

あなたの 恋を叶える方法

The message for all lovers

有本 光

あの日、何気なく始まった恋

あの日、予期せず終ってしまった恋

いつか綺麗な思い出へと溶けていった恋

今でもまだ、忘れられずにいる恋

人は生きている間に何度恋をするのか・・・

それはまるで想像もつかないものだとしても

きっと退屈な時間を潰すためだけに

誰かに恋するわけではありません。

貴方の心の奥にひそむ「大好き」という

本当の気持ちを大切にする

それが、あなたが「最愛の人」と出会う理由です。

そして恋が終わる最後の時に

"私は最愛の人を死ぬほど想った・・・"そう言える

そんな恋を歩んでみるのはいかがでしょうか

守るべき一定のライン

幸せな恋愛関係である時には、互いの心に「自由」が感じられるものです。

二人でいることにより、心が解放される。生き生きとする。安らげる。どんな事でも乗り越えられそうな気持ちがする。

そうした、心が「自由」を感じられている時に、恋愛関係は上手くいっているものです。

しかし、「自由」であることには、同時に「秩序」も求められます。ある一定の「秩序」が二人の間になれば、「自由」はやがて暴走し、互いの奔放な心のままに、気付かないうちに互いの心を傷つけあうようになるのです。

どれだけ幸せな恋愛関係が続き、どれほど互いの事を理解し合い、心を許し合ったつもりでいても、守るべき一定のラインは存在します。

幸せになる上で不可欠な要素

二人の間の感情や熱情のぶつけ合いのように思える「恋愛」も、それがしっかりと育まれていく過程には、二人の間には恋愛に対するモラルが必要になります。

些細な約束を守る、何気ない思いやりの言葉をかける、大切な思い出は忘れない、相手のことを尊重する、そうした恋愛のモラルを持っていることで、熱情や一瞬の感情の高まりからはじまった恋愛さえ永く続いていくことになります。

そして、互いに認め合い、より深く理解し合い、恋愛のモラルをより高めていくことができるようになるのです。

例えばいつか別れを選ぶことになったとしても、しっかりとした恋愛のモラルさえ持っていれば、きっと新しく素敵な恋愛を引き寄せることができるでしょう。

恋愛のモラルを守ることは、幸せになる上で不可欠な要素なのです。

二人でいることの価値

好きな人との関係が長くなり、平和な時間が続いてくるとだんだんそのことが当たり前のように思えてくるようになります。

一緒にいること、互いが互いを理解しているように思えること、そして、出会った頃にはきっと感じることできた、それらの幸せや喜びといったものを見失いがちになってしまいます。

けれど、決して何の努力もしないで幸せな時間は、続いていくものではありません。

そこには、二人の間の自覚と、思いやりや優しさといった些細な気遣いの積み重ねがあってこそ成り立ち続けるものです。

もしも、幸せな時間がいつしか当たり前のように感じ、二人でいることの意義や意味を忘れてしまえば、次第にわずかなすれ違いや仕草に対してさえ、相手を許せなくなるようになってしまいます。

そして、信頼はもろく崩れていってしまうのです。それくらい人の心は脆弱な要素を秘めているものです。

だから、二人がいつまでも幸せな関係でいられるためには、何かあった時や、二人の節目に思える時に、二人でいることの価値を確かめあうことが大切でしょう。

素敵な恋を引き寄せたい時

素敵な恋愛を引き寄せる時、幸せな関係を続けていく時、必要な要素は幾つかあります。そしてそれらの中で一番大切な要素は「笑顔」です。

屈託のない「笑顔」は、どんな言葉よりも、どれほど外観を装うよりも、相手の心を捕えて離さないものです。

「笑顔」をつくることは、それが意識的に作ったものであったとしても自然に自分自身の気持ちを明るくし、テンションを上げることができます。そして、そのエネルギーは相手にも伝わるのです。

素敵な恋を引き寄せたい時、恋愛運を変えたい時には何もしないよりも、おもいきって「笑顔」をつくってみましょう。

二人の関係を進展させていくためには

どれほど心を許している相手でも、ほんの些細なことから二人の関係が崩れていくことがあります。

そしてそれは、二人の間のコミュニケーションの取り方が原因である場合が多いです。

例えば、相手に何かをお願いしたり、自分の気持ちを伝える時、気付かないうちに、一方的な命令のようになってしまっていることがあります。

そして、あなたが「お願い」のつもりで言ったことが、相手には、「束縛」や「身勝手」だと捉えられてしまうのです。

こうしたほんの些細なコミュニケーションの溝が続いていくと、だんだん二人の関係は崩れていき、臨界点に達した時に、一気に破綻してしまうのです。

よって、コミュニケーションの溝をつくらないためには、例えば、あなたが相手をお願いをしたり、自分の気持ちを伝える時には、「自分はこう思うけど(こうしたいけど)、あなたは思うか」というように、相手の気持ちも確かめることが大切でしょう。

そうして、相談をするかのようにしてコミュニケーションをとることで、相手の意思を尊重することもでき、相手はあなたに対して「束縛」や「身勝手」を感じることはなくなり、逆にあなたの事をもっと理解しようとしてくれるようになるはずです。

二人の関係を進展させていくためには、そうした些細なコミュニケーションの取り方がとても大切なのです。

誰にでも弱さや欠点はある

誰かを想っているとき、好きな相手に対して素直になれなかったり、感情的になって思ってもいない言葉を口にだして相手を傷つけてしまうことがあります。そして、そんな自分自身をととても嫌になることがあるでしょう。

こうして、自己嫌悪に陥るとなかなか立ち直れなくなり、自分のことを好きになれない気持ちはやがて、相手のこともころから好きになれなくなり、心からの楽しさや幸せを感じられなくなります。

誰にでも弱さや欠点はあるものです。

だから、上手くコントロールできない自分自身を過剰に責め続けたり、嫌いになるよりも、そういう自分自身を受け入れてしまうことが大切です。

自分のことを今よりもっと好きになれば、きっと相手のことももっと好きになれるでしょう。

本当に強い絆を結ぶためには

恋愛をしているとき、時間が過ぎるにつれてだんだんと相手に対して依存するようになることがあります。

あるいは気付かないうちに、依存してしまっていることがあります。

依存する気持ちというのは、それだけ相手を信頼しているという心を表す一方で、依存する気持ちあまりに強くなりすぎると、それはわがままになり、相手を苦しめてしまうことになります。

そして、依存度が強くなればなるほど、相手からの信頼感を少しずつ失っていくことにもなるでしょう。

本当に強い絆を結ぶためには、適度に相手に依存する気持ちと、自分自身も相手を支えようとする気持ちの両方が必要なのです。

互いのなにを信じているのか

新しい出会いをして恋愛が始まろうとするとき、あるいは、誰かと恋愛をしているとき、周りにいる第三者にその恋愛を邪魔されたり、二人を取り巻く環境が様々な障害を投げかけてくる場合があります。

そんな時、二人が信じるものが何なのか、互いのなにを信じているのか、それらを探すことができます。

もしも、それらが見つからなければ別れを選ぶことも一つの選択肢になるのかもしれない。

けれど、それらを見つけることができたなら恋愛がどういう状況にあったとしても、もう迷いはなくなるでしょう。そして、互いの中に「信念」にも似た強い気持ちが生まれるのです。

恋の説得力

恋愛をしているとき、好きな相手に対して優しい言葉を掛けたり、何気なく「好き」という言葉を掛けたりすることは大切です。

そうして言葉にして自分の気持ちを伝えることで相手のところに安心感を与えたり、信頼感を与えたりすることができます。

けれど、「言葉」だけで「行動」が伴わなければかえって相手に不安を与えたり、不信感を与えることになります。

どれほど優しい言葉を掛けていても、それと正反対の行動をしていたら恋愛は崩れていくものです。

「言葉」は「行動」によって確かなものになるのです。

相手を想う気持ちは、「言葉」だけでなく「行動」でも示した方が良いでしょう。

そうすることで、「恋の説得力」が生まれます。

相手のなにが好きなのか

恋愛のなかで、些細なことから相手のことを信じられなくなることがあります。そして、相手に対して気持ちを確かめようとするところがあるでしょう。

一方で、自分自身の気持ちを信じられなくなることもあります。本当に相手のことを好きなのか、相手のなにが好きなのか、そんなふうにして自分自身の気持ちが分からなくなってしまうことがあるでしょう。

幸せな恋愛は、相手の気持ちと自分の気持ちそれぞれを信じている中にあるものです。だから、自分の気持ちが分からなくなりかけたとき、少しでも「相手のことが好き」という思いがあるなら、その気持ちを信じきることです。

信じることにより、想いは強くなり、不確かなことは少しずつなくなっていくのです。

本当に幸せになれる道

恋愛が始まる時、好きな相手に少しでも自分を良く見せたいという想いから、本来の自分以上の姿をつくり背伸びをしてしまうことがあります。

そして、相手からの興味や愛情を繋ぎとめておくために必死になり、背伸びをし続けてしまうのです。

しかし、背伸びはいつまでも続かないものです。やがて、相手からの愛情を繋ぎとめることに疲れてしまったり、本来の自分を見失って恋愛に暴走してしまうことがあります。

だから、恋愛のはじまりに、背伸びをしていたとしても、少しずつ本来の自分を見せていく姿勢が大切です。

もしも、背伸びを続けなければならない相手であれば、その恋愛はいつか終わってしまうものかも知れません。

自分の適性を知り、ありのままの自分で恋愛を楽しむことが本当に幸せになれる道なのです。

相手の「打算を超えた想い」

恋愛をしているとき、あるいは恋愛を始めようとするとき、どれほど好きな相手に対してでも、どうしても自己中心的に物事を考え行動してしまうことがあります。

「相手が自分に何をしてくれるか、何をしてくれたか」

「相手は自分の望みや願いを叶えてくれるか」

「相手は自分の描く理想の恋人になってくれるか」

そんな幾つもの想いが、「好き」という感情の裏でうごめいていることがあるのです。

ただ、そんなときに、

「自分は相手のために何をしてあげられるか」

「自分は相手の望みや願いを叶えてあげられるか」

「自分は相手にとって理想の恋人になれるか」

という想いを少しでも持つことができたなら、その想いは、好きな相手にも必ず伝わり、相手も次第に同じような想いを共有してくれるようになります。

ひとは誰でも、相手の「打算を超えた想い」に惹かれ、「自己中心的な想い」にはひいてしまうものだからです。

相手の欠点さえも魅力のひとつと思える時が来る

大好きな人と付き合っている時、思いがけない恋人の欠点を知ってしまうことがあります。そして、それまでの恋人に対する気持ちが急速に冷めていき、時として別れを選んでしまう人もいます。

けれど、誰にでも一つや二つの欠点はあることを、そんな時にもう一度思い直してみる必要があります。

そして、恋人の「欠点」と「好きな部分」を比較して、それでも恋人のことを本当に嫌いになるか、それとも受け入れることができるのかを考えてみれば良いでしょう。

恋人の好きな部分が多ければ多いほど、恋人に対する想いが強ければ強いほどいつか相手の欠点さえも魅力のひとつと思える時が来るということも忘れてはならないでしょう。

相手に対する本当の「誠意」とは

恋愛は二人で過ごす時間の長さに比例して様々な問題が起きるものです。

そして、その度にそれを乗り越えようともがいてみたり、時には別れを選ぶこともあるでしょう。

もしも、それを乗り越えてより強い絆を結ぶことを望むのであれば、一番大切なものは「誠意」しかないはずです。

自分自身の中に、目の前の恋愛に真剣に向き合う「誠意」があれば、それは必ず、相手のこころの中にも何らかの波紋を与えるものです。

そして、その波紋は相手の「誠意」という形で自分に返ってくるのです。

だからいつも、こころの何処かに「誠意」があれば、恋愛の中に乗り越えられない壁はなくなります。

乗り越えられそうにないと想える時には、相手に対する本当の「誠意」とは何かを深く考えてみ

不十分に理解している場合には、相手の考えや感情を「想像」することは非常に役立ちます。
れば良いのです。

恋はいつまでも健康でいられる

二人の関係がなんとなくぎこちなくなってきたり、些細な喧嘩が続くようになったり、相手の考えてることがたまに分からなくなったりするようになった時、そのまま何もせずにいると、恋はある時急速に冷めていってしまふことがあります。

二人の間のわずかなズレや行き違いは、それを修復せずに放っておくと、取り返しのつかない溝を作っていることがあるものです。

恋も、体と同じように時々診断する必要があります。

そして、わずかなズレや不信があれば、処置を施した方が良いでしょう。

それは、相手に対する誠意であったり、謝罪であったり、告白であったり、あと一步の勇気をだした行動であったりします。

そうすることによって、恋はいつまでも健康でいられるのです。

恋愛関係を崩していく原因

恋愛における争いや別れの根本にあるものは自分のことだけを愛し、相手を同じように愛することができなくなることによるものがほとんどです。

恋愛関係が進むにつれて、いつしか自分の意思や願いだけを優先して、それを相手に押し付けてしまっていることが多かれ少なかれあるものではないでしょうか。

それは相手に対する過剰な甘えであり、依存からくるものです。

共に過ごす時間が長くなるにつれて、どれほど相手のことを分かっているつもりであっても相手の意思、願いといったものも尊重しなければ恋はある日突然崩れていくものです。

しかし、もう一方で、ただ相手の意思や願いだけを尊重し、自分自身の意思や願いを捨てる、隠すという行為もまた恋愛関係を崩していく原因になります。

自分自身の大切なものを捨ててしまうと、次第に恋を楽しむことができなくなり、だんだん辛くなっていくからです。

恋愛に大切なことは、自分を愛し、自分を愛するのと同じくらい相手を愛することなのです。

貴重な恋愛経験

恋愛をしているとき、周りの友達や、恋愛経験豊富な人から恋愛についてのアドバイスを受けることがあります。

恋愛が上手くいってない時、恋の悩みについて相談した時、そんな時に、色々なアドバイスがあなたに投げかけられることがあるでしょう。

それらのアドバイスはあなたの事を思って授けられたものであるので尊重することは大切です。けれど、そのアドバイスがあなたにとって受け入れがたいものであったり、いまいち納得できない場合があったりするかも知れません。

たとえば、あなたが好きな相手の考えていることを分からなくなって悩んでいる時、あなたは相手と別れるのではなく、どうにかして分かりあいたいと思っています。

しかし、周りの恋愛豊富な誰かがあなたに対して「絶対それは別れるべき」だとアドバイスをしたとします。

そんなとき、あなたがどうしても相手と別れたくはないと思っているなら、そのアドバイスには従うべきではないのです。

たとえ、そのことによって恋愛の痛手を負うことになったとしても、それはあなた自身が考えた末に選んだ恋の道であり、それによってあなたは貴重な恋愛経験を積むことができ、自分自身の恋愛観を形成していくことができるのです。

恋愛において「何が正しいか」「何が間違っているか」は最後は自分自身で選びとるものなのです。

恋は無限に溢れてくる

恋愛をしたくても、なかなか素敵な恋愛に出会えない、理想の相手に巡り会えないと嘆く人がいます。

どれほど、恋を探してみても、何処にも自分の求めているものが見つからない。

心を震わせるようなものではない。

そんな感情にいつも覆われて、恋にあと一步踏み出せないでいる人がいます。

確かに素敵な恋愛は簡単に見つかるものではないかも知れません。

けれど、一生懸命探そうと焦らなくてもある時、突然、目の前に現れることもあるのです。

恋愛は自分自身の想いが引き寄せることがあります。

恋愛に対して、打算的な感情が強くなったり、いくつもの望みが増えていけば、

こころの中には不平や不満がたくさん詰まります。

そして、詰まったこころの中には新たな素敵な恋愛が入り込むスペースはなくなり、さらに不満を抱かせるような現実を引き寄せてしまうのです。

もしも、こころの中に詰まった余計な感情を空っぽにしてこころの中を少しでも軽くすることができたなら、空いたスペースに少しずつ素敵な恋愛が引き寄せられるように流れてくるでしょう。

空っぽのこころの中には恋は無限に溢れてくるのです。

一途に想うことができる強さ

どれほど容姿端麗であっても、恋愛のテクニックを知り尽くしていたとしても誰かを愛するという情熱の少ない人は、刹那的な恋は叶えられても、永く続く本物の恋を叶えることは難しいでしょう。

反対にそれほど容姿に自信がなく、恋愛の駆け引きが苦手な人でも相手を過剰に束縛することなく、誰かを一途に愛することのできる情熱をもっている人は、その情熱が生み出す磁力に引き寄せられるようにして本当にその人にふさわしく大切な人に出逢い、恋を叶えられるものでしょう。

ただ相手の幸せを願い、一途に想うことができる強さは、恋愛のテクニックさえも越えてしまうものなのです。

恋愛を発展させていく

私たちは恋愛をしている時に、知らない間に二人の間に見えない壁をつくったり、二人の世界の枠を決めてしまっていることがあります。

出会った頃の新鮮で刺激的な気持ちが薄れ、ありきたりの感情やありきたりの見方でしか相手に接することができなくなるのです。

狭い枠の中だけで恋愛を捉えていたら、恋はだんだん楽しめなくなります。

だから、時には相手に対する見方を変えたり「こうあるべき」「こんなものだ」という恋の枠組

たから、時には情を注ぎながら受け止めてくれる人に出会ってほしい。そして「あんなに好きだった」みたいな恋の記憶を
みを外してしまえば、二人の間に起きるどんな出来事も恋愛を発展させていくでしょう。

「運命的な恋愛」に向かう大切なプロセス

出逢いは期待にあふれ、別れる時は切なく悲しみがともなうものです。

けれど、幾つもの出逢いと別れの流れの中で見るなら「別れる」ということも「幸せな恋愛」「運命的な恋愛」に向かう大切なプロセスなのです。

別れを選ばなければならない時、突然別れを告げられた時は、とても苦しい想いをするものですが、その時、なぜ別れてしまうことになったのか。という気づきや、自分に足りなかったものを考える機会が得られるのです。

それによって、次の恋に向けて自分を磨いていくことができ、より幸せな恋愛関係を築くことができるようになるのです。

だから、「別れ」はただの辛い思い出ではなく、より幸せな恋愛へと向かう為の大切な通過点なのです。

恋愛関係を永く続けていく上でとても大切なこと

恋愛をしている時は、いつも自然体で物事を考えることが大切です。

自分の思いやりのない言葉が相手をひどく傷つけてしまったなら必ずすぐに謝ったり、相手のしてくれた何気ない親切が嬉しかったらすぐに感謝の気持ちを伝えたり、相手に何かを求めようとするのであれば、まず自分が相手に何かを与えることが幸せな恋愛関係を永く続け発展させていく上でとても大切なことでしょう。

けれど、これらの当たり前に見える簡単なことをできないために恋を失い、苦しまなければならないことが多いのです。

だから、どんな時でもつまらないプライドや欲にとらわれず自然体で恋はするものでしょう。

互いの感情を刺激し合うべき

恋をしているとき、大切なことのひとつは相手に対して強い想いを抱くということです。

強い気持ち、深い愛情があって始めて、恋は大きく動き始めていきます。

だから相手のすべてを受け止めるくらいの想いが必要になりますが、恋をより強く、そして深いものにしていくためには、その想いを持ち続けることが大切です。

出逢った頃に抱いた強い想いは燃え上がれば燃え上がるほど時として燃え尽きて消えてなくなってしまうこともあります。

そのため絶えず二人の関係を少しでも変化を生み出す努力をして互いの感情を刺激し合うべきでしょう。

そこに本当の恋はなかった

好きな相手から愛されるために大切なことは、ただ単に相手の言うことに従い、相手の求めることに応えるということではありません。

むしろ、本当に愛されるためには、もっと積極的で能動的な姿勢が必要でしょう。

つまり、相手の外見や肩書だけにとらわれず、相手に向かい合おうとする姿勢こそが、本当の絆を結ぶ方法なのです。

そういう姿勢から生まれた恋は永く続き、強い絆が結ばれていくでしょう。

そして、もしもそうした姿勢で壊れてしまう関係であれば、そこに本当の恋はなかったのかも知れません。

やがて確かな恋に変わっていく

恋愛をしていると二人の間に不確実なことが起きたりします。

互いの知らないこと、互いに隠していること、互いに分かりあえないこと、それらが二人の間に思わぬことを引き起こして、恋を混乱させたりします。

だから、恋の不確実性を少しずつ取り除き、確実な恋に変えていくためには互いがもつ「不確実なもの」を相手に差出し、それを認め合うことが必要かも知れません。

どんな不確実な恋も、やがて確かな恋に変わっていくと信じて、恋に向かっていきましょう。

二人の想いの方向性を確かめる

いつのまにか、ただ何気なく「好き」という感情に浸っている。
特別に楽しいわけでもなく、寂しくもなく、何となく満足している。
そして、恋がいつしか何気なく終わっていく・・・。

時に恋は気づかないうちに二人の間で脆弱なものになっていることがあります。
恋はただ何気なく過ごしているよりも、何か一つでも目的が与えられれば、力強く育っていきます。

たとえその目的が叶わなくても、いつもそういう目的があるということが大切でしょう。
二人の想いの方向性を確かめることも、想いの強さを高めることも、そして何より絆を結び合わ

「一歩、二歩、三歩は往いてしまってもいいけど、危ない道強いては行かないでほしい。もしも怪我や病気で倒れてしまったら、世の中を歩くこともできなくなるからね。それでは困るから、きつと。」

同じような傾向の恋愛を繰り返していく

私たちは恋をしている時、知らない間に恋の枠組みをつくってしまっていることがあります。

「～しなければ愛されない」「～でなければ愛せない」そうした恋愛思考をいつのまにか作り出して、同じような傾向の恋愛を繰り返していくことがあります。

けれど、いつも窮屈な枠組みの中でばかり恋をしていれば、恋愛に「運命」を感じることもなくなり、永遠に理想の恋に出会うこともないでしょう。

恋には色々なタイプがあります。

だから、もしも恋愛思考の枠組みを作り出してしまっていると感じたときは、その枠組みは少しずつ取り除いてみましょう。

心から愛しく思える理想の相手と巡り会える

恋愛をしているとき、なぜか不意に相手のことを本当に好きなのか分からなくなってしまう瞬間が訪れたりします。

あるいは、「愛している」という感情が浮かばなくなる時があったりします。 また逆に、恋を探しているとき、なかなか好きになれる人が現れないと、恋をするという感情を忘れかけてしまうことがあったりもします。

こんなときは、まず身近にいる友人や、自分を支えてくれている誰かを「愛する」ということを習慣づけていけば、やがてその繋がりの中に「愛する」感情の連鎖が生まれて、すでに恋愛をしているのであれば、好きな人のことをだんだんより強いレベルで愛することができるようになり、恋を探しているのであれば、心から愛しく思える理想の相手と巡り会えるようになるでしょう。

体が触れ合いないときでも、想いは一瞬で触れ合う

恋愛をしているとき、どれほど互いのことを好きでも、様々な理由でなかなか二人の時間をつくらることができなかったり、一緒にいることができなかったりします。

そして、だんだん気持ちが離れていきそのまま別れてしまうこともあるかも知れません。けれど、会えないとき、一緒にいられないときに、いつも相手のことを心のどこかで想い、感じていれば、やがてその恋愛は永遠に近い絆さえ結んでいくことができるかも知れません。

体が触れ合いないときでも、想いは一瞬で触れ合うことができるものだからです。

出会いと別れのスパイラル

私たちが誰かと出会い、恋をして、時が流れて別れを迎えるという恋愛のプロセスは、私たちにとってある意味逃れることのできないことです。

しかし、それらの出会いと別れのスパイラルを繰り返す中で、私たちは恋について学び、感性を磨き、より強い「恋愛」を探し求めて、それを手にしていくものです。

出会いと別れは、恋のダイナミズムを生み出し、私たちを成長させていく大切なプロセスなのです。

だから、大切なことは、いつもすべての出会いを真摯に受け止め、その出会いにより自分も相手も共に成長していくことを心の何処かに忘れずに持つておくことでしょう。

いつかまた相手の気持ちが動き出す

恋愛が息詰まる時というのは、無理をしてはいけないときに無理をしてしまったり、あと一步踏み込んではいけないときに進んでしまったりすることによるものがほとんどです。

相手が触れてほしくないところまで、相手の感情に踏み込んで自分の思い通りにしてみようとしたり、相手が恋に迷い、ひとりきりでいたいときに、無理に自分の感情を押し付けて心を繋ぎとめようとしたりすることにより、相手の気持ちは急激に冷めてしまうことがあります。

だから、時にはそっと遠くから相手を見守り、タイミングを待つことが必要な時もあります。

すると、いつかまた相手の気持ちが動き出すこともあるのです。

理想の恋人同士になっている

恋愛をしている時、相手に望むこと、求めることは、それを考えれば考えるほど、際限なくあふれ出してくるものです。

「ああして欲しい」「こうして欲しい」という願望や期待は、付き合う時間が長くなるにつれて増えていくのかも知れません。

しかし、それらの望みや期待が大きくなればなるほど、好きな相手を束縛し、相手のところを傷つけてしまうこともあるということを忘れてはならないでしょう。

同時に、相手に何かを望めば望むほど、自分自身も相手からの要求に応えていかなければいけなくなるという重荷を背負うことにもなりかねないでしょう。

だから、相手に何かを望む場合、まずは、二人の目の前にある一つ一つの事を変えていく努力をし、互いの相手に対する小さなひとつひとつ望みを叶えていくようにすれば良いのです。

そうすれば、小さなひとつひとつの望みが、二つ三つと重なり、やがて二人の互いに対する大きな望みが達成され、理想の恋人同士になっていることに気づく時がきっと来るでしょう。

次のすばらしい恋につながる何か

私たちは普通に何気なく生活をしている時にでも、予期せず誰かを好きになり、恋におちていくことがあります。

恋するということは、ある意味、生きるために必要な要素のように思えることがあります。

けれど、あるひとつの恋が心に深い傷を残して終わってしまった時、恋するということを否定してしまうことがあります。

そして恋をすることを恐れるようになるのです。

しかし、恋いするということをあきらめてしまえば、どうなるのか・・・

本当に大切なことは、「恋するということ」をあきらめたり、否定してしまうことではなく、辛い恋の経験から次のすばらしい恋につながる何かを学ぶということでしょう。

恋のダイナミズムを生み出してゆく

恋愛をしているとき、二人で一緒にいても「楽しい」とか「嬉しい」とかをあまり感じなくなってしまう時期が訪れたりします。

二人でいることの満足感や幸福感がだんだん薄れてきてしまったりすることがあったりします。

恋愛中に起きるそんな時期を乗り越えるには、どんな小さなことでも相手が自分にくれたことに「感謝」の想いを抱き、それを何気なく「言葉」で伝えるようにすれば良いでしょう。

やがて、自分が相手に放った幾つものささやかな言葉が相手を動かし、恋のダイナミズムを生み出してゆくでしょう。

本当の勇気というものは

恋をしているとき、自分自身のところにどれだけ相手のことを愛しているかと問いかけてみて、この気持ちはどうしても変えられない、この想いは貫かなければならないという確かな信念のようなものが抱けるならば、そこから生まれる「勇気」は、どんなにおとなしい人でもとても強いものになるでしょう。

本当の勇気というものは、相手を愛しているという確かな想いのもとにわいてくるのです。

恋愛について本当に理解するには

世の中には「恋愛ノウハウ」が多く存在します。

どうすれば恋を叶えられるか、どうすれば運命の人と出逢えるか、そのテクニックがマニュアル化されています。

けれど、そのテクニックを学んですぐに恋愛が理解できるかといえば、必ずしもそうではないでしょう。

たとえば、失恋の辛さはそれを実際に体験したことがなければ分からないように、言葉で説明されただけでは、すべてを理解することはできないのです。

だから、恋愛について本当に理解するには、何度も恋をして、時に恋の痛手を負い、恋を知ることからはじめて可能になるものでしょう。

テクニックは、幾つもの恋の実践があって本当に生かすことができるのです。

思い切ってその恋に進んでいくことが大切

ひとつの恋が始まろうとすると、その相手がどれくらい本当の恋人としてふさわしいか、とか、どれくらい永く続く恋になるか、とか、どれくらい好きになれるか、とかはすぐには分からないものでしょう。

ただ、その相手を見て、この人だったら**60%**くらい大丈夫そうだなと思えたら、おもいきってその恋に進んでいくことも大切かも知れません。

その**60%**がやがて、**80%**を超え、それ以上に高まっていく可能性を恋は孕んでいるからです。

はじめから**80%**くらいの可能性を求めてしまうと恋に対して臆病になり過ぎてしまい、大切な恋を逃してしまうこともあるかも知れません。

だから、恋がはじまろうとすると、相手を見て**60%**くらいの可能性で「恋をしたい」と思えば、思い切ってその恋に進んでいくことが大切でしょう。

自分から関係を修復していくという姿勢

恋愛をしている時、知らない間に相手を傷つけてしまったり、不安にさせてしまったりすることがあります。

そんなとき、素直に反省して相手に理解してもらうように努める必要があります。そういうことを、すぐに自分から行わなければならないのに、つい相手まかせになってしまい、何も言わなくてもいつか理解してくれるだろうと安易に考えてしまうことがあるものです。

これでは恋愛は決して進展はしていかないし、いつか破局を迎えることになるでしょう。時間がすぎれば何とかなるだろう、というような事なかれ主義ではふたりの関係は崩れていくものです。

だから、自分が少しでも間違っていたと思うことがあったらまず、自分から関係を修復していくという姿勢が恋愛には大切でしょう。

絆が強くなっていく

恋を楽しむところは毎日の生活を楽しむところにつながっています。

恋をしているときには辛いことや悲しいこともありますけどんな小さなことでも楽しむようなところがあれば、やがて、ふたりの関係も元に戻り恋もいっそう発展していきます。

そうして、お互いのところも一步一步近づいて絆が強くなっていくものでしょう。

新たな価値観を見つけ出していく

恋愛をしていると、自分の立場だけでなく相手の立場も常に考えないといけない部分があります。

自分はこう考えるけど、相手は別な考え方をするんだな、そういう価値観もあるのかな、というように相手の立場に立って物事を考えたり、感じたりするところに、恋愛関係の進展は生まれてきます。

ただ、自分の素直な気持ちや真実の想いを打ち消してまで相手に合わせる必要はありません。互いの真実の考えや価値観を大切にしながら新たな価値観を見つけ出していくことが大切なのです。

恋する決意をかためることが大切

恋をしていると色々な問題が起きたりします。

けれど、それらの問題もいつか振り返ってみると「あのとき、別れなくて良かったな」というようなケースが多いものです。

恋の迷いは、どれほど考えても簡単に解けるものではありません。

そうであるなら、こころの何処かで「これで二人の関係が壊れたらそれも運命かも知れない」と恋する決意をかためることが大切です。

そして、そういう決意をした場合には意外と問題は解決されて逆に二人の関係がよりいっそう進展していくということがあるのです。

より刺激的な関係

恋愛というのはいつも二人にとって新鮮に思える出来事を探しつつ二人でそれを楽しむという気持ちを持ち続けている限り、どれほど時間が過ぎても二人の想いは色褪せることなく、むしろ、より刺激的な関係が形成されていくでしょう。

だからいつも、そういう気持ちをもって恋愛するということが大切なのです。
そうすれば恋は無限に進んでいきます。

大きな恋におちていくプロセス

私たちがあつひとつの出逢いを通じて大きな恋におちていくプロセスを考へるとき、そのひとつの出逢いが、実は幾つもの偶然の重なりでもたらされたものであつたり、予期せぬ出来事にによつて導かれたりものであつたりすることがあります。

そういうことを思ふと、何かしらの目に見えない運命の力で引き寄せられた二人ということも言えるでしょう。

だから、恋に迷つた時には、そうした出逢いの不思議についてもう一度感じてみれば良いでしょう。

貴重な恋愛経験

恋が始まる時、何気ない気持ちで相手のことを好きになることもあるでしょう。そして、ただ何となく恋しているということも多いでしょう。

けれど、恋を発展させていくためには、ある程度の覚悟をどこかで持つことが大切になってくるかも知れません。

それは、二人の間で感情のずれや、考え方の違いなどがあると分かったとき、一方的に自分の思いだけを優先させようとして相手を傷つけてしまったり、さらに簡単に別れを選んでしまっている、いつまでも「恋」の中から大切な「学び」を得ることもできず、運命的な恋を引き寄せることもできなくなるからです。

時に、恋をするときにはそれなりの覚悟をきめて恋の中に力強い気持ちを見つけることが貴重な恋愛経験をもたらすのです。

恋愛の進展

恋愛をしているとき、相手と考え方や価値観の違いなどから衝突することがあります。自分の考えや感じたことを、相手に少しでも理解してもらいたいと願い、それを相手に向かって伝えることは大切な恋のプロセスです。

しかし、いつもただ一方的に互いの気持ちをぶつけ合うばかりでは、恋は壊れていってしまいます。ときには、相手の主張や考えを受け入れて、自分から相手を理解しようとするこも、大切なもうひとつの恋のプロセスなのです。

言うべきことは言い、伝えるべきことはちゃんと伝えつつ相手のこも受け入れ、理解しようとするところに恋愛の進展は生まれていくのです。