

# みせかけの自信

令和4年7月  
立川女子高等学校  
カウンセラーだより裏面

私たち人間は誰でも「他の人に勝ちたい」という気持ちを持っています。これは生きるための本能のようなものだと言われています。

大昔、人類がまだ狩りをして暮らしていた時代には、より強い人が、獲物を捕らえ、生き延びることが出来ました。弱い人はなかなか獲物を捕ることが出来ませんでした。ですが、例えば強い人が狩りに失敗して動物に殺されてしまえば、弱い人にも獲物を捕らえるチャンスがめぐってきました。こうしたことから、私たち人間は「人に勝ちたい」という本能と共に、「他の人の失敗を喜ぶ」という本能を持つようになったと言われています。



今は、他の人を押しのけないと食べ物を手に出来ない、という時代ではありません。他の人がどうであれ、自分にお金さえあれば食べ物や洋服などを買うことが出来ますし、努力すれば成績も上がります。ですから、他人の失敗を喜ぶ必要はないように思うのですが、私たちの心の奥には「他の人の失敗を喜ぶ」という本能が残っているのだそうです。



他の人が失敗すれば、私たちはついついその人を見下してしまいます。その結果、自分がその人より優れている人間だと錯覚出来るのです。「人の失敗を喜んではいけない」はよく言われる言葉ですが、成長する段階で教わったことであり、本能ではありません。誰かが失敗した時には、心の底では本能的に喜んでしまい、その後「喜んではいけない」と考え直すのだそうです。

現実には、他の人の失敗によって、自分の実力は上がりません。テストやスポーツの試合では、他の人やチームが失敗すれば順位は上がりますが、それはあくまでも人との比較の問題で、自分自身の実力が上がったのではありません。他の人が失敗しても自分の実力が上がるわけではなく、他人が不幸になっても、自分は決して幸せになれるわけではないのです。

しかし私たちは、自分に自信がなくなった時、自信を取り戻そうとするあまり、つい他の人の足を引っ張りたくなります。自分のライバルの失敗を望んでしまったり、誰かを見下げてしまったりしたくなります。そうすることで、あたかも自分の実力が上がったかのように錯覚してしまうのです。錯覚によって自分に自信を取り戻そうとします。しかしそれはただの思い込み、「みせかけの自信」です。

自分の成功や幸福は、自分が努力することでしか手に入れることが出来ません。他の人の失敗や不幸で、私たちの実力が上がることもありません。誰かを見下げたり意地悪したくなった時は、錯覚の自信が欲しかった時です。そんな弱い気持ちに負けて大切な人を傷つけないように、充分注意しましょう。

