

上野真幸の

道標

Vol.16

みちしるへ

悩める人生の特効薬

人生、山あり谷あり。それが当たり前。楽しいことや、幸せなことばかりの人生なんてありはしない。自分のピンチやチャンスをしっかり見極め、ここぞというときに120%のパワーを出し切れるか。がんばった先には、絶対に明るい未来が広がっている。上野真幸の人生相談劇場、今月もスタート!!



上野真幸 Masayuki Ueno

有限会社ジャンクシヨンプロデューズブティック (JUNCTION PRODUCEBOUTIQUE 泉南) 代表取締役。1974年7月17日生まれの39歳。ギリギリの崖っぷちにおいても、一度決めた上を向き続け、全力で何でもダッシュをかける。それが信条。
■ジャンクシヨンプロデューズブティック泉南
〒599-0232 大阪府阪南市箱作 2129
TEL.072-476-6300

相談 1

別れた女のクルマに自分のパーツが…

上野サンこんにちは。自分、先日1年半付き合っていた女と別れました。それはいいんですが、その女もセダンのドレスアップが好きで、自分の30系セルシオに付けていたパーツを、その女が新しく買った30系セルシオに付けたりしてたんですよ。具体的に言うと、ホイール&タイヤと、室内に入れているモニター類。



付き合っていた当時はOKだったけど、別れたら返して欲しいという、後出しじゃんけんみたいなのは、僕は好きじゃない。それだと貸していたってことになりませんか？ 貸していた物であれば返してもらうのは当たり前のことだし、借りていた方も返すのは当然だと思うのではないのでしょうか？

ぶっちゃけ、何とかしてそのパーツ類を返してほしいんです。セコいということは十分わかってはいるんですが、すでに損した気分になってるもんで。こういう場合、上野サンならどうします？

(岐阜県)ダイ 28歳 会社員

それは貸したのか？ それともあげたのか？

付き合っていた頃は気前よく振るまわって、彼女の気を引くために一生懸命ホイールやタイヤなど高額な物を、自分のクルマから彼女のクルマに付け替えてあげていたんです。彼女の方はプレゼントと思って受け取っているのではないのでしょうか？

やねんって感じですか。

まわりの意見はしよせん意見止まり。自分でしっかり考えて、責任を持つ。ただそれだけだと思っ。でもただそれだけがそう簡単にできるもんじゃない。じゃあどうしたらエエのか？

僕が思うには、何が起ったかより、今、何が起きているか。そして、今何をすべきかを考える！

あなたが結婚しているのだから、大人の判断ができるはず。お互いが向き合えないとダメ。あなたがどうせもう別居だしという気持ちでは、向き合っ話合っこともできない。

別居状態を軽く考え過ぎではないでしょうか？

原因はどうであれ、自分自身が何事もしっかりとした気持ちを持って一生懸命取り組んでいけば、ご両親やまわりの人も、少しずつかも知れませんが理解してくれると思います。何より、結婚相手である本人にも伝わるはず！

相談 3

彼女に他の男が…!! 絶対に別れたくない

上野サンに相談です。僕には3つ年上の、OLをやっている彼女がいるのですが、実はその彼女の行動が最近怪しく、どうも会社の同僚が上司とテキ



そういう小さいことばかり言ってるから、そんな扱いされるんじゃないですか？ 男ならもっとド

男ならもっとドシツと構えとかんかい!!

(東京都) J 会社員

ている様なんです。

彼女の部屋に行っても、見たことのないタバコの吸い殻があったり、冷蔵庫に今までに見たことのない飲み物のストックがあったりと、どうも「男の二オイ」を感じます。

ただ、僕は彼女のことを大好きで、絶対に別れたくないです。僕からその男の存在を問いつめると「じゃあ別れよう」と言われそうで、正直言って怖い。彼女から切り出してこないのも意味があるのか？ このまま放っておくべきなんですかね？ 教えてください。お願いします。

後からウジウジ言うのはダメ！ 貸したものは返してもらおう！ あげた物はあげた物！ (下野)

相談 2

4回目の結婚をして早くも別居。ヤバイ？

山梨県に住んでいる、バツ3の男です。恥ずかしながら、4回目の結婚をして半年、早くも別居状態です。

両親や祖父母、親戚中にもいいかげんあきれられ、「バカに付ける薬はない」と言われている始末。

自分でもなぜこも長続きしないのか、一向にわかりません。別に結婚というものを軽く見ているつもりはないんですけど、いいかげんヤバイです。よね。良きアドバイスをお願いします。(山梨県)GO 33歳 会社員

シツと構えとかんかい!

まずは、浮気の一つや二つどうでもエエ、好きなようにやったらエエ、という気持ちを持つ。基本はそこから。あなたは細かい、細かすぎる。タバコの吸い殻くらいどうのこうの考えない! そんな考えははじめたら、これもおかしいあれもおかしいと、どれも疑いの目でしか見られなくなりますよ。

あなたがまず心がけること、それは彼女を信用すること。そこから始めないと話にならない。彼女が潔白だったらカン違いはすまないよ。彼女から見ると、自分を一切信用してくれない彼ですよ!

ウジウジ言っていないで、真っ向直球勝負! それで別れを告げられたらそれはそれであなたが彼女に与えた気持ちの結果。ただそれだけ!

自分のことばかり考え、人を疑う前に自分に非はないかと一番先に考える自分になろうよ。浮気されていると思うんじゃない、そうさせてし

自分の人生、自分の家族もつとじっくり考えろ!



バツ3とか回数の問題ではない。自分に問題はないか、まず考えるべき。「いいかげんもうヤバイですな」と言っている時点でまったく自覚がない! 「結婚というものを軽く見ているつもりはないんですけどね」とありますが、つもりはなくても、結果どない

まったく思えるようになる、自分の非を先に考えられる強さを持つこと。

まずはあなたが付き合ってくれた彼女にありがとうという気持ち、そしていつも大好きだよという気持ち。そういう彼女の存在の大切さを、もつともつと持つて欲しいですね。

あなたは彼女のことを大好きといいつつ、それ以上に自分が傷付くのを恐れているのではないのでしょうか?

恋愛はそんなに臆病に考えたらダメ! 同じことの繰り返しで社会的な中で、週に一度デートしたり、食事したり、仕事の愚痴を言い合ったり。彼女との時間は、お互いが気を休める時間、充電する時間だと思っ。そしてまた一週間がんばれる自分を作り出す。恋愛は元気の源! 恋愛をもつと案しもう!! (下野)

道標

上野真幸の「高級車が似合う男になる」ための

その2

出ている腹を何とかしたい。食生活の改善で20kg落とす!

腹がどっぷりと出ているは、カッコいい高級車から降りてきても全然カッコよくないし、モテるわけがない。今月は上野真幸が、確実にやせられる速攻ダイエット法を伝授!

たいいの人は16歳になったら原チャリに乗り、18歳になったらクルマに乗り始めます。子どもの頃に比べたら圧倒的に体を動かさなくなるし、クルマに乗りながら飲み食いする。さらに普段から必要以上にカロリーの高いものばかり食べていたら、そりゃ腹は出てきますよな。

そこで、食生活の改善で20kg落とす方法!!

まず、朝はしっかり腹いっぱい食べちゃってOK。ステーキを食べてもイイ。でも夜に食べる量は少しだけ。しかも夕方5時までに食べる。もう体を動かさないとこの間に満タンにしていることはナシ。どうしても食べるなら、ところてんやコンニャク、油を使わないポテトなど。

とにかく普段から葉っぱ類を食べること。米は栄養のカタマリだから太る原因に直結します。週に一度は米をやめてパンやポテトにする。バターやマーガリンもダメ。使うならオリーブオイルがいいです。マヨネーズも×。

ちなみに、シェイク1個で縄跳び500回分くらいのカロリー消費が必要ですよ。

カラダ作りもクルマのドレスアップと同じ。努力なしではカッコよくなれません。僕は、ファッションというのはある意味努力だと思っています。がんばりましょう!



ふもつすぐ寝るといふ時間に、こんな油っこいものばかり食べていたら太るに決まっている。ガマンするべし!



更新中!! 上野真幸の BLOG DESTINY

ブログのキャッチフレーズは「運命 ~それは自分で変えるもの~」。携帯からもOK。
<http://ameblo.jp/jpboutique/>

読者の皆様からの相談、質問、お待ちしております!!

●上野真幸が読者の皆様の相談、質問に全力でお答えします! 仕事、恋愛、人間関係の悩みなど何でもOK。〒170-8427 東京都豊島区東池袋2-45-9 (株)芸文社 VIPCAR 編集部 または vipmac@geibunsha.co.jp いずれも「道標」係まで。