6-⑤ 絶望感なく敗北を処理する方法

＜絶望感なく敗北を処理する方法＞

出来事に対して条件づけられた心で反応しない

奇態なすばらしい生き方をひとつ紹介しよう。それは絶望感を伴わずに敗北のうちに生きるということだ。このアイディアを注意ぶかく調べてみる。

ことごとに負かされ、しかも絶望感で反応しないということになったら、あなたの日々はどんな姿となるだろうか? 敗北がなかったのと同じではなかろうか?

今日一日をあなたは生きる。だが一つの出来事で敗れる、またも別の事で負けてしまう。洋服にコ

1ヒーをこぼした。自動車が壊れた。どうしたらいいか分らなくなった。必要な決断がどうしてもつかない。長続きすると思っていたスリルが消えてしまい、空しさだけが残った…・・・・等々。

条件づけられた心でこれらに反応するのではなく、これらの出来事があなたに起こるままに委せる、こうすればもはや敗北も絶望もなくなるではないか。敗北感も絶望感も、条件づけられた心が或る出来事にたいしてするた

あとでもでてくるが、アルトゥア・ショーペンハウエルは、負けることで勝つというこの奇妙なテクニックについて次のように言っている!

こうした状況でいったいどうして内的な統一が可能なのか? ……いや、できるのだ。いちばんいい方法は、彼のなかのどの部分が、敗北という現象でいちばん傷つくかをよく確かめて、この部分に常に勝たせてやればい

たとえば、こういうことがあろう。あなたは、なんの説明もなく、不当に誰かから責められたとする。よろしい。あなたは不当に責められた。だからどうだというのだ? なんということもないではないか。どの広い世界全体

絶望のない敗北に生きるとはどういう意味かを学ぶ。そうすれば何が起ころうと構わないのである。そのときは分らないかもしれない。だがほんとうに、全く構わないのだ。そのうちにあなたにも分ってくる。次は問答形式

◎この真理をわずかではありますが一階できました。でも、次は何をするのかが分りません。

A こんなクヨクヨした気持でいる必要はないとそう感づいている間も、しばらくはあなたがネガティブな状態にあるということは充分あり得ることです。それが純粋の進歩なのです。あなたは海で遭難して彼にのって、遠

Q分りました。では自己作業のためのはっきりしたアイディアを教えて下さい。

物事があなたの望むようになるべきだという誤った考えを払拭してしまいなさい。

Q それで物事が変りますか?

A 物事の真相を露わにしてくれます。

Revision #2
Created 27 October 2024 05:57:08 by ゆう
Updated 27 October 2024 05:59:00 by ゆう