

■ 過去を見ると恩着せがましくなる、  
未来を見ると主体的になる

修正： 2022.06.01

投稿： 2022.06.01



## ● 過去を見ると恩着せがましくなる、未来を見ると主体的になる①

最近、紙コップを多用するようになりました。

紙ではない紙コップ(?)は

洗えば再び使用できるので、便利です。

//-----

人間は**考える**生き物です。では、

人間は何を考えているのかと言うと、

「これまでのこと(過去のこと)」か

「これからのこと(未来のこと)」の

いずれかに大別できるでしょう。もし、

「あのとき○○しておけばよかった…」と考えるのであれば、

その人は積極的に過去のことを考える「**過去志向**」な人であり、

「これからは○○しよう！」と考えるのであれば、

その人は積極的に未来のことを考える「**未来志向**」な人です。

この「過去志向」と「未来志向」の思考の違いですが、

「**過去志向**」の人は**恩着せがましく**、

「**未来志向**」の人は**主体的**な傾向があります。と言うのも、人は、

「自分が他人にしてもらったこと」よりも、

「自分が他人にしてあげたこと」の方が、

よっぽど記憶に残ってしまうためです。

ゆえに、人は過去を振り返ると、

自分が誰かのために何かをしているシーンばかりを思い出し、

人からの恩返しを求めてしまうものなのです。

逆に未来を眺めながら生きている人は、

これからどうするかという点が大事ですから、

主体的になる傾向があります。

(続)

//=====//

## ●過去を見ると恩着せがましくなる、未来を見ると主体的になる②

「自分が他人にしてもらったこと」よりも、  
「自分が他人にしてあげたこと」の方が、  
よっぽど記憶に残ってしまうものだから、

過去を振り返れば、何かと、

**「あのとき、俺が、お前に、してやった！」**と、  
恩着せがましく**恩返し**を期待するものです。

そうして、自分が他人に対して行った、  
過去の貢献を思い返すたびに、恩返しされない  
ことに対して、自然と**腹立たしさ**を覚えるものです。

例えば、上司が部下に対して、

**「あのとき、俺がお前のことを、  
陰ながらフォローしてやったというのに、  
まったく何の感謝もなしか！  
ちょっとは、周囲の気遣いに気づけ！」**

と、苛立ちが募るものです。当然、

恩返しを求めていれば、態度や雰囲気  
それとなく相手に伝わってしまうものです。  
恩返しを求められれば、誰だって良い気はしませんから、  
自然と、その人からは人が離れていくことになります。

一方、未来志向の人は、  
人に対してあまり感謝を求めません。

未来のことを考えている以上、  
**「これからどうなっていくか、  
ゆえに、今から何をすべきか」と、**  
よりよい未来を求めて頭を働かせます。

もし、恩着せがましい性格を直したいと言うのであれば、  
「過去志向」を止めて「未来志向」へ  
思考を切り替えていくことは効果的です。それはつまり、

**「過去のことを考える時間を減らし、  
未来のことを考える時間を増やす」**

という知的努力をすることであり、そうすればやがて、  
「奪う人」から「与える人」になっていくことでしょう。

(続)

//=====//

## ● 過去を見ると恩着せがましくなる、未来を見ると主体的になる③

できることなら、「過去志向」ではなく、  
「未来志向」で生きていきたいものです。  
しかしながら人は、年を取れば取るほど、  
**過去志向**になっていきます。  
未来なんてなくなるからです。

日本は平均寿命が男女ともに 80 歳を超えており、  
世界でも長寿国として知られています。だからこそ、

「あ～あ、私もとうとう 40 歳か…、  
人生の折り返し地点だな… (´Д`)」などと、

絶対に 80 歳まで生きられる保証があるわけでもなく、  
「まだあと半分は生きていけるぞ！」と思い込んでしまうものです。  
何を基準に「折り返し地点」と言っているのでしょうか？

平均寿命というのはあくまで**平均値(期待値)**です。  
それより早く死ぬ人もいれば、遅く死ぬ人もいます。  
80 歳になった途端にみんながぱたぱたと  
一斉に死んでいくわけではありません。

厚生労働省が発表している年間の日本人の死亡者数は、  
約 120 万人です。1 年 365 日ですから、  
1 日に換算すると約 3000 人となります。つまり、  
概ね 30 秒に 1 人が命を落としていることとなります。

年齢や生活習慣を無視して考えると、  
あなたや私が今日死ぬ確率は約 0.0025%となります。  
宝くじ 1 等を当てる確率が 0.000005%とすると、  
今日死ぬ確率は、宝くじで 1 等を当てる確率の  
約 500 倍であることが分かります。

ここでは年齢や生活習慣を無視しましたが、実際は、  
死亡確率は年齢に比例して高くなります。ゆえに、  
年を取れば取るほど、未来志向になることは難しくなります。

その上で**未来志向になる**ということは、**死を受け入れる、**  
ということです。むしろ、人生を諦め、死を受け入れた方が、  
生に執着しないで済む分、幸せになれると言えるでしょう。

参考までに、過去の記事

「前を向く若者、後ろを向く老人」(2018 年 2 月)  
においても、未来志向と過去志向の話を載せております。

(完)

//=====//

Web サイト :

**心を力学する ー原理・原則に基づく生き方を考えるー**

著者 :

**時無 和考(Tokinashi Kazutaka)**