

人への嫉妬で苦しんでる君へ

銀さん

人への嫉妬で苦しんでいる君へ

【この本は人に嫉妬して苦しんでる人がそれを乗り越えるための本です】

あの人は美人だな、イケメンだな、人気があるな。勉強できるな、事業が成功していいな。

どうして自分はああじゃないんだろう...

そう思うとどんどん苦しくなるよね。

そして自分の気にしてる事がどんどん気になってきて、コンプレックスになる。

そんな人が「**よりよく人生を過ごせる**」アドバイスをさせてもらえたらと思います。

3パターン考え方を用意しましたので、どれか一つでもあなたの心に届けば本望です。

嫉妬するのは表面しか見ていないから。

嫉妬の代名詞と言えば！容姿端麗な人達だよ！

例えば、あなたの周りには美人さんに、イケメン君。

そういう人を見てモテていいなと思ってしまう人は、たくさんいると思う。

でも実際モテるって大変だよ？

いつもご飯やデートのお誘いがある。でもその人の時間は限られてるから、忙しい時は断らなくてはいけない。

今週は忙しいんだごめんね！来週もちょっと...。再来週は...

と毎回断っていると、断りづらくもなってくるよ。

だからついに断りきれなくて、じゃあ1時間なら...。と無理をしなくてはいけなくなる。

って事がたくさん起こる。それも結構きついよ？

それにあなたがその人に嫉妬するということは、他の人からも嫉妬されるということ。

そういう嫉妬心から、心無い言葉を言われて傷付いたり、冷たい態度を取られることもあるの。

少し怖い話になるけど、私の知り合いがとても可愛い子で凄くモテてた。

その子がね、彼女に想いを寄せてる男性に「俺と付き合え！」って言われて断ったら、その人、他の男に彼女を取られたくなくて、彼女の顔をナイフで切った。

そういう辛さや苦勞をしてる。それは人並みだったらされなくても済むこと。

そういう苦痛もあるんだよ。

人に好かれる人や事業で成功している人を羨ましがするのもそうだよ。

表面はキラキラしてるけど、そうなるだけの努力をしてるの。

常に笑顔だったり、常に色んなことを考えて、行動して、相手の気持ちも汲んで。

きっと自分の利益だけを考えて甘えてくる人もいるよ。

それに答えたり断ったりしていい関係を保ってる。

そういう苦勞を表面に出してないだけで、裏では相～～当～～努力してる。

あなたはそういう努力を自分もしたいと思う？

ポイント 努力や苦勞込みでのキラキラです。

嫉妬と憧れって表裏一体

相手に嫉妬するって、要は相手が羨ましいからなんだよね。

自分もあなりたい。でもなれない。だから自分が欲しいものをもっている相手に嫉妬する。

でもちょっと考えてみて。

その状態って辛くない？苦しくない？

「あの人が羨ましい」ともんもんと負の感情を募らせるのなら

「あの人は私のライバル」と思うほうが**楽しくないか？**

羨ましいと部屋にこもってるより、ライバルだ！と**嫉妬心を向上心に変えたほうが100倍楽しい！**

ポイント どうせ嫉妬するなら楽しく嫉妬しよう！

ここから先はスピリチュアルな話になるので、そんなの信じない！という方は飛ばしてくださいね。

人は課題を背負って生まれてくる

ええ？どういうこと？と思ったそのあなた！

はい、同感です（笑）

急にこんなこと言われても意味分からないと思います。

スピリチュアルに基づくと、人は完全なる人格になる為に現世へ輪廻転生を繰り返します。

つまり、あなたがこの世に生まれてきたのは、あなたが未熟だから。

あなただけじゃない、あなたの両親もお友達も目の前の人も。

その未熟さを鍛える為に「課題」を背負って生まれてきているんです。

その課題は人それぞれ。

温かな家庭に生まれて「愛されることの幸せを感じる事」を課題としてる人。

幼くして両親を失い、「自分の力で生きる強さを持つ事」を課題としてる人。

容姿端麗に生まれて「容姿端麗であれば幸せなのか」を学ぶことを課題としてる人。

それはもう色々です。

例えば、あの人は美人でいいなあとか、イケメンでいいなあとか、思うことは全く無意味。

だってその人はその人で、課題をこなすためにそういう容姿で生まれてきているんだもの。

その人たちは「容姿端麗でモテることが本当に幸せなのか」を学びに来ているの。

それを見てやっぱり容姿端麗の方が得だよ！と思うなら、次に容姿端麗でモテることが本当に幸せなのかを学ぶのはあなたかもしれませんね。

と、ここまで書くとやはりスピリチュアルな話はどこまで受け入れられているのか正直不安です（笑）

だから、

えーなにそれー。って思ってるそこのあなた！

はい、それならそれで突っぱねちゃって全然良いです！

でも、でもでも！

もし、輪廻転生してるとしたら

もし来世があるとしたら

もし来世は自分がその人みたいになれるとしたら

「じゃー、今回はまいっか」

って少しだけ思えませんか？

そう思えたらもうけもん。

そう思えたら楽チン。

そう思えたら、もっと人生楽しくなる。

ポイント 自分の人生がより良くなる考え方をすればいい。