

## 食事も恋も、八分目がちょうどいい。

好きな人ができると、考えたいことがあります。

どのくらいのめり込むかです。

普通に考えれば、付き合うことになれば、徹底的に愛したほうがいいだろうと思います。

好きな人のことばかりを考え、徹底して恋愛にのめり込んだほうが、お互いに幸せになるだろうと思います。

恋愛をすると勉強に集中できないとはいえ、そもそも恋愛も、大切な勉強です。

勉強ですから、しっかりのめり込んで、人間関係の勉強をしたいと思います。



しかし、ここがポイントなのです。

お互いにはいいのですが、問題なのは、周りへの配慮です。

現実的な話になりますが、恋愛一色になると、日常生活が崩壊します。

恋愛にのめり込むほど、好きな人ははっきり見える一方、それ以外が見えなくなるからです。

勉強や仕事に、集中しづらくなりがちです。

やる気や集中力が失われ、単純なミスも多くなり、成績が急に落ちるでしょう。

友達との付き合いにも、配慮の余裕がなくなります。

友達に対する態度や発言が横柄になり、友達関係にひびが入ることもあります。

恋人との関係こそ良好でしょうが、それ以外の日常が崩れてしまうのです。

日常生活が崩壊しては、幸せの意味がありません。

幸せになろうとして、かえって幸せを失ってしまうことになるのです。

たしかに恋をすると、常識や理性を失わせてしまうものです。

自分と相性の合う人との恋愛ほど、夢中になりやすいものです。

テンションが上がる一方で、周囲が見えなくなるのです。

人間だから仕方ありません。

仕方ないことではありますが、いま一度、深呼吸する時間が大切です。

「自分は今、没頭しすぎていないか」と、落ち着いて考えてみるのです。

いくら恋愛とはいえ「ほどほど」が大切です。

食事と同じように、恋も八分目がちょうどいいのです。

## 恋する人が知っておきたい恋愛哲学 その19

**恋も「八分目」を目安にする。**