

人生の真実について浅く語る

高校時代の情報学競技での敗北、そして大学入試での失敗と、連続した挫折が私を自分自身を証明することに必死にさせました。大学2年生で休学して働き、大学3年生の年齢で起業を始めました。3年間の浮き沈みの中で、多くの人々と出会い、いくつかのことを成し遂げ、私は人生を理解し、人間と歴史についても少しずつ理解するようになりました。私が考える真実をあなたと共有します。

私たちはしばしば他人や社会から軽蔑され、学校、会社、そして社会から評価されます。しかし、なぜ彼らに評価されなければならないのでしょうか。私が社会の評価に従って努力しているとき、より高い視点から見ると、成功と失敗の評価の多くが理不尽であることに気づきます。それは様々な歴史的な理由、大衆が徐々に洗脳されること、悪意のある人々が私たちを無知にさせようとする、そして一部の人々の冷酷で打算的な態度によって引き起こされているのです。

もしある人があなたを見下しているなら、それは彼の過ちであって、あなたの失敗ではありません。例えば、大学の学部生が専門学校を卒業している学生を見下すことがあります。彼の両親は大学の学部を卒業しているのでしょうか？彼の親族は全員大学を卒業しているのでしょうか？彼は自分の親族さえも見下しているのでしょうか？もし自分の親族さえも見下すような人なら、あなたは彼の尊重を気にする必要はありません。同様に、あなたの貧しさを見下す人がいたとして、彼自身が貧しかったことがないのでしょうか？もし自分の過去さえも見下すような人なら、あなたは当然彼を無視しても構いません。さらに、あなたの無知を見下す人がいたとして、彼が学んだ知識は人類の知識の海の中でどれほどの割合を占めているのでしょうか？彼の有名大学の博士号に含まれるわずかな知識がどれほどすごいのでしょうか？そんな自覚もなく傲慢な人なら、あなたは彼を無視しても構いません。

誰もがそれぞれの人生を持っています。人生の経験は比較できるものではなく、人も比較できるものではありません。すべての評価基準は人間が作り出したものであり、これらの基準は人類が存在する前には存在せず、人類が滅びた後には消え去るでしょう。

幸福な人生は、まず他人の否定的な意見を気にしないことから始まります。他人があなたを見下すのは、彼自身の問題であり、彼が道徳的修養を欠いているからです。

人生の20年以上、特に中学からの競争が始まって以来、私もニュートンのような人物に憧れていました。人生は最高の自分になること、最も優れた自分になることだと考えていました。親や学校もそう教えてくれました。しかし、多くの経験を経て、ニュートンやアインシュタインが私たちに伝えたかったのは、他人の評価を気にせず、自分の心に従い、自分が興味を持っていることを誠実にやること、そしてそれが上手くいくかどうかは二の次だということだと気づきました。

あなたが有名になりたいと思っているとき、一生懸命に多くの高品質な記事を書こうとし、何

年も必死に努力して数百万の閲覧数を獲得します。しかし、TikTok上のいくつかの面白い動画は、一晩で数千万人に見られることがあります。だから、有名になるためにそんなに必死になり、そんなに苦しむ価値はあるのでしょうか。

あなたが大金を稼ごうと奮闘し、20年間必死に働いて北京、上海、広州の家を買おうとするとき、一方で、ウォーレン・バフェットやビル・ゲイツたちは一晩で何百もの家を稼ぎ、マーク・ザッカーバーグは20代で億万長者になります。あなたは一軒の家のために、そんなに苦しみ、もがく価値があるのでしょうか。

私たちは皆、経済的自由を望んでいますが、もし全員が経済的自由を手に入れるまで止まらないとしたら、それは現実的でしょうか。Kobe Bryantは20億ドル以上の富を持っていましたが、それでも彼の命を取り戻すことはできませんでした。

人生の真実、命が最も重要だということです。健康な命の前では、他のものはほとんど重要ではありません。命が健康であるとき、初めてお金に少し意味があります。名声や利益は本当にそれほど重要ではありません。

人生の真実、あなたが裕福であろうと貧乏であろうと、宝くじに当たろうと不運にも事故で手足を失うことになろうと、一時的な極度の喜びや悲しみを除けば、あなたの生活は次第に平穏に戻り、喜怒哀楽は依然として存在するということです。未来の10年は、過去の10年と同じように、異なることを経験しても、喜怒哀楽や甘酸っぱい経験が続くでしょう。

人生の真実、どれだけお金を持っていても、どれだけ有名であっても、どれだけ多くの場所を訪れても、日々はそのまま過ぎていくということです。どれだけ人生を悟ったとしても、日々は変わらず過ぎていくのです。

人生の真実、あなたが本当に自分らしくあり、他人の見方や評価を気にしないとき、より幸せな生活を送れるということです。そうすれば、得たり失ったりする心配もなく、恐れや不安に怯えることもなく、劣等感を感じることもなく、本当に自分の人生をコントロールできるようになります。

人生の真実、私たち一人ひとりが世界の支配者であり、世界の主人であるべきだということです。私たちは皆、自分の自由を持つべきです。他人を傷つけない限り、私たちは自分の考えに従ってこの世界を歩むことができ、強制されるべきではありません。他人の自由を侵害しない限り、誰も私たちを評価する資格はありません。

人生の真実、戦争が明らかにしたように、ファシスト帝国が私たちを侵略したとき、私たちは何も間違ったことをしていませんでした。それは彼らの邪悪さと貪欲さによるものです。遅れていることは私たちの過ちではなく、遅れていることは先進的であることとは異なるだけです。ルネサンス以来の科学者たちは、皆とても善良でした。彼らは無私の心で貢献し、すべての人に知識を与えようとしていました。しかし、徐々に先進的な技術が一部の悪人に利用され、私たちは苦しみを味わうことになりました。私たちは他人の過ちを責めて自分を罰する必要はありません。

同様に、人生の真実は、社会に身を置く中で、私たちが成績が悪く、受験教育が好きではなく、何も間違っていないということです。ただ違うだけです。世界中の何千万もの人々が、14歳で農村を離れた李子柒を見ている。これは受験教育に対する最高の皮肉です。私たちが貧困や善良さのためにいじめられ、軽蔑されるとき、私たちには何の間違いもありません。それは相手が悪いのです。私たちが普通の道を歩まず、自分の考えと行動を貫くとき、他人の自由を侵害しない限り、私たちには何の間違いもありません。

人生の真実は、女性に気に入られるために何かをしなければならないわけではないということです。家や車を持っている必要も、成功している必要も、優秀である必要もありません。ただ善良で誠実で勇敢であればいいのです。男性が若いときに成功を追い求めるのは、無意識のうちに異性の好意を得るためでもあります。あなたが善良で誠実で勇敢な人間であるにもかかわらず、どの女性もあなたに好意を示さないのであれば、それは世界に問題があるのです。もしそうだとしたら、世の中があまりにも功利的で、強弱しか見えず、相手が自分にふさわしいかどうかばかりを考えているからです。そんな世界は動物の世界です。

私は、何もかもが下手くそな男の子が、モデルを食事に誘い出し、食事代もタクシー代も払わず、相手と何かをしたいと思ったら直接聞いて、相手を追いかけて手に入れたという話を聞いた時、自分が中学時代からネットでさまざまな恋愛テクニックや資料を探し、この分野で多くの困惑と苦闘を経験してきたのは、恋愛や人間性についての理解や思考が少なかったからだと気づきました。私に足りなかったのは勇気だけでした。私は心の中に不安感でいっぱい、拒絶されることを非常に恐れていました。今日の中学生や大学生にとって、恋愛の本当の秘密は、あなたが好意を寄せるすべての女子に告白する勇気を持つことだと思います。必ずしもそうする必要はありませんが、その勇気を持っていれば、女子を追いかけて手に入れるのはとても簡単です。女性にとって、好意を寄せる男性を追いかけるのも同じことです。

人生の真実は、たとえこの10年間世界が変わらなくても、この10年間の豊富なアプリケーション、ゲーム、映画、書籍、音楽がなくても、この10年間のすべてがなくても、世界はそのまま進んでいくということです。世界は依然として進んでいけるのです。今日、多くの人々が科学技術の発展を追求し、これが正しい道だと信じていますが、必ずしもそうではありません。科学技術と資本主義の発展は、地球上のすべての自然資源を徐々にお金に変え、次第にお金とゴミだけが残る地球を子孫に残しています。ですから、無制限に科学技術を発展させ、無制限に物質的な豊かさを追求することは良いことではありません。

人生の真実は、数学や物理学のいくつかの真理を除いて、何も必ずしも正しいものはないということです。疑いを持つことが正しいのです。もしあなたが「こうすれば必ず正しい」とか「社会はこうあるべきだ」と言うなら、それは必ず間違っています。あるいは、大多数の人が賛成したり好んだりすることが正しい、最善だと言うなら、それは必ずしもそうではありません。もし疑いを持ち続け、すべての物事が必ずしも正しいとは限らない、まだ十分ではないと感じ、実践からのフィードバックを細かく観察し、絶えず調整していくなら、真理に近づく可能性が高ま

ります。そして、実践が悪い結果を示すなら、それは間違っているか、十分ではないということです。誰が言ったかに関わらず。これが科学の真髄です。これがルネサンス期に現れた新しいタイプの人間、彼らの特徴です。ミケランジェロの彫刻、ダ・ヴィンチの絵画、コペルニクスの地動説、これらすべての背後には科学の精神が体現されています。彼らは知識を求め、妄断せず、完璧を追求し、事実に基づいて判断しました。

人類の歴史を振り返ると、全体的に世界は良い方向に向かって発展しています。人類は平等、自由、尊重、幸福な生活を追求し、楽しく自由に生きたいと願い、自由に表現できることを望んでいます。他人が自分の自由を干渉することを望まないのです。ある物事が世界中で急速に広まる理由は、それが人類共通の価値観を体現しているからです。例えば、インターネットやスマートフォン、自動車やテレビ、WeChatやTikTokなどは、人々をより平等に、自由に、そして幸福にします。

中国の近代史においても、市場経済がこれほど優れている理由は、人々を大鍋飯（集団主義的な配給制度）や計画経済から解放し、自由に創造し取引することを可能にしたからです。建国以来、人々の思想を解放し、より自由にすることで、人々の生活は大幅に向上してきました。一方で、独占や独善、そして「私の言うことを聞かなければならない」という姿勢は、繰り返し災難を引き起こしてきました。何かが常に正しいわけではなく、誰かが常に正しいわけではありません。過去に大きな業績を上げた指導者でも、間違いを犯さないわけではなく、常に正しいわけではありません。大躍進時代の大飢饉、文化大革命、反右派運動は、この真理を繰り返し示してきました。改革開放がなぜ良いのか。それは人々の自由を奨励し、人々の手足を解き放ち、一部の地域で「包産到戸」（農家が生産量に応じて報酬を得る制度）を先行的に実施した結果、食糧生産が非常に良くなったからです。

個人、企業、国家にとって同じことが言えます。どうすればいいかわからないときは、探りを入れ、皆が異なる方法を試し、その結果を見て、それに基づいて調整と改善を続けるべきです。一つの声だけではいけませんし、絶対に一つの真理しかないわけでもありません。

真理は真理である。真理の対面に立つとき、社会は何十年も間違いを犯し、一つの袋小路に迷い込むことがあるが、遅かれ早かれ正しい方向に到達することはできず、真理に従わなければならない。自然科学においては、実際の実験結果に従うべきであり、実験が間違いを証明すれば、理論は正しくない。社会においては、すべての人が幸福で自由に楽しいことが真理である。もしすべての人を幸福で自由に楽しくすることができなければ、さまざまな矛盾や衝突が生じるだろう。大多数の人々を消し去らない限り。

人生の真実、あなたが苦勞して望むものを手に入れた後、ついに夢にまで見たガールフレンドができた後、ついに自分の車を持った後、自分の家を持った後、お金を稼ぐ会社を持った後、皆が憧れる大物になった後、多くの人に知られ、注目されるようになったとき、あなたはそれがただそれだけだと気づくでしょう。幸せは結局一時的なもので、幸せはむしろプレッシャーや苦痛からの解放に似ています。このような幸せは有害で、私たちに持続的な目標と持続的な苦

痛を要求し、そうして初めてそのような幸せを感じることができます。苦痛を代償とする幸せは、健康的ではありません。

人生の真実、今日の私たち全員が10年前の世界一の富豪や、過去の世代の皇帝たちよりも豊かであるということです。今日、私たちは多くのアプリやオープンソースソフトウェアを無料で利用でき、一生かかっても見切れないほどの無料のテレビドラマ、映画、書籍、小説、漫画があります。今日、私たちは本当に満足すべきです。無数の無私の科学者や労働者が、私たちが今日豊かで快適な物質生活を享受できるようにしてくれているのです。私たちは自分たちが持っているものを見るべきです。有名人やセレブを羨ましがり、私たちが手に入れることのできないものを渴望し、有名人やセレブでさえも包装美化しなければならない虚構の美しい幻想を渴望するのではなく、物質と体験は永遠に存在し、私たちが手に入れることができないものもあります。しかし、私たちが無料で手に入れることができる物質と体験も無数にあり、私たちの短い一生では享受しきれないほどです。

人生の真実、自分自身を養う以外のすべてのことは、私たちが自ら招いたものであるということです。それは、私たちが有名になりたくて、たくさんのお金を稼ぎたい、終わりのない欲望を持ち、自分自身をしっかりと持たず、社会に巻き込まれて他人と競争せざるを得なくなり、その結果、私たちは終わりのない忙しさに追われることになるからです。私たちが自分自身を養い、十分に食べて眠る能力を持っている以外のすべてのことは、私たちが自ら招いたものです。私たちを強制的に参加させる会社はなく、常に私たちを監視している人もいません。私たちが一年間休むつもりでも、全く問題ありません。のんびりすることと忙しくすることはただ違うだけで、今のところ正しいか間違っているかは言えません。将来の世代から見れば、今必死に忙しくしている人々は、地球をさらに悪化させ、子孫たちをさらに苦しめることになるかもしれません。

今日、多くの庶民は依然として三つの大きな山——住宅、医療、教育——のために奮闘しています。まず住宅の問題について言えば、中国の住宅価格は年収比で世界第二位に位置しており、Wikipediaの統計によると、現在の中国人が一軒の家を手に入れるには30年かかるとされています。私たちはこれほど苦労して、ようやく一軒の家を得ることができるのです。これは私たちの過ちでしょうか？私たちの稼ぐ能力が低すぎる、あるいは怠けすぎるからでしょうか？そうではありません。これは私たちの過ちではないのです。ここ数年、政府が不動産とインフラ建設を大々的に推進し、同時に大量の通貨を発行した結果、余剰な通貨を不動産に固定し、蓄水池として利用し、巨大なインフレを防ぐ必要があったのです。これは私たち庶民の過ちではありません。私たちは都市部に家を持っていないことを自分を責める必要はありません。誰もが家を買えなくなった時、住宅価格は自然に下がるか、あるいは価格があっても市場がなくなるでしょう。他人の過ちのために、私たちが過度の苦痛と圧力を負う必要はありません。

人生の真実、薬は不死の病を治すが、死病には薬がないということです。私たちはいくらかの貯金があれば十分です。もし本当に重い病気になったら、20万や30万なら親戚や友人から集めることもできます。もしそれ以上の金額が必要な重病なら、治ったとしても長くは生きられない

でしょう。私たちがリスクに備えてより多くのお金を稼ぐために、その労苦や必死の努力はむしろ命を短くする可能性が高いです。死の真実、自分がどのように、いつ死ぬかを予測できないということです。統計データはありますが、健康な個人にとって、死の原因や時期が予測できないのは紛れもない事実です。今回のパンデミックでは、何百万もの家のバルコニーで泣き叫び、助けを求める人々がいました。だから、予測不可能で、人生の一瞬一瞬において非常に低い確率であることに對して、満足し、経験したすべてに感謝し、死を心配しないことが大切です。

人生の真実、子供が私たちが学区の家を買い、すべての補習クラスに申し込み、毎日宿題を手伝うだけでうまく育てられるわけではないということです。外国語学校に通い、海外留学することは、情報格差や家庭の経済状況によって、子供をうまく装うことができます。しかし、子供が本当に何かを学び、楽しく自由に過ごし、これらすべてを楽しんでいるかどうかは、また別の問題です。子供が知識を貴重な贈り物としてではなく、重い負担として受け取っているかどうか。彼が学術的な能力を持たずにこの道を歩まなければならないとき、彼は偽りや欺瞞に走るのでしょうか。彼が重要な役職を担う能力を持たないとき、彼はあらゆる手段を使って自分の目的を達成しようとするのでしょうか。人を変えることはとても難しく、人に強制的に勉強させることはとても難しいです。むしろ、自由に発展することを奨励する方が良いこともあります。子供にリラックスして自由に学ばせる方が良いかもしれません。

人生の真実、すべてを自然のままに任せることです。強制すれば、必ずさまざまな矛盾や不満が生じます。無理に求めたトラフィック、無理に作った友情、無理に稼いだお金、または名声や利益に駆り立てられて行ったことは、長続きしません。それはまるで潮の満ち引きのように、押し寄せては引いていくものです。

歴史の潮流は、いかなる個人によっても変えられるものではありません。一部の人々は世界に深い影響を与えたように見えますが、実際には歴史の流れに従い、民心に従い、世界の発展に従い、人々の生活をより自由で幸福にするために行動しただけです。私は、当時の指導者やその科学技術を発明した科学者がいなくても、歴史の趨勢はほとんど変わらなかったと信じています。今日の世界は、何世代にもわたる何億何千万もの人々の努力の結果です。人類の数百万年の歴史の中で、なぜ数万年前にルネサンス、産業革命、情報革命、商業社会が起こらなかったのか、なぜ採集狩猟時代が数十万年早く終わらず、農業時代が早く始まらなかったのか、それは一連の偶然の出来事と人類の主観的な行動の結果だと思います。

だから、世界を変えようとするのではなく、私たちは科学理論を研究したり、大衆の中に入って調査したりする心の余裕がない。自分自身を変えるのも難しいし、ましてや他人を変えることなどできない。他人の考えを変えることなど、私たちにはできない。私たちはただ包容し、受け入れ、感化し、相手を理解し、順応することで、ゆっくりと相手に考えを受け入れさせ、相手の信頼を得ることができるのだ。自分自身が長期間自分の製品を使えないのに、どうして他人に使わせたり、お金を払わせたりできるだろうか。ここ数年、これほど多くのスタートアップが失敗し、長年にわたって友人や家族と議論や口論をしても、いつも不愉快な結果に終わっている。

それは、強制が決して良い結果をもたらさないことを示している。何事もできるだけ自然に任せるべきだ。自分自身をしっかりとやるだけでも大変なことなのだ。

以上のことから、私は人生に意味がないと言っているように感じられるかもしれませんが、そうではありません。意味は人々の理性的な頭脳に存在し、感情は私たちが感じるができるものであり、地球と人類の歴史の一つひとつは確かに起こったことです。

アインシュタインは、人生に意味がないと考えて生きることは、必然的に苦痛であると言いました。積極的に言えば、人生には意味があります。なぜなら、私たちは激しい競争社会に身を置き、苦痛とプレッシャーにさらされ、本当の喜びを忘れ、情熱と好奇心を失っているからです。ニュートンやダ・ヴィンチに聞いてみましょう、彼らは人生に意味があると感じていたでしょうか。ダ・ヴィンチの生涯に残された絵画はわずか15点で、彼は一つの絵画に何年もかけることを厭いませんでした。ニュートンは、彼の一生はただ海辺で砂遊びをしている子供のようなものだと言いました。彼らにとって、人生はとても面白くて楽しいものでした。彼らはただ自分の世界に没頭し、一部の人々との議論にエネルギーを浪費することを避けるために作品を発表せず、自分だけで遊んでいたのです。彼らは自分の作品が後世にとってどれほど重要であるか全く考えていませんでしたし、世間がどう評価するかも気にしませんでした。

この20年以上、特にここ10年間、私は多くの苦しみや打撃を経験してきました。私は自分の経験をオープンソースとして公開し、記事にまとめ、皆さんに私の人生を見てもらい、他人の目をどう気にし、どうやって徐々に気にしなくなったのかを見てもらいました。私は深い教訓を学びました。友人たちが私が経験したような苦しみを味わう必要がないことを願っています。私は誰かを責めたり、誰かに不満を抱いたりしていません。はい、司馬懿が晩年に言ったように、私はこれまで敵はいなくて、目に入るのはすべて友人でした。道中、多くの思い出と収穫を得ました。ただ、もし私がおっと自分をしっかり持って、拒絶を恐れず、世俗を気にせず、自分が優秀かどうかを気にせず、もっと自分の心に従い、何事もゆっくりと行っていたら、もっと幸せに過ごせたかもしれないと思います。

私が皆さんに勧めているのは、仕事をやめて遊びに専念しようということではありません。もしあなたが本当にお金が好きで、自分の仕事が好きなら、それは素晴らしいことです。もしあなたが自分の仕事をとても気に入っていて、それでいて何千万、何億ものお金を稼いでいるなら、それは友達としても嬉しいことです。これこそ私が賞賛する生き方です。私が賞賛しないのは、名声や利益のために苦しみながら努力し、遅れを取るのを恐れ、失敗を恐れて必死に奮闘し、異性の自己中心的な目線に苦しむような生き方です。

人生の真実、健康が最も重要であり、次に幸福に過ごすためには、楽しさが最も重要です。人生を軽く見て、名声や利益にこだわりすぎず、自分の心に正直に向き合い、常に自分に問いかけてください。現在の生活が自分が望むものか、それほど多くの物質が自分にとって必要なものか、ぼんやりと人生とは何か、世界とは何か、なぜそれほど多くの欲望があるのか、先生や親、権威、政府、会社が必ずしも正しいのか、私が経験したすべてのことが私に何を教えてくれたの

か、なぜ毎年これらやあれらのことをするのか、なぜこれらの人々やあの人たちと知り合ったのかを考えてみてください。

抖音はまさに、私たちに人生の授業を生き生きと教えてくれているのだと思います。様々な動画がバズり、時には理由もなくバズることがあります。その中には、非常にシンプルで素朴な制作の動画も多く、灼熱の太陽の下で汗を流す人々の姿も多く見られます。私たちが名声と利益に必死になっている時、撮影や編集の技術に苦しんでいる時、必死にTikTokのインフルエンサーになろうとしている時、一方で、ただ遊んでいるだけでバズってしまう人もいれば、バズりたくない人が私たちが切望する名声を得ることもあります。李子柒は最初、自社製品の食品を売りたいだけで動画を撮り始め、そんなに多くのお金を稼ごうとは思っていませんでしたが、最終的には多くの上場企業が稼ぎたいと望む以上の収入を得ました。パフェットはあれだけのお金を持っていても、ただ本を読んで、ハンバーガーを食べ、コーラを飲み、何十年も前の家に住んでいるだけです。

これらはすべて自然の力によるものです。ショートビデオやライブ配信で新たに有名になった多くの人々は、そもそも有名になろうとは思っていませんし、有名になることを好まない人もいます。自分の興味に一心に従っている多くの人々は、お金があっても質素な生活を送り、慈善活動も行っています。ですから、私たちは名声や利益にあまりこだわる必要はありません。ただひたすらに自分の好きなことに打ち込めばいいのです。もし私たちが本当に現在の活動を楽しんでいるなら、余計な名声や利益は必要ないと私は思います。科学者のファインマンはノーベル賞を受賞しましたが、それほど嬉しくなかったようで、受賞するのも気が進まなかったと言います。彼は、「発見の過程自体が楽しかったので、賞はどうでもいい」と語りました。また、数学者のペレルマンは一時、母親の援助に頼り、質素で貧しい生活を送っていましたが、百万ドルの賞金が舞い込んできたとき、彼はそれを拒否しました。

本当に名声や利益を手放すことは難しい。楊絳は、成長して初めて、経験がなければ本は理解できないと語った。そう、誰も一瞬で変わることはできない。私が退学して働きたい、起業したい、何度も自分を証明したいと思ったとき、両親がどんなに止めても何を言っても無駄だった。人は、自分自身でしか変わることができない。自分を変えることも、自分自身で多くの経験を積み、考え、熟考するしかない。ここに共有することで、同じように感じている友人たちが、自分の独自性をより強く信じ、周囲の評価に左右されないように願っている。

真実は常に相対的であり、私がここで述べていることも必ずしも正しいとは限らず、一部偏っている部分もあるかもしれません。そう、絶対的な真実など存在しません。物理学においてさえ、一見完璧に見えるニュートンの力学理論でさえ、ニュートンが提唱してから何年も経った後、アインシュタインによってある状況下では正しくないと指摘されました。ましてや、私たちの人生の過ごし方や、正しい世界観、人生観、価値観とは何かについて言えば、なおさらです。しかし、これらの考えを信じ始めてから、私はより自由で幸せに過ごせるようになりました。

私たちみんなが幸せな人生を送れますように。