

ビジネスを前進させるために  
親子関係を掘った件

すみれ

## 【著作権について】

このレポートは、著作権法で保護されている著作物です。

本レポートの使用に関しましては、以下の点にご注意ください。

- 本レポートの著作権はすみれに帰属します。
- すみれによる事前許可無く、本レポートの一部または全部をあらゆるデータ蓄積手段（印刷物、電子ファイルなど）により、複製、流用および転売（オークション含む）することを禁じます。

このレポートの使用は、以上にご同意いただいた上、ご自身の責任のもとご活用いただきますようお願いいたします。

「すみれさん、『鏡の法則』を知っていますか？」

お世話になっているかたに言われました。

ああ、嫌だな...

「鏡の法則」の存在は知っていますし、そこに私の根本原因があるのも知っています。

私は、いま、自分自身も状況も変えたいですし、変えると決めているので、もう逃げられないと思いました。

ビジネスで行き詰まる根本原因は、ビジネスにあるとは限りません。

現在の私のビジネスにおける問題点は、

- セールスが苦手
- 高単価商品の扱いに抵抗がある

大きなところは、このふたつです。

単に、読者様に嫌われたくないからセールスができないのではありません。

むしろ、嫌われても構わないと思っています。

会ったこともない者同士ですし、嫌われるのは仕方がないことでもあります。

「人を不幸にするために生きているわけじゃない」

この思いが、私の根底に寝そべっているんですよね。

セールスをかけることで、

- お前も「その他大勢」と一緒か
- 読者の気持ちがわからないのか
- 読者を尊重しないのか

こう思われるのが怖い。

私は、人の気持ちを理解できる自分でいたいんです。

さらに、私から商品を購入した後に、本当に良い方向に進んでいただけなのか？幸せになれるのか？が気になる。

- がっかりされるかもしれない
- 「損した」と思われるかもしれない

そう思われることによって、私自身が傷付くのが怖い。

なにも与えられないのなら、私など存在しないほうが良いと思ってしまいます。

「ピーナッツ親子（母娘）」という言葉をご存知でしょうか。  
ピーナッツは、ひとつの殻の中に豆がふたつ並んでいますよね。  
その姿になぞらえて、主に母娘間の共依存関係を指す言葉です。

私自身がピーナッツ母娘だと気付いたのは、もう随分前になります。  
ネットでたまたま記事を読み、すぐに「私だ」と思いました。

それよりももっと昔、私が小学校低学年のとき。  
もともと虚弱体質に生まれつきでしたが、それにしても体調が悪く、  
小児科に通い詰めていました。

小児科の先生は、私たち母娘を見て、なにか感じるものがあったの  
でしょうね。

母に一冊の本を薦めました。

もうタイトルは忘れましたが、「親子関係が子の体調に影響を及ぼ  
す」という事例集のような本です。

母はたぶん活字が苦手で、一度くらい読んだかもしれませんが、ピ  
ンとは来ていなかったと思います。

反対に私は活字中毒で、子供にとって楽しい内容ではありませんで  
したが、ベッドの上で何度もその本を読みました。

事例として登場する親子や、こうしたら体調が改善したという話の数々に、なぜか心惹かれたものです。

先生が母にこの本を薦めるのなら、私の不調も親子関係に原因があるのだろうか。

何度も考えましたが、おそらく母がピンと来ていなかったように、私もピンと来ません。

なぜならば、当時の母と私の間には、確たる結びつきがあったからです。

私は東北の田舎の生まれで、父は若いころから関東へ働きに出ていました。

両親ともに同郷で、お見合い結婚だと聞いています。

すぐに子供（私）ができ、父は田舎を離れて仕事へ行き、母と娘ふたりの暮らしがはじまりました。

田舎には仕事がないので、男手はみな父と同じように県外へ働きに出て、帰ってくるのは年に2～3回。

残されたのは、女と、子供と、年寄りだけ。

動ける女は、

- 夏は草を刈り
- 冬は雪をかき
- 年寄りを車で病院へ連れて行き
- 子供の面倒を見て

さらに、経済状況によってはパートにも出ます。

あまりにも負担が大きいですよね。

眼前には太平洋が広がり、背後には山が騒めく、きれいな土地です。

ところが、どの家庭も内情はボロボロ。

働きに出る男たちにとっても心身共に負担が大きく、一度働きに出れば、健康体で戻ってくるほうが珍しいと言われていました。



私は、母が好きでした。

母も、私が好きでした。

私の世界の中心は母で、母だけが世界のすべてでした。

元気なときは学校に通いましたが、学校での記憶はほとんどありません。

退屈で、世界が色あせて見えたからです。

私は母と過ごす時間が一番幸せでしたし、母にとっても、私と過ごす時間が一番幸せなはずだと信じていました。

母は、毎日何時間でも、父と父方の祖母の愚痴を言いました。

私は母の味方なので、一緒に悪く言いました。

ところが、私は父の子です。

この世で一番愛している母と、敵である父で作られているんですよ。

「自己肯定感が高いが、自己評価は低い」

私のチグハグさは、ここから来ています。

母は私をよく褒めたので、私も私自身の存在は認めています。

ただ、他者が絡んでくると、話は別です。

母の口から父に対する愚痴や不満を聞くたびに、私に流れる父の血が毒のように思えました。

私が生まれなければ、母は身軽に離婚できたのかもしれない。

そこまで憎い男との子供である私を、本心ではどう思っているのだろうか。

女と、子供と、年寄りしかいないこの街に残された母に、のしかかる負担もわかります。

だからこそ、私だけが母のすべてを理解できるし、すべてを受け止めたい。

私が理解しなければ、他に誰が母に寄り添うの？

母に寄り添える人間は私の他に存在せず、母と私の世界を侵すものは、全員敵だと信じていました。

後に聞いた話ですが、私たち母娘の関係性は親族の間でも度々話題に上がっていたものの、母が誰も私に近付けさせず、声をかけることすら出来なかったそうです。

たしかに、大人になるまで、親族とまともに口を聞いたことがありませんでした。

私が小学三年生のときです。

母は私に、「妹か弟ができる」「まだ誰にも内緒だよ」と告げました。私はガバッと炊飯器のフタを開け、内緒だと言われた側から「弟か妹ができるんだって！」と炊飯器に話して聞かせたことを覚えています。

本音を隠すためにふざける悪癖がはじまったのは、このときです。母は穏やかに笑って、私を見ていました。後に、妹が生まれます。

妊娠中、母はよく体調を崩し、入退院を繰り返しました。その度に父方の祖母宅に預けられるのですが、絶望以上の絶望。

母からはしょちゅう祖母の愚痴を聞き、私も祖母を敵と認識していました。

寝ても覚めてもずっと一緒だった最愛の母と離れ離れになるばかりか、敵のもとに預けられ、明日を生きるために敵がこしらえた食事を口にしなければいけない。

もちろん我慢しますし、祖母にも淡々と接しますが、苦痛で堪りませんでした。

「鏡の法則」では、はじめに対象者（私の場合は母）に向けた感情を吐き出します。

私はこの手のワークが苦手で、時間がかかりました。

母を理解し続けなければいけない。

母の味方で在り続けなければいけない。

怒りや恨みつらみを書き出せと言われても、なかなか手が進みません。

やっと出てきた言葉は、「置いていかないで」。

ひとりで生きていけない。

ひとりじゃなにもできない。

ひとりでいたくない。

なにが不満？

なにが足りない？

私のなにが悪かった？

こんなに愛しているのに、まだ足りない？

なんで嫌いな人たちのところに置いていくの？

なんでそんなに酷いことをするの？

私を必要としないなら、生まないで欲しかった。

最後まで愛せないなら、はじめから愛さないで欲しかった。

不安にさせないで欲しかった。

なぜ、私を理解しない？

なぜ、私が心細いとわからない？

誰も私を尊重しない。

誰も私を愛していない。

誰も私を見ていない。

みんな無責任すぎる。

出た。

超絶気分は悪いものの、出ることは出ました。

(マインドマップに書いた)

母が私を生んだのは20歳のときです。

まだ若く、日々の負担と孤独から、毎日のように愚痴を吐き出さずにはいられなかったのだと思います。

本心では、父に頼りたかったのでしょう。

ただ、愚痴は子供に聞かせるべきではなかったと思います。

母の弱さです。

私が生まれ存在していることで、母を不幸にしていたわけではありません。

あと、私に不足があったから妹が生まれたのでもない。

…とは、まだ思えませんが、事実として、妹が生まれた件と私は、関係ないと思う。

私は自分を責めて、ずっと埋められない空洞を胸に抱いて生きてきましたが、

「すべて自分が悪い」

「私には足りない」

「人を不幸にしてしまう」

と感じる必要はないのかもしれませんが。

母に感謝したいことは、たくさんあります。

浴衣を作ってくれてありがとう。

お人形の洋服を作ってくれてありがとう。

習い事にたくさん通わせてくれてありがとう。

つまらないギャグを笑ってくれてありがとう。

私を褒めてくれてありがとう。

「私（母）の娘はかわいいに決まっている」と何度も言ってくれてありがとう。

私がひとり暮らしをはじめたとき、なぜかお米を背負って会いに来てくれてありがとう。

※当時住んでいたマンションの隣はスーパー

母に謝りたいことも、たくさんあります。

妹を好きになれなくてごめんなさい。

愚痴を聞きたくないと思ってしまっでごめんなさい。

望む職業に就かなくてごめんなさい。

隠し事をたくさんしてごめんなさい。

祖母（母方）が亡くなった日にひとりにしてごめんなさい。

ずっと味方でいてあげられなくてごめんなさい。



「鏡の法則」のワークを通じて、母といったいどう接すれば良かったのか？も考えました。

血の繋がった母娘でも、どんなに愛していても、人間は一体にはなれません。

母には母の人生があり、私には私の人生があります。

冷たく接するという意味ではなく、それぞれ別の人間として、それぞれの人生を歩むために、お互いに自立が必要でした。

あと、すべて「私が悪い」でまとめないほうが良かったと思う。

他者には他者の事情があり、私に非がなくても、うまくいかないときもあります。

私がコントロールできるのは、私自身のことだけです。

相手を尊重することは、自分を犠牲にすることではないですよ。

自分の感情を押し込めて収めるのではなく、自分と自分以外を区別し、出来事を出来事として受け止めるのも、愛の形なのかもしれません。

いろいろあって、現在は母と連絡を取ることができません。

正直に言えば取れないことはないのですが、いまは取らないほうが良いと判断しました。

なので、気持ちや考えを直接伝えることはできません。

余談ですが、父と妹とは、十年ほど前に和解…とまではいきませんが、一度今回と同じように内面を掘り返し、自ら気持ちを伝える機会を持ちました。

母のことだけ、いままで残していたんですよ。

子供のころ、幸せでした。

いまでも母を愛しています。

幼少期の母との関係性がすべての根本原因になっている自覚はありつつも、向き合いたくありませんでした。

ずっと大人にならずに、子供のまま、母と一体で生きていきたいと願っていました。

自分を責めながら生きることで、すでに消えた母と私の世界を守ろうとしていました。

向き合うということは、母娘の分離を意味します。

いま、私はどうしても変わりたい。

ビジネスも人生も前進させたい。

もう、大人ですしね。

得るためには、手放さなければいけないときもあります。

私は現在、ビジネスの行き詰まりや違和感の解消に力を入れています。

解消後は、思いっきり作業できる環境も作りました。

ノウハウコレクターだった経験も活かし、過去の私と同じように前にも後ろにも進めず、ひとりで泣いているかたの力になれるように、日々転げまわりながらも前に進もうとしています。

あと、自信を持って、正々堂々とビジネスに取り組みたい。

もう母の背中に隠れる子供ではないので。

ビジネスの問題は、ビジネスにあるとは限りません。

人生はすべて繋がっているのです、私のように、過去に根本原因があるかもしれません。

「鏡の法則」のワーク、私は今回はじめてやりましたが、わかりやすく、取り組みやすいと思います。

[鏡の法則](#) (←クリックで開きます)

いま、どうしても変わりたい、状況を変えたい。  
もう中途半端な自分のまま生きていくのは嫌だ。

心の底から思うタイミングが来たときには、このレポートを思い出  
していただけましたら幸いです。

メルマガ：[地獄通信](#)

作業系コミュニティ：[賽の河原](#)

最後までお付き合いいただきありがとうございました！



発行者：すみれ

ブログ：[人生修行倶楽部](#)

メルマガ：[地獄通信](#)

LINE：<https://lin.ee/ebSFdSw>

Twitter：[@sumire\\_oo00](#)