

第8章

おわりに

— あなたの恋が、あなた自身を強くする

ここまで、長い文章を読んでくれて本当にありがとう。

僕のこの文章が、
今、あなたの心にそっと寄り添えていたら嬉しいです。

彼氏がいる女性を好きになる。
職場という逃げ場のない場所で、毎日顔を合わせる。

そんな状況、
簡単じゃない。
むしろ、めちゃくちゃしんどい。

「俺なんて…」と自分を責めたくなる日もある。
「もう無理だ」と諦めたくなる日もある。
「どうして好きになったんだろう」と自分を責める夜もある。

でも、そんなふうにも悩みながらも、
「それでも好きだ」って気持ちを大切にしてきたあなたは、
とても強い。

恋をするって、勇気がいることなんです。

■「片思い」は、無駄じゃない

周りから見たら、
「彼氏いるんでしょ？ 諦めなよ」
「そんなの無駄だよ」
そう言われる恋かもしれない。

でもね。
恋に無駄なんてない。

好きになった瞬間から、
その人を見つめる眼差し、

相手の笑顔に癒される日々、
一緒に過ごせる時間を大切に思える気持ち。

全部、あなたの人生の大切な一部分です。

片想いは、
“叶わなかった恋”じゃなく、
“自分を成長させてくれた恋”だと思うんです。

この恋を通じて、
「人を好きになる自分」に出会えたこと。
「自分にもこんなに優しい気持ちがあるんだ」と知れたこと。

それって、
すごく価値のあることだと、僕は思います。

■この恋を「誇れる恋」にしよう

「恋愛に勝つ」という言葉を、この教材ではたくさん使ってきました。

でも最後に伝えたいのは、
“結果”だけがすべてじゃないということ。

「付き合えたら勝ち」
「付き合えなかったら負け」

そんな単純なものじゃない。

あなたがこの恋に向き合う中で、
ちゃんと相手を想い、
相手を大切にしようと努力し、
自分を磨き続けた。

その姿勢自体が、
あなたの“誇り”になるんです。

だから、
もし仮に振られたとしても、
彼氏を選ばれたとしても、
「自分はそのとき、真剣だった」と胸を張れる恋にしよう。

その恋は、
いつかあなたの未来を明るくする糧になります。

■「今の自分」を好きになろう

恋をしていると、
「彼女と付き合いえた自分」しか想像できなくなる。

でも、
今、恋をしている自分も素敵なんです。

「好き」って、すごいパワーを持つてる。

- ・朝からちょっとオシャレして出勤する
- ・仕事に前向きになれる
- ・相手を笑顔にしたいと思える
- ・誰かのために優しくなれる

恋をしている自分って、
本当に魅力的なんです。

だから、
「今の自分」を認めてあげてほしい。

恋をしている“あなた自身”に、
「よく頑張ってるな」って声をかけてあげてください。

■あなたの恋が「この恋をしてよかった」と言える未来につながりますように

最後に。

ここまで一緒に歩いてくれて、ありがとう。

この教材を読んでもくれたあなたの恋が、
たとえどんな結果になったとしても、
「この恋をしてよかった」と思える未来につながることを心から願っています。

そして――

この恋が、
あなた自身を“もっと好きになれる自分”に育ててくれますように。

一歩ずつ、ゆっくりでいい。
あなたのペースで進んでいきましょう。

応援しています。