。

人の内側には、常に複数の感情が存在している。

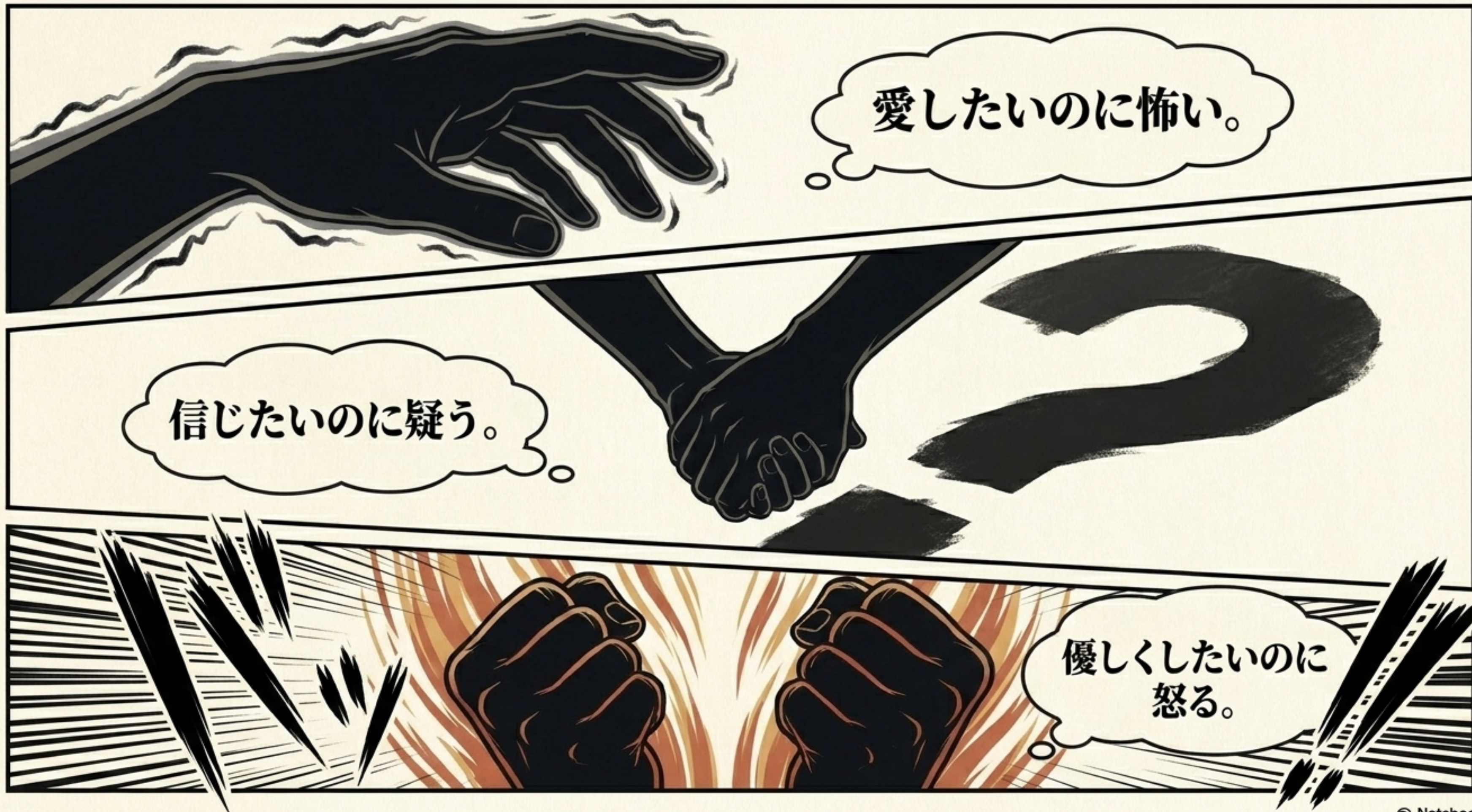
恐れ（挑戦のため）

期待（危険を見抜くため）

怒り（関係を守るため）

優しさ（自分を守るため）

これは矛盾ではない。構造である。
人間とは、本来そういう存在なのである。



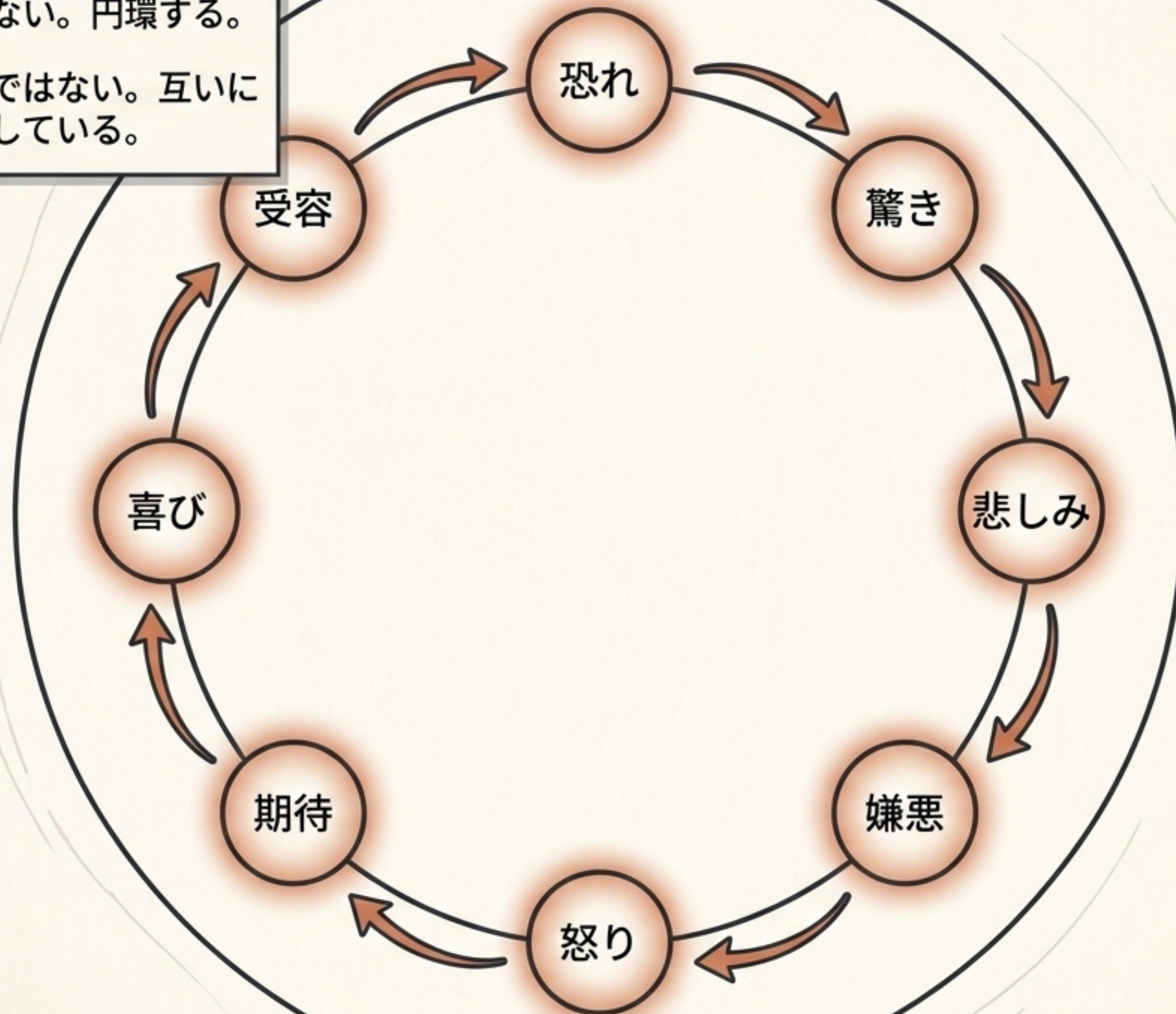
愛したいのに怖い。

信じたいのに疑う。

優しくしたいのに
怒る。

感情は一直線では動かない。円環する。

これらは独立した感情ではない。互いに影響し合いながら循環している。





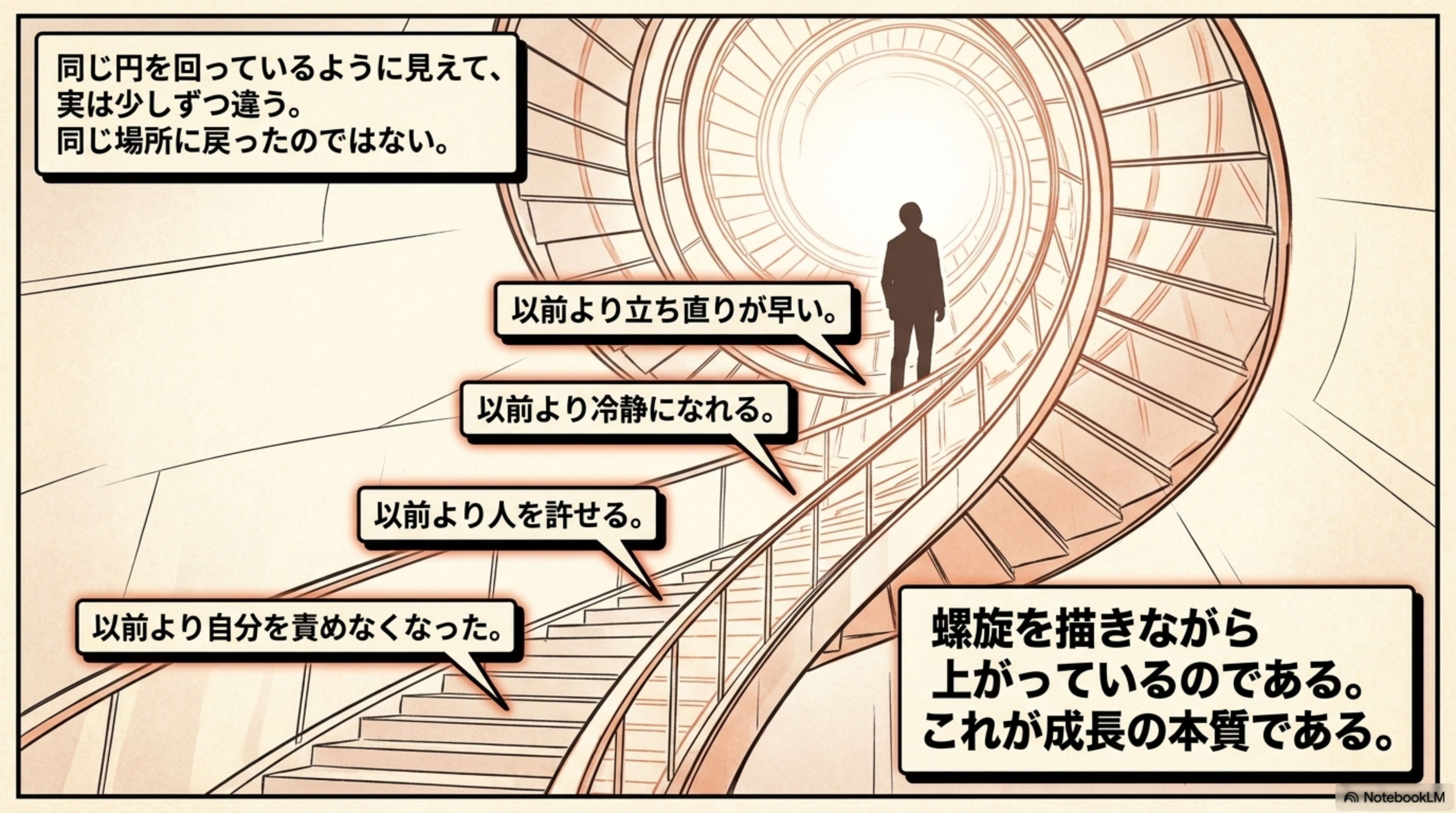
また失敗した。

また傷ついた。

また怒ってしまった。

また不安になった。

人生には、何度も似たような出来事が起こる。
すると人は、自分は何も成長していないと思う。

A person is walking up a spiral staircase. The staircase is a helix, winding upwards. The person is a dark silhouette, standing on one of the steps. The background shows the circular structure of the staircase, with many steps visible. The overall tone is warm, with orange and brown hues.

同じ円を回っているように見えて、
実は少しずつ違う。
同じ場所に戻ったのではない。

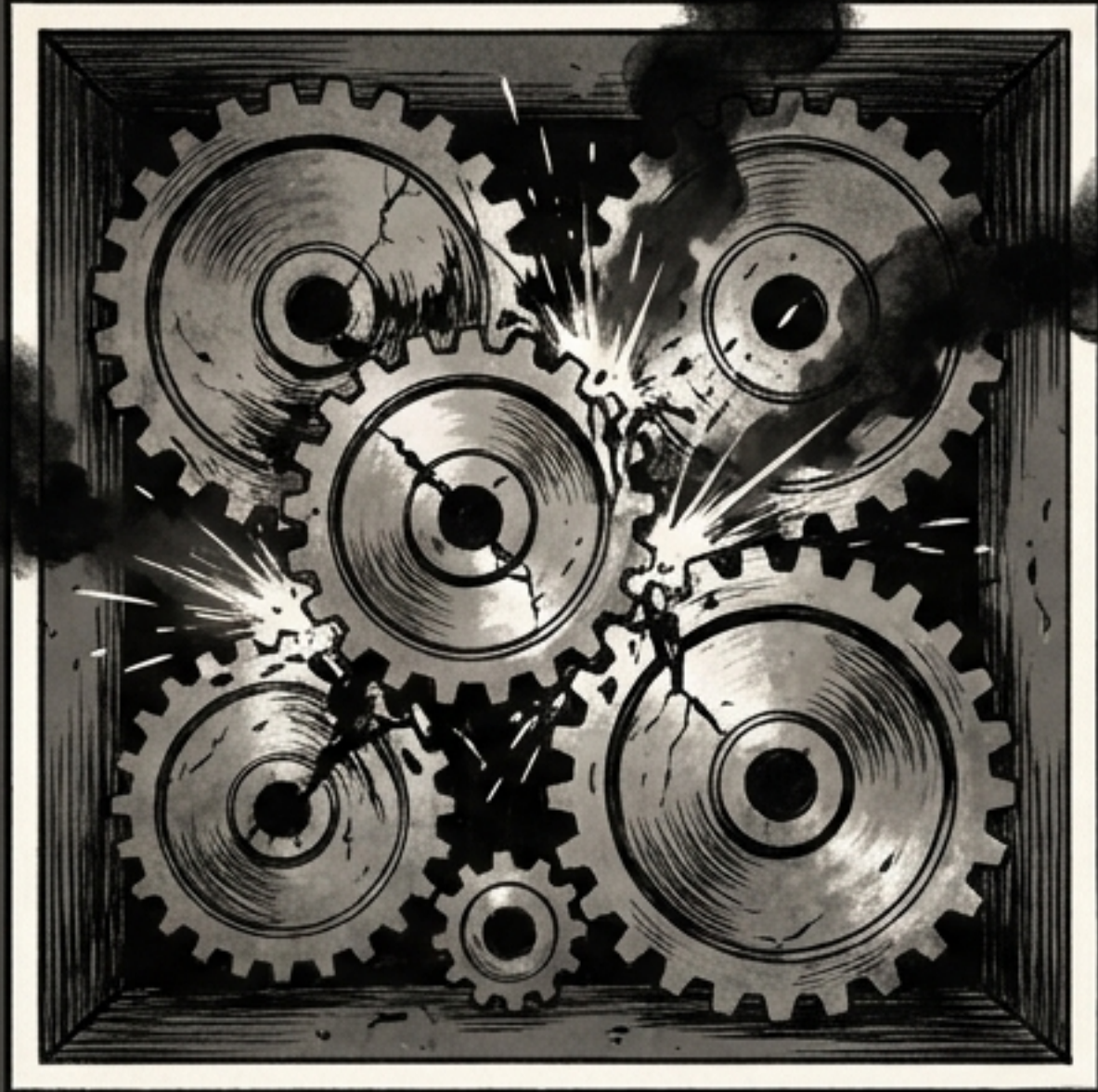
以前より立ち直りが早い。

以前より冷静になれる。

以前より人を許せる。

以前より自分を責めなくなった。

**螺旋を描きながら
上がっているのである。
これが成長の本質である。**



葛藤している時、人は苦しい。
決断できない。前に進めない。
(停滞)

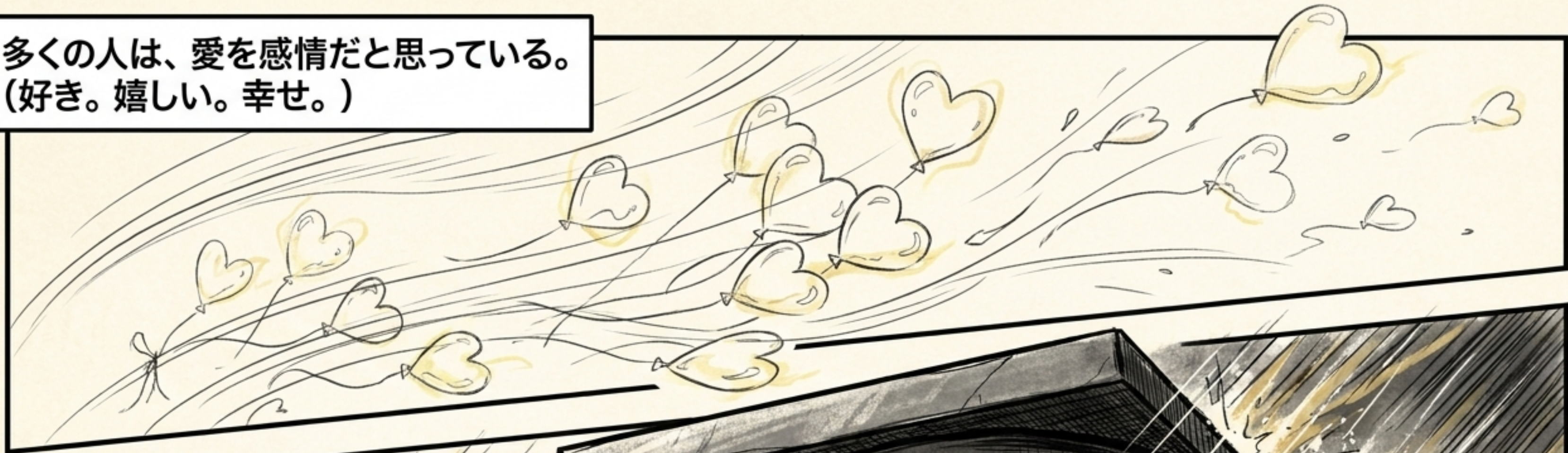


しかし、その状態は停滞ではない。
内部で統合が起きている状態である。
(統合)



それらがぶつかり合いながら、最適な形を探している。
葛藤とは、壊れている状態ではない。整っている途中なのである。

多く人は、愛を感情だと思っている。
(好き。嬉しい。幸せ。)



しかしTAOISMでは、愛とは状態である。
守れる状態。支えられる状態。折れずに立てる状態。それが愛である。



恐れ



勇気

恐れを知らなければ、本当の勇気は生まれない。

悲しみ



優しさ

悲しみを知らなければ、本当の優しさは生まれない。

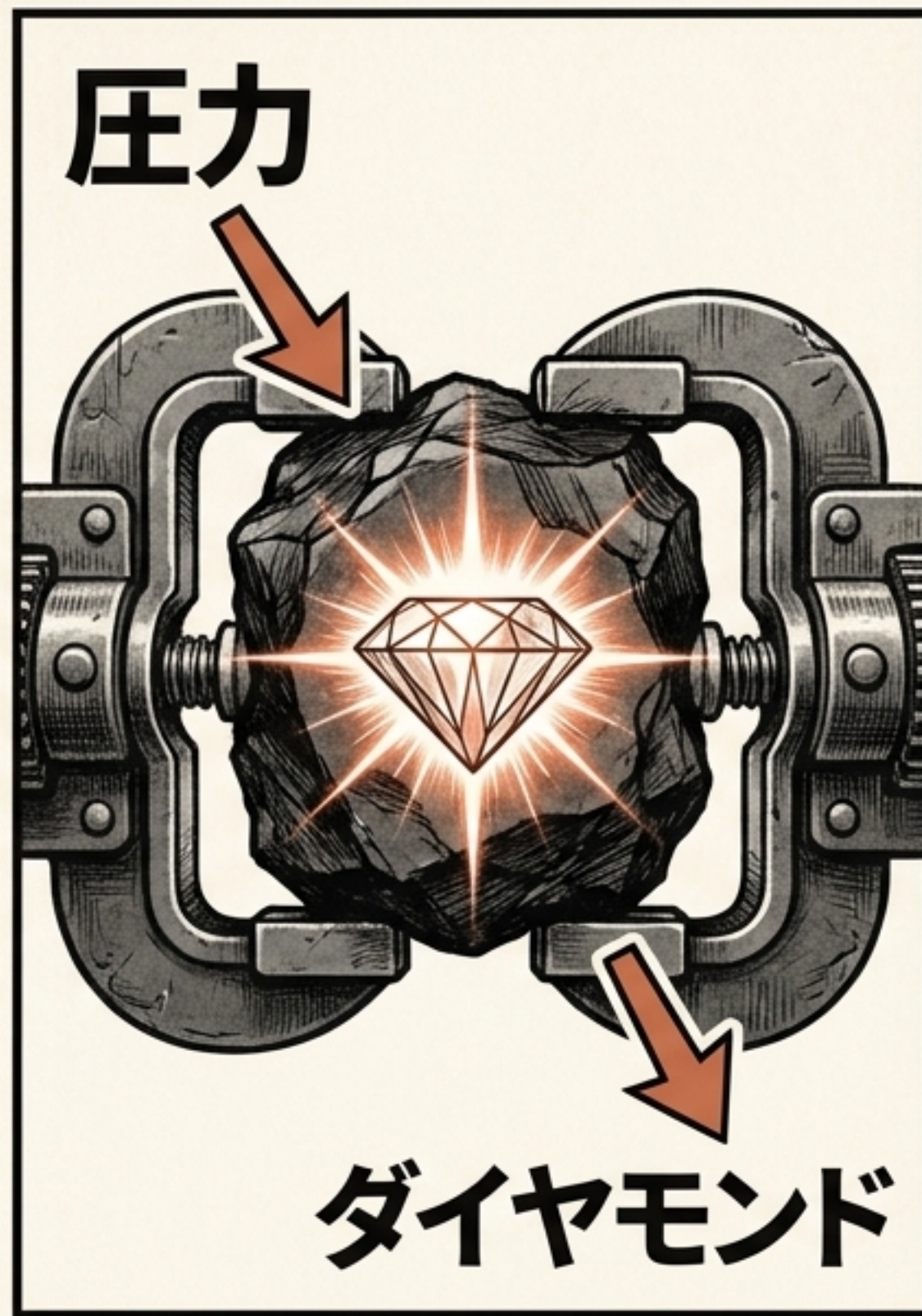
怒り



正義

怒りを知らなければ、本当の正義は生まれない。

だから愛は、葛藤の先にある。



葛藤とは、痛みではない。進化の摩擦なのである。



もし今、葛藤しているのなら。
それは壊れているのではない。
変わっている最中である。
苦しいのは当然である。

自分を大切にしながら、
他者も大切にする。

守りながら進む。
進みながら守る。

そのバランスは、
葛藤の中でしか
身につかない。

だから焦らなくていい。

迷いながらでいい。

揺れながらでいい。

何度でも円を回ればいい。気づいた時には、

あなたはもう同じ場所にはいない。

葛藤とは敗北ではない。
葛藤とは、進化している証なのである。

