

怒らない 不信



東郷 潤

怒るって、時と場合によって難しいですよね。

くくく、我慢、我慢！！



そんな怒りやすさって、なんで決まるのでしょうか？

一般的には「怒りやすさって、怒ったときの安全性で決まる」って言えるかも。たとえば、どっちが強いかな。



強い人が怒るのは簡単そうです。

ばかやろう！

なんで俺が俺の
荷物を持ってるんだよ



では弱い人は？ もちろん危険を冒す
覚悟があるか、理性が吹き飛ばせば、弱く
ても怒れないことはありません。



つまり、弱い人が強い人に怒るのは簡
単ではありません。

それでは、弱い人は死の覚悟でもしなければ、常に怒りを我慢し続けなければいけないのでしょうか？



もちろん、違いますよね。安全性は、強さではなく信頼で確保することも出来ます。

たとえば、夫に浮気されて、妻が怒る場合。

浮気したわね！



そこには「怒っても安全」という最低限の信頼があるものです。強い夫に殴られるかと思えば、そうそう怒れません。

実は、見知らぬ人同士でも信頼関係って存在するんですよ。たとえば電車の中で傘に足を刺された時；



おじさん！
痛いでしょ！
気を付けてよ！

気が付かなくて
ごめんなさい。

満員電車の中で
傘を持ってる時
は、よっぽど気
を付けないといけませんね



この場合二人には、●怒ったら怒りを
受け止めてもらえる ●謝罪すれば許

**してもらえ、という暗黙の信頼関係
が存在しているでしょう。この信頼関
係の程度は国や社会で変わります。**

もし相手を全く信頼出来なければ、どんな社会でも怒ることは難しくなりますね。





怒っても安全という、見えない信頼の存在で怒りやすさが決まってきます。

これを逆に利用することも出来るんですよ。たとえば浮気した夫に対して、

あら、あなた
また浮気したのね



楽しくて
良かったわね

なんで怒らないんだ？
離婚されるのかな？



怒らないことで、
強い不信が
伝わりますね！

あとがき

もし、あなたがこの絵本に共感されたなら、出来るだけ多くの方に、読ませてあげていただければと思います。

本絵本は、自由にコピーして下さって結構です（商業出版はじめ金銭的な授受を伴う場合を除きます）。また下記WEBからは、東郷潤の他の絵本やメッセージをダウンロードすることが出来ます。

www.j15.org

©Jun Togo 2019