

①と②は自己満足な愛で、②は愛を勘違いしています。

このような誤解をまねかないために技術が必要になってきます。その技術とは！

①配慮、②応える、③尊敬、④知る

①配慮: 愛する者の生命と成長を積極的に気に掛けること。

②応える: 何かを求めてきたときにそれに応えること。

③尊敬: ありのままの姿をみて、その人が唯一無二の存在だということ。

④: 上の①、②、③を行うには、相手のことを知る必要があります。



この4つのどれかが欠けてもいけません。

その上で、大切なことは相手が将来どうなりたいのか？

将来、どう生活を過ごしたいのか？をお互いが知る必要になってきますので、表現が硬いですが「恋愛会議」と題して話し合うことが大切になってきます。

日本人の美徳と言われている？、「つーかー」だったり、「おーい！と言えぱ？」のような長く一緒にいるんだからわかるでしょ！という超能力の目覚めを待っている、二人とも幸せでいられる愛はいつこうに得られません。

そして、愛の技術を継続していくには4つのことが必要です。

①規律、②集中、③忍耐、④関心

①規律: 愛の技術で①配慮、②応える、③尊敬、④知る、これらをお互いが守る努力をします。

②集中: ここでの集中は日頃の生活で愛を意識した生活をするという意味です。

③忍耐: 何かを始めたり、勉強するには何かを辞める我慢が生じますが、愛にも必用です。

④関心: 好きなことに自然と関心が向くように、愛にも関心を向けます。

最後に、愛とは、こちらが愛せばきっと相手の心にも愛が生まれるだろうという憶測ではなく、なんの保証もないけど、**相手を信じる**ということが大切です。



さて、愛は、めんどくさい！と思ったでしょうか？

大事なことは、めんどくさいものです。

ですが、どうしても難しい！という場合には、仏教の心理にある「求めない心」が出来れば、何もしないよりは、幸せに近づけると思えます。

ここでいう求めないは、相手であって、自分自身に求めずにいると墮落するだけなので、自分自身には、適度な向上心をもつことが大切です。