

■ 人脈に恵まれたいなら、
まずは孤独になりなさい

修正： 2017.02.01

投稿： 2017.02.01



●人脈に恵まれないなら、まずは孤独になりなさい①

テレフォン相談で、こんな相談がされるそうです。

「結婚してもう5年になるんですけど、
当初は夫も優しくかったのに、
今ではとても冷たいんです…」と。

そういう場合、相談される側としては、
「そうですか。それはさぞかし、辛いことでしょうね…」
と答えるしかないそうですが、本音としては、

「その結婚当初の夫の優しさというのは、
優しさなどではなく、単なるお世辞だったんじゃないの？」
と言いたいのだそうです。

付き合っ間もない頃であれば、
お世辞の一つや二つは口にすることでしょう。
キザな男性になれば、

「今日は君の瞳に、創造と破壊の二つの美しさを見た気がするよ…」
と口説くこともあるそうですが、
なんのこっちゃ…(@_@)

「こんな風に、ちやほやされることを夫の優しさと言うのでしょうか？

いや、言わないでしょう！」と、

相談を受ける心理カウンセラーの人もそう思うわけで、
その後も続く相談内容を一言でまとめると、

「どうすれば夫は、昔のように、
私に優しくしてくれるようになるのでしょうか？」
ということだそうです。

(続)

//=====//

●人脈に恵まれないなら、まずは孤独になりなさい②

「結婚して5年も経つ頃には、夫もずいぶん冷たくなってしまい、
どうすれば、昔のように、優しく接してくれるようになるのか？」
という相談内容でした。

人の心はころころ変わると言われています。
昨日は「あれがいい」と言っていたものが、
今日になると「あれはダメだ」と言うのが人間です。

結婚当初は優しく接してくれていた優しい夫も、
5年も経てば、一緒にいることに慣れてしまい、
「当たり前」の感覚となり、相手に対して何も感じなくなり、
ゆえに、妻に優しくしよう、という気持ちも薄れていったのでしょう。

妻からすると、とんだ心変わりです。

「プロポーズのとき、君のこと一生幸せにする、約束する
って言ってくれたじゃない、あれは何だったの？」
と詰め寄っても、夫からすれば「あのときは」の話です。

「この人と出会うために生まれてきたのだ！」
と思えるほどの特別な相手（俗に言うソールメイト）であったとしても、
そのうち慣れてしまい、いつかは特別とは思えなくなっていくます。

出会うのが運命なら、飽きるのも運命、別れるのも運命です。

だからこそ考えておかねばならないことですが、
どうすれば「もう飽きてしまった結婚生活」の中で幸せを感じつつ、

充実した日々を過ごすことができるようになるのでしょうか？

(続)

//=====//

●人脈に恵まれたいなら、まずは孤独になりなさい③

バレンタインデーが近づいてきましたね。

女性からチョコをもらう方法として、

1. レジに美人がいるコンビニでチョコを買う
2. 商品を受け取らずに店をでる
3. 美人が追ってくる
4. 「えっ、僕に？」と笑顔で受け取る

とボケ投稿サイトで投稿されており、

「お、なるほど！」と感心いたしました。

…。

//-----

さてさて、本題ですが、

人の心はころころ変わると言われています。

そんな無常な人の心をよりどころに、幸せになろうと望むからこそ、
いつも他人の動向が気になってしまい、不安に陥ることになります。

「さ〜みしさ、ゆ〜えに、愛が芽生え〜♪

お互いを知って、愛が終わる〜♪」

というのは、長淵剛氏の巡恋歌のフレーズですが、
自分の心のさみしさを他人で埋めようとしても、
他人の心はころころ変わっていくものなのですから、埋められたとしても一時、
いつまでも続くわけもなく、関係は終わることになります。

心の奥底の、さみしさの隙間を埋められるのは「自分だけ」、
「自分だけ」です。幸せになりたいなら、まずは自分自身を深く理解し、
孤独を当たり前にしていかなければなりません。

孤独をさみしいと感じないほどにまで自分自身を深く理解すれば、
孤独でいることがそんなに苦痛ではなく、むしろ、
ある程度は孤独でなければ窮屈に感じるようになるものです。

偉人の名言でも、書店の啓発書でも、
「孤独であれ」という類のことは、よく謳われております。
うる覚えですが、いくつか印象に残ったフレーズを挙げておきたいと思います。

「振り返ってみると、成長したのは、いつだって孤独のときだ」
「肩を並べて歩む友がいなければ、独りで歩んでいきなさい」
「時間を無駄にした、と思ったとき、たいてい誰かと無駄につながっている」

「無能だから群れるのではない、群れるから無能になるのだ」
「人脈が豊かな人ほど、いつも一人で行動しているものだ」

「孤独はいいものだ、と言い合える友人をもつことはいいものだ」
「親友は一人いればそれでいい」
「友達がたくさんいる、とは、友達がいないことに等しい」

「自分を愛せない人に他人は愛せない」
「この世で会おうべきたった一人の人、それは自分だ」

(続)

//=====//

●人脈に恵まれないなら、まずは孤独になりなさい④

幸せと孤独について、「結婚生活」を例にとって、
3回にわたって話を進めてきました。

幸せになりたいならば、まずは自分自身を深く理解し、
孤独を当たり前(幸せのプラットフォームを創る)にするところから
始めていかなければならないように思います。

「自分を愛せない人に他人は愛せない」

という的を射た格言がありますが、

「自分を愛する」ということは「自分と向き合う」ということであり、
そのためにも「**独りの時間**」を大切にしなければなりません。

「さみしいから誰かと一緒にいる」というのは、しょせん、
自分さえよければそれでいいという自己中心的な考えです。
他人から何かを「奪ってやれ」という考え方です。

さみしさを紛らわすために、**他人から温もりを奪おうとする**から、
助け合いが甘え合いとなり、やがて傷の舐め合いとなり、
そして奪い合いとなっていくます(奪って奪われる)。

与えられたいなら「与える」しかありません。そのためには、
人に与えることができるだけの人格にまで成熟しておかなければなりません。

同時に、人に「与えるもの」も創っていかなければなりません。
この成熟と創造のプロセスが孤独の中で行われます。

人に与えられるようになるまでは長く冷たい期間が続きますが、
それだけの忍耐ができればそもそも与えることすらできない、

ということです。

(続)

//=====//

●人脈に恵まれたいなら、まずは孤独になりなさい⑤

この章「人脈に恵まれたいなら、まずは孤独になりなさい」
の最初のページに戻りますが、

**「結婚して5年も経つ頃には、夫もずいぶん冷たくなってしまい、
どうすれば、昔のように、優しく接してくれるようになるのか？」**
という相談内容を紹介しました。

心理カウンセラへの相談です。
カウンセリングでは正しい答えを教えることはできないため、
相談者自身が、自力がよりよい道を探っていくことになります。
それを補助するのがカウンセラです。

また、カウンセリングでは、
元の状態に戻すことを目的とはしていないので、
昔のようにしたい、戻りたい、という願いであれば、
叶えられそうにありません。

「昔は良かった」けど**「これからはどうするか」**と
視点を前向きにして未来志向で悩むよう導かれます。

冷たくなってしまった夫との結婚生活を受け入れ、
そこから自分はどうか、どう対応していくのか、
自分自身を深く理解し、自分と向き合いながら、

よりよい方法を探っていくのです。

まずは、甘え合いの依存状態から抜け出し、

自立していくところからです。そして、

「～してほしい」という視点で繋がっていた**奪い合いの関係**を脱し、

「～してあげる」という視点で繋がる**与え合いの関係**を目指します。

もし、自分が成長した結果、

相手が自分の優しさを受け入れられるだけの人格でなければ、

一緒にいることが苦痛になり、相手の方から離れていきます。

そのうち、自分の人格に釣り合う人が目の前に現れます。

そうして、自然と人脈が整理され形成されていくのです。

(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)