

心極み道 No.1 コラム

【遠慮】

多くの人は、何かを受け取る時に遠慮するようです。
まるで遠慮が美德のように感じているかのような感じです。

ですが、この遠慮というのは、自分の価値観の外から出れないから遠慮してしまうのです。
そして、遠慮するということは、「他人から良い目で見られる」という欲求が含まれていて、
その根本には「他人から嫌われてはならない」という恐れがあります。

小さい頃に、親が親戚や他人の人からお年玉をもらう時に謙遜する姿や遠慮する姿を見ると、
親のやっていることを子供は真似をするのです。これが遠慮の始まりです。

そして、遠慮によって、現実に対して疑問を抱いたり、他人とは違うことをすることができなくなっていくのです。

昨日の認識が、今日の行動を決定しているということにも気がつかず「昨日は辛かった」など
と思い出すと、「楽な方法はないだろうか？」とその事に逃げる考えを起こしてしまうの
です。そして「現実をコントロールしたい」「他人を変えたい」というふうになってしま
います。

そして、記憶の奴隷と化しているとは考えられなくなっているのです。自分の記憶は事実
そのものになってしまい、記憶を捨てることに遠慮してしまうのです。

遠慮とは、実は自分自身を変えることに遠慮している事なのです。なぜなら、自分が
変わってしまったら、記憶の奴隷から解放されて「現実をコントロールしたい」「他人を
変えたい」という欲求が揺らぐからです。

自分の価値観に対して遠慮している状態といえるでしょう。
どうぞ、遠慮なんてすることはありません。自分の価値観に目を向けていきましょう。