

パートナーシップの7つの謎と本質的な問い

パートナーシップは、幸せな人生を生きる上で、一番の鍵になると私は考えています。たとえば、世界的なお金持ちだけど孤独な人と、最高のパートナーシップを持っているけど、お金の縁がない人と、どちらが幸せかを考えれば分かります。たとえ、お金がなくて生活に多少の不便があったとしても、大好きな人と一緒にいられる人は幸せです。

人間は、自分以外の人と付き合う中で、はじめて幸せを感じるようにできているのです。愛し愛されることは、ほかのどんなことよりも、幸せ感をもたらしてくれます。

仕事でも、職場を離れる理由のトップは、どんな時代でも人間関係です。給料や待遇が悪くても、人間関係が最高なら、その仕事を辞める人は出ないものです。また、人間関係をうまく持てるようにならないと、どれだけ有能な人でも、その才能を発揮することはできません。

人間関係の上手な人は、ビジネスでも、政治、アート、スポーツでも成功しやすいと言われています。それは、どうせなら、物を買うときには好きな人から買いたいし、自分が気に入った人にいいチャンスをあげたいと思うのが人情だからです。これは世界中変わらないでしょう。人間関係やパートナーシップを上手に持てる人は、ビジネスやお金にも恵まれます。銀行の融資の審査やコンビニのフランチャイズ契約でも、夫婦関係が良好なこと、人間関係に問題がないことは、重要項目のようです。

人間関係の中でも最も親密性を体験させてくれるのが、パートナーシップです。普段私たちは、嫌われることを恐れて、自分のいい面だけを見せようとします。しかし、いい面も悪い面も含めて、自分を相手に開き、愛し愛される関係が持てたとき、私たちは初めて、小さい頃から探していた親密な関係を手に入れることができるのです。

その一方で、いつなんどきダメになってしまうかわからないのが、パートナーシップでもあります。親子関係は、血がつながっているので、縁を切ってもある意味で切れないものですが、パートナーとは、別れてしまえば、それまでです。

さきほど、最も幸せをもたらしてくれるのがパートナーシップと言いましたが、同時に、人生の地獄を見せてくれるのもパートナーシップなのです。このハイリスクハイリターンなパートナーシップとどれだけうまくつきあえるかが、その人の人生のクオリティーを決めると言ってもいいでしょう。

「パートナーシップがなければ、幸せになれませんか？」という質問をもらうことがあります。もちろん、そんなことはありません。ただ、パートナーシップがあるほうが、人生は複雑になるものの、苦しさも楽しさも、幸せも、何倍にもなる可能性があるだけのことです。何がベストなのかは、もちろん、ひとりひとりが決めることだと思います。

こうして見てくると、学歴、知識、経験などより遥かに大切な人間関係やパートナーシップは、お金と並んで大事な課題だと思いますが、学校でも、家でも、人間関係について教わることはあまりありません。

昔からそれが不思議で、世界中の哲学者、スピリチュアルティーチャー達に人間関係について聞いて回りました。いろんなメンターに、疑問をぶつけているうちに、一般的に考えられているパートナーシップに関する謎というか、誤解に対する答えを自分なりに得ました。

今回のレポートでは、パートナーシップに関する7つの「べき」と「はず」をあげながら、それに対する私の考え方をお伝えしましょう。ドキッとするところもあるかもしれませんが、それはそれで楽しんでいただければと思います。

1) パートナーは、すべてを受けて入れてくれるべきだ

この考え方は、どこから来たのか分かりませんが、一般的な観念ではないでしょうか？しかし、人間である以上、すべてを受け入れることには難しいものがあります。あなたのパートナーが、マザーテレサやガンジー、キリスト、お釈迦様でなければ、できないと思った方がいいでしょう（笑）。

「パートナーなんだから、我慢すべき」という暴論によって、多くのカップルがお互いを傷つけています。自分ができないことを相手に求めるのには、無理があります。

2) 2人の愛があれば、どんな問題も乗り越えられるはず

愛だけでは、なかなか解決できない問題があります。特に、お金やパートナーシップの問題に関しては！借金の問題が浮上したり、浮気がばれた時点で、ふたりの間にあったはずの愛も、消滅することが多いのです。

愛が相手に対する期待が変わったとき、どんな小さな問題も、大きな障害になります。相手はあなたの期待にすべて応えてはくれませんから、お互いの間に苦い失望感が横たわることになります。だから、問題は愛だけでは乗り越えられないという前提で人生をとらえておいたほうが、変な幻想は見ないでいいかもしれません。もちろん、しっかりしたパートナーシップがあれば、多くの問題を乗り越えられるのも事実です。

3) 苦しいときに支えてくれるのがパートナーだ

もし、これが真実だったら、どれだけすばらしいでしょう。しかしながら、苦しいとき、最も助けが必要なとき、あなたのパートナーは、あなたの SOS に気づかないか、見て見ぬ振りをしていることが多いものです。つきあいはじめでもない限り、パートナーに対して、冷ややかな視線を向けることもあるでしょう。つきあって5年以上の人は、分かりますよね（笑）？

また、サポートの仕方が違うために、理解されていない、大事にされていないと感じることも多いと思います。人は自分がしてほしいように、相手にするものなのです。

4) パートナーには、与えて、与えて、与えるべきだ

この法則が通用するのは、つきあいはじめて1年以内だけです(笑)。与えているうちに、「そろそろ、少しは返ってこないのかな??」と思ったり、「返ってこないのは、愛されていない証拠!」などと考えるのは、当然の成り行きです。与え続けることは難しいと最初から知っておくべきです。

パートナーシップは、そういう意味では、与えることと受け取ることのバランスを取る練習の場でもあります。与え合うだけがパートナーシップだと考えると、いずれどちらかが疲れてきます。夫や妻という役割や義務からではなく、自由に与え合うことができなければ、2人の関係も気詰まりなものになってしまいます。

5) パートナーの一方が先に進むと、もう一方は置いていかれてしまう

この幻想のために、多くのカップルが苦しみます。たいていのカップルは、どちらか一方だけが進んでいる、あるいはすばらしいと感じています。

よくあるケースでは、前向きで行動的なタイプが、「自分は進んでいる!」と勘違いして、暗くて悩みがちな方は、自分ができていないと信じ込みます。

そうやって、対極に分かれて、二人の関係が固定化してしまいます。

もちろん、それは幻想で、二人の関係は実際には、船の上にいる人と、下にいる人のようなもの。一方が、船の甲板の展望デッキで将来進むべき方向性を見ているとすれば、もう一方は、機関室で石炭をくべながら、泥だらけになって感情面を受け持つようにできているのです。

6) 子育てや家事より仕事のほうが、価値がある

これは、20世紀的幻想だとも言えるでしょう。社会で活躍する方が偉いという観念は、どこから来たのでしょうか。そして、それは果たして正しいのでしょうか?

子育ても、仕事も同じだけすばらしいという感覚をすべてのカップルが持ったとしたら、もっと家庭は平安になるでしょう。

お金を稼ぐことも、子供を育てたり、素敵に家を整えることも、同じようにすばらしい活動です。お互いに、お互いの役割を感謝できないと、どちらかが優越感を持ったり、卑屈になったりします。それが、後々、パートナーシップのひずみを生むことにつながります。

7) パートナーの家族は、大切にすべき

パートナーを愛しているからと言って、義理の両親、兄弟姉妹を愛さなければいけないという法律はありません。しかし、ほとんどの人が、そうすべきだと無意識で考えています。自分でも彼らを愛していないというのに、パートナーが愛せるはずがないことをすっかり忘れているのでしょう(笑)。

家族は、他人だぐらいの感覚がないと、幸せにつきあうのが難しくなります。パートナーと家族は違うと分けて考えることが、全員にいい緊張感を与え、自由な付き合いを可能にします。

さらっと見てきましたが、どうでしょうか？

この誤解や謎について、パートナーと話し合えたら、あなたの人間関係やパートナーシップは、ずいぶんと進むと思います。とてもパートナーと話せないと感じたあなたは、自分で作った制限の中にいるのかもしれません。

では今度は、パートナーシップの本質について、話しましょう。

<< パートナーシップが持つ性質 >>

1) パートナーを通して、はじめて自分が誰かを知ることができる

パートナーがいないと、人は、自分が誰かをはっきり知ることができません。

パートナーがいらないのは、まるで、鏡なしで生活しているようなものです。

精神的に健康で、自分を見つめる冷静さと知性を持っていれば、パートナーとのふだんのつきあいの中で、自然と自分の姿もはっきり分かってきますが、それを直視して、自分を変えることのできる人は、そんなに多くいません。

2) パートナーは、相手の長所、短所を本人以上によく知っている

1年以上一緒にいると、私たちは自分のことよりも相手のことがよくわかるようになります。愛を持って、それに関してコミュニケーションできれば最高なのですが、ほとんどの人は、お互いのマイナス面や癖を指摘することで、自分が優位に立とうとします。それによって、喧嘩が始まります。

本人が自覚していない部分まで、相手のネガティブな面が見えるからといって、自分が優れているわけではないことをお忘れなく！

3) 人は、パートナーシップを通じて、「与え、受け取る」ことを学ぶ

パートナーを持ったことがある人は、世界がバラ色に見えた瞬間を覚えているはず。そのとき、自分の持っているもののすべてを相手に与えてもいいというぐらい、ハートが開いたことを思い出してください。そのときの幸せな感覚も。そして、パートナーが、滝のようにあなたに愛情を注いでくれたことも。これが与え、受け取ることの原点です。

パートナーと幸せにつきあうことができれば、人生のいろいろな局面で、自由に受け取り、与えることができるようになります。

4) シングルの人は、親密性への恐れからパートナーシップを遠ざけている

シングルの人は、誰かと親しくなることを怖がっています。多くの場合、小さい頃両親との間に起きた、まだ癒されていないドラマによって、パートナーも自分を傷つけるのではないかと恐れているのです。

パートナー候補の相手に拒絶される痛みは、両親に拒絶される痛みに似ています。女性として、男性としてノーをもらうのは、痛いことだし、つらいことです。それを超えてでも、相手を愛したい、一緒にいたい！と思ったとき、人生は変わります。

愛に対して臆病でいるうちは、ライフワーク、人生、お金にも臆病になりがちです。

5) パートナーは、相手のまだ癒されていない傷を一瞬で指摘できる

パートナーには、ある特技があります。それは、相手の最も痛いところを一瞬で突くことです。相手が一番指摘されたくないことを寸分違わず指摘する才能がパートナーにはあるのです！

ふだんは、のんびりして平和主義の人でも、パートナーには、鬼のような一撃を繰り出すことができます。不思議なことに、周りの人には優しい人でも、パートナーには、容赦ない攻撃性がでることがあります。

一度は、愛し合って一緒になった相手です。くれぐれも大切に！

6) パートナーを愛することは、自分の最高と最低を受け入れ、愛すること

パートナーを愛することができるようになると、同時に自分も愛することができるようになります。相手をありのままで受け入れることが、自分の最高、最低の状態も受け入れることにつながります。

相手のネガティブな面も愛そうとすることが、自分を愛することにつながっていくのです。

7) パートナーシップを通じて、人は社会とのつきあい方を決める

パートナーと深い部分でつながれた人は、社会は安全だ、安心なところだと感じて生活することができるようになります。

すると、自分が選んだライフワークを自由に表現する余裕が生まれます。また、パートナーとの愛を受け入れられたことで、周りからの愛も受け取れるようになり、より成功しやすくなります。

私が、セミナーなどでパートナーシップのことをよく取り上げるのは、そういう理由からです。社会の象徴であるパートナーと愛で解け合うことが、周りから、愛され、応援されることにつながっていきます。

より自由で豊かな人生を実現するためには、自分の中にある長年抑圧されてきた痛みを見つけ、それを癒すことが必要になります。

パートナーシップを鏡として、自分の痛みに向き合い、それを癒していくと、今まで思ってもみなかった才能が、自分の中に眠っていたことに気づきます。その才能を、パートナーの応援を得て、この世の中で表現していくと、より多くの豊かさを受け取る結果を生みます。今まで思うように力が発揮できなかったり、生きることに漠然とした恐れを抱いてきたとしたら、それは、あなたの中に癒されていない痛みがあったからです。その痛みがどこにあるのかを鏡としてさし示してくれるのが、パートナーです。

パートナーシップは、自分の隠れた痛み、悲しみを癒す、すばらしいチャンスを与えてくれるものです。もちろん、友人との間でもそれは可能ですが、本当に深い傷に光を当てたり、癒したりするのは、なかなか友人相手ではできないようです。それは、そこまで、お互いに深いところまで突っ込まないからです。

パートナーシップというテーマは、見つめていくと、ものすごく深いところに行き着きます。「自分の本質を知り、世の中でどう生きるのか」という究極の課題につながっているからです。

いずれ、著作等で体系的に明らかにしていきますが、「人間関係やパートナーシップは人生で最もインパクトを与えるものだ」ということをお伝えして、このレポートを終えます。

どうせ一度きりの短い人生です。すばらしいパートナーシップ&人間関係を築くことに挑戦してみてください！！

本田 健