

心の成長と人生の豊かさの心理学

島野 隆



ブログ記事書籍

No. 5

魂の世界

収録カテゴリー

以下順にて「章」になっています。

(8)魂の世界

「魂」による「心」の浄化

「魂の成長」への道

島野が至った「命の無の世界」

()番号は2010.1.12『取り組み実践の全体』の
図の中で振られた実践領域番号です。

目次

1章 (8)魂の世界	7
2010年 4月 27日 (火)	8
全ての根底は「命」と「信仰」-1	
2010年 4月 29日 (木)	10
全ての根底は「命」と「信仰」-2	
2010年 4月 30日 (金)	13
全ての根底は「命」と「信仰」-3 / 全ての根底は「命」と「信仰」-4	
2010年 5月 2日 (日)	18
全ての根底は「命」と「信仰」-5	
2010年 5月 3日 (月)	21
全ての根底は「命」と「信仰」-6	
2010年 5月 6日 (木)	25
「信仰」の絶大な位置づけ	
2010年 5月 7日 (金)	27
「信仰の情緒」 / 「信仰の感情」に触れるお勧め読書	
2010年 5月 9日 (日)	30
「現実を超えた世界への情緒」の重要さ	
2010年 5月 11日 (火)	33
「正しい信仰」と「誤った信仰」(前) / 「正しい信仰」と「誤った信仰」(後)	
2010年 5月 13日 (木)	39
「他人依存信仰」からの抜け出し(前)	
2010年 5月 15日 (土)	42
「他人依存信仰」からの抜け出し(中)	
2010年 5月 16日 (日)	45
「他人依存信仰」からの抜け出し(後)	
2010年 5月 27日 (木)	50
「心」と「魂」の図	

2010年 6月 1日 (火)	52
魂が閉ざされた「心の望み」・2つの取り組み	
2010年 6月 2日 (水)	55
「魂の愛への望み」を見つめる	
2010年 6月 3日 (木)	60
「魂の成長」への道-序	
2010年 6月 4日 (金)	62
魂への重い蓋を取り去る-1	
2010年 6月 6日 (日)	65
魂への重い蓋を取り去る-2 / 魂への重い蓋を取り去る-3	
2010年 6月 9日 (水)	70
「信仰」への取り組み実践・概説	
2010年 6月 11日 (金)	73
「他人依存信仰」への取り組み実践（前）	
2010年 6月 12日 (土)	74
「他人依存信仰」への取り組み実践（中）	
2010年 6月 14日 (月)	78
「他人依存信仰」への取り組み実践（後）	
2010年 7月 2日 (金)	82
「魂の感情」とともに「価値観」を問う（前） / 「魂の感情」とともに「価値観」を問う（後）	
2010年 7月 4日 (日)	87
「魂の成長」とは何か	
2011年 3月 27日 (日)	89
「心」と「魂」と「命」の構造-1	
2011年 3月 31日 (木)	90
「心」と「魂」と「命」の構造-2	
2011年 4月 9日 (土)	93
「心」と「魂」と「命」の構造-3	
2012年 5月 20日 (日)	96
「命の感性」を感じ取る^^	

2章 「魂」による「心」の浄化	99
2010年 5月 28日 (金).....	100
「魂」による「心」の浄化-1 / 「魂」による「心」の浄化-2 / 「魂」による「心」の浄化-3	
2010年 6月 1日 (火).....	107
「魂」による「心」の浄化-4・心の望み / 「魂」による「心」の浄化-5・3つの浄化作用	

3章 「魂の成長」への道..... **115**

2010年 6月 8日 (火).....	116
「魂の成長」への道-1 / 「魂の成長」への道-2・道のり図	
2010年 6月 9日 (水).....	120
「魂の成長」への道-3	
2010年 6月 16日 (水).....	122
「魂の成長」への道-4・「孤独力」	
2010年 6月 17日 (木).....	125
「魂の成長」への道-5・「感じ取り方」	
2010年 6月 22日 (火).....	127
「魂の成長」への道-6・「望みの成熟」	
2010年 6月 23日 (水).....	130
「魂の成長」への道-7・「一貫した自己」の確立へ	
2010年 6月 25日 (金).....	131
「魂の成長」への道-8・価値観の成熟（前）	
2010年 6月 26日 (土).....	133
「魂の成長」への道-9・価値観の成熟（後）	
2010年 6月 28日 (月).....	136
「魂の成長」への道-10・心の業の克服（前）	
2010年 6月 29日 (火).....	139
「魂の成長」への道-11・心の業の克服（後）	
2010年 6月 30日 (水).....	141
「魂の成長」への道-12・道のり前半と後半	

4章 島野が至った「命の無の世界」	145
2011年 3月 2日 (水)	146
島野が至った「命の無の世界」-1	
2011年 3月 10日 (木)	147
母の死	
2011年 3月 17日 (木)	150
島野が至った「命の無の世界」-2	
2011年 3月 19日 (土)	151
島野が至った「命の無の世界」-3	
2011年 3月 23日 (水)	153
島野が至った「命の無の世界」-4	
2011年 4月 3日 (日)	156
島野が至った「命の無の世界」-5	

1章 (8)魂の世界

2010年 4月 27日 (火)

全ての根底は「命」と「信仰」-1

さてここから『心の奥底の転換』の部ということで、ここまでの話を振り返り、全ての話の流れが尻切れ(^_^;)になっている、最後のかなめを埋めたいと思います。

最後のかなめは、どうやら『魂の世界』に位置づけられるようです。このカテゴリーもここでスタートしましょう^^。

『取り組み実践の全体』の図では「8. 魂の精神世界」に対応します。

心の変化の流れ

まず、心が未知の異次元の世界へと成長そして治癒していく流れとして、ここまで以下のようなものを見えています。

その全てがまだ尻切れのものとしてです。

・「怒り」の放棄

・病んだ心から健康な心への道

「未熟の故郷」から「成長の地平」に向う情景です。「受け身意識の闇の川」が間にあります。

・人生の道

大きく2つの視点から見ることができます。

－「心が成長する道」が「人生を見失う道」にさま変わりしてしまう姿。これは次の6つの歯車が関係しています。

心の4つの歯車…未熟な望み、自己の理想像、受け身の価値観、怒り処罰。

魂の2つの歯車…自分を愛さないものへの憎しみ、自分が神になる思考。

(参照：4/3『神になるのをやめる-10・私たちの不完全性』)

－「愛」と「能力」の人生課題

「命の本来形」を説明しました。これが「人生を見失う道」の中で変形してしまうという話です。

実践の流れ

心の成長と治癒への回復とその前進は、全てが「感情と行動の分離」よって始められます。

「今の気持ち」を鵜呑みにせず、「健康形」「成長形」と照らし合わせて、「内面の選択肢」を踏まえて考えます、という話をしました。

(4/22『「内面の選択肢」を踏まえた実践』)

照らし合わせの理解のために、上記「心の変化の流れ」のような学びが、役に立つでしょう。特に、「今の気持ち」がどのように「健康形」「成長形」からそれているかの、理解のために。

そこから「健康形」「成長形」へと復帰するとは、もちろん「これでは駄目だ」と自分に否定の駄目出しをすることによってではありません。

結局のところ、私たちが向うものとして意識できるのは、次の3つの「心が良くなる流れ」になるようだという説明をしました。

1. 「望み」に向う
2. 選択思考
3. 怖れの克服

(参照：4/21『「感情を鵜呑みにしない」とは(後)』)

「選択思考」における「選択」は、ごく現実問題から、価値観といった範囲にわたる、心の全ての営みに関係してきます。

全ての根底にあるもの

ここで全ての根底となる、最後のかなめが見えてきます。

では、どうすればそれができるのか、と。

そもそも、「選択の思考」をする、という「選択」が最初にあることになりません。

それはどうすればできるのか。逆に言えば、それができない人がいるのです。「気持ち」が全てになって、思考が強制的に一つの方向に向かってしまう人です。

今まで、その心の状態の違いを、「心の自立」として私は説明してきました。しかし、ではどうすれば「心の自立」ができるのかについては、根底では「命の摂理」なので分からない、手が出せないというのが、どうしても最終的な結論になってしまいます。

そこにもう一つ、今回のこのブログの執筆を通して、私の中で今までに増して大きくスポットライトが当たってきたものがあります。

それが「信仰」です。

これがどのように「最後のかなめ」になるのか、ざっと書いてみましょう。

2010年 4月 29日 (木)

全ての根底は「命」と「信仰」-2

先の記事は『(前)』から『-1』に変更しました。4つ以上になりそうなので^^;

「感情と行動の分離」ができない理由・・

動揺する感情を克服したいのなら、まず感情を鵜呑みにして考えて行動してしまわないことから始める。

その上で、内面感情はありのままに流し理解することをし、外面行動は建設的なものみにする。

この「感情と行動の分離」の大原則に、納得は感じてても、実際にはそうできない方が、たくさんおられます。

それは多くの場合、「建設的な行動」は頭で描けても、「感情を鵜呑みにしない」ことが難しいというものであることを、『「感情を鵜呑みにしない」とは』シリーズで説明しました。

心得たい要点が次の4つになることも。

1. 「気持ち」は不変ではない
2. 「自分の気持ち」の全てが「心の現実」
3. 「人の気持ち」の全てが実は「自分の気持ち」
4. どう行動すると「気持ち」はどう変化するかへの理解

まあ無理ありません。

「建設的な行動」は、成熟して安定した心の人であれば行きそうな行動を、絵に書いた餅として(^_^) 頭で描くことは、まあできるとします。

しかしそもそも「感情」というのは、それ自体が行動への方向性を持っているからです。

「愛」や「楽しみ」は、近づくことへと。

「怒り」は攻撃へと。そして「怖れ」は逃げることへと。

それを、時と場合によっては正反対の行動をすることが、「建設的」になることもあるというのですから、難しくなるのは当然ですね。

なお上の中で、「楽しみ」だけが、そうした難しさのない感情です。

これも重要です。「楽しみ」が、全ての「建設的行動」への真の足場になるともいえます。

ただし、私たちが歩む道とは、「楽しみ」などまだ見えようもない動揺の中で、この「感情と行動の分離」が必要になるものです。

2つの支え

動揺する感情の中で、感情を鵜呑みにしないで考え行動する。

その支えになるものは、2つあるようです。

一つは「意志」です。これについては、今までも「心の自立」という転換の話の中で触れてきました。

もう一つは、「信仰」のようです。

第1の支え：「意志」と「心の自立」

「意志」については、2/16『「意志」と「行動学」』で、「受け身でなく自発的に何かに向かうおうとする強い気持ち」「気持ちを一本にまとめていく上位の気持ち」などと説明しました。

これは「心の自立」をすることと、ほぼ同じことだと言えるでしょう。「心の自立」とは、自分の「意志」で行動できるようになることです。

一方「心の自立」については、よく、「自分の気持ちを自分で受けとめること」だと説明しています。自分の気持ちを人に受けとめてもらうのではなく。

気持ちを人に受けとめてもらうのであれば、「意志」はいりませんね^^。私はこんな気持ちなんです。それを相手に伝え、**相手を受けとめてくれればハッピーエンド**です。どう**ハッピーエンド**なのかは微妙ですが・・・^^;

自分の気持ちを自分で受けとめるとは、**気持ちを人に伝えるのをやめる**、ということでは**ありません**。

「意志」による行動の中にあるものとして、**伝えることが何かを生み出すこと**になるのであれば、**気持ちを人に伝える**のです。**ありのままに**。

「意志」と「気持ち」の違い

「意志」を持つ人は、この**違い**がはっきりと分かります。

「意志」を持たない人は、この**違い**が良く分からないかも知れません。「意志」を持たない人は、人の「意志」を、「気持ち」と同列のものとして感じるからです。

だから**結婚候補の相手**が、**自分を愛する気持ちの熱さ**に関心を払っても、**自分を愛する意志の強さ**に関心を払うことができない、ということになるのでしょう。

「**気持ちの熱さ**」と「**意志の強さ**」は、**ぜんぜん違うもの**です。

前者は**すぐ冷め**、今日も**某有名女性タレント**のニュースが騒がしいように(^^)、いともあっけなく、お決まりのように(^^)、**離婚の話**が出てきます。

後者は、**生涯変わらないもの**になり得ます。そしてそれが、「**気持ちの熱さ**」をいつまでも**失わないもの**にする可能性さえ、出てきます。

「意志」は「**命**」にあるもの

どうすれば「**意志**」が持てるのか。どうすれば「**心の自立**」ができるのか。

それに対する、**ハイブリッド心理学からの答えは、ありません**。

それは本来「**命**」に**そなわっているもの**であり、私たちがどうこうして作り出したり、学んだりする必要のあるものでは、**本来ないと**考えています。

問題は、逆に、私たちが自ら、積極的に、それを捨てるような思考を身につけたことであると。

それは私たちの**人生**の、あまりに**早期の幼い頃**から起きているので、私たちはそれを捨てるような思考を見直すとともに、それに**向うとは具体的な**は**どんな行動の仕方**のことかと、多少とも**学び直す**必要が出てくる、ということになるでしょう。

人生を通してです。

こうした観点からの「意志」「心の自立」とは、**全ての「命」ある生き物**に言えるもの、といった**視点**から出てくるものです。

これが実際の**メール相談**の中で、どんな風に**検討**されるものとして出てくるか、ちょっと紹介したいと思います。

2010年 4月 30日 (金)

全ての根底は「命」と「信仰」-3

「実践の流れ」への「意志」の役割

あと少し、「意志」の**役割**の説明を加えておきましょう。「**実践の流れ**」における**役割**です。

『全ての根底は「命」と「信仰」-1』でまとめた**流れ**です。

まず、「**感情を鵜呑みにしない**」で考え行動したい。**要点**は以下の**4つ**でした。

1. 「**気持ち**」は**不変**ではない
2. 「**自分の気持ち**」の**全て**が「**心の現実**」
3. 「**人の気持ち**」の**全て**が実は「**自分の気持ち**」
4. どう行動すると「**気持ち**」は**どう変化**するのかへの**理解**

その先に、「**心が良くなる流れ**」に向いたい。**3つ**あります。**下のものが上のもの**への**支え**になります。

1. 「望み」に向う
2. 選択思考
3. 怖れの克服

「自分の気持ち」と「人の気持ち」への姿勢

「感情を鵜呑みにしない」において、上記の2番と3番が決め手になってきます。

「自分の気持ち」は、全てを受け入れる。もちろん鵜呑みにするということではなしに、成長へのスタートラインとしてです。

「人の気持ち」として心に映るものこそが、鵜呑みにしてはならないものになります。

それは全てにおいて、「現実」と「空想」の混合の中にあります。

「人の気持ち」として心に映ったものが、かなりの程度で「事実」である場合もあるし、全くの「妄想」である場合もあります。

そして私たちが必ず考慮しなければならない事実とは、心を病むほど、「人の気持ち」として心に映るものは極端に偏ったものになる一方で、本人がそれを疑えなくなってくるということです。

もちろんこの先には、たとえば他人が全て自分への殺意を抱いていると確信する、統合失調症など最も重篤な心の障害があります。

心が健康であるほど、「人の気持ち」として心に映るものの偏りは少なく、自分でそれを疑えもするという形になります。

心を病むほど、「人の気持ち」として心に映るものの歪みが大きくなり、自分でそれを疑えることが極めて望ましいのですが、心を病むほど逆にそれに確信を感じるようになってしまうという問題があります。

少し話が膨らみました^^;

ともかく、「自分の気持ち」を全て受け入れ、「人の気持ち」はあまり感覚で決めつけない。あまり執着しない、とも言えるでしょう。

これが「感情を鵜呑みにしない」の健康形です。

「心が良くなる流れ」への姿勢

その先に、「心が良くなる流れ」に向う。

「人の気持ち」にはあまり執着しないことが、3番目の「怖れの克服」にとって、極めて重要です。

私たちは、空想上の「人の気持ち」におびやかされるからです。

「自分の気持ち」については、それを全て受け入れる先に、1番目の「望みに向う」というのが出てきます。

「成長」

ただしもちろん、「意志」によって、「人の気持ち」への怖れが消え、「望みに向う」ことができるなんて話には、そう簡単にはなりません。そう考えるのは絵に書いた餅以外の何ものでもありません。

なぜなら、「望み」そのものが、「人の気持ち」によって描かれるからです。人からこんな気持ちで迎えられたどんなに嬉しいだろう。それが「望み」になるのです。

そこに、心の駒が再び「怖れ」に戻るつなぎ目があります。

私たちは、「人の気持ち」によって望みを抱き、「人の気持ち」によって怖れを抱くのです。

そこに、「成長」があるのです。

そこで、「自分の望む気持ち」が「人の気持ちへの怖れ」を凌駕して、行動へと向った時、そこにはっきりと、「成長」が現れるでしょう。

「人の気持ちへの怖れ」があまりにも強く、「自分の望む気持ち」が行動へと至れない場合もあるでしょう。これをありのままに感じ取り、受け入れることも、また一つの「成長」になります。

やがて同じ場面で、「望む気持ち」が「怖れ」を凌駕する時の訪れに向っての、準備としての成長に。

人間の「不完全性」

これが「心の自立」の中に生まれる「意志」だけで可能になるかどうかは、人間の場合、とてもあやふやです。

そもそも**完全な「心の自立」というものはない**というのが、ハイブリッド心理学の考えです。(詳しくは『入門編下巻』で^^)

さらに、心に映る**「人の気持ち」**を疑えなくなる、**「心を病む」**という側面を、**程度の差こそあれ誰もが抱えるのが人間**だと、ハイブリッド心理学では考えています。

そこに、**「意志」**だけでは**足りないもの**を補うものとして、**「信仰」**というものが出てくる。

それが**人間の心**なのかも知れません。

「信仰」がないと、「意志」も持てないのかも知れない。それが**人間の心**なのかも知れません。

今はそう感じています。

どのように**「意志」**が生まれるのか、そして最後に**「信仰」**というものが出てくるのかへと、**視点**を移しましょう。

全ての根底は「命」と「信仰」-4

「意志」と「信仰」への雑感

私自身は今人生で、**「悩む」**ということがありません。**「怒る」**こともなく、**「怖れ」**の感情さえも、もう**自分の心の中に見当たらなくな**っています。そして**生きることは、楽しいことばかり**のように感じるようになっています。もちろん**そうではない材料**はいくらでもあるでしょうが、私はもうそれに**「空想」**を、さらに**「意識」**そのものを**使うのを、やめた**のです。

なぜそう至ったかの**心の仕組み**を、私自身が振り返り、研究し、出てきた**結論**が、**「心が良くなる3つの流れ」**だということになります。

1. 「望み」に向う
 2. 選択思考
 3. 怖れの克服
- と。

それはあまりに**単純**なことなので、**誰もが**できることであり、**誰も**そう悩みなんで持たずに生きていられており、**何もわざわざ私が書く必要のあること**でもないのではないか。。

新しい相談メールもなく、気の長い執筆だけに向う一日がある時、私はふとそう感じるがあります。

もちろん社会の人々の実状はそうではないことを、TVや新聞、そして再び飛び込んでくる相談メールといった「外部の刺激」に接することで感じる。そんなことがよくあります。

10年そして20年といった、積み重ねの歩みの先ということになるのですが、その先には30年、40年と、もう悩みも怒りも怖れもなく、楽しく過ごせる人生があります。

一方で、その積み重ねの最初の一步を嫌った結果、10年そして20年といった時期を過ぎ、その先の30年、40年といった生涯を、あいも変わらず(^_^)悩み感いと怒りと怖れの中で生きる人生があることになります。

好きな方を選べばいいのです。それは何かあまりにも、とても単純なことのような。。

しかし自分の歩みを振り返った時、思い出すのです。それは茨の道であったことを。

特に、その始まりにおいては。

それは私の心の障害がかなり深刻だったからです。心の障害の深刻さに応じて、抜け出すためには明らかに茨の道があります。しかし茨の道が厳しいほど、その先に見出す光の輝きは増します。

心の障害の傾向がそれほどない一般の人々は、茨の道を歩む必要はあまりないでしょう。しかしその先にある「神になるのをやめる」という扉へとは向うことなく、自分が神だという無意識の感覚によって、心は何かの絶対的な束縛の下におかれ、やはり悩みと怒りと恐れの中で生き続けているように感じます。

茨の道を歩み出す、最初の一步は、「価値観」が大きく影響し、「意志」が踏み出しを決定づけ、そこで足りないものを、最後に「信仰」が支える、ということになるのでしょうか。

そして茨の道に至る大きな扉が「神になるのをやめる」ことです。

全ては「信仰」に始まり、「信仰」に終わると言えるのかも知れません。

『理論編』（今は刊行の見込みぜんぜんなし^^;）がそうした言葉で終わるよ
うに、私は人間の心のこの歩みの道の全貌への俯瞰をしめくるとき、いつも
その思いに至ります。

いいかげん具体的な説明を、次の記事から書けるかと・・・^^;

2010年5月2日(日)

全ての根底は「命」と「信仰」-5

「意志」の源泉

先日の『全ての根底は「命」と「信仰」-4』でも振り返りましたが、ハイブ
リッド心理学が考える「心が良くなる流れ」は、心の営みとして以下に向かう
というものです。

1. 「望み」に向かう
2. 選択思考
3. 怖れの克服

逆に言えば、それに向かわない生き方って、ぜんぜん心が良くなれないです。
心が成長できず、動揺しまくりのまま、豊かにもならない。それだと、なかなか
幸福になれないですね。

望みに向かうことなく、自分で選択を問うことをせず、怖れの克服にも向かな
い。そんな生き方の場合です。

いずれにせよ、そうした「心が良くなる流れ」の心の営みは、心の最も根底の
働きとして、「意志」というものが支えになります。

「最も根底」であるとは、それがどう生み出されるかの大元については、ハイ
ブリッド心理学としてはもう何も言えない、終着駅だということです。

それは「心の自立」という転換の中で、自然と人の心に現れるものだと考えて
います。

それは「命」に備わっているものであり、それをどうこうして持ちましょ
うと、言う必要のあるものでは、本来なかった・・・と。

しかし、問題が2つあると言えるでしょう。

一つは、人間が自ら「心の自立」や「意志」を捨てるような「価値観」を持ち始めたこと。意志なんて持たない方がいいのだよ、とでも言うような。

あるいはそれは「価値観」というより、自分の意志なんて意味ないのだ、自分の感情なんて人にかえりみられることなどないのだ、という幼い絶望と断念の感情を核として、その後の来歴の中で「価値観」の鎧をまとったものかも知れません。

もう一つは、そもそも人間にとっての「心の自立」「意志」というものの自体が、とても不完全であることです。

ハイブリッド心理学では、そう考えています。それは根本的に、不完全なのだ。

そこに、「信仰」という支えが重要になるのだと。

「意志」を持ちたいと本当に感じるか・・

ここではまず、「意志」への、「価値観」の影響を見ていきたいと思います。

どうすれば「意志」が持てるようになるか、という問いは、ハイブリッド心理学ではしません。

それは「命」にもともと備わっているものであり、問題は、私たちがいかに、それを自ら葬り去り、背を向ける思考をしているかだと、ハイブリッド心理学では考えます。

その思考はあまりにも根深く、そして広く、私たちの心に染みついていきます。

果てはその結果、「意志が大切だ」と受け身に人から言われて、では「意志」を持とうか、はてどうしたら「意志」がもてるのだろうかかと悩み、「意志」を持たなくちゃいけないのか、と落ち込んだりする姿が現れたりします。

それって、「意志」への入り口とはぜんぜん違う方々を向いているんですけど・・という感じ^^;

もしこの人が「意志を持った自分」を目指す時、心の表面では「意志を持ちたい」「意志を持たなければ」と思考しているかも知れません。

しかしそれは、心の姿勢は実は全く違う方々へと向いた挙句、360度方向がずれて、一見すると前を向いているようなありさまであるのが、しばしば実状です。

「価値観」向き合いへの道

まずは、自分が本心ではどんな「価値観」でいるのか、落ち着いた心で向き合えるようになるのが、一苦労(^_^)です。

それまで、ハイブリッド心理学を学んで自分の心を変えたいと思うことの全てが、実はまだ「心の力み」の中にあるのです。

メール相談などを活用した本格的な取り組みでも、それだけでまず1年以上かけるのがザラです。2、3年くらいかけて、自分の本心からの価値観に向き合えるための、心の整理が行なわれると考えるのが正解でしょう。

そこからまた年の単位で、日々の生活の中での思考法行動法の実践とともに、自分の本心からの価値観を問いていくのです。

思考法行動法の実践と、その中で出会う「人生の体験」が、心を徐々に変化させ、それによって本心からの価値観の感じ方が、少しずつ変化していくのです。

これは算数や英語のドリルのように、一度一通りおさえればいいといったものとは根本的に異なる、人生を通して向き合い続ける取り組みになります。

メール相談では、「価値観」の核心に切り込むよりも、急を要する生活問題への対処法などをアドバイスするのが優先です。

現実問題の解決につながらないまま「価値観」など問いたところで、心に届かないのです。

「心の力み」が本当に取れて、自分が人生でどんな価値観を抱くようになったかを、自分でしみじみと振り返ることができるようになる頃には、「心の障害」はもうほとんど消えています。

そこからが本当の、「心の障害」への取り組みではなく、人生の生き方への取り組みに、なってきます。

ざっくり言いましょう。

まず1年かけて、自分が一体どんな思考で生きているか、自分で分かるようになる。「一步一步の向上思考」を学び、「心の力み」を脱するのが主体です。

そこから数年をかけて、思考法行動法の実践と合わせて、「価値観」に取り組み、「神になるのをやめるひらめき」のような大きな転換を成す。ここで心の蓋が開きます。

心が大きく成長変化し始めるのは、ここからです。ここから、また数年。

短く見ても**10年がかり**の取り組みです。この**数字**でさえも、そうできればいいペースです。いい人生です^^。

次の記事で、長くメール相談を続け、「**価値観**」の**変化の節目**にきた方の例など紹介したいと思います。

同時に、「**価値観**」への**視点**などを説明できると思いますので^^。

2010年 5月 3日 (月)

全ての根底は「命」と「信仰」-6

今日はこのあと帰省に出てあさって戻る予定です^^。

「**価値観**」が心底から変化していく時

先日、長くメール相談を続けていた方から、「**価値観**」についてようやく**本心**において**変化**が生まれているらしい**報告**を頂きました。

「**受け身の価値観**」から、「**自己能動の価値観**」へと、ですね。
(参照：3/26『神になるのをやめる-5・価値観』)

ただし、「**自己能動の価値観**」にはっきりなれた、というようなものではありません。

「**受け身の価値観**」が**どうもおかしい**と、**本心**で感じる**ぎざし**が起きてきたという段階です。

これがハイブリッド心理学への取り組みを始められてから、**数年**を経てです。**数年**を経て、いかに自分に「**受け身の価値観**」が根ざしているかを、**しみじみ**と感じ取れるように、なったようです。

ここから、「**自己能動の価値観**」が**どう実際に自分が選択し得る価値観**なのかを、**人生**の中で問う、**また数年間以上**の年月が始まるでしょう^^。

そんなものです^^。

これをもし、「一刻も早く自己能動の価値観にならなければ…」といった気分を持たれる場合、それはまず「心の力み」です^^。

「心の力み」について理解し、解除するのがまず実践になります。

そして「一步一步の向上思考」を実践する。

それによって、生き方への感覚の変化が感じられてきたら、いよいよ「価値観」も検討項目に入れる。

そんな順序がお勧めです。

「受け身の価値観」という心の故郷からの旅立ち

ともかく報告メールから、一部を抜粋してご紹介。

ご相談者の方の詳しい状況は省略しますが、30代前半女性で、『実践編』でも「B子さん」として登場して頂いている方です。

心の来歴としては、「女性は従順謙虚であれ」という母親の価値観の圧迫の下で、心が錯綜したとも言えるものです。

それはまさに『入門編上巻』で書いているような、子供を愛し子供のためという嘘をまとった独り善がりの大人の価値観だったと言えるでしょう。

この方からの報告は、実は3/24『神になるのをやめる-3・人間の魅力価値』で紹介したのもでもあります。

そうした心の来歴から、錯綜した思春期の心理の中で、その記事での引用にあるように、「人々は謙虚な私にこそ集まるべき」だという衝動が心に生まれ、怒りや嫉妬に動揺される人生が始まったわけです。

今それが過ぎ去りつつあるご様子です。

心が病んでいったのは母の愛を得るため自分の本当の価値観とは違う所で努力を続けていたからのように思えます。

でも、一番の問題はそれではなくて今まで気がつかなかったのですが、そもそも自分の生活環境を人にすべて整えてもらおうとすることのように思います。

これが人として、女性としてというよりも生物として間違っているように思えます。

生きるということは常に**自身の維持**のために、**自分で環境を整えて**いくことだからです。

それができなければ生きていけると言えるのか?と感じます。

ただ、私の根底の価値観は今でも受動的だと思います。

生物として間違っている価値観を捨てればいいというものでもなく

今はこのまま両者を感じているのがよいように思えます。

無理をすれば、また道を踏み外すように思えるからです。

.. (略) ..

父が生きていたら**受動的な価値観**でも問題なかったであろうと思います。私は努力せずとも**父が生活環境を整えてくれる**からです。

まあ、**心が痛みやすい傾向**にはあったでしょうが。

.. (略) ..

母の嫁入り道具や着物などを見ていて彼女が**とても彼女の両親に大事に**されていたのが伺えます。事実、彼女の人生において**自身の親や兄弟達に従順**でいることが**豊かな人生**を送ることに繋がっていたのだと感じました。

参考まで、私が返した**コメント**も紹介しておきましょう。

これは**答え**というか、**僕からの視点**として言っておきますと、**計算違い**のように感じます。

お父さんが生きていたとして、果たして**どのように「生活環境を整えてくれる」**ことができたかですね。

まあこれも、**価値観の前提**で変わるかも知れません。マジに、**自分ではなく他人が、自分の生活環境を整える**ということが**「可能」**だと感じる。

それが**受け身の価値観**の中で、**起きる思考**かも知れません。受け身の価値観**そのもの**ではなく、**副産物**として。

違う思考法では、これも**全ての生物の摂理**として、まず**自分の世話をしてくれた者は、自分より先に死ぬ**んです。

価値観思考以前に、そもそも親が自分の人生を整えてくれるという思考は、計算としてできない。

まあそれが、つまり親が子の人生をセットアップするという構図が成り立ったのが、人間の文化ですね。

特に女性が、そのなかで受け身の存在として位置づけられたのが、この数千年の人類文化であり、それが今崩れる、人類の節目が来ていると僕としては考える次第です。

いずれせよ、「父が生きていたら受動的な価値観でも問題無かった」は、価値観姿勢なんて問題ではなく、ごく現実問題として計算間違いではなかったか。

これが検討ポイントになるかと^^。

「価値観」と「信仰」の根本へ

人間とは何か。男とは何か。女とは何か。そういった、根本的な考え方が、最終的にはその人の価値観を決める、「選択」になると思います。

「選択」はもちろん自由です。ハイブリッド心理学ができるのは、選択の違いによる、心の変化の流れを説明することまでです。

それでもこれを採りたいというものを、ハイブリッド心理学では説明していきます。それは私の人間観でもあります。

それを支える「信仰」とは何なのかについても。

ここではあさってまでのブログお休みを控え、言葉だけ出しておきましょう。

格言としてそのうち記事にしたい言葉。

「いざという時は男になれ」。もちろん女性向けの格言です。これに対応する、男性向けの格言は、「自分の中の女も知れ」。

人間は同じです。ただ花は違うことになるでしょう。根も幹も、さらには枝葉まで同じです。その先に、大きく咲かせる花だけを変える。自己能動の姿勢で。

これがハイブリッド心理学の採る人間観です。

「信仰」とは、「人ではないもの」への委ねの情緒です。生物学的には本来、自分を守る他者つまり親に向けるような情緒であったものとして。

それが、「怖れ」を凌駕するものとして、人間を支え、人間の心を豊かにします。

われによって私たちは、不完全な親を超える足場を得るのだと、私は今は感じています。

では良い残りのGWを～(^^)／

2010年 5月 6日 (木)

「信仰」の絶大な位置づけ

なんかいきなり夏ですなー^^;

タイトルは『全ての根底は「命」と「信仰」-7』でもいいのですが、ダラダラ感払拭のため(^^;)なるべく独立タイトルということで^^。

「信仰」

ではそろそろ、「信仰」について今私が考えるものをまとめたいと思います。

私の定義では、「信仰」とは、「委ねの情緒」です。答えが出せない問題について、またもともと答えのない願いについて、何かに心を委ねることです。

自分で答えを出そうとするのをやめてです。

悪あがきをやめて。

じたばたするのをやめてです。

そうした「委ね」を向ける相手が、「人」ではない何ものかになるのが、「信仰」です。これが私の「信仰」の定義です。

もちろんその「人ではない何ものか」として「神」が抱かれていたのが、太古の昔からの、人間の心だったわけです。

そうした「神」に委ねることで、「怖れ」を捨てるものとしてです。

人が「信仰」によって「怖れ」を捨てる。その姿は、たとえば映画『タイタニック』で描かれていました。

真摯な信仰の情緒の中で静かに死を迎えた人々と、逃げ惑い人を踏みつけにしてでも我先にと助かろうとした人々と、対照的な姿としてです。

島野にあった「信仰の情緒」

「望みに向かう」「選択の思考」「怖れの克服」という「心が良くなる3つの流れ」を支えるものは、まず「心の自立」の中で「意志」を持つことだという話をしてきました。

しかし「心の自立」「意志」は、人間にとって根本的に不完全なものです。

私自身、「怖れの克服」が、「心の自立」「意志」によってスナリとできたようなものでは、ありませんでした。

では最後に私を支えたものは何だったのか。それがやはり「信仰の情緒」だったのかも知れない、と今は感じています。

振り返るならば、私には明らかに、幼い頃から、「信仰の情緒」があったように感じます。

それは少年時代に読みふけた少年少女向け文学全集の中で、魅力を感じた物語、たとえば「ああ無情」といった物語の中に、常に流れていたもののように感じます。

さらには、隅から隅まで眺めるのを楽しみにしていた科学図鑑の中に、「信仰の情緒」が流れていたのを感じます。そこには「科学でもまだ解明されていないもの」がしばしば記されており、太古からの人々がどのように伝えているかが時折記されていたからでしょう。

そんな背景もあって、私の中には、「神」とは何かについては全く白紙のまま、実は色濃い「信仰の情緒」があったように、今振り返ると感じます。

それが表立って私をどう救ったかは、なんとも言えない面があります。しかし今ははっきりと言えることがあります。

それは私が、「人の気持ち」を最後の受け皿にしない感情を、持っていたということです。

それが結局、『悲しみの彼方への旅』で描写したような、不完全な「心の自立」の中で、「人の気持ち」の空想にあえぎ、自分を見失う絶望の中で、私を最後に救ったのではないかと。

逆に言えば、「**信仰**」の情緒を失う代わりに、人は「**人の気持ち**」を自分の「**生き先**」の受け皿の全てのように感じるようになるように思われます。

それでは「**怖れの克服**」はできようもないですね^^。「**人の気持ち**」に感うばかりだと思われます。

ぜひ、「**信仰**」のそうした**本当の**良い面にも向き合うのが良いことだと感じます。

同時に、「**神**」という**観念**、「**神のよう**」と代名される「**優劣**」の**感覚**が私たちにある限り、私たちはそれへの**答え**を出さなければならないのだと感じます。

誰か**他人**や**自分**を「**神**」の**座に置く**ことを、**是とするのか**をです。

「**信仰**」と「**魂の感情**」

相手が「**人**」ではない何かへの「**委ね**」の情緒。

これは同時に、この**心理学**が「**心の豊かさ**」の**源泉**そのものだと考えているものに、そのままつながっていきます。

それが「**魂の感情**」です。

ここにおいても、「**信仰**」が、**ハイブリッド心理学**の考える**心と人生の豊かさ**への、その**絶大な位置づけ**を感じさせるものに、なりそうです。

2010年 5月 7日 (金)

「**信仰の情緒**」

人間には「**信仰の情緒**」がある。**ハイブリッド心理学**では、そう考えます。

問題は、それが正しいか誤りかではなく、人がそこで何を「絶対的なもの」と感じ、その情緒をそこに注ぐかなのだ、と。

「**信仰の情緒**」とは、改めて**定義**をするならば、「**自分を越えた何か絶対的なものへの委ねの感情**」です。

ですから、「**信仰の情緒**」が無条件に私たち人間の心を安定させ、豊かにするとは言えず、もし人がその「**絶対的なもの**」を、実はとても危うい、脆いものに置いた時、その人の心は同時に、一気に**脆く危ういもの**になると言えます。

そうして現代人が心を**脆く危ういもの**にした、最大の「**何か絶対的なもの**」への信仰とは、**代表的なものが2つ**あるでしょう。

一つは「**お金**」です。

もう一つは「**他人**」です。「**皆**」「**普通**」「**世間**」そして「**人の気持ち**」です。

「**信仰の情緒**」が、心が本来そこに求めた**安定と豊かさ**を、そうした危うく脆いものに置いた時、**人の心から安定と豊かさが失われ、同時にもう一つの問題**が起きるのでしょう。

それは、そうした「**絶対的なもの**」を損なった**自分は、絶対的に否定されるべき人間なのだ**、という感覚が起きてくることです。

かくして、**歴史**で起きた**株価の大暴落**の中で、そして**ちょっとした人間関係の躓き**の中で、**いともあっけなく自殺**してしまう人が、沢山いるわけです。

今からでも遅くはありません。自分が本当に**抛りどころにできる「何か絶対的なもの」**の正しいものとは何か、という問いに、向き合うのです。**人生を通して、向き合い続けるのです。**

同時に、その問いに向き合い続けた人間の強さを、知るのです。

そのために**良い読書法**など、ちょっと紹介しましょう^^。

「信仰の感情」に触れるお勧め読書

真の「信仰の感情」を持った人間は強い、と感じます。極めて強い、と。

逆に言えば、「信仰の感情」を持たない人間は、弱いです。とても弱い。

読書によってそれに触れるのは、良い方法だと思います。

その「信仰」の内容の良し悪しや妥当性について考えるためというよりも、真の信仰の感情を持つ人間の強さと、それを持たない人間の脆さ弱さに心を触れさせるためにです。

「信仰」の内容そのものについて検討頂くならば、話は別になるでしょう。ハイブリッド心理学としては、お勧めできる「信仰」の内容を、たった一つ持っています。

「未知への信仰」としてです。

まずは、「信仰」の内容の妥当性にはあまりこだわらずに、真の信仰を持つ人間の強さを感じ取るために、お勧めの読書などを紹介することができます。

具体的には、世界の文学史に金字塔として輝くような小説が、それに当たるでしょう。日本の文学には、まずそうしたものは見当たりません。

ただし、それらは読むのが大変。面倒すぎる(←断定アハハ)。ま長々と細部にわたるリアリズムが、そうした小説の優れたところでもあるのですが、はっきり心の学びのために読むには必要ない細部も多々あるかと思います。

そこでお勧めは、それらがマンガ化されたものです。

私自身、1年前だったか2年前だったか買って読んだものに以下などありますのでご紹介。

ドストエフスキー 罪と罰 (まんがで読破)

この物語の中で「最も強い人」として描かれるのは、社会の下層相手の娼婦であるソーニャになりますね。一方主人公のラスコーリニコフは「弱い人間」です。

ドストエフスキー カラマーゾフの兄弟 (まんがで読破)

ダンテ 神曲 (まんがで読破)

あとスタンダール「赤と黒」も買って読みましたが、これは強い人間と弱い人間がしまい不明瞭ですね。

今回またこれでアマゾン検索して見つけた、ブルースト「失われた時を求めて」を個人的関心から買いました♪

2010年5月9日(日)

「現実を超えた世界への情緒」の重要さ

「現実を超えた世界」への情緒

ハイブリッド心理学は、「現実を超えた世界」への情緒というものを、極めて重視しています。

2つのものがあります。

今説明している「信仰」。

そして言葉をすでに時おり出している、「魂の感情」です。

「信仰」は、特に「怖れの克服」に強く関係します。

「魂の感情」は、特に「望みの豊かさ」に強く関係します。

この2つは、ハイブリッド心理学が考える「心が良くなる流れ」つまり「怖れの克服」「選択の思考」「望みに向かう」という道の、まさに始発駅と終着駅にあたります。

「信仰」も「魂の感情」も、「現実世界」を越えて、私たちの心を導き、心を満たすものを、思い浮かべ、感じ取るものです。

「現実を越えた依存」^^;

こうした「現実を超えた世界への情緒」を、何か特別なもののように感じる方も、おられるかも知れません。

それは「信仰心」と呼ばれ、宗教を真摯に学ぼうとしている人や、哲学的思索を極めた一部の人がだけ持つものではないのかしら・・・。

「信仰の情緒」や「魂の感情」をあまり感じ取らないまま生きている、今の世の大部分の人、そして悩みや空しさからいつまでも抜け出せない方には、そこに自分の心の問題の出口があるだなんて、ちょっと考えつかない、と感じるかも知れません。

何のことはありません。それは現実を越えた「人の目」「人の気持ち」の空想の中で生きているということです。

それに感い、怒り、怖れながらです。

「**信仰**」のための心のエネルギーが、「**依存**」に流れ込んでいるだけです^^;

脳としては、同じような機能の仕方、「**答えの出せない問題**」を、ひたすら「**人の目**」「**人の気持ち**」にかける姿勢の中で、生きています。
あるいは、ひたすら「**お金**」にかける姿勢の中です。

そのように目に見えるように感じるものへの、「**現実を越えた依存**」の中です。

そこで起きることとは、「**怖れの強調**」であり、「**望まずに生きる**」という人生の姿です。ハイブリッド心理学が目指すものと、まるっきり逆ですね。

しかも、そこで「**怖れの強調**」の最大の対象となる「**人の目**」「**人の気持ち**」は、心理学からは自分自身の内面を映したものであり、最も鵜呑みにしないのが望ましいものなのにと来た日には、もう一体どうなっているのやらの世界です^^;

「受け身の価値観」という源泉

こうした「**現実を越えた依存**」を生み出すのが、何と言っても「**受け身の価値観**」です。

先日の『全ての根底は「命」と「信仰」-6』でメール相談女性の述懐として取り上げましたが、嫁入り道具や着物に、良い家庭の中でいかに愛されたかが示されるといった世界。

これは女性が家に閉じ込められた過去の時代にだけ意味があったものです。これからはもうそんな時代ではありません。

「自分が今までいかに大切に扱われたか」に、**プライド**を置く心理。もちろんこれは女性だけの問題ではありません。

逆に、それが得られなかったことに、生涯ぬぐうことのできない**コンプレックス**を抱える心理というものが、同じ源泉から生まれることになるのでしょう。

「受け身の価値観」の闇

「**受け身の価値観**」が、さらに何をもたらすのか、知っておくと良いでしょう。

大きく2つあります。

まず、「嫉妬」と「競争心」です。

私は時おり書くのですが、「嫉妬」は私が人生で体験した、最も嫌な感情でした。他のいかなる苦しみよりも。

自分から何かを生み出していくのではなく、受け身に与えられ愛されることにプライドを置くと、嫉妬と競争心は、浄化されることがなく、ひたすら破壊的です。さんだものにならざるを得ません。

「自己能動の価値観」の中で生きた時、嫉妬や競争心は、全ての人の成長への共感によって、やがて根底から消えていきます。

さらに、そうして受け身に与えられ愛されるための「条件」として、一体どうすればそうなれるのかという「一步一步の向上の過程」への思考を欠いた、全くの絵に描いた餅として、「なれるべき自分の姿」が抱かれるようになるのが、「受け身の価値観」です。

どうやってそうなれるのか。あるのはただ「心の力み」です。その「なれるべき自分の姿」をどう「演じる」ことができるかという、薄氷のストレスです。

その結末が、先の『「人としてこうできねば」によってそうできなくなる』の通りです。

この心の底には、「信仰」についてあまり考えないまま、自分が人の善悪と優劣の絶対的な基準を知る、神の座にあるという無意識の感覚が横たわっています。

「ソーニャ」の「強さ」とは..

このように、「受け身の価値観」が、人生を見失わせる歯車の、いわば支柱となる背骨です。

そこから「自己能動の価値観」への抜け出しが、人生を取り戻す出口になります。

(参照：3/26『神になるのをやめる-5・価値観』)

ただしそう言われて「自己能動の価値観でない駄目なのか..」と再び受け身思考で考えるという繰り返しに、なりがちです。

「心の自立」と「意志」が、その本当の選択への支えになるのですが、「心の自立」と「意志」は、根本的に不完全であるのが人間です。

何から始めるのがいいか。

まずはぜひ、マンガ本などで『罪と罰』を読み、「ソーニャ」の「強さ」とは一体何なのか、という問いを持つことなどから始めて頂くのが良いかと思えます。

そうして、人間の本当の強さと弱さに触れ、強くなりたいと感じるのであれば、その先に検討できるさまざまな「選択」を、引き続きじっくり説明していきますので^^。

2010年 5月 11日 (火)

「正しい信仰」と「誤った信仰」 (前)

「信仰」の位置づけサマリー

ハイブリッド心理学が考える心の成長と治療には、3つの支えがあるという話になります。

どのように具体的な話についての支えかとしてです。

「思考法行動法」という、具体的なことがらへの、最も具体的な知恵とノウハウ。

「価値観」という、何を大切と考えるかの方向づけ。

受け身に守られ愛されることを重視するか、それとも自分から望み前に進むことを重視するか。

そして「意志」と「信仰」です。

「意志」は人間において不完全なものであり、「信仰」がそれを補うものという位置づけになるでしょう。

そして「信仰」は、具体的な形で見ることのできない、「現実を越えたもの」への心の方向づけだと言えます。

「信仰」の役割

「信仰」の役割として「正しい」のは、大きく2つです。

一つは「**怖れの克服**」です。「**現実的な怖れ**」ではなく、「**現実的を越えた怖れ**」の克服であるのが、「**信仰**」の「**正しい**」形と言えるでしょう。

「**現実的な怖れ**」を「**信仰**」で克服しようとすると、ちょっと**方向違い**になってしまうと思います。

もう一つが、「**成長の導き**」になるでしょう。

これも、**具体的な形**で見ることのできるものごとについての**対処力の向上**ではなく、**見ることのできない成長の道すじ**に向かう「**意志**」を私たちの**心**に与えるものである時、その「**見ることのできない成長**」を**信じる気持ち**は、「**信仰**」と呼べるものになるような気がします。

もちろん、**ハイブリッド心理学**の道を歩む先に、「**成長**」を知った時、その**方向性**への気持ちは、「**確信**」を加えたものになるでしょう。

ハイブリッド心理学の「未知への信仰」

そんな**位置づけ**において、**ハイブリッド心理学**が向かう**心の成長と治癒**への道のりは、「**未知への信仰**」が支えるものになる、と言えそうです。

これは**今までの原稿**では、主に「**性善の人間観**」に対応するものです。『**入門編**』でも、**上下巻**ともそれに触れています。

人間の本性は「**攻撃性**」ではなく「**愛**」だという考えです。

「**攻撃性**」は「**幸福**」が妨げられると起きる。そして「**幸福**」を妨げる**最大のものは、他人や社会への誤ったイメージ**と、**生きるための思考法の間違い**なのだ、と。

だから、そうした**内面の誤り**を**解きほぐし捨てて**行く先に、「**愛**」が開放される。それに**賭ける**のだと。

そこで私はしばしば、それはもう**その考えが正しいか間違いか**の問題ではなく、「**選択**」なのだと言っています。

それは私にとって、ごく**科学的、生物学的な考え**でもあります。しかしもし**地球環境が悪化して根本的に食料が足りなくなった時、食料をめぐる殺し合い**が起きるのであるとも考えます。とにかく**今は**そのような時ではない。

結局、**何をもって「本性」と言うのか**でも、**話は変わる**のです。

あとはもう、**何を「本性」と感じていたい**か、「**選択**」でしかない。それを**選択し、信じようとする気持ち**は、もう「**信仰**」の**領域**になってくるのかも知れない。

まずはそう言えると思います。

こんな話が、まずは「正しい信仰」について言えます。

それを念頭に、「信仰の誤った形」もはっきりしてくるかと^^。

「正しい信仰」と「誤った信仰」(後)

「誤った信仰」

「信仰の正しい形」とは、この2つになるものです。

「現実を越えた怖れの克服」。

そして、「見えない成長への導き」。

これを念頭に、「信仰の誤った形」を言えると思います。

3つが言えるかと。

現実問題に持ち込む誤り

1つ目は、具体的な現実のものごとへの対処に、「信仰」を持ち出そうとするものです。

現実上のものごと、たとえば受験合格祈願や結婚祈願などの時だけ神社にお参りし、賽銭箱に1万円を入れ、これで駄目なら「金返せ!」と(アハハ^^)神に怒ってやる、というのは、もう「信仰」とはぜんぜん違うものです^^;

「信仰心が理解できない」原因・・

「信仰心を理解できない」人はしばしば、「信仰」を「現実的利益」から思考しようとしています。

神に祈れば、神が何をしてくれると言うのだ?と。

『罪と罰』のラスコーリニコフも、最初にソーニヤに会った時、ソーニヤのあまりにも純朴に厚い信仰心を、内心で軽蔑しました。

バカな女だ、と。祈ったところで神が何をしてくれるわけでもないのが分からないのか、と。

こうして「**信仰心が理解できない**」というのは、実は**信仰がない**のではなく、**信仰に用意された脳の機能**を別のものに向けている場合と言えるように感じます。

「**他人**」や「**お金**」などにです。

ラスコーリニコフは、「**天才**」を**信仰**していました。そして魂を悪魔に売ったのです。**人間のリーダーとなるべき天才は、自身を生かすために人を殺すことが許されるのだ、と。**

そうしてその「**高貴なる思想**」の「**実行**」として行なったのは、**僅かな金を目当ての殺人**でした。それはその**高潔なる信念**とはあまりに対比的な、**人間としても最も矮小で醜い行動の形に、現実**の中ではなかったわけです。

そしてこの**ギャップ**が、**ラスコーリニコフ**の精神のバランスを崩し始めることになります。

やがて**ソニー**の**信仰心**が、**ラスコーリニコフ**の**心**をやがて**根本から揺るがし**始めます。

そうした**流れ**を浮かべて、ふと、**私たちが人生で犯す過ち**とは、みんな**同じ形**なのだ…という思いが湧きました。**殺人**とまではいなくても…と。

そして**目頭が熱くなる**感が湧きました…。

「人の目」のための信仰

「**信仰の誤った形**」の**2つ目**は、**人に見せびらかすための「信仰」**です。

この**延長**で、**権威**や**お金**に絡むものも、「**信仰心**」とはもう**別もの**ですね。その意味で、「**宗教**」は概して、**正しい信仰とは逆の方向**に向かうもののように私は感じています。

他人への**競争心**からの**信仰**。**信仰による精神的な高貴さ**で、**他人を見返してやる**…。

これはもう**ぜんぜん信仰心**じゃないですね^^;

また、**気持ちは分かる**のですが**誤り**となるのは、**人間関係などでの悩み苦しみからの救いを、信仰に求める**ものです。

現実的な対人行動法を学ばないままでは、**信仰に救いを求めても解決せず、「やはり信仰なんて」とまた背を向ける**。そしてまた**人間関係で惑い続ける**、といった**姿**になりがちです。

こうした、**他人への見返し穴埋め優越のためのような「信仰」の姿勢の底**にあるのは、「**他人信仰**」かも知れません。まずこれを**はっきりさせ向き合うのが良いアプローチ**になります。

これは次の記事で、**メール相談から具体的な例**など紹介しましょう^^。

「正しい信仰」は、いっさいの人との関係とは別の、自分自身の内面における、自分自身との関係において、問うものです。

それは『**入門編下巻**』の**最後の方**で示したように、「**魂**」が「**神**」との**関係において求めるもの**なのです。

「現実世界の知識」と食い違う「信仰」は真の力を持ち得ない

3つ目に、**1つ目**の「**現実問題に持ち込む誤り**」と関係しますが、「**信仰**」の**中にある話と、「現実への対処」のための知識が食い違ったところに、「正しい信仰」というのは無理**なのだ、と言えます。

ここで、**今日**において「**科学と信仰**」という**テーマ**が、**重要なテーマ**になってくるわけです。

ソーニヤの強さに憧れて、自分も神を信じようと考えたところで、恐らくそれは無理なのです。

ソーニヤの強さに憧れた瞬間とは全く別の場面で、そして日常のものごとに対処する思考の中で、「神」をどう考えるか。

そして、**ハイブリッド心理学では現実問題への対処に、科学的思考を極めて重視**します。

それらと、**食い違いのない「神」についての考え**をもてない限り、私たちは「**現実を越えた怖れの克服**」と「**見えない成長への導き**」という、**心への賜物**となる「**信仰**」を持つことは**できない**のだ、という話になるのかも知れません。

「神への未知の思想」という磐石 (*)

(「**ばんじゃく**」。**堅固でしっかりしてびくともしないこと**)

事実、**私**がそうでした。

小さい子供の頃から、「信仰の情緒」が私の中には流れ続けていたと感じます。

しかしもの心つき、自意識が高まり、心が不安定になる思春期の中で、私は明らかに無神論へと向かっていました。同時に、心を病んでいったのです。

そして、無神論と自己否定感情という、一見してつながりのない心の淀みから、「これは自分が神になろうとすることなのだ!」という「ひらめき」によって、心の大きな蓋を開けたのが、37才を前にした頃だった次第です。

この「ひらめき」への、4つの準備があったことをすでに説明しています。この4つです。

(参照：4/6『島野が神になるのをやめた時-3・実践への整理』)

「完璧は存在しない」
「社会を生きる自信」
「怖れの克服」
「神への未知の思考」

この最後の「神への未知の思考」は、4/13『島野が神になるのをやめた時-9・神への未知の思想』で説明し始めています。

要は、「神の存在」をむしろ肯定するような思考に、私は30才後半頃、改めてこの辺の領域の本を読んで、至ったのです。

もちろんそれは科学からの話です。その内容はもう心理学とは全く遠いものになりますので、私自身が詳しく書く機会はありませんが、私の中ではもう沢山の話において、「神を否定しない科学思考」が成立しています。

それが成立したのが、30代後半でした。

話が長くなりましたので、「神を否定しない科学思考」については別の記事に譲りましょう。

「ではこの話はどう考えているの?」と質問頂ければ、何でもお答えできると思いますので^^。

まとめましょう。

「信仰の情緒」を、ぜひ大切に守ることで。

一方で、「現実の問題」に対しては、ごく現実的で科学的な対処を、徹底することです。

この2つが食い違いなくつながった時、心の大きな蓋が開くのです。

つながるまで、まだもう少し、**一つ一つのテーマ**についてじっくり説明していきましよう^^。

2010年 5月 13日 (木)

「他人依存信仰」からの抜け出し (前)

まだ滑れる「かぐらスキー場」は雪模様で、昨夜から15cmの積雪とのこと。
驚き・・・*

「他人依存信仰」

自分でも驚くような「**他人依存信仰**」が**心の底**にあった・・。

そんな報告を、長く**メール相談**を続けられている方からもらいましたので紹介しましょう。

ご本人の言葉で、「**誰かが何とかしてくれるという漠然としているけど絶対的な感覚**」です。

これは5/3『全ての根底は「命」と「信仰」-6』でご紹介した**メール相談**を受けるものです。

再度**抜粋**しておきますと、

ご相談者

でも、**一番の問題**はそれではなくて**今まで気がつかなかった**のですが、そもそも**自分の生活環境を人にすべて整えてもらおうとすること**のように思います。

これが人として、**女性として**というよりも**生物として間違っている**ように思えます。

・・ (略) ..

ただ、私の根底の価値観は今でも受動的だと思います。

・・ (略) ..

父が生きていたら**受動的な価値観**でも**問題なかった**であろうと思います。私は**努力せずとも父が生活環境を整えてくれる**からです。

島野

これは**答え**というか、**僕からの視点**として言うておきますと、**計算違い**のように感じます。

お父さんが生きていたとして、果たしてどのように「**生活環境を整えてくれる**」ことができたかですね。

つまり私としては、**姿勢の問題**というより、**計算の問題**として考えてもらおうと思ったわけです。

気持ちや姿勢の問題として考えていると、**実に単純な計算で分かる**ことがしばしば見えなくなってしまうので。

ちょっと**計算すればすぐ答え**が出るものを、**てんで方向違いのところ**（どんな気持ちでいるべきか、と^^;）で悩んでいるケースが少なくありません^^;

で上記の**指摘**を受け、頂いたのがこんな**報告**です。

島野さんにその**設問**を頂いて考えたのですが、**意識の先**にあったのは**計算が間違っている**という生易しいものではなく、**計算そのものがぼっかり**とありませんでした。

計算して父に依存して生きていこうと思ったではありません。我ながら**驚愕の事態**でした。

代わりにあったものは**誰かが何とかしてくれるという漠然と****しているけど絶対的な感覚**というか。これも**信仰**だと思えるものでした。

「したたか」（これが**結構大切**^^）に計算して、**外面において相手に依存**するのであれば、これは「**心の自立**」です^^。**心の健康と強さ**に向かう方向です。

自分で計算することを放棄した時、自分が生きる世界は、自分で方向を定めることが全く不可能な、不安定で訳の分からないものへと一変するでしょう。

打算的であることを「**汚い**」と感じる心理がありますが、問題は**何を目的に**打算するかです。**きれい**か**汚い**かは、**目的**について出てくる話です。

打算的であれないとは、自分では生きられないということです。

私たちは、打算的になれなければならないのです。

もちろん、どうすれば現実において生み出すことができるか、という目的に向

かって。

他人依存信仰の間

いずれにせよ、こうした「**他人依存信仰**」がもたらす**悪影響**は、**計り知れない**ものがあります。

まず、「**空想**」の中で、「**人の気持ち**」「**人の心**」が、**法外に大きく映る**ようになるでしょう。

それだけで、もう十分に**心を病み始めて**いるほどに。

「**空想**」の中に限らず、**人に接する場面**の**全て**において、「**他人**」は**巨大**であり、「**自分**」は**矮小**だと感じることになるでしょう。

そしてその「**人の気持ち**」「**人の心**」に**自分がどう見られるか**という**圧迫**が、**心を押しつぶす**ようになるでしょう。

やがてそれへの**怒り**と**憎しみ**と**恐怖**に、**心がおおいつくされる**形です。

「**他人依存信仰**」とは、「**怒り**」と「**嫉妬**」と「**恐怖**」を、**水量豊かに湧き出させる源泉**。そんな**印象**を感じます。

ふと**こんなもの**も思い出します。**新聞**などで時おり見かける、**怖くて相手の言いなり**になってしまう形で**性的暴行**を受ける事件。**もっと必死に抵抗すればいいものを**..と私はいつも**疑問感**にとられていました。

あるいはそれは、「**他人依存信仰**」を根底にして、**自分を守るために最後に必要な姿勢**を持って**なくなっていた結果**だったのかも知れません。

それと似たような形で、**ごく一般的な対人関係**においても、**対立する相手に、自分を主張できない**。

そもそも、**自分の考え**を持ってない。

「**他人依存信仰**」とは、**生きながらにして屍になるための信仰**なのだ。そんな**言葉**さえ浮びます..。

怒りと**怖れ**の中で、**生きながらにして屍になるための**..と。

抜け出しへ

もちろん、**こんな信仰** (^_^;) を持ったまま、**自分がどう成長**できるかなんて、**方向性が見えよう**もありません。

そこで考える「成長」は結局、人に良く見られることにいかに成功するかの、「心の力み方」のスキル向上(^_^;)の話になってしまいます。

「最後には人が何とかしてくれる」のですから、自分の本当の成長については、心の底では実は全く考えない姿勢のままにです。

それがこの方のように、これがはっきり自覚されないまま、心の表面では一生懸命成長を望みハイブリッド心理学に取り組むという形にもなってしまいますから、かなりの用心が必要に感じます。

ハイブリッド心理学に一生懸命取り組んでいるのに、なかなか変化できない・。そう感じられる方は、まずこの「他人依存信仰」が心の底にあることを疑うのが、得策と思われます。

もちろん、「こんな他人依存信仰では駄目だ」という否定形では、そこからの抜け出しはできません。

抜け出しのための、より積極的な視点に目を移しましょう。

2010年 5月 15日 (土)

「他人依存信仰」からの抜け出し (中)

きのうは雪の降った「かぐらスキー場」にさっそく、というかもともと予定していましたが行ってきました。なるほどまだ一面の雪景色で、冬の風景でしたね^^。

抜け出したいと感じた時・・

どうすれば「他人依存信仰」から抜け出せるか。

この設問を言葉にした時、私は少し違和感を感じました。

なぜなら、自分の心の底にある「他人依存信仰」に気づき、それを抜け出したいと感じた時、その「抜け出したい」という気持ちが本心である度合いに応じて、それはもう消えているのだと言えるような気がするからです。

問題は、どう抜け出せるかでは、ないのだと。
抜け出したいと感じることができるか、なのだと。

いずれにせよ、一度に全て消えるという形にはならないでしょう。

気づいた時に、その「他人依存信仰の気持ち」を味わった量において、「他人依存信仰の気持ち」の塊が小さくなっていく、という形になるような気がします。

舐めて味うことで、ペロペロキャンディーが小さくなるようにです。(←かわいい例え^^)

自分にこんな気持ちがあったとは・・と自分でも少し驚くような形で自覚する。そんな形になった場合と言えると思います。先の記事で紹介したご相談者の述懐のようにです。

一方で、残りの塊は心の底に残されている。そうなるようにも思われます。そしてまたいつか、「人に委ねれば・・」と祈っている気持ちがあることに気づく。まだこの気持ちがあった・・と。そしてまた、心に残されたその気持ちの塊が、小さくなっていく。

「洞察」の劇的効果

こうして、「自覚」が「抜け出し」を同時に意味する時、恐らく、心に変化が起きるでしょう。

「人の目」「人の気持ち」が「空想」の中を法外な大きさでおおっていたのが、消える、というような。

「気にしないように」と一生懸命考えていたうちは、一向に消えないどころか膨らむ一方であったようなそれがです。

これは心理学的には、「自己分析」による「洞察効果」といった話になってきます。精神分析の世界になってきますね。

ハイブリッド心理学の長い取り組みの中で、この「自己分析による洞察効果」が、心を根底から健康化していくための積み重ねになります。

こうした「洞察」の劇的効果については、別途説明しましょう。実は私自身、昨日、何となく昂ぶった動悸感が続いていたのが消える、とても良い自己分析をしたりしていましたので、このあとご紹介しようと思います。

「他人依存信仰」と「受け身の価値観」

「他人依存信仰」と「受け身の価値観」は、もちろん強い関係があると思われるます。

まずは、心の底に「**他人依存信仰**」があると、心の表面としても、「**受け身の価値観**」へと強制的に駆られる。

他人が基本的に大きく見えますので、人にどう見られるかどう扱われるかが「**自分**」だと感じる**思考と感情**が強くなるでしょう。

これは**自分を見失い、心の健康を損なう**ことに、どうしてもつながりがちです。

「**他人依存信仰**」がない場合、「**他人**」というのはそれほど法外に大きく感じられるものではありません。

あとは「**未熟**」から始まる**基本的な歩み**として、「**他人**」が自分より大きく見えるものから、「**成長**」を通して、**他人と自分を対等に**、さらには**自ら人に与えていくことができる**という、**自分を大抵の他人よりも大きく強い存在**に感じることができる、**心の強さ**への**道のり**があります。

その**道のり**への**原動力**そして**羅針盤**となるのが、「**自己能動の価値観**」になるでしょう。

人にどう見られるかどう扱われるかよりも、**まず自分から何を望み、どのように考え、どう行動するのかなのだ**、と。

もちろんその先に、人にどう見られるかどう扱われるかにおける**成功**を目指すとしてもです。結局**人間は一人では生きられません**。その**成功を目指すので良い**のです。

「**受け身の価値観**」の罨は、人にどう見られるかどう扱われるかを**先に考えてしまう**ことで**自分を見失い、人に良く見られるような結果にもなる「成長」**に、**向かえなくなってしまう**ことにあるのです。

それを知った時、**内面の人の目目当ての気持ちさえも受け入れた上で、まず自分からどう望むか**へと、**次第に心が向く**ようになります。

それを**原動力**とした**歩み**が、**心の強さと豊かさ**に、つながっていきます。

「**心の豊かさ**」はそこで、「**人とつながっている**」という**空想の感覚**による豊かさよりも、「**魂の感情**」による**豊かさ**になってきます。

これは**別途また説明**が必要ですね^^。

「**他人依存信仰**」と「**受け身の価値観**」、**「自己能動の価値観**」と「**魂の感情**」、これが**セット**です。

説明していると話が尽きませんね…。

まずはとにかく知ることからです。自分がどんな「信仰」であるのかを。

「信仰があるかないか」が問題になるわけではありません。それは必ずあるので

す。それは「他人」ですか。それとも「お金」ですか。それとも何かの宗教ですか。

あるいは、「神は自らを助くる者を助ける」という、見えない未知の何かへの、信仰でしょうか。

私自身は、この最後のものを、自分の「信仰」として持っています^^。

2010年 5月 16日 (日)

「他人依存信仰」からの抜け出し（後）

参考になるかと思しますので、先の『「他人依存信仰」からの抜け出し（前）』で「他人依存信仰」を報告頂いたメールへの、私のアドバイス返信メールをそのままご紹介しましょう。

メールの中では「受け身信仰」という言葉にしていますが、「他人依存信仰」の方が良く表現できている言葉だと思いますので、今後もこっちで^^。

ハイブリッド心理学の実践では、一つの糸口から芋づる式に、心への多面的な取り組みをします。

そうした様子も分かると思います。

まずは「他人依存信仰」が生まれる発端などを、私自信の回想として考察しています。アドバイスというより心理雑談ですね^^。

なおこのご相談者は『実践編』（刊行未定^^;）で「B子さん」としてご登場頂いている方で、ここでも「B子さん」としておきましょう^^。

■ 「受け身信仰」に驚き^^;

>計算して父に依存して生きていこうと思ったのではありません。我ながら驚愕の事態でした。代わりにあったものは誰かが何とかしてくれるという漠然としているけど絶対的な感覚というか。これも信仰だと思えるものでした。

これは大きな話ですね^^。そんなものがあるとは、僕自身はちょっと考えつかないまま、B子さんのみならずメール相談へのアドバイスをしてきたのが、ちょっと抜けがあったような感があります。

まあ僕自身は、もの心ついた段階で「誰かが何とかしてくれる」なんて感覚は捨ててたので^^;

ただ思い出すのですが、4、5歳頃のことか、母に連れられ銀行だったかに行った折、その何かとても難しそうな営みが行なわれている場で行動している母を見て、「大人は何でもできるんだ」と感じたのを記憶しています。それに比べて、自分はまだ何にもできない小さくて弱い存在なのだ、と。

そうした感情の中で、思いつき怖がりぶりっして大人に助けられる感覚に味をしめて、その可愛いかわいさこそ我が進む道と定めてしまう人が、実は沢山いるのかも知れませぬ。

まあそれって、飛んで非に入る夏の虫のように、心を病む道一直線によぼどの幸運がない限り向かうパターンの気がするんですけどね。

こうした「他人依存信仰」からスタートし、人生を通して枝葉をつけながら膨張した生き方が転換するとは、どういうことか。

見通しを念頭に、多面的なアドバイスへと転じます。

まず備えを用意しておくのが良いことです。治療の際に起きる感情の悪化への備えです。

「他人依存信仰」から始まった価値観が、心の深いところまで、何かの支えになれている場合もあります。それが根底から崩れるのが通り道になる可能性があります。

それは「生き方が変わる」という健康な変化ではあります。

しかし心の障害は時に、病んだ生き方を終えることが、何の魅力もない灰色の世界に「戻る」ことだという幻想を、最後の断末魔のように吐き出すのです。

それへの備えです。もちろんなければそれに越したことはないものとして。

■「受け身信仰」からの抜け出し

いずれにせよ、**B子さん**の場合、その**不合理性に意識が向いた一方、何か根本的なところでそれにまだ足を入れている印象**を感じます。

根本的なところとは、「**受け身信仰**」の**良し悪しよりも、その上に構築された「人間の価値基準」**ですね。
自分の支えのようなものとして。

ですから、「**受け身信仰**」から**抜け出す**ことが**成長と治癒**になるとは言っても、**B子さん**の心は、今は**その世界の価値に生きた心で、一度それが死ぬという闇が通り道**になる可能性が考えられます。

それが少し見えているのが、

>人と話せるように、勉強ができるように、母を守れるように、と私としては**努力しすぎて疲れてしまった**所も正直あります。

>でも、**何かしないと落ち着かない**。幼いころのように、また外に出れなくなってしまうのではないかと不安に思っています。素直に心に従って**引きこもり**でいたほうが、これほど**紛糾しなかった**のではないかと思います。そうすると、**今手にあるものはすべて失うこと**になります。

>よくわからなくなるのです。**努力したことが問題を紛糾させたのは事実でそれがもたらした恵もある**ということ。その両面があることで混乱しています。

と言った**言葉**になるのだと思います。

僕自身の経験から言っても、「**すべて失う**」としか感じられないわけでは。その**通り道**を通る時は。

ただ**自分が価値ある人間であろうとした全てが、崩壊する**ように感じるわけです。

気持ちとしての**抵抗**は**できません**。経験的に言えるのは、しばらくは「**慎ましく生きる**」という**訓**が**身にしみ**るし、多少**支え**になるということです。

ただそれが、しばらく**時間**を経たら、**まったく違うもの**が見えてきたわけです。

今の**能天気お気楽人間**の僕と、そうした**過去の自分**との**対比**が、**ちょっと呆れる**ような話として^^;

そうした「**成長の負の側面**」への備えをした上で、**実践**としては「**成長の正の側面**」にしっかりと**目を転じます**。

この**2面**があることは、5/12『「思考法だけで成長した人間になることはできない」』でも**説明**した通りです。

ここでは、「**自己能動の価値観**」からの**発想**。これは下の中の「**1**」の部分です。

あとは、**自己分析**の**視点**。かなり**重要な解きほぐし**が、こうした**糸口**から見えてきます。「**3**」の部分です。

あと**番号**は振ってませんが、「**信仰**」そのものの**転換**について、**ちょっと考えられるもの**を書いています。

■「信仰」の転換への視点

いずれにせよ、**実践**としては、「**受け身信仰から抜け出す**」ことではなく、**別の信仰への目をどう持っていくか**を問うことです。

本当に抜け出すことをさせるのは、見えない「**命**」になりますので。

3つ指摘しておきましょう。

1.

発想の転換を問う**視点**です。

>私の立場から言うと**遊んでももらえない**という**受け身**なのですが 一歩引いた立場で書くなら 両者は遊ぶことができないと言えます。それは両者の**意識に大きな差**があるからです。

>この**受け身の意識**のままでは**神がかり的な魅力**がどうしても必要になってきます。

「**神がかり的な魅力**」ではなしに**一緒に遊べる**には、**何があればいいか**。どう考えますか。

もちろんそれは**受け身の意識**のままでは**なくなる方向**において、**になる**でしょう。

これは**答え**を書いておきましょう。「**自分から楽しむ心**」です。

ではどうすればそれが持てるか。

持とうと考えて持てるものではなく、**それを生み出す「命」の力をどう開放するか**になります^^。

2.

自己分析の視点です。

>我ながら驚愕の事態でした。代わりにあったものは**誰かが何とかしてくれる**という漠然としているけど**絶対的な感覚**というか。これも**信仰**だと思えるものでした。

そう気づいて、その**感覚は消え**ましたか。

他人を見る感覚に、他人に臨む感覚に、何か変化はありましたか。

3.

これも**自己分析**の視点で、さらに深く**メス**を当てるのがいい角度を言っておきましょう。

「**誰かが何とかしてくれるという絶対的な感覚**」の一方、これはなかったか。

「**人は絶対に私のためのことなんかしてくれない**」という**感覚**。

この**2つ**が揃うとは、**完全なるパラドックス**です。本来、一人のまとまった人間の**感情**としては、完全に**成立し得ないセット**です。

実はこうしたパラドックスが、同じコインの表と裏の2面として発生するのが、心の障害の根っこです。

心の表面は、奇妙にそのパラドックスを意識しないまま、そのパラドックスがターボエンジンのように、駆り立てストレスが起きるといふメカニズムになります。

とりあえずそんな**視点をアドバイス**できませんが、あくまで**テクニク的な話**です。

根本的には、僕にも何とも答えが見えない部分もあります。一体なんでまあ人はそんな**他人依存信仰**に陥れるのだろうと^^;

今の日本社会や、TVドラマを見るとそんなのしかないような**「人との関係ありきのワタシ」**的な狭いものではない、『罪と罰』など、**時代場所の全く違う世界の人間の悲惨と輝きに多く触れるのがいいのは、まず間違いはないことだと感じる**今日この頃です。(←あまりアドバイスの締めになっていない^^);

まあとにかく上記**視点の確認**や、**「信仰」**絡みの**テーマ**に取り組むなど、じっくり進めてみて頂ければ^^。

一点、コメントを追加しておきましょう。**決定的に重要なこと**です。

この**B子さん**は、**子供の頃の回想**し、**受け身のまま魅力的なクラスメートと遊ぶためには「神がかり的な魅力」が必要だった**と述懐している部分です。

「神」が出てくるんですね。**「神」**そのものへの**思考があいまいなまま**。

この底にあるものを突き詰め、つながり、**自分が神になろうとするのをやめた時、「命」の力が開放される**んです^^。

2010年 5月 27日 (木)

「心」と「魂」の図

天候を考慮し、今日は自宅で、明日から帰省することにしました。日曜に戻る予定です^^。

さて、**ハイブリッド心理学を進化させたいと考えています**。

ポイントは以下**2点**。

・ここ最近その認識を追加した**「他人依存信仰」**への**取り組み**をしっかりと行いたい。

これがあるともう**心を病むのが必至**なんですね。はっきり**取り組み法**を入れた
と思っています。

・「**魂の感情**」についても、**取り組み法**を明瞭化させたい。

「**魂の感情**」が、**心を浄化**します。そのために、**何をどのように感じ取り、考
えていけばいいか**。これをちょっと**具体的に手順**を考えたいと思っています。

そこで、**さまざまな心の状態**についてこれを考え、ちょっと**頭が飽和状態**
(^^;) なのですが、とりあえず**絵**を書ってみました。

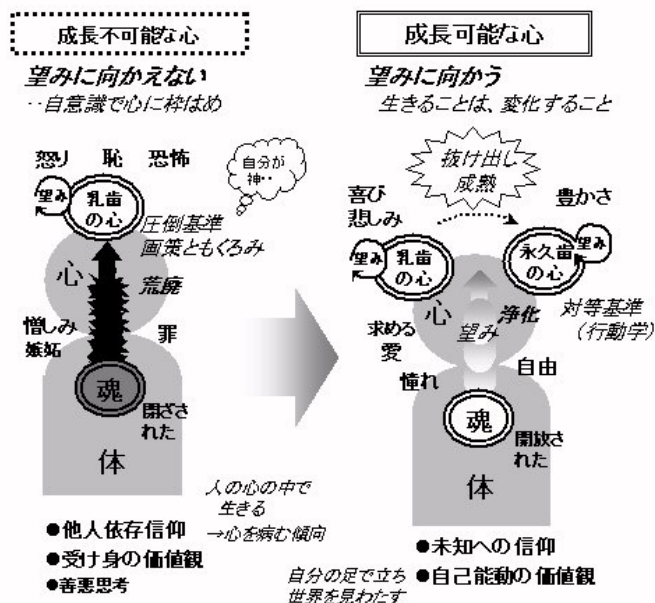
まずはそれを載せておきます。

帰省の合間にもじっくりこと考えておきますので、戻ってから書くものが**最新
ハイブリッド心理学のキモ**になってくるものとして、ぜひまたじっくり読んで
いって頂ければ^^。

絵だけだとやっぱちんぶんかんぶん・・・?^^;

ちょっと**説明文**を入れておきました^^。

ハイブリッド心理学は「成長可能な心」へと向かう実践です。
成長そのものは、その上で「望み」に向かい生きる体験の中で、「命」が生み出します。



2010年6月1日(火)

魂が閉ざされた「心の望み」・2つの取り組み

かぐらスキー場のライブカメラを見るとまだかなり雪がある状況。なんかもったいないなあという感じ…やったらまだ行きたい感じ^^; 去年は5月中旬、はるかに少ない雪の量でやってたんですけどね。

引き続き『「魂」による「心」の浄化』シリーズですが、サブタイトルを前に出します^^。

魂が閉ざされた「心の望み」

心の成長と治癒にとってとても重要なのは、「魂の感情」が開放され、流れることです。

問題は、「未熟」と「心を病む」ことから始まる私たちの人生の歩みにおいて、「魂の感情」が閉ざされた心の状態からスタートしなければならないという事態です。

『「心」と「魂」の図』の絵の、今度は左側の「成長不可能な心」の方をご覧くださいと思います。

これは、私たちがこの世界に生み出され、「命」がそれを望んで生まれた2つの「愛」への「魂の望みの感情」が、妨げられ、心で飲み込まれ、置き去りにされ、あるいは葬り去られることで起きます。

これは「未熟」と「心を病む」ことが始まる状況として、1/22『「心を病む」ということ-1』でも説明した通りです。

「魂の感情」の「すさみ」

そこでは2つのことが起きてきます。まずこれをしっかり理解頂きたいと思います。

一つは、2つの「愛への望み」が妨げられた「魂」から、すさんだ気持ちが「湧いてくる」ことです。これもやはり「魂の感情」です。

それは「憎しみ」と「嫉妬」、そして「罪」の感情が代表的なものです。

次に、「心」がそれを材料にして「望み」を思い描くようになってしまうことです。

これも前進力を持ちます。

しかしそれは、「魂の望み」に向かう、プラスの前進力、建設への前進力ではありません。

「魂の望み」が挫折させられたともはや決めつけた上で、その腹いせや復讐へと向かう、マイナスの前進力、破壊への前進力になってきます。

「罪」の感情を深めながらです。

これはもちろん心の成長と治癒にはつながらず、心の荒廃と病みを深めるものになってしまいます。

「乳歯の心」

もう一つ起きるのは、「心」がここで「望み」を抱く内容が、何か圧倒的な魅力のようなものを基準にした、「画策ともくろみ」をこね回すようなものになるということです。

何か圧倒的な魅力を感じさせるような、圧倒的な能力や美貌や人柄を基準とした、「見せる」「見られる」というものに、なってくるということです。

このような「望み」の抱き方をする心の状態を、「乳歯の心」と呼びたいと思います。

成熟した豊かな心は、それとは全く違う「望み」の抱き方をする、とハイブリッド心理学では考えています。

それを「永久歯の心」と呼びたいと思っています。

「乳歯の心」が「圧倒基準」であれば、「永久歯の心」は「対等基準」です。これを先取りした思考法行動法が、心の成長と治癒への極めて強力な援軍になります。このあと詳しく説明しましょう。

「乳歯の心」では当然、すさんだ魂の感情つまり「憎しみ」「嫉妬」「罪」などの感情を、表に出すことは絶対にならないものになります。

そんなものなどない自分を、演じていかなければならないのです。

こうして、「魂の感情」が、「愛への望み」に向かうプラスの感情も、それが妨げられたという沈んだマイナスの感情も、蓋をされ、見えなくなります。

これが「成長不可能な心」の状態です。

治癒と成長へ

ここで再び、『「心」と「魂」の図』の絵の右側の「成長可能な心」の方をご覧頂きたいと思います。

実は、「成長可能な心」と「成長不可能な心」は、あまり変わらないのです。

「成長可能な心」も、まずは「乳歯の心」から、その歩みを始めるからです。

この2つの心の状態の違いは、「魂の愛への望み」が妨げられたか、それを免れたかの違いではありません。

すさんだ魂の感情が心に生まれてしまったか、それを免れたかの違いではありません。

魂の感情が蓋をされているか、それとも開放され流れるかの、違いです。そしてもう一つ、挫折させられたと決めつけるか、必ずしもそうではないという、未知の未来への目を持つかの、違いです。これにより、魂が、すさんだ感情だけではなく、大元の「魂の愛への望み」へと向くことになるからです。

そうして、大元の「魂の愛への望みの感情」がふたたび開放され、今まで「成長不可能な心」だった心に流れ込んだ時、特別な3種類の浄化作用が起きる。このような流れになります。

この時心は、もはや「成長不可能な心」ではなく、「成長可能な心」へと変化しています。

2つの取り組み実践

「魂の感情」への、ハイブリッド心理学の取り組み実践が、大きく2つ出てくることとなります。

一つは、「魂の感情」を開放することです。これは、魂をプラス方向に向かせることと、一緒のことになると考えています。

そしてもう一つは、ふたたび開放された「魂の感情」を、どのような姿勢で感じ取ってあげればいいかです。

「浄化」とは、どのように感じ取るものかです。ここに「自己分析」のテクニク的な話も多少出てきます。

まずはとにかく、魂の感情に蓋をしたものを、取り去ることからです。

2010年6月2日(水)

「魂の愛への望み」を見つめる

道のり全体図でも示したように、ハイブリッド心理学では「感情と行動の分離」に始まる、内面および外面へのさまざまな取り組み実践を進めます。

メール相談では、今までの傾向としては、どうしてもまず外面寄りの建設的行動法の話ばかりになってしまっていた嫌いがあり、今回このブログで「魂の感情」への取り組みを整理するのを踏まえて、今後はできるだけ早い段階から「魂の感情」に着目するよう、アドバイスを工夫して行きたいと思っています

す。

(メール相談もうじき再開の準備へと入ろうと思いますので^^)

参考まで、メール相談の最初の最初でいきなりこの「魂の感情」の「見つめ」に向かって頂いた例が、たった一つだけありますのでご紹介しましょう。
2008年夏の頃のものです。

おおよその相談状況を書いておきます。もちろん個人特有部分は省略し、「愛」をめぐる人生の課題局面の一つの典型構図としてイメージして頂ければと思います。

ご相談者は30代後半の既婚女性で、子供もいる家庭を持っておられましたが、家庭生活の中で心満たされず、やがてネット上で顔も知らないある男性とのチャットやオンラインゲームを通しての恋愛にはまるようになりました。
相手の男性にはなかなか誠実さもあり、彼女はこの仮想恋愛とも言える相手との関係に、何か真に心を満たすものを見出すようになると同時に、家庭との両立の困難に悩み、いっそ全てを投げ打って彼の元へいってしまおうかという考えと、不倫であることへの罪悪感などに揺れ悩み、ハイブリッド心理学のメール相談をたずねてこられました。

私は、このブログでもグダグダと長たらしく説明しているような話の部分(^^)はいっさい抜きに、この方に取って頂きたい姿勢をずばり伝えました。

ご相談者を「Aさん」、相手男性を「慎吾さん」としておきます。

まずは私が最初に送ったアドバイスメールをそのまま紹介します。

■真実は2つある

ご相談内容を拝見し、まずすぐ言えるアドバイスが2つあります。

>これからどういう心持ちでいれば良いかわからなくなってしまいました。

それに対してすぐ言えることです。

慎吾さんの存在に、感謝することです。その気持ちを否定する必要はありません。

そして彼への思いがあるのであれば、これからもそれを心の中で思いっきり開放し、抱き続けるのがいいでしょう。

彼に感謝すべきは、「自分から愛する気持ち」を与えてくれ

たことです。事実それが**どれだけ大切なものであるかを、Aさんは今回の体験の中で学んだ**と思います。

一方で、その心の中の**世界とはまた別の「現実世界」があることも、しっかりと見据える**ことです。

そこには、衣食住を守ってくれる**旦那さん**や、それぞれが別の人格としてこれから成長していく、**子供たち**もいる。

その存在にも、感謝することです。

この両方が、**真実なんです。それをそのまま、しっかりと見続ける**ことです。

「**どっちを**」と、一方を取り他方を否定すべきものと考え始めた時に、**心と人生の歯車が狂い始める**んですね。

■ 「魂の世界」と「現実の世界」

なんでこんなことになっているのかと言うと、それがまさに**ハイブリッド心理学の答えの世界**になります。

人間は、**交わることのない2つの世界を生きる存在**なのだということです。

「**魂の世界**」と、「**現実の世界**」です。

慎吾さんが「**前世の記憶**」とか言ったとのことですが、確かにそれにつながる話でもあります。

ただし**ハイブリッド心理学**では、「**魂の世界**」を、「**自他未分離の世界**」だと考えています。**自分と他人の区別がない世界**です。**誰と誰という区別**もない。だから「**千の風**」になれるんですね。「**魂**」とは**自分**でもあり**他人**でもあり**誰**でもある。そんな**世界**です。

前世で一緒だったのは、正確には、**慎吾さん**とも**他の誰**とも**実は区別のない世界**にあった何かだと言えるかと^^;

そして**人間**はまず「**魂の世界**」に生まれ、**もの心ついた**時に「**自分**」というものは**はっきり意識**するようになった時点で、**自他未分離の一体の「愛」を失い、寂しさ**を抱えて**生き始める**。まあそんな**人間思想**に**ハイブリッド**も行き着いています。

その2つの世界を、しっかりと生き続ける。最後まで交わる
ことのないその2つの世界を、最後まで歩み続ける。

それが「ハイブリッドの世界」と呼ぶものになります。

■魂を求め現実を変えようとする魂を失う

ですから、Aさんにまず踏みとどまって頂くのがアドバイス
となる、一線のようなものがやはり出てきます。

慎吾さんの存在に感謝すべきこととは、「自分から愛する気持ち」
を与えてくれたことだと言いました。

事実、Aさんにとって本当に大切だったものとは、その「自分から愛する気持ち」
だったわけです。

しかしそこに心の罅が控えています。

そのような大切な「自分から愛する気持ち」を与えてくれた、
そんな「相手の人物」そのものが欲しくなってくる。

その時、「自分から愛する気持ち」が、失われるんです。

「自分から」が消え、相手ありきの「依存」になってしま
う。気づくと、自分から愛せなくなっている。

心に現れるのは、もう「自分から愛する気持ち」ではなく
「所有欲」なんですね。これはフラストレーションを引き起
こす感情です。大切な「自分から愛する気持ち」は失われ、
フラストレーションだけが心をおおい、進む道を見失いま
す。

まずはこの、「魂の世界」と「現実の世界」を、片方を取り
他方を潰してしまうことのない、しっかりとその2つの世界
を峻別し、守り続ける姿勢を、まず知って頂きたいと思いま
す。

慎吾さんとの関係はまず、魂の「自分から愛する気持ち」の
ためにあるものと考えるのが良いと思います。

それ以上の「関係」を持つと考えることは、魂の世界では
なく、現実の世界で考えなければならない問題になります。

「現実問題」については、まずその姿勢に心を安定させるの
が優先であり、あまり性急にものごとを変えようとしてしま
わないのがいいと思います。

そして多少は落ち着いてから、じっくり「現実」をどうするのがいいか、考えていけばいいと思います。まあ慎吾さんが言ったとの「ネット限定」というのが、暫定ながら維持して問題ない気がします。まあそれは追々。

■「2つの世界」を知る教材

実際、そんな風に「魂の世界」と「現実の世界」があるというのを、まず心に受けとめることを最初の実践として頂くのが良いかと思います。

幾つか「教材」になるものがあります。

まず僕の出版予定心理学本¹の原稿としては、以下など読まれましたかな。

『理論編上巻』 4章 「愛」と「真実」の混乱と喪失－
1 ー魂が抱いた愛への願いと憎しみ－

『理論編下巻』 終章 人生の答え－3 ー人間の真実・
「神の国」から「放たれた野」へー

また、「あくまで心の2つの別世界とする」というテーマにうってつけの映画として、クリント・イーストウッドとメリル・ストリープ主演の『マティソン郡の橋』など鑑賞をお勧めです。

まあそこでは「現実の関係」もかなり進めちゃってますが(^^)、決して「味気ない家族生活を捨てる」という話ではない面をぜひ見て頂ければと。その上で、心の中に守るものがあることで、心と人生が豊かになるという姿を、如実に示しています。

ということで、まずは「今のままでいい」という心の落ち着きを見出して頂くのが最初。

でその後は、より現実生活寄りの心の成長への具体的な取り組みの検討ですね。慎吾さんへの対応の今後もあるでしょうし、対人関係一般や仕事をするとか、色々検討材料が出てきます。

このあとこのご相談者からは、さらに詳しい生育歴などもお聞きし、多少踏み込んだアドバイスも続けたかと思いますが、とにかくこの最初のアドバイス

で、もう当面の悩みは消えてしまったような様子が印象的であったのが、記憶に残っています。

このアドバイスメールへの返信は、次のような言葉からつづられていました。「これからどういう心持ちでいけば良いかわからなくなってしまった」という、最初のご相談状況から一変した様子が、とても印象的でした^^。

とても天気が良い気持ちいい風が吹いています。
心もとても穏やかで、新鮮な気持ちです。

・・・(略)・・・

2010年6月3日(木)

「魂の成長」への道-序

「魂の感情」の大切さ

「魂の感情による心の浄化」について、2つの例なども出し、かなりその不思議で劇的な効果の感触の一端を感じ取れたのではないかと思います^^。

2つの例とはこれでした

ごく普通に健康に生活している人々の、休日のリフレッシュ。(6/1『「魂」による「心」の浄化-5・3つの浄化作用』)

前記事『「魂の愛への望み」を見つめる』で紹介したAさんの例。

特に、前記事のAさんの例が、「魂の感情」が持つ、極めて重い役割を、端的に示していたと思います。

そこでは、こんな変化が起きたわけです。

つまりそれは、どうにか答えを出さなければと焦りに駆られ、どう答えを出しても満たされることなくフラストレーションと不安に陥るであろうであった心の状態が、

答えを出す必要もなく、満たされている心の状態へ。

とです。

驚くべき変化だと思えます。それも、**外面的には何の手を打ったわけでもなく、心の姿勢を変えた**だけです。

「魂の成長」への道

ハイブリッド心理学の**道のり**は、この「**魂の感情による心の浄化**」と共に**人生**を歩むものだと言えます。

これが、『道のり全体図(前)』で示した全体の中の、「**生きて学ぶ**」部分です。

ですから、**読んで感銘**を受けた**段階**から**先に**、**どうも心が変化できない、と感じられる方**というのは、この「**魂の感情による心の浄化**」と共に歩むという領域に、**心を踏み出せていない**方です。

逆に言えば、この「**魂による浄化**」という**驚くべき作用**と共に歩む**人生**として、**内面と外面**に向かう**実践**となるからこそ、**未知の異次元の心の成長と豊かさ**に向かう**道**となる、という話です。

「魂の感情」への基本的姿勢と道のり

この「**魂による浄化**」の観点から、「**生きて学ぶ**」部分の**基本**となる、

- 1) 「**魂の感情**」への**基本的姿勢**
- 2) それによる**内面と外面**への**取り組みの道のり**

について、**ざっと把握**して頂けるよう、**説明**を書いています。

ポイントを列記しておきましょう。

基本的姿勢と道のりは、次の**3つのポイント**をまず理解頂ければと思っています。

- 1.魂の感情を「**感じ取る**」
- 2.「**魂による浄化**」と共に**内面外面**に取り組む
- 3.魂の感情において「**望み続ける**」 これによって、「**魂の成長**」が「**心の成長**」と**シンクロ**しながら**別立て**で進むという、**ハイブリッド心理学の醍醐味**の世界が始まります。

そして、「**心の豊かさ**」とは**何か**への**答え**が見えてきます。それは「**魂の豊かさ**」なのだ。

次に、**魂の感情**を「**感じ取る**」としても、それはあくまで**魂の感情**が**流れる心**の**状態**である場合の話です。

ここで、**魂の感情**が**完全にブロック**されてしまう**心の状態**が**課題**になってきます。

これは次の**2つ**が**最大の原因**です。

他人依存信仰
善悪思考

これに対する**取り組み**を考えたいと思っています。
こちを先に説明するのがよろしいかもですな^^。

2010年6月4日(金)

魂への重い蓋を取り去る-1

プロフィール写真を、雪の中ぼんやり写真から最近撮ったものに替えました。
..と今時点では差し替わってないですねえ。このブログの画像アップはかなりのタイムラグがあるようです。

まカウセリング活動再開の準備というか、執筆専念以来、本の売上で食べていけるなら顔写真など出す必要もないと感じていたのですが、それは断念確定ということで気分も変わり。

多少はあやしさが減るか。アハハ^^;

今後も応援よろしくです！ (ブログ村へのクリックをぜひ*** →)

心が成長するかを分けるもの

私たちがどんなに、「**心の成長**」と「**心の豊かさ**」について高い理想を抱き、それについてしっかりと考えていたとしても、私たち自身が、実際に自分の「**命**」が望むものに向かって**生きる**ことをしないならば、私たちはその「**心の成長**」と「**心の豊かさ**」に近づくことは、ありません。

「命」が望むものに向かって生きるとは、「湧き上がる」感情である「魂の望みの感情」を感じ取りながら生きるということです。

そうではないとは、「思い描く」という「心の感情」だけで、高い理想の基準からあれこれと感じ考えているということです。

この表現はちょっと難しいかと思います。

直感的に言いましょう。たとえば、「人への良い対人行動をしたい」という、ごく自然で同じ「望み」が、その違いによってどう感じ方が変わるか。

前者では、それは喜びと悲しみとして感じ取られ、後者では、怒りと恥と罪として感じ取られます。

(この違いは、『「心」と「魂」の図』で、「成長可能な心」と「成長不可能な心」の違いとして示しています)

そうした違いです。

前者では、感情は「無」の状態から湧き立ち、イメージと感情はゆるやかに流れ移ります。

後者では、感情は固定された理想のイメージから始まり、固まったシナリオの中を流れます。

そうした違いです。まこの表現はまた難解ですけど^^;

魂への2つの重い蓋

このように、全く同じ「望み」について考えていても、全く違う心の状態になっている。

片方は、湧き上がる流動的な心の状態へ。

他方は、固く理想を思い描いているだけの心の状態へ。

前者は、心が変化していきます。もちろん正しい方向づけが添えられていれば、成長へ。

後者は、成長を目指す硬い思考とは裏腹に、心が変化しないままです。

平たく言えば、要は、後者は頭でっかちで、生きて学ぶことを知らないのです。

この違いは、大きく、「湧いてくる」感情としての「魂の感情」に、その人の心が向いているか、それとも「魂の感情」に全般的に、固く蓋がされて、そっぽを向いているかの違いだと、ハイブリッド心理学では考えています。

「**魂の感情**」に**大きく蓋がされる2大原因**があります。
先の記事で列記した、この2つです。

他人依存信仰 善悪思考

魂に蓋がされる様子と、**取り組みの方向性**をまず手短かに書いておきましょう。

他人依存信仰…魂の感情に蓋がされるだけどころではなく、**心のあらゆる問題の巨大な根源**となっているものです。

これがあると、とにかく「**意識**」の**全体**が磁石のように「**他人**」にひつつき、**自分をどう「見せる」「見られる」の空想**に心がおおわれ、「**自分**」は**虚弱**になり、そこから**さまざまな悪感情と心の動揺**、そして**心の障害**が生まれてくるという、**心のあらゆる問題の巨大な根源**です。

今回**このブログ**で、「**信仰**」の**レベル**で**こんなものがある**ことを認識できたことで、**なかなか変化成長できない根本原因**が明瞭になり、**より取り組みやすくなる**のではと期待しています^^。

取り組み実践をこのあと説明します。

善悪思考…これは大きく**2つ**あります。

一つは、**他人依存信仰**の中で生まれる**善悪思考**です。「**誰が悪い？**」という**思考**。

しばしば「**道徳**」や「**常識**」が、**この思考法**でできている部分があります。これに**気が取られる**ことで、**他人依存信仰**によって**意識が「他人」にひつつく**のに輪をかけて、**意識が自分の外の様子**に取られ、**魂の感情が湧き出ないよう蓋**をする結果になってしまいます。

もう一つは、**魂の感情**として抱かれているような**善悪**です。「**これは許せない**」と、**ムラムラ湧いてくる怒りの感情**として。

これに対しては、まず**他人依存信仰**から**抜け出して**、**自分の魂と対話**できるようになってからの、**価値観の取り組み**になります。

怒りを根本的に捨て、「**破壊**」ではなく「**建設**」を**選ぶという選択**を、**本心から100パーセントにおいて成す気**があるか。

その**決定的な選択**が、「**神になるのをやめるひらめき**」になる、とハイブリッド心理学では考えています。

他人依存信仰への**取り組み法**から、説明していきます。

2010年6月6日(日)

魂への重い蓋を取り去る-2

「**他人依存信仰**」さらには「**善悪の思考**」といった**重い蓋**を取り去り、「**魂の感情**」を開放していく。

この**取り組み**ですが、**全体の流れ**を理解した上でが重要ですので、**おさらい**から書いてみましょう。

ハイブリッド心理学の**取り組み実践**の、**最新サマリー**にもなると思います^^。

おさらい

何を置いても、「**感情と行動の分離**」の**基本姿勢**を意識することからです。

揺れ動く感情を**克服**したいのですから、まずは**揺れ動く感情**を**鵜呑みにして考え行動してしまわない**ことから始めます。

内面感情は**ただ流し、理解するだけ**にします。**理解する**のは、**心の成長**における、その**感情の位置づけ**です。

外面行動は**建設的なものだけ**を、**実際の行動**に移すことを心がけます。

ハイブリッド心理学の**実践**として行なうのは、まずは**これだけ**です。これが**全て**です。

心の成長は、この「**感情と行動の分離**」の**姿勢**に立って、**ただ生きていく過程**が、**自ずと**生み出します。

これが**全て**です。

深さと広さへ

では心はいつどのように良くなれるのか。一刻も早く自分の心を良くしたいの
に。。

そうお感じになるかと思います。

もちろん、一時的に気分が良くなる姿であれば、いくらでも言えます。「これ
で自分の心はオーケーでは？」と思えてくるような姿。

しかし大抵それは、やがて「やはり自分は。。」に戻りがちです。

ハイブリッド心理学が目指しているのは、それを超えた、一貫とした、後戻り
のない心の成長と成熟への変化です。

それは、「内面はただ流し理解し、外面は建設的に」という一貫とした歩み
の、まずは深さと広さに対応したものになります。

最初の一步においては、外面行動を「破壊」から「建設」のモードに変えるこ
とを目指し、「一步一步の向上思考」で考えていくことから始めるのが良いで
しょう。

内面においては、まずは「心の力み」と「甘い嘆き」を抜け出すことから
す。

そこから先は、人によってかなりケースバイケースになります。

人によっては、最初の一步の積み重ねだけで、おおかたの心の問題が消えてし
まうかも知れません。

人によっては、心の障害の種が、外面的な幸運によって持ちこたえられていた
のが崩れた状況があると、「病んだ心の自己崩壊」が起き、一度どん底まで落
ちてから、ようやく根深い心の気負いが肩から落ちて、人生の再出発に向か
い始めるという谷間が、どうしても必要になってきます。これを途中で防止す
る手立ては、私の知る限りこの世に存在しません。

いずれにせよ、少しずつ安定を増しながら、内面と外面への向き合いに、深さ
と広さを増していくことができるようになる、とまずは言えるでしょう。

そこでは「広さ」は、「行動学」への習熟によって、より困難な場面に対処で
きるようになってくこと、仕事や対人場面での行動スキルが向上していくこと
に対応するでしょう。

「深さ」は、「価値観」さらには「信仰」などの「内面の選択肢」を知り、そ
の「選択」を成していくことに対応します。

それによって、湧き出る感情が根元からプラスに転じるようになり、行動もより力強くなっていきます。

道のりの地図

そうした歩みにおいて、このブログでもダラダラ長々と(^_^;)説明しているような「心の成長と治癒過程」への知識は、それに向かって焦って走るための知識ではなく、適当なタイミングでいちど立ち止まって自分の位置を確認するための、地図の位置づけになると考えて頂ければと思います。

どのように一步一步を歩めばいいかは、ここでお話しした通りです^^。

ここまででいったんアップしましょう。おさらいの前半です。

次におさらいの後半を。

合わせて、「読んで学ぶ」から「生きて学ぶ」へという、ハイブリッド心理学の取り組み姿勢の変化について説明します。

これからの話は、それを踏まえてになりますので^^。

魂への重い蓋を取り去る-3

前記事に『道のりの地図』という段落を追加しておきました。すでに記事を読んでいた方は確認頂ければ^^。

おさらいの後半。そして新たなる展開へ^^。

魂の望みの感情

「魂の望みの感情」が、心を未知の異次元の世界へと成長そして成熟させていきます。

「憧れ」「喜び」「悲しみ」といった、「湧き上がる」感情たちです。

それがこの取り組みのスタート地点において、どれだけ心に準備されているかは、やはり人によって全くケースバイケースです。

概して、全般的に閉ざされているケースが大半です。それだけ、私たちは頭の中で「思い描く」感情で頭がふさがれていて、「湧き上がる」感情が遠く置き去りにされた生活をしているのです。

それでももし、湧き上がる「魂の望みの感情」が心にあるならば、それがどのように劇的に私たち自身を変える可能性があるかは、先の『「魂の愛への望み」を見つめる』で紹介したAさんの事例などから、何となくイメージできるかと思います。

ハイブリッド心理学が言う「心の未知の異次元の世界への成長と成熟」とは、「魂の望みの感情」と共に歩む人生が生み出すものです。

それが流れる

「量」が、「心の未知の異次元の世界への成長と成熟」を生み出すと言える、と私は感じています。

どれだけの、深さと広さで、どれだけの長い時間をかけて、「魂の望みの感情」が心に流れたか。それが、未知の異次元というレベルにおける、心の成長と成熟とイコールだと、私は感じています。

水道の蛇口からホースをつないで、巨大なダムの水をためるような姿として・。

ですからこれは、今読んで学んでどうこうできるようなレベルの話では、もともとありません。

読んで学んで、深さと広さを増すことは、あくまで蛇口の大きさに対応するものになるでしょう。

私たちが意識努力でできるのは、そこまでです。

実際に「魂の望みの感情」の水をどう通すかは、「命」に委ねられます。

「命」に委ねる姿勢を学ぶことが、ここで重要になってくるわけです。

「読んで学ぶ」から「生きて学ぶ」へ

もちろん読んで学んで、目からうるこが落ちるように心の重荷が消える感じがしたり、行動における対処法が見違えて改善できることも、すぐあり得るでしょう。

しかし、「魂の望みの感情」と共に人生を歩む年月がないままでは、いずれそれは現状維持程度にとどまるようになります。

なぜなら、「読んで学ぶ」こと自体が、頭の中で「思い描く」という、魂の感情を塞ぐ心の使い方で行なうものでしかないからです。

ですから、どこかで、このハイブリッド心理学を学ぶ姿勢そのものを、根本的に変えるべき時が訪れるはずです。

それは、もう「読んで学ぶ」だけでは進めないのだ、と知る時です。

心の健康や成長、そして人生の豊かさの「理想」を知り、それをしっかり頭に置いて目指す、という歩み方では、根本的にもう前に進むことはできないのだと。

実はその時、「自分を知る」「自分を受け入れる」ということの真の姿が、見えてくるのです。

頭で描いたものに自分を近づけることばかりに躍起になっていた。そこでおろそかであった、ありのままの現実の自分を見つめるということが、ここから始まるのです。

内面への取り組みの、真の「深さ」が、ここから始まります。

それは自分の心を変えようとするのではなく、本当に、自分自身の心のありのままを見るという目を、持つことができるようになることです。

それが「自分と共に生きる」ということです。

そこから、「生きて学ぶ」ことが、始まるわけです。

そのような「生きて学ぶ」という段階で、まず向き合って頂きたいのが、やはり「信仰」だという話になるでしょう。

2010年6月9日(水)

「信仰」への取り組み実践・概説

「湧いてくる」そして「湧き上がる」という「魂の感情」の根元のあり方は、「受け身vs自己能動」の「価値観」（3/26『神になるのをやめる-5・価値観』）などでもかなり決まってくると思いますが、最も根底になるのは、「信仰」ではないかと私は考えています。

このブログの執筆を通して、改めて心の成長の流れをたどり、その重要性を極めて大きくクローズアップするに至った次第です。

そこでこの「信仰」についての取り組み実践を、まあ「概説」と言うほど網羅はしないでしょがざっと書いておきましょう。

「信仰」とは

改めて「信仰」とは何かを定義するならば、何を「最後の心の支え」にするかの、心の根底の姿勢、とでも定義できるでしょう。

あなたはそれを何に向けているのでしょうか。

「お金」か。お金を信仰する者は、お金の問題で身を滅ぼします。

「誰か強い人が助けられること」が最後の心の支えだと感じるのが、「他人依存信仰」です。

当然、そうした目で他人を見る姿勢になります。

これがあると、「意識」の全体が「他人」に向けられ、「他人」によってすぐ感情が揺らぐ、心の障害の最大の背景とも言えるものになると思われます。

これへの具体的取り組み法は、このあとさらに詳しく説明します。

各種の「占い」や「占星術」などに過度に入れ込むことも、心を病む背景になりがちです。

不運に出会うと、すぐ「うつ」になってしまいます。「運」が「最後の心の支え」になるからです。そしていとも簡単に、最後の心の支えを失ってしまった心の状態になってしまうわけです。

その他、形あるものへの信仰は、概して心の健康を害するものとして要注意です。

心の生命力がそうした「有形物」に吸い取られ、心の仮死状態を招いてしまいます。

「神」をそれぞれ独特な「形」で描こうとする「宗教」も、心の健康のために概してお勧めできるものではありません。

未知なる神への信仰

お勧めできるのは、やはり、「神」を「知りえないもの」「人知を超えたもの」とした上で、最後にはそうした「神に委ねる」という情緒だけは持ち続けるものです。

「人事を尽くして天命を待つ」
「神は自らを助くる者を助ける」

といったことわざが示すように。(5/12記事など参照^^)

そもそも「神」なんてものの存在を信じることができない。そう来る(^^;)と思います。

それは「神」を巨大なきもの(^^;)のように想定した思考の場合です。

きわめて科学的に、「神の領域」を議論できる、知的なテーマがあります。

「生命」「意識」「宇宙」です。

これを突き詰めて理解していくと、おおよそのものごとは物理法則の結果としての偶然の出来事として理解できるのですが、全ての物理法則の大元に、もう物理法則では理解できない「何ものか」が働いているのが見えてきます。

こうした知的理解が、「未知なる神への信仰」とうまくバッティングしないものになります。そして「委ねる」という情緒を保ち得る。

知りえない「何ものか」だからこそ、最後に「委ねる」ことができます。

知り得るものは、「委ねる」ではなく、しっかり計算してコントロールするために使います。

そうした意味で、「神」を「信じる」も「信じない」もなく、「知らないもの」とする思考。

この辺の話は、詳しくは4/15『島野が神になるのをやめた時-11・科学の目』などを再読頂ければ。

そうして、「神」とは何かなんてもう知ろうと思わないけど、自分にできることは尽くし、最後は神に委ねる。

そうした人の**行動の姿**に、ぜひ**TV番組**などを通じて、**頻繁に触れてみる**ことをお勧めします。

「**神の手を持つ**」と言われる**名医**は、まず間違いなくそうした**姿勢**です。

「信仰」への実践・TV番組の傾向確認

そんな話として、**良く見るTV番組の傾向**を確認するのが、自分の「**信仰**」の**あり方を確認**する、一つの**良い実践**だと思います。

典型的なのは、私はほとんど見ないのであるいは誤解かも知れませんが、『おしん』に代表される**HNKドラマの類**、**人情ものの時代劇**が**典型的な「他人依存信仰」の世界**になると思います。

TVドラマは概して「**他人依存信仰**」の世界で描かれており、ちょっと心の成長に**毒**・・というのが私の**印象**です^^;

なによりも**お勧め**は**動物のドキュメタリー**や、**最新医療の報道**です。そこでの**医師**および**患者の姿勢**など。

『アンビリバー』や『ベストハウス123』『世界仰天ニュース』などの**人生バラエティ**。

ただし『エチカ』や『深い話』などの類は、**安直な一面的ウンチク**が中心で**視野が狭い**ので、ごく**単純な教養番組程度**として、**ハイブリッド心理学的**には**特にお勧めする傾向のもの**ではなくなってきます。

あとは、「**時代の流れ**」というものを**捉える**ような内容の**TV番組**も**お勧め**です。この点、「**報道ステーション**」は**ニュース報道**に**プラスアルファ**がある**お勧め番組**ですね。

つけ足して、「**自然な人間関係**」に触れるものとするれば、「**ちびまる子ちゃん**」や「**サザエさん**」が**お勧め**^^。**TVドラマの人間関係**って、概して**不自然**で、**見すぎると対人行動がヘン**になると感じます。ちょっと言い過ぎ^^; **アハハ**^^;

TV番組を選ぶことは、**毎日の食事**を考えると**同等の**、**心への栄養素の配分**になると私は感じます。「**信仰**」や「**価値観**」のための「**実践**」の**重要なもの**です。

「**TVはほとんど見ない**」のは、**基本的な栄養を取らない形**になりますので、できるだけ**良い傾向の番組**を選んで**見る習慣**をお勧め致します^^。

生涯に渡って続ける、「実践」になりますね^^。

2010年 6月 11日 (金)

「他人依存信仰」への取り組み実践 (前)

6/6 『魂への重い蓋を取り去る-3』の続きになるような内容ですが、タイトルはこれで^^。とりあえず『前』『中』『後』の3つくらいで話したくないと。

「魂の感情」への重い蓋となる「他人依存信仰」について、取り組み実践をここでざっとまとめておきたいと思います。

概要

「他人依存信仰」は、それが自覚できた時は、他の何にも優先させて取り組むのが極めて望ましい、と私は感じています。

「他人依存信仰」とは、前記事『「信仰」への取り組み実践・概説』で書いたように、

「誰かが助けてくれること」が「最後の心の支え」だと感じる、心の根底の姿勢

だと定義できます。

これがある限り、いかなる心の平安も、成長も、豊かさも、あり得ません。人との関係で思い悩み、惑い、感情の動揺と、不安と恐怖にかられ、心がすさみし、必ず「うつ」になることが、定められています。

「他人依存信仰」とは、そんなシロモノです。

だからと言って、「この他人依存信仰がいけなんだ、神への未知の信仰に変えなくっちゃ」と考えるのは、取り組み実践ではありません。

むしろ逆に、他人への依存に、とことん入れ込んでみるような姿勢が、取り組み実践になってきます。

そのメリットとデメリットを、とことん見きわめる姿勢です。この姿勢が何よりも、心の根元において他人依存信仰とは別へと向くものになるのです。

そして**その先に**、

- ・外面においては、しっかり計算の上、依存できる部分は**大い**に依存する。
- ・「信仰」としての部分は、**抜け出る**。

これがまず**最初の一步**になるかと思います。

その先に、「**他人依存信仰**」から派生したさまざまな「**善悪の思考**」を解体し、その**偏った思い込み**を**捨てて**行く。

これが『**入門編上巻**』で大きく**展開**している話になってきます。

そうして「**善悪の思考**」を**捨てた**時、「**魂の感情**」が**開放**され始める。そのような**流れ**になるかと思います。

「**善悪の思考**」を**捨てる**というのは、「**他人依存信仰**」が特に強い方以外でも、**全て**の方に、**継続的に重要**になる**実践**だと思っています。

自らの「**他人依存信仰**」を、**とことん見きわめる視点の要点**などを説明していきますしょう。

2010年6月12日(土)

「他人依存信仰」への取り組み実践(中)

「**他人依存信仰**」への**理解のポイント**です^^。

これは**基本的**には、「**内面感情**は**ただ流し理解**し、**外面行動**は**建設的**に」という「**感情と行動の分離**」の、**内面側の実践**です。

私たちの心は、なぜ、そしてどのように、動揺してしまうのか。

その**根底**にある**原因**と、それを**膨らませてしまう姿勢**と**抜け出していく姿勢**の違い、つまり「**内面の選択肢**」を知るための**実践**です。

「**受け身意識の闇の川の底**」..

それについて、**このブログ**では、「**未熟**」と「**心を病む**」という**スタートライン**が**人それぞれの状況**であった上で、「**受け身意識の闇の川**」とも呼べるもの

が私たちの心に現れ、「心の力み」と「甘い嘆き」が、まずは抜け出したい「水」として流れてくる、といった説明をしました。
(2/10『病んだ心から健康な心への道-2』など参照)

その「闇の川」ととどまったまま、「心を楽しむ」する手立てを、ハイブリッド心理学では心の成長と治癒、そして豊かさに関与するものとは考えていません。抜け出していく歩みが、私たちの心を強く成長させていきます。そして長い目で、私たちの心に「豊かさ」を、与えていくのです。

それは、その「抜け出し」が、「魂の感情」を足場にするからだ、とすることができます。

「他人依存信仰」は、そうした「受け身意識の闇の川」の、いわば母体とも言えるものです。

「闇の川」というよりも、その闇の川の「底」です。

心が「他人依存信仰」の中にどっぷりと浸っているのは、「受け身意識の闇の川」の「底」の下に埋まっているような状態で、「抜け出す」どころではなくなってしまいます。

「他人依存信仰」からの悪感情の自己分析

自分の内面感情を理解する実践としては、自分として抜け出したい悪感情が、どのように「他人依存信仰」を背景にして膨らんでしまうのかを、しっかり吟味してみると良いでしょう。

まず基本的な話として、「意識」の全体が「他人」に磁石のように貼りつけられ、「他人」が心の中に法外に大きく映り、法外な影響を自分におよぼす存在として描かれます。

こうして、人に面した時の感情の動揺が、基本的に法外なものになってしまうわけです。

またこうして、心の底の本当の気持ちである「魂の感情」は、目を向けることなどでできようもなく、力づくで目を「他人」へとそらされてしまいます。

「他人依存信仰」が、「魂の感情」への強力な蓋になってしまうゆえんです。

その上で、次のような悪感情そして感情の動揺が生み出されます。

「嫉妬」

「嫉妬」は、私が人生で体験した、最も嫌な感情でした。

それが「他人依存信仰」からどのように生まれるかは、推測も容易だと思います。

強い人間からの寵愛や、他人からの好意を受け取ることへの嫉妬に、猛烈に駆られるものへと。

もちろん「嫉妬」は「未熟」な心にとって基本的に起こりがちな悪感情ですが、「信仰」の対象となるものを自分ではなく他人が得ているのを見た時のそれは、「他人依存信仰」や「有形物への信仰」で猛烈に激しくなることが容易に予測できます。

それが「他人からの好意」であれ、「お金」であれ。

これが「未知の神への信仰」であれば、それを得る他人の姿、つまり全てを尽くした先に神の手が働いたかのような成功の姿を見るのは、嫉妬というような感情は感じこそせず、逆に感動を感じるような形になるように思われます。

ただ自分にできることを尽くす。その生き方への勇氣を加えるものとして。

「怒り」と「憎しみ」

「怒り」と「憎しみ」は、「他人依存信仰」を背景にして、極めて独自の意味を持つようになります。

おそらくこれが、私たちの日々の対人関係での悪感情の最大の原因であり、また「怒りのない人生」へと向かうための、最大の転換になるものと思われま

す。それは、人ができるはずのことを自分にはしてくれない、と感じる感覚です。自分への悪意の下に、と。

「心の成熟と豊かさ」への最大の入り口転換点

事実、「未熟」から始まる私たちの心は、この怒りと憎しみを抱いて、この人生を生き始めるようになるのだと感じます。よっぽどの幸運に恵まれた人を除いて。

そしてこのことを意識するかどうかは別として、そもそもそれは「できるはずのこと」などではないのだ。という感覚へと成熟した時、人は人生で抱き続けたその怒りと憎しみを、捨てるのだと思います。

私はこの**心の変化の流れ**を思い浮かべると、**目に涙**が浮かぶのを感じます。事実、それが**私の通った道**だったからです。

今だ**病んだ心の残骸**を沢山抱えた**大学院**の頃、「**そこにいる全ての人間を殺してしまいたかった**」という言葉が**日記**につづられていたのを、後に**私自身が発見**した話を、5/25『「神になるのをやめるひらめき」の扉-1』で書きました

その少し後、**私の心**は**急速に回復**していきました。それを**決定**づけた**自覚**として**日記**に書かれていたのが、「**自分はお膳立てを求めているのだ…**」という**自覚**でした。

私はその時まで、**人が自分への悪意の中**にいるという**感覚**の中で、**生きていた**のです。

人が自分への悪意を向けているのではない、自分が人への法外な要求をしているのだと、気づいたのです。自分が内面の悩みなどなしに人に明るく振舞えるよう、まず人から**自分に疑いもない目で親しく接してくるべきだ**という、**強引な要求**を、ということになるでしょう。

「**自分はお膳立てを求めているのだ…**」という**自覚**と共に、**私の心**は**急速に楽**になっていきました。

「**他人**」とは、**そもそもそんなことをする存在、できる存在としてあるのではない**という、「**他人依存信仰の捨て去り**」が、その時**私の心**には起きていたのだと思います。

「**魂**」は、しばしば、この「**他人依存信仰の捨て去り**」と共に、**深い涙**を吐き出します。「**不完全な愛**」に自分が向けた「**憎しみ**」という「**罪**」への**悲しみ**をです。

その時、**心**は**大きく浄化**されています。6/1『「魂」による「心」の浄化-5・3つの浄化作用』で**列記**しておいた「**魂による浄化作用**」の**3種類**の中の、「**デトックス**」に該当するものだと言えるでしょう。

その時**同時に**、**心**は、「**豊かさ**」へと向かう**長い道のりの入り口**に立つ、**大きな転換**を成したことになります。

これからは、**自分から人を愛することができる心**への、**成長**に向かってです^^。

「**他人依存信仰**」を**背景**にして起きる**感情動揺**の、**残りのパターン**を引き続き説明します。

2010年6月14日(月)

「他人依存信仰」への取り組み実践（後）

『前・中・後』の3部作で収めたため、ちょっとこれが長めになりました^^;

「怖れ」と「他人関係のせばまり」そして「善悪」へ

「他人依存信仰」が背景となって起きる心の動きの、残りのパターンを見ていきましょう。

それは「怖れ」という分かりやすい副産物と、少しわかりにくく、そして特有な他人関係の「せばまり」と、「善悪」の思考という根深いものへと染み込んでいくものになります。

「怖れ」

「怖れ」が、解決不可能なものとして心を揺り動かすようになるのは、言うまでもありません。

それは、「何でもできて」自分の最後の心の支えとなるべき「他人」から、自分が見離され、見捨てられ、見下げられ、怒りを向けられることへの、恐怖です。

それはこの人にとって、「破滅」を意味します。「人の助け」が「最後の心の支え」であり、それを失うのですから。

ですから、「他人依存信仰」をあまり持たない人からは、「別にそんなの大したことはないじゃん」程度にしか受け取られないような、他人からのちょっとした批判の言葉などが、この人にとっては、人生の破滅の訪れであるかのような法外な怖れの反応で、受け取られることになってしまうわけです。

「恥」

「恥」の感情も、「他人依存信仰」に特徴的です。

「何でもできる他人」と、同じように自分も振舞えなければならぬと、感じているからです。

これが「他人依存信仰」をあまり持たない人の場合は、「何でもできる他人」なんて感覚は持たず、人それぞれの長所と短所を見ることのできる目を育てていけますので、「自分も何でもできなければ」という感覚も持つ必要がなくな

ります。

それぞれの人が、できることをすればいいのです。その、助け合いです。

さらに、「ありのままの今を原点とした向上」を重視する「自己能動の価値観」に立つと、「今の原点」が実際どんなに人よりも客観的に劣ったものだったとしても、そこからの向上へと前に向く姿勢そのものに、大きな価値を感じるようになってきます。

これはもう、何ができないのが「恥」だなんて感覚は、微塵もなくなるものになってくるのです。

内面に流れる「恥」の感情を、「自己能動の価値観」によって、打ち破り、乗り越える。

これが大切な姿勢であり、日々の実践です。

人生でそれを徹底して実践してきた私は、とんでもない「恥知らず」です^^; えへへ (^_^)ゞ (←この笑いはちょっと不要ですねアハハ)

「分かってもらう」は「魔法の助け」へ

「うつ病」の人が訴える辛さや苦しみの核心、つまり「主訴」とも言えるものが、ごく普通に健康な人にはしばしば理解不可能になる原因が、「他人依存信仰」にあると私は感じています。

つまりこの人は、自分の辛さ苦しみが人に「分かってもらえる」ことで、全て良くしてもらえるという「魔法の助け」が訪れるという願望感覚の中にいる。そう解釈すると、その理解しがたい様子も理解できるようになる。そう感じられるものがしばしばです。

もちろんそんな「魔法の助け」など誰も用意できません。

その結果、「うつ病」の人の自分の辛さの訴え方と、回りの人々、そして関係する医者などとの会話が、しばしばかみ合わなくなります。

本人はただ辛いのだと、そして自分は駄目なのだという気持ちを、訴えます。回りは、それはいいから、もっと具体的に何がどう問題なのかを、聞こうとします。それに対してしか助けの手を出しようもないからです。

「リストカット」などの「自傷」の行為も、膨張した悪可能の挙句という側面もあるでしょうが、しばしば、ここまで苦しいのだと示せば全て良くしてくれる人の助けがくる・・といった空想感覚の中で、「甘い衝動」として成されるものである可能性があるとと言えるでしょう。

対人行動の「せばまり」

「**他人依存信仰**」は、**対人行動力**に特有の「**せばまり**」を生み出します。

もちろんそれは**表面**においては、**すぐ人に頼ろうとする**というごく普通の「**依存心**」から、**自分のことを自分で決められない**、さらには**自分のことを自分で考えることができない**、という**底なしの依存心**にまで至る**バリエーション**があります。

深刻な例では、まるで**自分の代わりに人にトイレ**に行って欲しいという**思考**まで**展開**しているかのではと思わせる姿として・・・；

その一方で、「**他人依存信仰**」は「**過度の世話焼き**」という**逆の行動傾向**として**表現**されることも少なくありません。

つまり、**相手**が**自分で自分のこともできない**、**何でもやって欲しい**という**気持ち**でいるという**想定**に基づき、**その気持ちに因應**という**行動の仕方**が、**行動の基本型枠**のように**なっているケース**です。

これは**外面的**には一見して「**行動力**」があるように見えるのですが、**心の成長と豊かさ**に向かう**真の行動力**とは**全く無縁**なものである場合があることに、**注意**が必要です。

もちろんそれは、**病床にある人への介護**や、**家庭内での団らん**の一場面として、**有効に機能**している分には、そうした「**依存一世話焼き**」という**行動様式**そのものを**問題視する必要は**、全くありません。

重要な視点は、そうした「**世話焼き**」型の**行動傾向**の**多い人**が、**行動対処**できる**相手の幅を広げること**（特に、「**利害の対立**」「**社会的立場の違い**」といったものがある場面）に**困難**を感じる、またそうした**狭い対人関係**の中でさえ**感情が動揺しがち**である場合は、**依存的な側と全く同等**の「**他人依存信仰**」の**病巣**があると考えるのが**まず正解**だということです。

そこから「**怒り**」「**怖れ**」「**恥**」「**嫉妬**」といった**悪感情**が、**頻繁**に**生み出**されている**病巣**としてです。

この**理解**を**スタート**にして、「**依存一世話焼き**」の**行動法**そのものを**否定**しようとする**減算法**ではなく、**全く別世界**となる「**原理原則行動法**」「**建設的対人行動法**」「**ウインウイン行動法**」などの「**行動学**」を**学び**、**実践**してみると**いう加算法**の**取り組み**が**大切**になってきます。

（参照：5/18『3つの「行動学」』など）

「**他人依存信仰**」から根本的に**抜け出すか**という**自分への問い**も、あくまでそうした「**感情と行動の分離**」の姿勢に立った**実践を体験する中で**、本当に意味を持つようになります。

「**信仰**」そのものを**方向転換する実践**として、6/9『「**信仰**」への取り組み実践・概説』で言ったような**TV番組の傾向見直し**といった、**心に取り入れる基本的な栄養素の見直し**を併せた、**息の長い取り組み**としてです^^。

「**善悪**」の思考

最後に、「**善悪**」という**巨大な心の命題**が、「**他人依存信仰**」の**文脈**から生まれます。

その始まりは、『(中)』で説明したように、「**怒り**」と「**憎しみ**」が結びついた形です。

「**他人**」や「**社会**」、そして「**人生**」そのものが、**本来できるはずであり、自分にしてくれるべきであったことを、してくれなかった。**

その「**悪意**」によって、**自分の人生がつまづかされた**..という、「**怒り**」と「**憎しみ**」の形で..。

その「**怒り**」と「**憎しみ**」に、何の答えも出せないまま、**私たちはそれを心の中に置き去りにしたまま人生を生き始め、やがて大人になった時、その「怒り」と「憎しみ」を、今度は、大人になり何でもできているべきなのにそうではない自分自身に、そして全ての他人に、向け始めるのです。**

ここに、私たち人間の**心の悲劇の運命**、私たち人間の「**心の業(ごう)**」と呼べるものがあります。

ハイブリッド心理学の取り組みの全てが、この人間の心の業の根本的な克服というゴールに向かって、進むものになります。

ここから、『**入門編上巻**』の世界が、始まります。とも言えます。(まだの人間買って~*~0~*)

「**善悪**」の**思考**を、**根本的に解体し、新しい生き方のための思考**を、**ゼロから築き上げる取り組み**です。

このブログでは、「**魂の感情**」をその**最大の推進力**とする**歩み方**について、本で書いていなかった**キモの部分**を、**本の補完**としてこの後**要点**を手短かに書いて

いきます^^。

2010年 7月 2日 (金)

「魂の感情」とともに「価値観」を問う (前)

さてカレンダーも7月に入ってしまったということで、そろそろ『解説の部』を…というか『一連の流れの解説』の部ということになりますね…を締め、早いところカウンセリングの再開準備に入りたいと思います。

1月に始めてから、「一連の流れ」の説明に半年もかかるとは思っていませんでしたが (@_@;)、ま今回は「信仰」の位置づけの大きさに気づき、「魂の感情」をどう実践に取り入れるかという新たな考察をしたということで^^。

流れの終わりの方はちょっと説明が粗くなっていますが、とにかく大切なのはやはりとっかかりの部分です。「感情と行動の分離」という基本姿勢を、いかに確立できるか。全てがそこから始まりますので^^。

ということで、

「魂の感情」の役割について、あと2つだけ話題を出して、『一連の流れの解説』を締めたいと思います。

- ・「魂の感情」とともに「価値観」を問う
- ・「魂の成長」とは何か

個々の話題について重要な話は、今後つれづれにまたアップしてまいりますので、今後ともごひいきに覗いてみて頂ければ^^/

「魂の感情」とともに「価値観」を問う

ということで、まず「魂の感情とともに価値観を問う」とはどういうことか。

結論を言いましょ。

「魂の感情」というのは、それに向き合う時間を経た時、心が理屈抜きに強くなります。

そうして強さを増した心において、再び価値観の選択を問うのです。人生を通して。何度でも。

ですからこれは、より正確には「魂の感情とともに価値観を問う」というより、

「魂の感情に向き合うことと、価値観を問うことを、交互に繰り返す」という話になるでしょう。

心を強くする魂の感情とは

このように、心を理屈抜きに強くする魂の感情とは、プラスの魂の感情です。それは憧れ、喜び、悲しみ、失意といった感情です。悲しみや失意もプラスの魂の感情であることに注意下さい。

一方、いくらどう向き合ったところで、心が強くないマイナスの魂の感情は、怒り憎しみや嫉妬です。

この違いは、5/27『「心」と「魂」の図』の絵で、「成長可能な心」と「成長不可能な心」の違いとして示した通りです。

このように、心を強くするプラスの魂の感情と、心を強くしないマイナスの魂の感情の違いとは、こう言えます。

前者は、「自分から望んでいく気持ち」におけるバリエーションです。そのどれに向かっても、心が強くなります。

後者は、「自分から望んでいく気持ち」は自分でふさいで、「与えられることで望みが叶う」という心の視界を選び、その上でそれが「挫折させられた」と受け身形で感じようとする心において、流れるようになるものです。

これはもういくら向き合ったところで、心は成長を止めたまま、ずさんでいくことだけができるものになってしまいます。

ですからやはりまずは、とにかく、「他人依存信仰」を脱し、「自己能動の価値観」を選択することが、重要になってきます。

その先は、かなりの部分において、全てが自ずと心を成長に導くとさえ言えるようなものとして。

心の選択が、魂の感情を開放し、開放された魂の感情が、さらに心を強くします。そして強くなった心で、価値観を再び問うのです。

自分の人生を、本当に揺らぎなく自分の足で歩めることへの、確信に至るまで。

それは先日の6/29『「魂の成長」への道-11・心の業の克服(後)』で説明したように、「破壊ではなく建設」そして「怒りの放棄」の完成に向かったの、**価値観の問い**と言えるでしょう。

ですからこれは、もう「**しっかり学んでから人生へ**」と向かうというような話ではなく、**人生を歩む中で、折りにつれて向き合うもの、向き合いながら生きていく**ことそのものが、**人生**になるというものになります。

「魂の感情」とともに「価値観」を問う(後)

価値観に大きな影響を与える3つの魂の感情

実践の面からは、そうして**価値観に大きな影響**を与えることになる、**3種類の魂の感情**を指摘できます。

これを、できるだけ**自分から探しにいく姿勢**で、**自分の人生**に向き合ってみるのがいいでしょう。

幼少期の感情

一つは、**幼少期の感情**です。

これが、6/8『「魂の成長」への道-2・道のり図』で、**2番**と示したものです。

つまり、「**理想を掲げて否定する**」という**心が小さくなり**、「**不完全さを受け入れ成長へ歩む**」という**心が大きくなる変化**が、**幼少期の、誰とでも仲良くなりたいと願った感情**に、**鍵**があるということです。

自分は**幼い頃、どんな気持ちで、それを願ったのか**。それを**思い出す**ことが、**理屈抜きに、どんな心のつながりの仕組み**でかなど**分からないまま、心をその方向へと変化**させていくのです。

挫折させられたという怒り憎しみに転じる前の段階の感情であることが条件になるものとして。

かくして例えば**最近のメール相談事例**では、**音楽の仕事**をしている方が、**少年時代に「音楽のためには人間関係を犠牲にしてもかまわない」と感じるようになった過去の感情**を**思い出す**ことで、やがて「**音楽そのものが人間関係なのだ…!**」という**気づき**へと転じ、**活動の幅を広げられるという感覚**をちょっとつかんだ、といったものがありました。

真の愛

もう一つは、**真の愛**です。

真の愛とは何か、そしてそれが**偽の愛の感情**と**交わった時**、**心にどんな変化**が起きるのか。これはもうこれだけで**本が一冊**書けてしまう、**大きなテーマ**です。

というか、これが人生そのものなのです。なぜなら、**真の愛から目をそらして**、**偽の愛の中で抱くようになる「プライド」や「刹那的満足」**が、現代人の「**人生**」そのものと化している状況さえあるからです。

真の愛に出会った時、その**全てが崩壊する**、**本当の人生が始まる**とさえ、言えるのです。

ここでは**こんな話**をしておきましょう。

真似事のような、駆け引きのような**恋愛**の中で、**画策と目論み**に満ちた、**相手の異性を得ようとする行動への衝動**が心に流れるとします。

もしそこに、**初恋の人**がいて、**初恋の時に自分が抱いた気持ち**が**蘇る**としたら、**その衝動**をどう感じるでしょうか。

この**別世界の感情**が**交わった時**、多分、**苦しくなる**と思います。その**苦しみが**、その**人の心の根の清さ**を、示すものとして。

そして**苦しみがやがて消えた時**、**頭の中での理屈には何の答えもないまま**、その人は**本当のありのままの自分で人を愛することができる心の強さ**へと、**一歩前進**しています。

私自身の自伝小説『**悲しみの彼方への旅**』の全体が、まさにこの心のメカニズムを**壮大な流れ**の中で描写したのと言えます。

命

最後に、やはり「**命**」そのものに向き合う感情です。

人の命ではなく、まずは**自分自身の命**です。しかも、それが**果てるという**、**やがて必ず訪れることを**、**現実的なこととして向き合う**ことです。

そこから、**自分が今なにを成すべきか**を、**問い直す**こととしてです。

これが何よりも**強力な**、「**心の浄化フィルター**」の役目を果たすでしょう。

(参照：6/1『**「魂」による「心」の浄化-5・3つの浄化作用**』)

ただしこれは、この歩みの後ろの方になってきて、より意味が出てくるというのが私の印象です。

「神になるのをやめるひらめき」を過ぎた後の段階です。それに至る前の段階とは、「命」が基本的に軽々しいものになら、心に感じ取れないのです。「自分が神になろうとする」という人間の心の業が生み出す思考の極地が、「選民思想」になるように。

さらに、「他人依存信仰」の中では、自分の「命」を自分で終わらせることが、人の目に対するアピールのような価値を帯びてしまいます。これはもう魂の成長への歩みについて語る話としては、論外になります。

自分が神になろうとするのをやめた時、ありのままの「命」の力が、私たちの心に回復します。

それと同時に、私たちは「命」の力の大きさを、道徳の授業で教わった時のような感覚とはもう全く別世界の次元で、感じ取るのです。

自分がこの世界で前に進むことができるという、計り知れない力の感覚と一緒に。

それを手にして、自分がこの人生で何を成したいかを、問うのです。

魂の成長のゴール

その先に、「命のために生きる」という感覚が見えてきます。

これが6/8『「魂の成長」への道-2・道のり図』の絵の4番から5番への歩みです。

「命のために生きる」という感覚は、自分自身の「命」が、自分自身だけのためのものではなく、「命のつながり」というとても大きなものの、ほんの一部でしかないという感覚へと、育っていくようです。

ここに、「魂の成長」のゴールがあるようです。

これはあらゆる宗教や哲学が追い求めた、人生への答えと全く同じものになるでしょう。ハイブリッド心理学は、それを説明する言葉とアプローチが少々違うだけです。

自分自身の「命」が「命のつながり」というとても大きなもののほんの一部でしかない。

これを感じ取った時、「死」が怖くなくなります。なぜならそれは、より大きな「命のつながり」へと還る、至福の通過点でさえあり得るのですから。

こうした「人生観」そして「生命観」そのものが、「価値観」だと言えます。

ですから、「神になるのをやめるひらめき」が、「価値観の成熟」のひとまずのゴールだという話をしましたが、そこから「魂の感情」に導かれる道のりも、やはり「価値観の成熟」がさらに進む道のりです。

まずは「心」が主導して価値観を転換し、それが「魂」を開放させます。

そして開放された「魂」が、人生を導きます。それは「魂の成長」の歩みであると同時に、「心」が抱く価値観も、「魂」によってさらに導かれる過程になるということです。

「魂の成長」の道のりとは、だいたいそんなものだということで、お分かりになれましたでしょうか^^。

(それで分かるわけねーという感の、粗い説明でした^_^;; これからのライフワークとして、説明を増やし、洗練させていく所存ですので^^; あと『入門編』は必ず読んで下さいませ^^。)

2010年 7月 4日 (日)

「魂の成長」とは何か

ということで、この記事をもって当面の『一連の流れの説明』は締め、『つれづれの部』へ移行ということで^^。

今後は、

『写真と言葉』などをちょっと中心に、個別のテーマについて重要なものがあれば説明など、今後ともなるべく毎日記事をアップしていくようにしたいと思いますので、ぜひ毎日覗いてみて頂ければと思います*^_^*。

「魂の成長」とは何か・「ハイブリッドの世界」

「魂の成長」とは何か。これをここでは、詳しい内容にはあまり触れないものになりますが、手短かに記しておこうと思います。

実践的には、それはハイブリッド心理学の「感情と行動の分離」という心の技術が生み出す、結晶とも言えます。

魂のプラスの感情に触れた時、心が浄化されます。これは全く理屈抜きです。

大自然に触れて感動することと、いつもの仕事にもやる気が回復することは、まったく理屈のつながりがありません。

理屈のつながりではなく、見えないつながりがあるので。

頭だけで考えていると、心は老廃化し、ずさんでしまいます。

そうした見えないつながりが、心に起こす、奇跡とも言えるものになります。つまり、こういうことです。

「望み始めの清らかなで満たされた感情」を心に刻み、保持し続けることで

するとそれは、現実世界上の満足方法の思い描きそして思い惑いの中で「情性化し輝きを失った心」においても、心を浄化しリフレッシュさせる効果がある。

この2つをいったん別の役割のものとして、それぞれを守るようにするので

するとやがて、「望み始めの清らかなで満たされた感情」そのものが独自の成長を始めるのです。

「現実世界での感情」とは別に。

これが、人生の来歴という大きな仕掛けで起きているのを、解きほぐし、伸ばしていくのが、ハイブリッド心理学の歩みだということになります。

それはまあたとえば私の場合、少年時代からの初恋の感情を最後まで守り通したことによって、一人の異性を愛するという命が望んだ「愛」の始まりから終焉までを、現実上の関係はあまりないままに経たような、特異な体験も生み出すものとして。

私たちはその歩みの中で、自己の真実を知り、人間の心の業の正体を知り、それとの決別を果たす先に、「心の豊かさ」の真の姿を知るのです。

それが、「魂の豊かさ」です。

これはよく言われる言葉を浮かばせるものです。初心に戻ることが大切。初心忘れるべからず。と。

ハイブリッド心理学からはさらに、その先に、その「初心」が独自の成長を始めるのだ、と追加できるという話になるでしょう。

これは、「望み」は現実において満たされることによって豊かになるのではないということです！

それと同時に、不思議なことが心に始まります。

そうして「現実世界」からは切り離されたままの「魂の世界」が豊かさを増すことに、「望み」がどう叶えられているかに関りなく、「現実世界」が輝いてくるといことです。

そしてそれが再び「魂の望み」を大きく成長させ、「現実世界」もさらに輝きます。

こうして、「現実世界」と「魂の世界」が、交わらないまま、互いに促しあい、輝きと豊かさを増していく。

これを、「ハイブリッドの世界」なんて言葉で呼んでいます。

より詳しくは、まずは『入門編下巻』そしてサイトに原稿だけ載せている『理論編下巻』などを、ご関心あれば読んで頂ければと思います。

また、私自身の魂の成長の歩みを『悲しみの彼方への旅』の続編として、さらにはハイブリッド心理学に取り組んださまざまな方の事例報告として、10年後、20年後にでもかまわないので書けたらなあ・・というのが、・・そうそう最近これを聞かれてすぐ出なかった話ですが、私の「夢」だなあと感じるものです^^。

2011年3月27日(日)

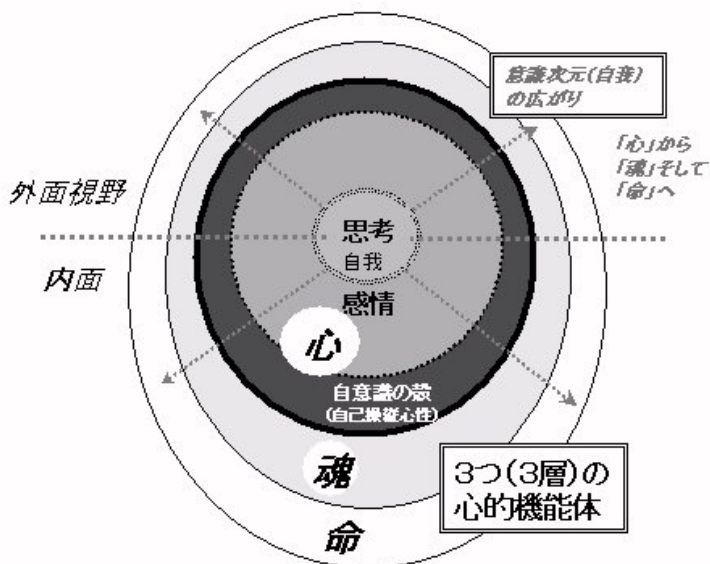
「心」と「魂」と「命」の構造-1

私たち人間の心の仕組みとは、こうなっていると思うわけです。
まずは図を載せましょう。

この図についての説明を、『「心」と「魂」と「命」の構造』シリーズとして書いていきましょう。

まずは図だけ^^。家関係のやること山盛りにつき^^♪

図1 心の機能体の3層



2011年 3月 31日 (木)

「心」と「魂」と「命」の構造-2

では先の記事に載せた図の説明など^^。

ピータンの絵ではありません (アハハ^^;)。心の絵です。

そのココロは (ジョークまでいかず^^;)、私たち人間の心というものが、その

本来の大元である「命」からはがれて薄っぺらいものになり、「魂」がその仲立ち、つまり「心」が「命」に還る仲立ちをするという、3つの機能体とも言える働きから成っている。
それを絵にしたものです。

意識次元の広がり

そうした絵を描くにあたり、その絵では「命」が外側で次に「魂」が、さらにその内側に「自意識の殻」をまとして「心」があるとしています。

それを逆に、「心」の内側に「魂」が、さらにその内側に「命」があるという描き方をしても、あるいはいいかも知れません。少なくとも、脳の部位と働きとしてどっちが内側か外側かといった話は今のところ言えないことなので。

それでも、心の成長治癒と成熟によって、「意識次元」が広がっていく、それによって「意識の構造」そのものが変化するという「広がり」や「深まり」のあり方を示す絵として、この絵が分かりやすいかと思います。

意識次元の異なり

そうして「意識次元」が「心」から「魂」へ、そして「命」へと広がることによって、私たちの「意識の構造」そのものが、全く異なるものが体験される。

これはたとえば、避難訓練でビルから逃げるという行動の時と、訓練ではなく実際の災害に遭遇した時とは、同じようにビルから逃げるという行動であっても、私たちの意識感覚の全体が全く異なってくる。

そんな風に、全く同じ生活、同じ行動であっても、私たちの意識次元が「魂」へ、そして「命」へと広がって到達するかどうかで、全く意識感覚が異なるものになる、という話にな
もちろん、訓練と実際の災害の違いといった、心の外界のあり方の違いも一切なしにです。心の外界は、全く同じままにです。

「重み」の違い

避難訓練と実際の災害での行動は意識感覚が違う。

これは「心」と「魂」と「命」の内容の違いの例えにはほとんどなっていないのですが、意識感覚の違いについて、結構本質的なものを示しています。

それは、「重み」の違いです。

同じ行動が、訓練と実際の災害時では、私たちの意識においては、**重みが違う**のです。

それと同じことが、「心」から「魂」へ、そして「命」への意識次元の広がりによって起きるということです。

生きることの「重み」の違い

「重み」がないとは、それを何のためにやっているのか分からないという、皮相な感覚だということです。意味を感じられないということです。

「重み」がある時、私たちは、それを何のためにやっているのかという疑問を感じないということです。

頭で「何のためにやっているのか」と考えて答えが見えるからではありません。そもそも「何のためにやっているのか」などと考えることもなく、考える必要もなく、私たちはその行動に意味を感じ、行動するのです。

それと同じことが、「生きること」そのものに、起きる。

「生きること」そのものに、「重み」が現われ、私たちはもう「生きる」ことへの疑問を感じなくなるのです。「何のために生きるのか」などと考えるまでもなく。

そうした「生きること」の「重み」が、全く異次元の世界へと変化する。

それが、意識次元の「心」から「魂」への、そして「命」への広がりだという話になります。

そうした「心」と「魂」と「命」の意識次元の変化が、私たち人間の心の痛みと闇、心の業の根本的克服でもある。

そうなる仕組みとしての、「心」と「魂」と「命」の意識構造の違いなど次に説明しましょう。

2011年4月9日(土)

「心」と「魂」と「命」の構造-3

サイトの『読者広場』のサーバーでアクセス障害が現在発生しており、開けない模様です。

データ等の消失はなく誠意復旧中とのことで、そのうち開けるかと^^。

私自身の最近の変化で、「心と魂の対話」そして「心と命の対話」について例を出す前に、再び解説を入れておきたいと思います。

「心」と「魂」と「命」の意識のあり方の違い

ハイブリッド心理学では私たち人間の心というものを、「心」と「魂」と「命」という3つ(3層)の機能体から成り立っていると考えています。

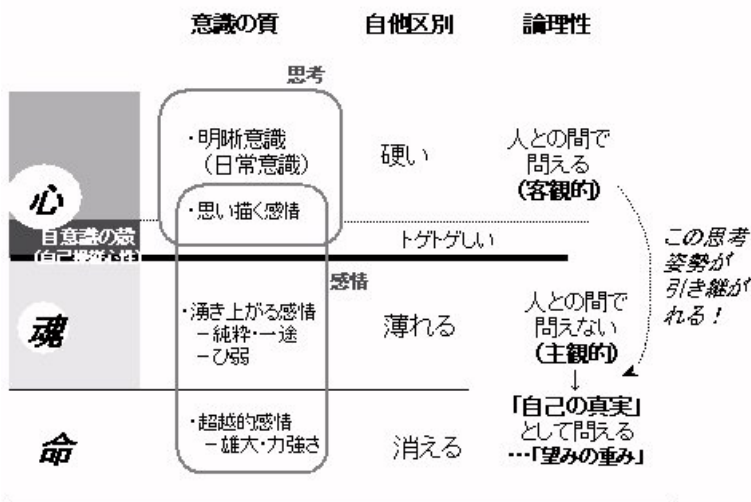
なぜそう分けるかということ、意識のあり方がまったく異なるからです。

だから、私たちの「意識」が、日常的な「心」の領域だけで働いているものから、「魂」へと深まり、さらに「命」へと広がるものへと到達した時、心に異次元の世界への変化が起きるわけです。

ここではそれを、下の図のように絵にしてみました。

細かい話はこの後にもするとして、ここでは最も大きな違いの話を書いておきましょう。

図2 「心」と「魂」と「命」の意識の質の違い



「意識」の質の基本的な違い

最も大きな話で言いますと、「心」は日常的な、5感を駆使してものごとを見分けて意識している「**明晰(めいせき)意識**」の世界です。

一方、「魂」と「命」は、そうした明晰意識を受けて流れる「**感情**」の中で、性質が異なってくる部分です。

「感情」の違いについては、「**心の感情**」と「**魂の感情**」の違いについて、すでにこのブログで説明しています。

「**心の感情**」は「**思い描く感情**」。

「**魂の感情**」は「**湧いてくる感情**」。擬音表現が似合う感情だと。ワクワク、ウキウキ、キュ〜ン、ドヨ〜ン、ガ〜ン。

(2010-05-28『「魂」による「心」の浄化-2』)

そこに今回、まあ私自身が「**命の無の世界**」をはっきり感じる中で話を加えたのが、

「**命の感情**」です。

これは一言でいえば、「極めて力強い前進の無の感情」です。超越的に、確信的に、今生きる命がここにあり、前へと進むのだという、そしてそこに何がどうあるべきかという空想が「無」となる感情です。

まさに、「自我の広がり」のゴールと言える意識世界だと言えるでしょう。

「心の感情」が「思い描く感情」。

そして「魂の感情」が「湧いてくる感情」であれば、

「命の感情」とは、「今ここにある命の感情」だと言えるでしょう。

「自他区別の違い」で異次元世界へ

そのように、「意識」が「魂」の領域そして「命」の領域へと深まり広がることが、私たち人間の心の痛みと闇、そして心の業の根本的克服となる。

そうなるゆえんは、そうした意識の質の違いに伴って、それぞれの意識が「自他区別」をどのように捉えるものかの、根本的な違いに、答えがあるとと言えます。

つまり「心」は、「自他」つまり「自分」と「他人」を、はっきり区別する意識として働きます。またはっきり区別した上で働く意識です。

「心」をおおう「自意識の殻」（自己操縦心性）では、それが特有のメカニズムによって、ギスギストゲトゲしいものとして流れてしまう仕組みになっています。

それが「魂」では、自他区別が薄れ始めます。それはまさに、自分と他人が境界のない一体の存在として溶け合うことを希求する感情として流れるのです。もちろん、それが私たち人間の心で、「愛」として感じ取られる感情としてです。

そして「命」の意識に至り、「自分」と「他人」の区別は、完全に消えるのです。

これが、私たち人間の心の痛みと闇、そして心の業の根本的克服となる。

なぜなら私たち人間は、「自分」という意識によって、心を痛み、人生の道をそれるからです。

それが消える意識世界への到達が、根本的克服への答えとなる。

なぜ答えになるのか答えについて、これ以上の饒舌な言葉はいらないでしょう。

「明晰意識世界の論理性」から「自己の真実」へ

もちろんこうした「魂」と「命」の説明を聞いて「感じ取ろう」としたところで、感じられるものではありません。

そこに、そこにどのように向うかの、道が現われる。

世の多くの心の取り組みは、ひたすら「こう感じられればいいんですよ」「こう感じられませんか」という話を繰り返すものになるでしょう。

ハイブリッド心理学だけが（今私の知る範囲では^^）、それとは異なる道を取ります。

「明晰意識世界の論理性」から「自己の真実」へと向うものです。

まず、明晰意識の世界で、しっかり論理的に考えることを学ぶことです。

その姿勢が、やがて、「魂」そして「命」に到達する、「自己の真実」を問う姿勢へとそのまま引き継がれるからです。

この辺の話をしたら、ようやく論理的な思考の仕方そのものの説明に行けるかと^^。

2012年 5月 20日 (日)

「命の感性」を感じ取る^^

これは記事で取り上げてコメントしましょうかなということで、先の5/15『『ハイブリッド人生心理学とは』を更新しました^^)/』にこんなコメント頂きました。まその話へのコメントというより、取り組みの前進報告として頂いたものですね^^。

ゆうすけさん 2012-05-18

人生は、命をつなぐバトンレースなんですね。そして他人は同じ目的を持った仲間だという、なんか重いテーマですが、感じられるようになりました。魂の+感情というのは、命の望みにとっての喜びで、すべては命を軸にしたものだという

ものが見えた気がします。与える喜びの意味も。なんだか人生の意味が分かったかのように感じて、興奮して投稿しちゃいましたw

自分というもの、もしくは人生というものが「命の大きなつながり」の中の、ほんの一つの断片、もしくは仮りの姿のようなものでしかないのを感じ取る「命の感性」が、ハイブリッド心理学としても心の成長の道のりのゴールに位置づけているものであり、ゆうすけさんのケースも、「道のり情景」の絵で言うなら、山頂が初めて視界に入る、どこか見晴らしのいい場所に来た状況かと^^。

もちろんその感性の本質は、卑下的に自分の小ささを感じるのではなく、命のつながりの大きさを感じる感性としてです。まあそれは自分の悩み感いの小ささを感じる感性ではあるでしょう。

またその感性を一度感じればゴールではなく、それが心を占める割合と役割が、生活や人と社会との関係においてどう大きくなるかが、山の麓から頂きへの、これまた長い人生の歩みになるという次第です。

ゆうすけさんからの報告は読者広場でも何度か頂いていますね。とても参考になると思いますので、今回のこの「命の感性」もどんなきっかけで感じたのか、ちょっと状況など教えて頂けるとなお良いかと^^。

ブログコメント、読者広場のどちらでもいいですので^^。

2章 「魂」による「心」の浄化

2010年5月28日(金)

「魂」による「心」の浄化-1

「信仰」そして「魂の感情」という特殊で大きな歯車を込みにして、心の成長と治癒の仕組みを説明したいと思います。
適宜、先の記事の図を参照頂きます。

これが、「病んだ心から健康な心への道」を進む自動車の車体の、正確な姿になります。

「受け身意識の闇の川」からの抜け出し、
「愛」と「能力」への向かい方、
「神になるのをやめるひらめき」そして「怒りの完全なる放棄」…。

これらは全て、この「心と魂」という複雑な仕組みを持つ、私たち人間の心のメカニズムによって、左右されるものになるわけです。

「命」の営み

最も根源に視点の駒を戻しましょう。

「心の成長」の根源は、本来、「命」の営みとして成されるものです。
それは、「命」がこの世に生まれ、「命」が願った「望み」へと、「命」の限りを尽くして向かって生きることで、「命」の力によって、自ずと生まれるものです。

何よりも、その「望み」へと向かって、「命」の限りを尽くすことができたという「充実」こそが、この者の心をあと戻りのない「豊かさ」へと、変えるものとしてです。

「命」が、それを携えて生まれ出る「望み」とは、「愛」です。

これに2つのものがあることを、すでに説明しています。
一つは、「全ての人に愛される愛」。これは全ての人の役に立てることをしたいという気持ちの形になるでしょう。
そしてもう一つは、「ただ一人の相手と愛し愛される愛」です。
(参照：1/21『「命」の生涯』)

どちらも、その「愛」に向かって、自分の命の限りを尽くして向かいたいという、「望み」の「気持ち」によって、前へと踏み出す力を与えられるものになります。

「命」の見失い

しかし、現代人は概して、そんな「気持ち」を見失いました。

「全ての人に愛される愛」は、社会に敷かれたレールの上をただ追い立てられながら進むだけの、何の充実感もない「仕事」の日々へと。自分の命の限りを尽くして、全ての人役に立てることなんて、何があるっていうのだ・、と。

そして「ただ一人の相手と愛し愛される愛」は、「命」の力のほとばしりとしての深さと純粹さを失い、マニュアルを真似る駆け引きのような、薄っぺらい恋愛の氾濫へと。

なぜこんなことが起きたのか。

それは、人間の心において、「魂と心の分離」というものが起きたからだ、とハイブリッド心理学では考えています。

それによって、人間の心は、「命」を見失ったのだと。

「魂」と「心」が分離した、人間の心の仕組みを、次に説明します。

明日（もう今日か）出る前にもう一個書けるかなー。

「魂」による「心」の浄化-2

午後ゆっくり出ればいいので、それまでどんどん書いておきます^^。

「心」と「魂」

ハイブリッド心理学では、私たち人間の心は、「心」と「魂」という大きく2つのものから成り立っていると考えています。

スピリチュアルですね〜。

まず図の記事の図を見て頂きましょう。まずは右側の「成長可能な心」の方を見て頂ければ。

日常の言葉では、私たちはまず「体」を持ち、「心」を持つと言っています。「心」は脳の働きです。

この中間あたりに位置するのが、「魂」です。「体」寄りです。あまり理屈が通用するものではありません。

「魂」も、基本的には「心」同様、脳の働きでしょう。

ただ、私自身の科学知識として、「魂」が身体を離れて存在する可能性を、否定しないしております。まあ電磁波の塊のような形です。

電磁波の塊そのものが単独に存在し得ることは、さまざまに観察されます。そして、「命」というものの自体が、物質科学からはあまりにも正体不明なものなんですね。

ただし、身体を離れた魂によって現実の何かの出来事が引き起こされるなんて考えは、何の知恵にも役立たないものだと思います。科学的には、そんな強い電磁波にはまずならないと言えるでしょう。

ちょっと本題から離れた、でも興味ある話題でした^^。

「心の感情」と「魂の感情」

科学から見た仕組みの話はさておき、重要なのは、私たちの意識体験上での、「心」と「魂」の違いです。感じ取り方の、違いです。

「心の感情」と、「魂の感情」という違いがあります。

「魂の感情」

まず「魂の感情」を先に言いますと、ひらたく表現するなら「湧いてくる感情」です。泉から湧き出る水のようにです。

具体的には、壮大な大自然を前にして湧いてくる、うわー♪という感情。幼い初恋の中で、恋する相手を遠くに見つけた時に湧いてくる、切ない気持ち。

ひいきのスポーツ選手がオリンピックで金メダルを獲得した瞬間の、全身からはじける喜びの感情。

まずはこの3場面はとても代表的なもので、具体例をあげる時はまずこの3つをいつも書いています。

これは**プラスの魂の感情**の代表例として、目立たない、もしくは**マイナスの魂の感情**もあります。

「**普段の気分**」も**魂の感情**です。体調が整い、空が青く晴れた朝に感じる、すがすがしい気分。

「**うつ**」も**魂の感情**です。どよーんと (^;) 湧いてくる感情。

まあ「**魂の感情**」とは、**擬音表現**が似合う感情です。

ウワー♪、キュ〜ン、パンパカパーン、サラサラ、ドヨ〜〜ン、ガ〜〜ン。

まあそれだけ、**体寄りの感情**ということですね。

「心の感情」

一方、「**心の感情**」は、**対照的に**、**頭の中で多少ともこねくり回し** (^;)、描き上げ、色塗ることで抱く感情です。

「**魂の感情**」が「**湧いてくる感情**」であれば、「**心の感情**」は「**思い描く感情**」だと言えるでしょう。

「**心の感情**」が「**頭で抱く感情**」であれば、「**魂の感情**」は、「**命で抱く感情**」です。

ですから、「**魂の感情**」が大切なものだという、今までの**ハイブリッド心理学**の話を読んで、ちょっと誤解をしていた方が多いのではないかと感じています。

それは、「**これが大切だ**」という「**考え**」によって、しっかりと抱く気持ちの類です。それは

「**心の感情**」です。

「**優しさ**」「**正義**」「**信条**」「**信念**」「**正しいことを行なう気持ち**」等々。

これをいっくらしっかり持って生きても、いつまでも心が成長せず、そのままです。不思議なほど。

それはしばしば、ハイブリッド心理学を学び、心の成長を目指す気持ちをしっ
かり持っているにも関わらず、**どうしていつまでも自分は変わらないんだ！**
と疑念を抱かれる方が少なくないのでは、と察する事態にさえ、なってしまい
ます。

なんでそんなことになるのか、「**魂の感情**」と「**心の成長**」の**仕組み**につい
て、次に説明します。

頭でいくら考えても、心は成長しない、ということになりますね^^。

「魂」による「心」の浄化-3

「**心の成長**」は、「**命の営み**」として成されるものです。私たちの思考によっ
て成すものではありません。

では「**望みに向かう**」ことが**心の成長**だという**根本命題**を、**私たちはどう感じ
取ってあげればいいか。**

ここから、**少し話が複雑**になってきます。

まあ、今まで、**読んで分かって頂けるよう説明を全面的に書き直す作業**を、こ
の「**魂理論**」が見えたきた2006年の後半以来、すでに**4回**の**全面書き直し**を
した感じです。

4回目が、『**入門編下巻**』へと結実。ただ**取り組み実践の説明に組み入れるこ
とはできません**でした。

そして

5回目のここからの説明が、**取り組み実践の説明に組み入れる、最終版**にでき
るのではと考えています。ワーイ\ (^_^) / (このワーイ♪も魂の感情で
すね^^)

「**心の成長**」につながる「**望み**」とは

「**心の成長**」は、「**望み**」に向かって**自己の全て**を尽くして生きる中で、
「**命**」の力によって**自ずと**生まれてきます。

「**心の成長**」は、「**命の営み**」として成されるものです。

ならば、「心の成長」につながる「望み」とは、「命」が抱く感情である「魂の感情」における「望み」であることが、要件になってきます。

え・なにやら大分狭くなってきた・と感じ始めた方がおられるのでは、と^^:

「命」がそれを望んで生きる「望み」とは、「愛」です。前記事でも触れた、2つの愛。

「魂の感情」における「愛への望み」が、それに向かって自分の全てを尽くして生きることが「心の成長」へとつながるものになります。

「魂の愛への望み」です。これだけです。

が〜〜ん、そんなもんあるわけないじゃん、とお感じの方が多くかと^^;

無理ありません。私もこんなことを知らずに生きていたので、『悲しみの彼方への旅』のラスト部分で書いた通り、社会に出てからの「失われた20年間」という奇妙な人生の時期(^^)を持つことになったのです。ま「普通」からすれば今の島野の方が奇妙ですけどね。アハハ^^;

とは言っても、実際はまあ社会人生活も大いに成長だったと感じますね。「心が良くなる流れ」の中の「怖れの克服」「選択思考」、そして「行動学」の学び。それらが準備となって、「神になるのをやめるひらめき」へと至れた次第です。

参考余談・「取り組み実践」の所用期間

ハイブリッド心理学の取り組み実践は、まずはざっくりと10年がかりだ、と言っていますが、これは「価値観」「信仰」「行動学」を準備として、人生を通して「自己分析」や「ひらめき」そして「成長体験」を積み重ねていく、というフルコースの話です。

一方、成長は頭ですることではなく、「魂の愛への望み」が引き出され、それに向かうという出来事が起きると、極めて短期間で心の障害が劇的に克服消失されることも、起こり得ます。

今までの**実践説明**では、「**魂の感情**」を組み込んでいなかったもので、どうしてもまずは**外面への建設姿勢中心**で**間延び**を感じる嫌いがあったのを、**多少は改善**できると感じています。

実際、**今までのメール相談**においても、**取り組み実践の流れ**など**すっとばした**形で、**奇跡的な治癒成長**が起きた事例もあります。

これは**ご相談者と私**の間で、**魂の関わり**が起きた**ケース**です。そこでは、**私自身**が同時に**変化を体験**するという、この**執筆活動の前進**への、**大きな支え**になりました。私は今でもそれに**深い感謝**の気持ちを感じています。

これはもう**メール相談**を**越えた部分**であり、**今後の私の活動形態**では**もうない**と思いますが、**そんなこともある**と知っておいて頂くのもいいと思います。

そうした**魂の関わり**が起きた**ケース**は、とりあえずは**3度**かなと。

一つは、「**ハイブリッド心理学**」の形になる**前の、ある人格障害女性**とのかかわり。この方の場合、私にとり「**救うことのできなかつた魂**」として、今でも時おり思い出す、今は**亡き女性**です。実際、もう**私の心理学**では**焼け石に水の重篤な事例**で、**若くとも美しい女性**でした。私は、いつか**この女性の物語**を書きたいと感じています。絶対に・・と。

もう一つは、『**悲しみの彼方への旅**』の冒頭に出てくる、**ある人格障害女性**とのかかわりです。この方との関わりが、「**ハイブリッド心理学の島野隆**」を**生み出した**とさえ言えるような、**奇跡的な体験**を持つことになりました。

極めて深刻な人格障害でしたが、そして**最後は頓挫**のような形で、もう**連絡も取ることも**なくなった**ケース**ですが、**私の魂**はその**女性の魂**を**救うことができた**と感じているものです。

私はこの顛末を『**奇跡の58日**』との題名で**フクション小説化**したいという**構想**を持っているのですが、当然ながら、いつ書けるかいつ刊行できかの**見通し**は**全くな～し**です^^;

そして**もう一つ**、比較的**最近**、**静かに小さく**そして**心温まる**形で似たような**体験**を持って、**私自身**が**少し変化**し、(以下**内情**^^;) **本の売上**で**食うなんていう妄想** (^^;) はもう捨てて**新たなる展開**へ向かおうという、**足元の力**を得ることができたというものが**ありました**。

ただ**今後の私の活動形態**は、**もうそうした事例**はないであろう形に、次第に変わっていく**予定です**。まあ詳しくは省略しますが、こうした「**体験**」**ベースの執筆活動家**の**基本的な流れ**ですね^^。

いずれにせよ、**58日間**で**深刻な人格障害**が消えた事例などは、この心の仕組みを理解する上で参考にはなると思います。

いちおうサイトに原稿を載せている『理論編上巻』の4章で、その女性との関わりを多少取り上げています。ご興味あれば一読して頂いて良いかと。

「自分を知る」という前提

少し余談が長くなりました。

取り組み実践上は、実際どれだけ短期間にできるかについては、まず前提として「自分を知る」「自分を受け入れる」という、**第1段階**の節目の**後の**段階ということになります。

その点で、「魂の感情」を実践で取り組むのは、あくまで**第2段階**という位置づけです。

これはスタートラインの状況に応じ、1か月で入れるケースもあれば、2、3年以上をかけて「自分を知る」に到達し、そこからというケースなど、さまざまです。

自分での感じ分け方なども説明しながら、「心の望み」と「魂の望み」の違いについて、説明していきましょう。

好例として、私の執筆活動が出せると思います。これは「心の望み」による**定常推進**と、「魂の望み」が関わる**特別推進**があるという形になります。

定常推進は、「望みに向かう」という**良い形**ではありますが、**心の成長はあまりなく、維持状態**です。で時に**株価**が気になったりし始める^^; でおっといけねーと**魂の望み**を再確認する、といった**繰り返し**。えへへ^^ゞ

そういった**違い**を、次に説明しましょう。

今日書けるかどうか・・・荷造りしながら φ(_ _)/(_ _)/□

2010年6月1日(火)

「魂」による「心」の浄化-4・心の望み

「心の望み」と「魂の望み」

まず、「心の望み」と「魂の望み」について説明したいと思います。

まずは健康な心の状態でのそれについてです。「望み」の基本的な形とも言えるでしょう。

『「心」と「魂」の図』の絵の右側、「成長可能な心」を参照下さい。

その絵では「心」が2種類書かれていますが、まずは左側の「乳歯の心」から始まると考えて頂ければと思います。

「未熟」からの「成長」、そして「成熟」へと向かう人生の歩みにおける、スタートラインです。

「心の望み」

普段の私たちの心の働かせ方、自然なままの心の働かせ方においては、「望み」は、まずは「心」で抱くものとして感じ取られます。

それを「心の望み」と呼びたいと思います。

「魂の望み」を感じ取るのは、特別な意識努力と、その積み重ねの歩みが必要になります。

それが人間の歴史を通して、真摯な宗教や哲学、そして今このハイブリッド心理学などによって探求されているという話になります^^。

どう言うことかという、こういうことです。

「魂の感情」は「湧いてくる感情」であり、「心の感情」は「思い描く感情」です。

そして「望み」は、基本的に、頭の中で思い描くことによって、抱く感情です。

ですから「望み」は、基本的に「心」で抱くものとして、私たちは意識する。そういうことです。

魂の望みをより多く含む「心の望み」

「心」は「望み」を、さまざまな材料から描き、抱きます。

そこに、「魂の望みの感情」がより多く含まれるほど、その「心の望み」は魂の望みの感情をより多く含む「心の望み」だということになります。

「**魂の望みの感情**」とは、「湧いてくる感情」としての「**魂の感情**」の中で、**プラスの前進力を持つ感情**です。

ワクワクドキドキという気持ちとして、「**湧き上がる感情**」です。

これが、**人の心**を**成長**そして**成熟**へと向かわせる「**望み**」の、**基本的な形**です。

魂の望みをあまり含まない「心の望み」

一方、「**心**」は「**魂の望みの感情**」以外にも、**さまざまなもの**を材料にして「**望み**」を描きます。

代表的なものは、「**現実的欲求**」と「**現実的必要性**」です。

衣食住をより**快適**に。こんな**美味しいもの**を食べたい。こんな**服**を着たい。こんな**家**に住みたい。

これも**多少**は、「**魂の望み**」である部分もあるでしょう。**ワクワクドキドキ**するようなものとして。

ただそれだけでは、**心の成長と成熟**につながるとまではいかない、**弱いベクトル**です。

「**命**」が抱く深い「**魂の望み**」は、「**2つの愛**」への望みです。

(参照：1/21『「命」の生涯』)

これにつながらないと、**ただの「現実的欲求」「現実的必要性」**にとどまりません。

ただ自分が美味しいものを食べたい、は「**現実的欲求**」。

それが、**皆で美味しいもの**を食べたい、になると「**魂の望み**」が**より多く**含まれてきます。そうして**美味しい料理**を**社会に広めるための仕事**に就く、といった**人生の歩み**が、やがて**心の成長と成熟**へと**強く導くもの**になるわけです。

そんな形で、「**魂の望み**」をあまり含むことのない「**現実的欲求**」と「**現実的必要性**」**だけ**から、「**心**」が「**望み**」を描いてそれに向かう。

衣食住のためには、**お金**が必要になります。そのためには**仕事**をしなければなりません。**ワクワクドキドキ**する**仕事**を見つけるのは容易ではありません。まずは**今ある仕事口**から**選ばなければ**なりません。

なんとかそれを得て、**収入**のためにとにかく続ける。

するとやがて、「**情性で生きる**」という感じになってきてしまいます。まあ**現代人**の多くが**はまってしま**う**生き方**ですね。

そうした**情性の日々** (^^) においても、**強い「魂の感情」**を感じることで「**浄化**」の働きをするということが起きます。

これを次に説明しましょう。

「魂」による「心」の浄化-5・3つの浄化作用

「魂の感情」による3種類の浄化作用

「心」で描いた「**望み**」に向かうだけだと、私たちの**生活**から「**ワクワク**」がなくなり、とかく**情性で生きる**というものになりがちです。
これはもう**私たちの宿命**だと、私は感じています。

そんな**情性の日々** (^^) においても、「**魂の感情**」に触れることで、**心が浄化**、**リフレッシュ**され、**同じ生活内容**であってもふたたび**すがすがしい気持ち**で向かうことができるようになる。

そんなことが**時に**起きます。

これが「**魂の感情による心の浄化作用**」です。

ここからその説明をしますが、**ごく一般的なもの**と、**極めて特別な、深い心理学的現象**として起きるものがあります。

まず**列記**しましょう。「**魂の感情による心の浄化作用**」には**3種類**のものがあります。

その**3種類**は、**時間の向き**の違いに対応します。

1. **浄化フィルター** …**未来**に向けた**心の浄化**
2. **デトックス** (膿の吐き出し) …**過去**に向けた**心の浄化**
3. **はじけ飛び** …**未来向き**と**過去向き**の**両者**が**合わさった心の浄化**

一つ**答え**を先に言っておきましょう。

「**受け身意識の闇の川**」 (2/11『**病んだ心から健康な心への道-4**』など参照) からの「**抜け出し**」は、この「**はじけ飛び**」の**脚力**を使って行なうものになります。

心の浄化フィルター（基本形）

「浄化フィルター」の作用は、**未来**に向けた**心の浄化作用**です。まあいわば車についている**ガソリンの浄化フィルター**の役割と同じです。

いつしか**惰性**となり、**心の老廃物**がたまつたような**倦怠感**も、「**魂の感情**」に触れることで**浄化**され、ふたたび**すがすがしい気分**で**毎日の生活**に向かうことができます。

これは**ごく普通の健康な心**の状態、**誰もが**やっていることです。**休日のリフレッシュ**として。

そのため**ごく基本的な心の浄化フィルター**になるのは、**自然に触れ、命に触れること**です。

ですから、**休日に家族で大自然**の中に出かけ、**互いに触れ、動物に触れ、太陽の下で楽しく食事**をするといった**体験**を持てた後は、**リフレッシュされた気持ち**で**いつもの仕事**に向かうことができます。

もちろん、そうした**家族行事**そのものが**惰性で行なう家族サービス**となると、それでまた**疲れがたまると**いうお父さんも出てきます。そうならないような、**内容や日程の調整**といった**工夫**が大切になってきます。

これは「**仕事**」の内容がそれほど「**魂の望みの感情**」には**関係ない、ごく現実的収入だけのためのもの**であっても、十分に起きることです。

魂の感情が**大きくブロック**されているのでない限り。

「ただの仕事」でも・・

「**ただの仕事**」であっても、そのように、**自然に触れ命に触れる心の浄化フィルター**によって、「**魂の望みの感情**」を**含んだ「仕事」**であるかのように、**飲んでいくことができる**。

それはなぜかという、**「生きること」「命をつなぐこと」**そのものが、「**魂の望み**」だからです。

ですから、ただ**自然に触れ、家族が互いに触れ、動物などの命に触れること**で、「**心の望み**」の中に**自然と「魂の望みの感情」**が**供給**され、**惰性**に陥ることを免れながら、**心の成長と成熟**に向かつての、**落ち着いた長い人生の歩み**になれるのです。

これを、**同じ仕事**であっても**家族がバラバラで触れ合う機会を失う**ことに、「魂」にとっての**意味を失って**いく、というものになってしまうわけです。

かくして、**単身赴任のお父さん**の場合、「**養ってあげているんだから**」なんて考えて**家族を放っておかず**に、いかに**触れ合いを保つ**かの**工夫**が、**大切**になってくるゆえんです。

「**魂の望みの感情**」に向かって生き、**心の成長と成熟に向かう**ために、**大それた特別な仕事である必要なんて、全くありません**。

重要なのは、基本的に「魂の感情」が開放されていることです。その時、どんな「仕事」であろうと、「**魂の望みの感情**」にあと押しされ、**毎日の生活が輝くものになり、心が成長と成熟に向かう**のです。

「未熟」と「心を病む」からのスタート

問題は、「魂の感情」が大きく閉ざされた状態からスタートする場合です。

そして**事実、それが私たち現代人の、基本形とも言える事態に、なっている**のです。

「**魂の感情**」が、**もの心つく前後に閉ざされ、そこから人生を生き始める**という形に。

魂の感情が閉ざされた形での「**心の望み**」は、**特有の歪み**を帯びるものになります。

「**未熟**」に、「**心を病む**」という問題が加わったものへと。

「**魂の望みの感情をあまり含まない心の望み**」だけであるにとどまらず、「**魂の望みが閉ざされた心の望み**」あるいは「**魂の望みが葬り去られた心の望み**」に、なってきます。

そこからの**回復**もまた、「**魂の感情**」が**導くもの**になります。

話が2つ出てきます。

一つは、「魂の望みが閉ざされた心の望み」に、ふたたび開放された「魂の望みの感情」が流れ込むことによる、心の浄化作用の話です。

これが上記3種類になります。「浄化フィルター」もその特殊形として。

そしてもう一つが、そもそもどう「魂の望みの感情」をふたたび開放できるかです。

後の話の方を先に説明しましょうかな^^。

3章 「魂の成長」への道

2010年6月8日(火)

「魂の成長」への道-1

話が前後しますが、やはりここで「魂の成長」の道のりの全体をざっと説明したいと思います。

「他人依存信仰」からの抜け出しが、その第一歩になるようなものとしての、道のりです。

「知って学ぶ」と「生きて学ぶ」

前の記事から引き継ぐ話になりますが、ハイブリッド心理学の取り組み実践には、「知って学ぶ」という局面と、「生きて学ぶ」という局面があります。なお前記事では「読んで学ぶ」という言葉を使いましたが、「知って学ぶ」に改めましょう。

実践することは、同じです。

また時期としても、必ずしもその前後の順番になるとは限らず、重なってくる場合もあります。

違いは、「生きて学ぶ」局面とは、「魂の感情」が流れる局面だということです。

「魂の感情」によって、心への強い浄化作用が働きます。

また、浄化作用を心の芯にしっかり染み込ませるための姿勢というものが出てきます。それが「実践」として加わるものになってきます。

6/2『「魂の愛への望み」を見つめる』で、事例も紹介して説明したように、「魂の世界」と「現実の世界」という交わることのない2つの世界を見つめ続ける姿勢です。

それが、「生きて学ぶ」局面です。

「知って学ぶ」局面とは、今の心において、生きる力を最大限に伸ばしていく局面です。

「生きて学ぶ」局面とは、未知の心へと変化していく局面です。

「実践の道のり」と「魂の感情」

重要なテーマが出てきます。

「実践」によって、「魂の感情」はどのように変化していくのか、です。

それによって、「未熟」と「心を病む」というスタートラインから、「最初的一步」を足がかりにして、

どのように、「あらゆる怖れが消え、満たされた心」というこの心理学が目指す心の境地に至るのかの、

その、「人生の道のりの地図」が完成することになりますね^^。

次の記事で、まずはその絵を出し、以降、次について説明していきます。

1.主な通過ポイント

2.「魂の成長」とは何か

3.浄化の3形態

まあこのブログでも、話の流れが繋がっていない部分が多々あったかと思えます。

それはこの「魂の成長」、そして「浄化」が介在しているからです。

まずはこの説明を、重要ポイントに絞り、最小限の話の量でざっと書いておきたいと思えます^^。

「魂の成長」への道-2・道のり図

ではまず、「魂の成長」の道のり図を示しましょう。

スタートライン

これはまず、6/2『道のり全体図(前)』で示した、「読んで学ぶ」の部分がりとあえずは一巡し、「自分を知る」「自分を受け入れる」という心の足場が多少ともできてきたのがスタートラインです。

比較的深刻な心の障害がある場合は、ここまでにうまく行って少なくとも半年がかかります。

ただこれは同時に、「症状」と呼べるものはおおかた消える段階です。一般の

心の医療現場では、「完治」と言われる段階に相当するでしょう。

そこからが、本当のスタートなんですね^^。

もちろんここまで数年以上かかるケースも出てくるでしょうが、それはもともとこの心理学による取り組みに心に向けきれていないケースになるかと。

(←都合のいい解釈^^;)

そうした「自分を知る」に至るまで、「知って学ぶ」レベルで、『道のり全体図(中)』で示した第1段階と第2段階の内容は、おおよそざっと検討してみます。

まずは「健康形」「成長形」「望ましいもの」を自分に当てはめ、そうなれたと錯覚してしまうことが、容易におきるでしょう。それだけでもまあ多少の前進力がありますので^^。

しばしば、自分がもうオーケーの健康な心になり始めののでは・・と感ずるような、良い気分も出現するかも知れません。

しかしそれは早晩崩れます。また同じ感情の動揺が訪れ、「やはり自分は・・」となります。これは、必ずそうなります。

そこで自分の心に起きている動きをしっかりと理解することが、「自分を知る」「自分を受け入れる」という、「知って学ぶ」局面の一つの達成へと、結実するわけです。

「生きて学ぶ」ための視点

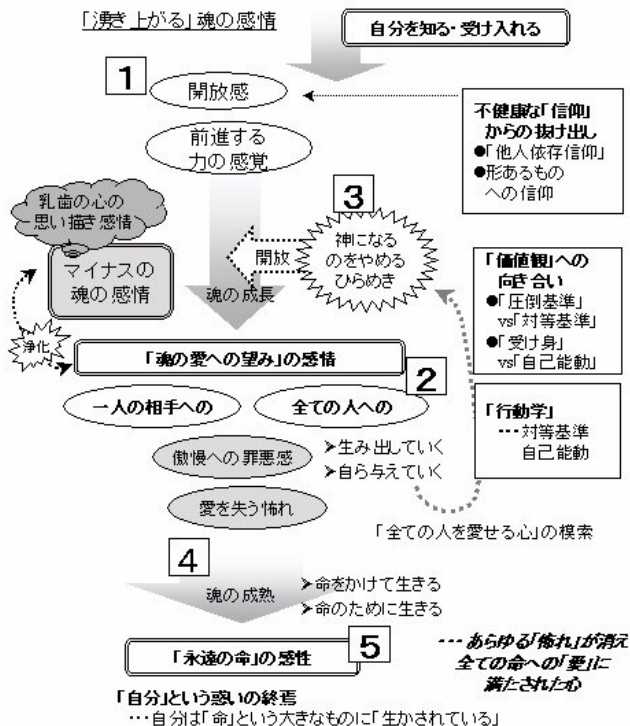
そこから、改めて、この取り組みを一から始めるつもりで、自分と外面問題に向き合ってみるといいでしょう。

「生きて学ぶ」局面の視点を、付け加えてです。

それは、「成長形」などの「理想」をしっかりと知って、自分をそこに近づけていくという姿勢では、根本的に足りないということです。

「湧き上がる」という「魂の望みの感情」がどうなっているかに、目を向ける必要があるのだと。

そこで特に着目したい「魂の感情」の様子と、通過ポイントを、図に示しています。



5つの通過ポイントが重要になってくると考えています。

1. 魂の感情の回復
2. 「全ての人に愛される」望みと、これに背を向けたマイナスの魂の感情への取り組み
3. 「神になるのをやめるひらめき」
4. 「命をかける」「命のために生きる」という魂の成熟への道
5. 「魂の成熟」のゴール「あらゆる怖れが消え満たされた心」

このそれぞれの、さらにその中での除々の前進変化が、もう年単位の時間での話になってきます。

まずは10年がかりの取り組みです。しかしその先に、「あらゆる怖れが消え、満たされた心」という、全ての宗教や人生哲学が目指す、同じゴールがあります。

ハイブリッド心理学が考えるその道のりは、はっきり言って遠回りだと私自身思います。

しかしそれは、確実に存在する道です。

それでも、僅かな前進の都度、未知の自分を感じ取れでしょう。1年前の自分と比べると、はっきり違う、と。それが安心してこの道を歩む原動力になると思います。

それがやがて、感動の感覚を伴うようになってくる頃、変化が加速し、「魂の成熟」のゴールが視界に捉えられる、という流れになると考えています。

5つの通過ポイントについて、簡潔に説明していきます。

2010年6月9日(水)

「魂の成長」への道-3

「魂の感情」の成長、そして成熟を経てゴールに至るまでの、5つの重要な通過ポイントと、そのための取り組み上の要点をざっと説明したいと思います。前記事『「魂の成長」への道-2・道のり図』の絵を参照しながら読んで頂ければ^^。

1. 魂の感情の回復

のびのびと心が開放される、「開放感」の感覚。
自ら前に進むことができるという、「内面の力」の感覚。

これを持つことができることが、「魂の成長」への最初の通過ポイントです。

これは、いままで重く押し込められていた「魂」が、自らのその息を吹き返すことに対応すると言えるでしょう。

この感覚はまた、自然の中に足を運んですがすがしい開放感を感じるができるか、といった確認法があります。

それができない心の状態とは、基本的に、心が圧迫されている状態です。慢性的にです。

その場合は以下の着眼点を参考に、取り組みを進めてみて頂ければと思います。

取り組みの流れからの着目ポイント

右も左も分からない状態からハイブリッド心理学への取り組みを始め、「感情と行動の分離」の姿勢に立って、外面と内面への視点をさまざまに持っていきます。

(『道のり全体図(中)』の絵などを参照下されば^^)

それによって、何とか感情の動揺の拡大を防げるようになり、多少の落ち着きが得られてきた。

これを「最初の安定」と呼んだりしています。

これは必ずすぐ崩れますが、また同じように取り組みを続けることで、結構安定感が身についてきます。

しかし、似た場面で、同じ感情動揺を繰り返してしまう・・・。

これを越えて前進変化していくためには、外面と内面へのさまざま細かい視点というよりも、「湧いてくる」感情としての「魂の感情」の根元のあり方が、スポットライトを浴びるものになってくる。

そう理解して頂くとうよしいかと思えます。

「魂の感情」の根元のあり方と同時に、それを左右する「思考」のあり方です。

「心の仮死状態」からの抜け出し

「魂の感情」の息を、基本的に吹き返す。

そのために問題になってくるのは、何よりも、心が「他人への反応」としてしか動かなくなってしまうような状態です。

いわば「心の仮死状態」とも言える状態です。

心が基本的に、自らの生命力で鼓動し息をするのを、やめてしまっているかのような状態です。

自分の心は、他人への反応として動くのだと、決め込んでしまっているかのよう
に。

その結果は、どうしても、その中で心を万力で締めつけながら「気持ち」を演
じようとしていく、同じ感情動揺の繰り返しの日々です。

「信仰」への取り組み

こうした「心の仮死状態」は、深刻な心の障害傾向の場合は、幼少期にかなり
酷い心の傷を受ける体験の中で、「自分の感情」の全体を放棄してしまったよ
うなものがありがちです。

自分の感情が人に優しくかえりみられることなどないのだ、もう一切の自分の
感情など持つのをやめよう、と…。

もちろん一切の感情を持たないなど実際には不可能なので、自分の心を混乱の
中でさまざまに万力で締めつけた挙句、心が壊れてしまい、心の障害として表
面化する形になるわけです。

こうした場合は、そうした心の膿とも言える感情を、一度吐き出させるカタル
シス治療が重要になってきます。

これは深刻な心の障害傾向の場合の、特別な話になってきます。

一方、より一般的な話としては、内面と外面へのさまざまな視点に増して、
「信仰」という心の領域、脳の領域を何に向けるかが、決定的になってくるよ
うに思われます。

この「信仰」についての取り組み実践を、次の記事でざっとまとめてみたいと
思います。

2010年6月16日(水)

「魂の成長」への道-4・「孤独力」

「魂の感情」に影響する要因については、ほぼ出尽くしましたので、ここで再
び、「魂の感情」が実際にどのように湧き出るのか、そしてどのようにそれ
を感じ取ればいいのかについて、話を戻したいと思います。

そして、その先にある「魂の成長」とは何かについてです。

「実践」の「習得」が「魂の感情」を湧き出させるのではない

ここでまず理解頂きたいのは、「価値観」さらには「信仰」といった、ハイブリッド心理学のあらゆる「実践」の「習得」そのものは、何ら「魂の感情」を湧き出させるものでもなく、「魂の感情の豊かさ」に直接つながるものでもない、ということです。

「実践」の「習得」としてできるのは、ただ、ひたすら、「魂の感情」への蓋を取り除き、蓋を軽くしていくことだけだ、ということです。

では実際に「魂の感情」を湧き出させるものものとは、何か。

それはただ「命」だということになるのですが、「命」が私たちの「心」に湧き出させる「魂の感情」を受け取るために、決定的に重要になってくるものがありますので、それを説明しましょう。

「孤独力」

それは一言でいえば、「孤独力」と呼べるものです。

もちろん単に「孤独になる傾向」のことではありません。単に、人に、そして「愛」に背を向ける孤独は、ハイブリッド心理学が言う「孤独力」とはむしろ正反対のものになります。

ハイブリッド心理学が言う「孤独力」とは、

孤独において「愛」に向き合うことのできる、心の強さ

のことを言います。

「魂の感情」は、この「孤独力」において、湧き出し、そして受け取ることができるものです。

それ以外の形では、私たちは「魂の感情」を感じ取ることはできません。特に、豊かさへと向かうものについては、

人間とは、そのような存在なのです。

ですからしばしば、「愛」を安易に「形」で手にいれる者は、全く心が豊かにならない、ということが、起きるのです。

『入門辺下巻』でも触れましたが(P.284)、**形としての「愛」**を我が物にしてきた人が、最後には**身を削る孤独**の中で死んで行くといった姿を、その結果しばしば目にするようになるのです。

私自身は、これまでの**人生**で、**外面的**には**実に乏しい異性**との**関係**しか持つことができませんでしたが、実はそれによって**逆に心が豊か**になれたと、**逆に良かった**ように感じてくるくらいです。(あまり自慢できない ^^ゞ)

安易に「愛」を**形**にできなかったことこそが、**自分の心を豊か**にした…今はそんな**感慨**を感じています。

その苦しみが、です。

実際の相手との場で「魂の感情」は消える

ですから、**自分への向き合い**の**実践面**でぜひ知っておいて頂きたいのは、

実際の相手との関係の場で、「魂の感情」は消える

ということです。

実際の相手との関係の場で、**プラス**の感情を表現でき、相手からも受け取れるという**心の交流**は、それはそれで「**楽しみ**」「**喜び**」であり、**人生の幸福**につながる、**良いこと**です。

しかしそれは**必ず「心の感情」**を通すものになり、「**魂の感情**」が**純粋**に湧き出るものではありませんので、「**魂の豊かさ**」には**あまりつながりません**。これは**かなり難解な違い**ですが…。

だからと聞いて、**現実の満足**を**避ける**のは、**全く意味**がありません。それは単に「**望み**」に**背を向ける**ということです。

「**望み**」に向かい、**いまだ叶えられていない中で、なお望むことを続ける時**、「**魂の感情**」は**大きく湧き立ち**、それを心の中で**開放**することによって、**魂の感情**は**豊かさを増していく**のです。

私たちにできるのは、ただ「望み」へと、向かうことだけです。

その「**望み**」とは、「**命**」がそれを望んで生まれたような、「**愛**」への**望み**です。

良くも悪くも、**実際の相手との場面**で**心**を使っている間、**魂**は、とりあえず**自分の役目**はないものとして、**身を潜め**ます。

ですから、「相手との関係」を「自分」だと感じる人は、「魂の感情」をごっそりと失っている人です。

「相手との関係」から離れ、孤独になった時の自分に向き合う中に、「魂の感情」が現れる。これをまず念頭に置いておいて頂ければと思います。

「相手への思いやり」を「魂の感情」かと考えるのは、完全に誤りです。「魂の感情」は、「思いやり」とは全く異質な感情です。

実際の相手との場面で私たちが抱く相手への感情、さらには「思いやり」は、しばしば、魂の感情の純粋さを失い、画策と目論みに満ちた、心の成長と豊かさへの方向性を見失った、「心の感情」の方です。

(5/27『「心」と「魂」の図』の左側の「成長不可能な心」の図参照。)

「魂の感情」を想起する、つまり「思い出す」ことが、それを突き破る、「浄化」の作用を持つ、という形になります。

ではそうした「魂の感情」を、実際どんな意識法で感じ取ればいいのか、考えられるものを説明しましょう。

2010年6月17日(木)

「魂の成長」への道-5・「感じ取り方」

では、「魂の感情」の「感じ取り方」の要点をまとめましょう。

6/8『「魂の成長」への道-2・道のり図』で示した、5つの通過ポイントに沿っての説明になります^^。

「魂の感情の回復」の感じ取り方

「魂の感情の回復」という最初の通過ポイントは、とにかく「魂」に蓋をするものを減らし、人を相手にしての問題においてではなく、むしろそこから離れて一人になって、内面の落ち着きと自由を取り戻すことができるというのが基礎になります。

まだ「孤独力」と言うほどの話ではなく、です。

そうして、自然の中に身を置いて、大きく深呼吸し、のびのびすがすがしい気持ちを感じ取る、といった姿勢が、この「魂の感情の回復」の「感じ取り方」

です。

これは6/9『「魂の成長」への道-3』でも書いた通り^^。

そのためにどんな「実践」が必要になるかは、もう完全にケースバイケースです。

もともと、「魂の感情」に比較的なじんでいる、難しい言葉を使えば「親和性」が高いケースもあります。この場合は第2の通過ポイント以降を検討すればいいという話になるでしょう。

最初は魂に固く蓋がされていても、「最初的一步」からの実践の中で、自然と、そして順調に、魂への蓋が外れていき、やがてある時、夕焼けの光景を前にして人生で久しく忘れていた感動の感覚を取り戻すといったケースもあります。これは『実践編上巻』で紹介している「D男さん」が好例です。

心が魂に完全に蓋をして、さらに重いつけもの石を乗せた上で心が働いているかのような方も、やはり少なくありません。この場合は、とにかくこの状態をはっきり自覚して、そこからの抜け出しに取り組むことが最優先課題になります。

そのための近道はなく、「感情と行動の分離」の内面および外面への取り組みの全てを、この状態からの抜け出しを目標にして進めるということです。

キモになる実践

こうした違いは、心の障害傾向の有無、そしてその深刻さの違いにはほぼ全く無関係であり、ひとえに、「価値観」と「信仰」によって決まる、というのが私の感じている印象です。

ですから、心が完全に魂に蓋をしているケースは、「最初的一步」からの実践の全てを通して、魂の感情を感じ取れる、そして開放できることに味方するような「価値観」と「信仰」への転換を果たすことで、ようやく「魂の感情の回復」から始まるという形になることが考えられます。

それでも、この場合の「価値観」と「信仰」の転換は、この先の通過ポイントをも一気に含むような、人生での巨大な転換にもなり得ることが考えられますので、他のケースよりもはるかに長い期間が必要だと決めつけるにはおよびません。

この転換とは、再度書き記しておきおますが、

「価値観」においては、「受け身の価値観」から「自己能動の価値観」へ。

さらにその根底にあるものとして、「信仰」においては、「他人依存信仰」および「有形物への信仰」から、「未知の神への信仰」へ、です。

そこで「価値観」も「信仰」も、基本的には内面の姿勢ですが、そのように転換するためには、必ず「行動学」を学び、それによって怒りを用いることなく自ら能動的に人に働きかけることの具体的な姿を知ること足場にするのが大切であることを、ぜひここでしっかりと心に銘記しておいて下さい。

キモになる意識切り替え

そうした「実践」の積み重ねの先に、「魂の感情」を感じ取れるために決定的に重要になる、場面場面での「意識の切り替え」が出てきます。

それは次の2点です。

- ・「人の心の中でどう思われるか」が「自分」であるという意識から抜け出る
 - ・全ての人間関係から、外面においてではなく内面において身を離して距離を置いて、自分の内面の純粋な気持ちを感じ取る
- *外面において人に背をむけるのは、外面向け実践の全体としても逆である点、十分ご注意下さい。

これを可能にするか、それとも全く不可能にするかが、上述のような「価値観」「信仰」によって決まってくる、ということです^^。

第2の通過ポイント以降の話を手短かに続けましょう。

2010年6月22日(火)

「魂の成長」への道-6・「望みの成熟」

「望みの成熟」

「他人依存信仰からの抜け出し」を最大の足場にする「魂の感情の回復」までの、大体の道のりを説明してきました。

そこから先の歩みの全てを、たった一つのテーマで表現することができます。

それは、「**望みの成熟**」です。

私たちがそれに向かって**人生**を歩むものになる、そしてそのために**自分の全てを尽くして生きることが「心の成長と人生の豊かさ」**につながる、「**望み**」の**感情**というものが、湧き出る**根元**から、**根本的に**、その**質が変化していく**ことです。

それはまず、**より純度の高いもの**へと。**迷いがなくなってくる**ということです。

そして次に、**より力強いもの**へと。**揺らがなくなってくる**ということです。

そして最後に、**より豊かなもの**へと。「**喜び**」と「**楽しみ**」そして「**愛**」と**いったプラスの感情がより大量に湧き出るようになってくる**ということです。

こうして**変化していった「望み」の感情を、「成熟した望み」と呼べる**でしょう。

「望み」はまず「依存形」で始まる

これは**逆に**言えば、そうした「**望みの成熟**」へと**向かわない間**は、私たちの「**望み**」の**感情**は、

迷いが多く、これは社会に**氾濫する情報**や**人の目**を前にして、ということになるでしょう。

揺らぎやすく、これは同じく**人の目**や、「**現実**」のさまざまな**制約**や**障害**つまり「**不完全さ**」によってということになるでしょう。

そして「**怖れ**」や「**怒り**」など**マイナス感情ばかりに向かうもの**になりやすい、ということです。

これは「**未熟な望み**」と呼べるでしょう。

それで人は時に、「**望まない方がいいのか**…」といった**思考**を始めることがあります。

それはもちろん、**人生の全体を捨てること**と、**イコール**です。

そうした「**未熟な望み**」を、いきなり、今述べた「**成熟した望み**」に変えるような**思考法行動法**は、**存在しません**。

「望み」というのは、必ず、「依存形」で始まるからです。

つまりそれは、人の目にどう見られどう扱われどう与えられるかの「望み」から、始まるのです。

そしてそれに向かう中で、思考法行動法を変えながら向かっていくことで、「命」の力が、心に「成長」を生み出し、次に、**一步成長した心**から湧き出る「望み」が、**一步成熟したもの**へと、**質が変化**する。

このような**形**になるのです。

それを、最初っからどうすれば成熟した望みを自分の中に見出し、引き出せるかと考え始めた時、私たちは「**心の成長**」への道を、**見失います**。

「望み」は必ず「**依存形**」で始まり、それに向かって生きる中で、**より成熟したもの**へと**質的に変化**する。

これを私はこのようにも表現しています。

「望み」は「**人の目**」に始まり、そして「**魂の感情**」へと抜けるのだ、と。

これが、「**望みの成熟**」への**歩み方**を一言で表現したものに、他なりません。

「**魂の感情**」において問う

「望み」に向かう**ハイブリッド心理学のアプローチ**の、**大きな一面**は、すでに述べた通りです。

「**感情と行動の分離**」に始まる**実践**の、**全て**です。

それを、「**知って学ぶ**」という形において、**内面**は**ただ流し理解**し、**外面**は**建設的行動法**へと、**変えられるものを変える**ことです。

それでうまくいけば、それでも**生活と人生が向上**します。**心**も**自然と成長**に向かうでしょう。

しかし、**スムーズに変われないもの**がある。**同じ心の未熟さ**にとどまっている。**同じ心の動揺**を、繰り返している。

そんな場合に、「**知って学ぶ**」という形とは**根本的に異なる**、**自分の心への向き合い方**が出てきます。

それが「**生きて学ぶ**」側面であり、「**魂の感情**」において**自分に向き合い、選択を問う**ということです。

「**魂の感情の回復**」を経て、**心で開放**され始める「**魂の感情**」においてです。

何をどのように問うのか、具体的な意識面から、キモになるものを説明していきます。

2010年6月23日(水)

「魂の成長」への道-7・「一貫した自己」の確立へ

「未熟な望み」の開放の仕方

私達の心に、最初から「成熟した望み」を湧き出させるような思考法行動法は、存在しません。

その中で「望みの成熟」に向かうことのできるような、「未熟な望み」の開放の仕方ができるかが、決定的になってきます。

それはやはり、人の目の中で何ものかになれることを望む、という形ではないものになります。

自分の目で社会を見て、その中の自分の生き方を考え、自分の価値観と自分の好みによって自分の幸福を描いてみて、そこに向かって自分の全てを尽くすという形での、「未熟な望み」の開放です。

それがやはり「他人依存信仰」からの抜け出しを、最初の重要な心の基盤にするのは言うまでもありません。

「一貫した自己」の確立へ

そこから、自分がいかに、人にどう見られどう思われるか、そして人にどう好かれ、あるいは嫌われるかの「空想」によって、自分が何をしたいかという「自分」そのものが、いかに一貫した一人の人間ではなく別の人間であるかのように変わってしまうかの自覚から、始めるのがいいでしょう。

そして、この問いを始めるのです。

「一貫した自己」として、どんな価値観や思考法行動法を選択していくのか、と。

本当の人生の歩みが、そこから始まるのです。

それは「**人との関係の中の自分**」ではなく、「**人との関係を越えた自分**」の**確立**への、**歩み**になると思います。

そこから、再び、**人との関係**へと向かっていくのです。

人が言うことの**何**を**肯定**し、**何**に対しては**自分独自の考え**を貫くか。その場合の**相手への行動の仕方**をどうするか。

そのような、**自分なりの思考法行動法**、そして**価値観**を、**確立**していくのです。

好きな相手の言うことすることは**全て肯定**し、**嫌いな相手の言うこと**することは**全て拒絶**する、というのではなく^^;

同様に、**相手が自分に好意的かそうでないか**によって、その**相手と関わりながら一つのものごと**に当たる**自分の姿勢や行動法**が**全く違ってしまふ**、というのではなく^^;

「**魂の感情**」とともに「**一貫した自己**」を問う

そのような「**一貫した自己**」への**歩み**の中で、「**魂の感情**」が、**極めて大きな役割**を持って、私たちの前に現れます。

それは**自分の命**において、**自分の価値観や思考法行動法**を問い、**選択**を決するための、**いわば伝令**として、私たちの前に現れるのです。

ハイブリッド心理学が**進む道**は**一つ**です。

破壊ではなく**建設**を。**否定形**ではなく**肯定形**で**思考**し、**行動**することを。

そして、**怒りに頼らない行動法**を取ることです。

その先に、**全ての怒りを放棄**することです。

これを、「**魂の感情**」とともに**問う**とはどのようなことなのか、**具体的な姿**を簡潔に説明したいと思います。

2010年6月25日(金)

「魂の成長」への道-8・価値観の成熟(前)

「**価値観の成熟**」の道

「他人依存信仰」からの**抜け出し**と、「**自分の目で社会を見る**」という心の基盤から始まる、「**望みの成熟**」への**道のり**を説明したいと思います。
長い**道のり**になります。**人生**を通して**歩むもの**として。

ここにまず始まる**道のり**は、「**価値観の成熟**」の**道**です。

これが「**望みの成熟**」への**道のり**の、**前半の準備過程**とも言える**道のり**になります。

なぜなら、私たちの「**未熟な望み**」がどのような**方向**において**開放**されるかが、「**価値観**」によって**決まる**からです。

では「**未熟な望み**」を、それに向かうことで「**望みの成熟**」へと向かわせるような**価値観**とは、どんな**価値観**か。

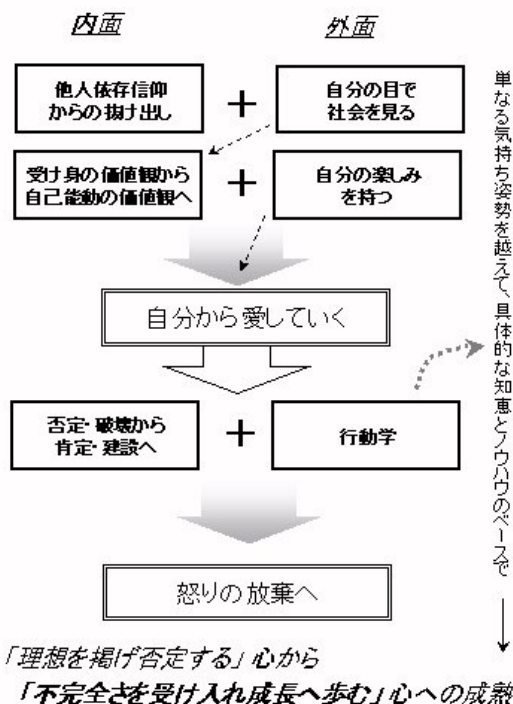
ハイブリッド心理学が取るその**価値観**は、**一つ**です。

いや、**価値観**が**一つ**なのではなく、**価値観そのものが成熟**していくような、**一本の道**を**歩む**のです。

「**価値観の成熟**」の**道**が、あるのです。

それを**歩むかどうか**は、あなたの**自由**です。

これを**絵**にしたものが以下です。



次の記事でポイントを説明しましょう。

2010年6月26日(土)

「魂の成長」への道-9・価値観の成熟（後）

価値観の完成に向かって

「**価値観の成熟**」は、大きく**2つの転換のテーマ**で、その**完成**へと向かう**歩み**になります。

一つは、私たちの**基本的な心の使い方**における、**根本的な転換**です。

「**否定・破壊**」から「**肯定・建設**」へ。

これは同時に、「**怒りの根本的放棄**」でもあります。

そして**もう一つ**は、それを**芯**にした、私たちの**生き方姿勢の根本的な転換**です。

「**理想を掲げて否定する**」という**生き方姿勢**から、「**不完全さを受け入れて成長へ歩む**」という**生き方姿勢**へ。

その**完成**への**歩み**が、先の記事の**絵**のような**道**としてあるものと考えています。

そのための**取り組み**は、**ハイブリッド心理学**がとる**価値観**を、「**理想として心得る**」という**姿勢**というよりも、**実際の生活においてそうはなりえない場面と自分の心に向き合う**、という**姿勢**で、進めるものになると言えるでしょう。

「**そうはなりえない場面**」とは、**他人**や**自分**への「**怒り**」が湧く**場面**です。

もし「**建設**」や「**怒りの放棄**」を「**理想として心得る**」という**姿勢**でうまくいく部分とは、「**知って学ぶ**」**局面**の話だとも言えます。

それで済めばそれに越したことはありません。しかし**そうはなり得ない自分の心に、さらに向き合う**先に、私たちは**自分の心の**、そして**人間の心の真実**というものを知る**歩み**が始まる。そんな風にも言えるように感じます。

そうして「**生きて学ぶ**」**局面**で「**実践**」することは、再び、「**感情と行動の分離**」に始まる**ハイブリッド心理学の実践**の、やはり**全て**です。

日々の**動揺場面**に、その**姿勢**に立って、**内面**と**外面**への**実践**を通して、**対処**する。その**積み重ね**です。

それはもう、**何をすればどうなれる**とここでまとめようとしても、**果てがなく**なるでしょう。

それでも私が**私自身の歩み**を振り返った時、強く**情景**として浮かぶ、**内面**と**外面**への**向き合いの姿**を書いておきましょう。

「悪」と「嫌悪」への向き合い

内面においてそれは、「**悪**」と「**嫌悪**」への**向き合い**という**面**が**色濃いもの**になるように感じます。

自分が何を「悪」と感じ、何に「嫌悪」を抱いているのか。
 なぜそう感じるのか。それに対して、これからの自分としてどのように対処しようとするのか。
 それを、問い続けるのです。

もちろん「破壊」ではなく、「自衛」と「建設」の行動様式を選ぶためには、です。

もちろん最初それは、いかに自分をそうした「悪」と「嫌悪」から身を離し、自分を守ることができるかの「自衛」に、実際の行動場面において徹することに慣れる歩みとして始まるでしょう。

やがてその中で、「悪」と感じ「嫌悪」を抱いたものが、自分自身の中にあつたものであることに向き合い、何の答えも出ないまま濃い涙を流す時間も、訪れるでしょう。これは「魂の感情」です。

そんな中で、心は徐々に変化していきます。

そして再び問うのです。「悪」と「嫌悪」に出会う、日々の体験の中で。

やがて、「悪」と「嫌悪」に動じることなく、そこにある「人間」が持つ一片の「善」と「成長」に着目し、それに働きかけるという行動法に、気づくことになるでしょう。

そこに、真の「建設」への、人生の歩みが、始まるのです。

自分を変える・人を変える

外面においては、「自分を変える」そして「人を変える」というテーマが、その着実な歩みを始めます。

他人や自分への「怒り」が湧く場面に出会う。
 そこで人を変えたいならば、まず自分から変わることです。

自分を変えたいならば、怒りで自分を変えるのではなく、楽しみによって自分を変えることです。

それを支えるような「社会観」を、先の記事の「自分の目で社会を見る」ことによって培っていくのです。

「社会」というものを、まず「生の情報」で知ることだ、と書きました。そこから分かることは、実に単純です。

人間というのは、実に多種多様だということです。どう生きるべきか、何をどう感じるべきかなどと、制約を課す社会の事実など、何も無いということです。

生き方は自由だということです。私たちが今生きているのが自由主義社会であり、かつての軍国主義の時代でも、某隣国のような社会主義の国家に生きているのでない限り。

「自由」であるとは、もちろん、「破壊」ではなく、「建設」の方向において生きる限りにおいてです。

そこから、まず自分が楽しみ、成長できるものを見出していく。

それを、人にどう見られどう思われるかに揺らぎないものとして、人と人の交流に再び向かうのです。楽しみと成長を共有し、そして、自ら与えていくのです。

すると、人が変わります。

これが分かってきた頃が、「神になるのをやめるひらめき」を問うことができる時期だ、という話になってきます。

それについての、今回のこのブログでの説明のシメになるものを書き、それを節目とした「魂の成長」について、残りの話をざっと手短かに書いていきたいと思えます^^。

2010年6月28日(月)

「魂の成長」への道-10・心の業の克服（前）

「価値観の成熟」のゴール・「ありのままの人間」としての成長へ

「神になるのをやめるひらめき」が、「価値観の成熟」の大きなゴールとしての位置づけになります。

それは心の最も奥底の、自分の人生への根本姿勢の方位磁石が、明確に「破壊」から「建設」へと転じる境目です。

それは同時に、「理想を掲げて否定する」という今までの生き方が、音をたてて崩れ始め、新しい生き方が始まる、人生の大転換の境目です。そこから、「ありのままの人間」としての成長が始まる、転換としてです。ありのままの「望み」に、向かってです。

自分こそが神だと無意識の中で感じる、人間の心の悲劇の根底にある「心の業(ごう)」を捨ててです。

「不完全さを受け入れて成長へ歩む」という新しい生き方が、そこから始まります。

人間の心の業(ごう)

「破壊」から「建設」へ。そして「理想を掲げて否定する」という生き方から「不完全さを受け入れて成長へ歩む」という生き方へ。

この2つの転換が、「自分が神になろうとするのをやめる」という「ひらめき」に、まとまって収まるような形で決定づけられる。

何とも、哲学的で、宗教的で、スプリチュアルな話です。

ハイブリッド心理学はそこに、人の人生の悲劇を生み出す「心の業」の正体とも言える、一つのコインの2つの両面を、見るのです。

コインの一面は、「否定」そして「破壊」を旨とする生き方です。そこで人は、ものごとの悪い面により積極的に着目し、自ら不幸になっていくという生き方に、陥ります。

この対極は、「肯定」そして「建設」を旨とする生き方であり、そこで人は、ものごとの良い面により積極的に着目し、自ら幸福へと歩むという生き方に向かいます。

コインのもう一面にあるのは、「決して許してはいけない存在がある」「否定すべき存在がある」という、私たちが幼い頃から植えつけられたその信念の、「絶対さ」の感覚です。

私たちがその感覚を、事実、私たち自身がしばしばそうした否定を受けたからこそ、抱くようになったのです。この世界には「存在の規律」があり、それを損なった者は怒りの否定を向けられるべきだというおきてがあるのだ、と。

その**対極**には、人はその**存在**においては**全てが許され、全ての人が同等に幸福へ歩むものとする**、「**開かれた世界**」と、**全ての存在**に向けることのできる「**無条件の愛**」の世界があります。

「依存の信仰」という心の業の根源

この**コインの両面**が、「**依存の信仰**」の中にあります。「**依存**」の対象が、「**他人**」であれ、**形あるものとして描かれた「神**」であれ。その**対極**にある**信仰**が、**人知を尽くして神に委ねる**という、「**未知の信仰**」であるものとして。

なぜなら人は、「**依存の信仰**」の中で、**不幸を強調すればするほど、ものごとの悪い面を強調すればするほど、自分が助けられるべき存在だ**という、「**高みの感覚**」を持つのです。

そして人は「**依存の信仰**」の中にいるほど、**人間の存在に、「神」から「うじ虫**」までの**序列**、つまり「**存在の善悪と身分**」を感じるのです。

その**結果**は、**心の見えないつながり**の中で、**やがて「自分は神を知る」「自分こそが神だ」という無意識の感覚の中で、完全完璧に満たない他人や自分への、怒り破壊を向けるようになる。**

これが、**人間の心の業の、正体**です。

これを**頭で理解すること**と、これを**本当に克服すること**とは、**大分別の話**になると考えています。

ハイブリッド心理学でそのために**実践**するのは、「**感情と行動の分離**」に始まる**実践の、地道な積み重ね**だけです。

「**怒り**」という、その**有害性**を説明することからこの**心理学が始まるものの、根本的な放棄の克服の完成**に向かったの、**歩み**です。

実践の流れを、**次の記事**で簡潔に記しておきましょう。

2010年6月29日(火)

「魂の成長」への道-11・心の業の克服（後）

心の業の克服へ

前記事で説明した「心の業」の克服は、ハイブリッド心理学の「実践」としては、「怒りの放棄」の完成への歩みの、一つの到達点として位置づけられます。

「神になるのをやめるひらめき」という、人生を根底からくつがえすような、大きな閃光が心を貫くような体験に、それはなるのではないかとハイブリッド心理学では予想するものとして。

ただしそれはハイブリッド心理学の実践を、以下のようなフルバージョンで進めた場合です。そうではない形、またハイブリッド心理学以外の心への取り組みの中で、同じゴールに至る姿もあるでしょう。

1. 「怒りを捨てる」「建設」の徹底

内面においては、「破壊」から「自衛」そして「建設」への基本姿勢の転換を問い、外面においてそれを「行動学」によって具体的なものにしていきます。（参照：5/18『3つの「行動学」』）

これによって、実際の行動場面で「怒りを用いない」行動法を、徹底して行きます。体験の積み重ねが大切です。

そうした中で、「復讐の放棄」という、人間の心の基本的な宿題への、答えを出せることが通過点です。

もちろんそれは、「過去への復讐」ではなく「未来の幸福」を選ぶという、しっかりと報酬のある選択として、嘘偽りのない本心からのものになることができます。復讐の放棄だけを精神論で問うことは、あまり心の芯にまで届く力を持ちません。

そのためには、実際に幸福に向かうことができるという自信の感覚と、実際に向かい始めているという前進感が、前提として必要になるでしょう。

これはもちろん「感情と行動の分離」に始まる実践の全てを通してのものになります。

2. 「完全完璧」「何でも」感覚の減少

「行動学」に習熟し、徐々に行動力を広げていく中で、「完全完璧」などないということ、実感として感じることができるようになることが、やはり通過点です。

あの人は何でもできる、自分は何でも…といった、具体性のない思考はなくなることが通過点です。

誰にでも長所と短所があります。それを見る、「中庸の目」を自分の中に育てることです。

(参照：3/4『真の自尊心・「自己への中庸の目」』)

不完全さを認め、弱さを認めることにこそ、本当の強さがあることを、実際の体験の中で、学んでいくことです。

そうした結果として、私自身が30代後半頃に至った心境を、4/6『島野が神になるのをやめた時-4・完璧はない』で紹介しました^^。

3. 「神」の捉え方の整理

「神」というものを、自分の心がどう感じ捉えているかを、人生の中で適宜、つまり心の成長の節目節目で、総点検してみると良いでしょう。

現代人にありがちなのは、知性思考では「神の存在を否定」している一方で、外面や内面が飛びぬけて優れた人を前にすると「神のよう」な「圧倒感」を感じる、「人間の価値」が神の座からうじ虫までの序列の中にあると感じるといった、思考と情緒の全くの不統一です。

これは、「自分こそが善悪を裁く神だ」という無意識の感覚の中で、完全完璧に満たない他人と自分を怒り否定するようになるという、「心の業」に支配された心の典型的な姿です。

それを、

- ・知性思考においては、「いかなる形においても観察不可能なもの」としての「神」であればむしろ肯定する思考
- ・「全てを尽くして神に委ねる」という「未知への信仰」の情緒

という形で、思考と情緒の統一ができた時、「神になるのをやめるひらめき」が問える状態がほぼ整ったということに、なるでしょう。

「怒る理由」..

何を問うのか。

「怒る理由」です。

内面の選択と、外面の行動法が、もう十分に怒りを使うことなくいられるようになった時、それでも湧く、「怒り」の理由を問うのです。

「神」を人間に当てはめるような思考もすでにない心において。

するとそれが、今までのの人生で抱き続けていた「決して許してはいけないものがある」という「絶対さ」の感覚が、結局、「自分が神になろうとした衝動」であったことが、自分自身に衝撃的なこととして、心に暴露される。

これが、「神になるのをやめるひらめき」の心理メカニズムだということを、今回のこのブログでの説明としたいと思います^^。

こうした流れの先にあった、私自身の場合37歳を目前にして起きたそれが、すでに下記記事で紹介したものになったというわけです。

4/5 『島野が神になるのをやめた時-1』

4/5 『島野が神になるのをやめた時-2』

「魂の成長」へ

これが「価値観の成熟」の、まずはゴールに位置づけられます。「魂の成長」の、前半準備過程です。

ここから、「魂の望みの感情」が、心の中で大きく開放されるようになります。

再びスポットライトを「魂の感情」に戻し、この「ひらめき」の節目の前後でその役割について、重要なポイントをざっと説明していきましょう。

2010年6月30日(水)

「魂の成長」への道-12・道のり前半と後半

話を再び、「魂の成長」の道のり全体に戻しましょう。

6/8 『「魂の成長」への道-2・道のり図』の絵をまた見て頂きたいと思いません。

道のり前半・「心」が導く歩み

「神になるのをやめるひらめき」をひとまずの**ゴール**とする「**価値観の成熟**」の**道のり**を、前記事まででざっと説明しました。

これが「**魂の成長**」の**道のり**の、**前半**になります。
道のり図で**3番**と示しているところです。まだかなり**上**の部分ですね。

この境目は、はっきりとした「**神になるのをやめるひらめき**」でなくてもかまいません。とにかく、心の底の**生き方姿勢の芯**が、「**理想を掲げて否定する**」から「**不完全さを受け入れて成長へ歩む**」に転じるというものであれば。

それによって、「**魂**」からの**プラス感情**を**湧き出させない**ようにしていた、**魂への蓋**が**ぱっかり**と取り去られ、**魂のプラス感情**が**豊かに湧き出てくる**のが、**後半の過程**になります。

それに向かって、**前半の過程**は、とにかく「**価値観**」や「**信仰**」をいかに**本心から変える**ことができるかという、まずは**頭で考えることの内容**が重要になります。

「**頭で考えること**」とは言っても、**無意識に感じていたこと**までも**しっかりと解きほぐした上**での、**本心**からのそれが、重要です。

そのように、この**前半過程**は、「**心**」が**導く歩み**になると言えます。

道のり後半・「魂」が導く歩み

それに対して、**後半過程**が、「**魂**」が**導く歩み**になります。

生き方姿勢の芯が、「**理想を掲げて否定**」から「**不完全さを受け入れて成長**」へと**はっきり転換**することで、「**湧き上がる**」という「**魂の望みの感情**」が、**大きく開放**されてきます。

善悪思考の崩壊・「野生」の開放

実はここにさらに**中間の動き**があったのが、**私の体験**です。

それは「**理想を掲げて否定**」という**姿勢**が**根底から捨て去られる**ことで、その**絶対善悪のものさし**で測ろうとした**さまざまなテーマ**での**善悪思考の全体**が、**ガラガラと音をたてて崩壊**したような**状況**が、その時**私の心**に進行しました。

なんだか、**全てがどうでもいい**、というような**気分**になってきたのです。自分が**ただの「道徳観念の欠如した人間」**になろうとしているような…。

しかしその「魂」が導く歩みが私に教えた結果とは、全く逆であり、『入門編上巻』でも書いたように (P.282)、「開放された人間の本性は、道徳よりもはるかに良識的」だと感じさせるものになりました。

真の豊かさへの道

いずせにせよ、まず開放される「魂の望み」の感情とは、「豊かさ」と聞いてまず読者の方がイメージするであろうものとは恐らく少し異なる、「本能的」そして「野性的」ともいえる色合いを帯びて湧いてくるものになったのが、私の体験です。

「好きに生きてやる！」という、野心的情熱ともいえる情動としてです。

それに対して、引き続きの「感情と行動の分離」の姿勢による方向づけで向かうことは、言うまでもありません。そもそもそれが今こへと至らしめたものとしてです。

そうして湧き出してくる「魂の望みの感情」へと向かって、全力を尽くして向かう人生の歩みが、やがて心を真の豊かさへと、つまり安定とおおさかさと包容力を大きくかねそなえた心へと、成熟させていくのです。

こうした後半過程についての、これ以上のより詳細な説明は、『入門編下巻』に譲るものとしましょう^^。

「魂の感情」とともに価値観を問う

難しいのは、このようにまず「心」が価値観や信仰を変えることで「魂」が開放され、次に開放された「魂の感情」が「心」を導くという形になるとしても、「心」が価値観や信仰を変えるためにやはり「魂の感情」が必要になる、ということです。

これが道のり図で2番と示した部分です。3番と位置が逆転していますね。

これはどういうことかということ、「魂の望みの感情」を開放するためには、やはり何らかの「魂の感情」に先取りして向き合う必要があるということです。

これが入門編下巻などでも十分には書けていなかった、実践的な部分ですね。

これを次に説明しておきましょう。

4章 島野が至った「命の無の世界」

2011年3月2日(水)

島野が至った「命の無の世界」-1

島野が至った「命の無の世界」

「命と無への道筋」といった話を改めてしているわけですが、抽象的な話ばかりだと分かりにくいもしくは退屈(?^^;)かと思いますので、ここでちょっと最近の島野に訪れた心の境地の変化など、ちょっと紹介しておこうと思います。

『入門編下巻』において、私の人生感覚が最後に「命の答え」つまり「命の大きなつながりの中で自分は仮の姿」というものに至った流れなど書いていますが、そこからさらに一歩進み、先日その30『「命」と「無」への道筋を知る-4』で「無の境地」が完成形になってきたのを感じる」となった流れです。

一言でいえば、「命の無の世界」というのを、よりはっきりと感じるようになった。

これまで、具体的には昨年12月半ば頃までですが、私の人生感覚は「心-魂-命」の3つの連携という、『入門編下巻』で書いたものが、至っていたものでした。

それが、昨年12月半ば頃、スクールカウンセラーにでもなるかという目論見があえなく頓挫(^^;)し、では今後どうするかと考え始めてから、また私の心に起きた変化です。

それが、「心-魂-命の3つの連携」から先に一歩踏み出した、「命の無の世界」になります。

「心」「魂」「命」そして「命の無の世界」

人生の遍歴というのはあまりにも人それぞれのため、島野の話がどれだけ参考になるかは何ともいえませんが、こうした話から押さえておいて頂きたいポイントとは、「心」「魂」「命」そして「命の無の世界」といったものが、自分自身の中で全く異なる心の機能として存在することが、体験の中で感じ取られる、ということです。

それを感じ取れるようになってくると、そのどれに、どのように乗っかっていけばいいか、というのが分かってくるのです。

マラソンランナーが、体のさまざまな筋肉の使い方に習熟していく中で、この

筋肉のこの使い方でいけば疲れずに力強く走り続けられる！と分かってくるように。

それだけ、はっきりと、別の心の機能、言ってしまうえば別の「心的機能体」ともいえる、3つの別の心の機能が私たち人間の心の中にはある。

「心」、「魂」、「命」と。

そこで「命」の心的機能にほぼ全面的に自分を委ねて生きる形になるのが、「命の無の世界」だという話になります。

これは極めて、揺らぎないです。もうほとんど、「考える」ことさえありません。

多くの人は、表面の「心」の薄っぺらい部分、つまり「自意識の殻」だけ機能させており、その底で「魂」と「命」が眠っている、という話になるかと。

それを呼び覚まし、機能するようになるのが、「覚醒」だという話になります。

島野のケースでは、この3つの心的機能体、そして「命の無の世界」が、どのような「意識表現」になったかを紹介しましょう。

あと2つの記事にて、つごう前中後で収めるよう手短かに書きましょう^^。

2011年3月10日(木)

母の死

(2013.9 ブログ書籍化に際し、この記事も「島野が至った「命の無の世界」」カテゴリーに収録しました^^。)

月曜の10時に母が亡くなり、火曜に通夜式、そして昨日が葬儀と告別式でした。

先月の20日の日曜に入院し、診断は末期の肺ガン。そうしてわずか2週間と1日で急逝というあわただしい日々が終わり、わずかに放心感など感じつつ、今日から母のいない新しい日常が始まったという感じです。

人の世話に明け暮れた人生でした。空気を読めない、空気を読まない(^_^;) 姿勢で、時にありがた迷惑もかえりみず(^_^;) 家族や回りの人の世話焼きに尽くし続けてきた母は、一つの姿として、偉大な母であったと感じます。

それが逆に、自身の疲れや病気については自己把握がおろそかで不正確となり、今回も「風邪が治らない」程度にしか認識できないまま、父にせかされ入院した後、末期の肺ガンであることは結局本人は認識できないまま旅立ったという感じです。

入院当初は、本人に治りたいという意思が強く、それを伝えることは憚られ、やがてもう伝えるべき時であるのを私たち家族が感じた時、病状はさらに急激に悪化し、通常の会話はできなくなってしまったといった経過でした。

今までの人生を振り返り、ねぎらいの言葉でもかけたいところでしたが、それもできないまま、まあそれが母の性格の一つであるかのように、「駆け抜けるように死んでいった」という感じです。

私はその中で、母が、自分がもう死ぬのだということを自覚し、無念の気持ちでなしに受け入れているのかを気にしていました。

それをどんな言葉でできるのかといろいろ考えていたのですが、母が自分の死を自覚し受け入れていることを感じる事ができたのが、亡くなる2日前の、先日5日の土曜日のことでした。

水を欲しがり、少しベッドを起こして与えるなど、わずかに意思疎通ができた状況を感じ、またベッドを横にして落ち着いた感じになった時、私は母の横に座り、ベッドの柵に手をかけて母を覗き込むように、こう声をかけました。

「これからはもうずっとゆっくり休むといいね」、と。すると母が小さくわずかに頷きました。

こみ上げてくる感情に一瞬声が詰まりましたが、私はさらに「今までずっと皆のために頑張ってきたんだから」、と。

母の表情は穏やかでした。私は母との別れで果たせることをしたという晴れ晴れしい気持ちを感じました。

その日の午後、医師からはもういつ心臓が止まってもおかしくないので、会わせたい人を会わせておくようにという話があり、夕方には孫達の最後のお見舞いに同行。翌日日曜の午後に危篤状態となり、月曜朝に亡くなった次第です。

私はこの出来事が、昨年12月にスクールカウンセラーが不採用になり、今の家が空いて引越することになり、大学進学時以来33年ぶりにまた実家の地で暮らすことになり、腰を落ち着けて母の看病と見送りをする事になったという

流れが、また再び何か**神の手**、**神の取り計らい**が働いたものであったかのよう
な気がしています。

この出来事については、**私自身の感情の流れ**について、またいずれいろいろと
書く機会があると思います。

相変わらず**新居の内装DIYリフォーム作業**や**母の部屋の整理**、さらにはその
うち**何か仕事始めねば**という状況で、**頻度もそう上がるもの**ではないかと思
いますが、またぼちぼち**ブログ記事**なども再開していきますので^^。



2011年 3月 17日 (木)

島野が至った「命の無の世界」-2

バタバタ（私事）とガタガタ（地震・直接影響は少ないものとにかく成り行きが気になり）で（←語呂遊びあはは^^）少し遠ざかっていましたが、内装DIYリフォームもバスタブ交換（台座の自己製作含む^^v）と収納・物置のための各種設置などが済み、ようやく新生活が機能し始めそうということで、**続き**など書こうかと^^。

とはいえまだやることが**山済み**で（あとは壁と天井のクロス貼りがメイン）、**手短か**が細切れがやりやすそうということで、前中後の3記事に収めるのは**断念**し（^^）、**連番**で書いていこうかと思います。

（『（前）』は『-1』に修正しました^^）

人生を通して知る「心と魂と命」

さて、私自身が最近かなりはっきりと「命の無の世界」を、心の探求の**ゴール**として感じ取るようになったという話を、その**具体的意識表現**を経緯など含めて、**紹介**しようとしております。

その**紹介**によって、**結局何をお伝え**しようとしているのかを、まずお伝えしましょう。

それは、私たちは、心の探求の**歩み**の中で、私たちの心にある「**心と魂と命**」という**3つの別の心的機能体**が示す**光景**を**経る**のだ、ということです。

これは車の**ハンドルさばき**のことではなく、走る先に見える**光景**の話です。ですから、**ゴール**を知って、それをそのまま**すぐに「感じ取るう」**と考えることは、**無意味**です。

では、今何を感じ取ればいいのか。その**ハンドルさばき**として言えるのは、**ただ、今ここにあるありのままの自分の感情と、ありのままの現実**です。ただ、その**2面**にしっかりと向き合い続ける。「**感情と行動の分離**」の**2面**です。

それを、**人生**を通して**続けていく**のです。その**2面の歩み**を**歩む**ごとに、見えない**「命」**が、心に見える**光景**を**変化**させていくのです。

「心」から「魂」そして「命」へ

そしてその**変化**は、

まずは「**心**」の**画策思案**を通り、

次に「**魂**」の**純粋な声**が現れ、

それを聞き届けた時、**新たな「心」**がリロードされ、そこに「**命**」そのものが姿を現わすのです。**無であると同時に全て**でもある、「**命の感情**」として。

これは**大きな仕組み**としては、私たちの「**心**」が、本来の源である「**命**」から離れ、**うすっぺらいもの**になったものが、「**魂**」に**仲立ちされる**ことで、再び「**命**」に**戻る**という**大きな流れ**だと思われまます。

私の場合、その**ゴール**として**最近とみに感じる変化**とはどんなものかを、**具体的に**紹介していきましょう。

2011年 3月 19日 (土)

島野が至った「命の無の世界」-3

ハンドルさばきは「**望み**」の軸

解説と**入れ子**になりますが、**ハンドルさばき**について説明しておこうと思いません。

走ると**見えてくる光景**が、

「**心**」の**画策思案**から、

「**魂**」の**純粋な感情**へ、

そしてそれを**聞き入れた時**、「**命**」が姿を見せる。

こうなるような、**車の走らせ方**のための**ハンドルさばき**とは。

「**望み**」を軸に、**内面と外面**に向き合うことです。

自分の**内面感情**を、「**どんな望みにおいてそう感じるのか?**」という**視点**から問い、

外面の現実を、**自分の「望み」**にとって**どんな現実なのか**という**視点**から見ていくのです。

なぜそれが「心」と「魂」と「命」という光景の変化のためのハンドルさばきになるのか。

「望み」に向うことが、生きることだからです。

そして「心」が「命」から離れ、それを「魂」が仲立ちするという大きな仕組みの中で、「望み」を軸として内面と外面に向き合う歩みが、

「心」から「魂」へ、

そして最後に全ての大元の「命」へと、私たちの「意識」の次元を遷移させるのです。

「どうあれば…」に意識が拘泥（こうでい）する癖

一方、心への取り組みが不毛になるパターンは、「どうあれば」「どうあるべきか」という、何かの理想を軸として自分の内面と外面に向き合おうとするものです。

自分はどう病んでいるのか。どうあれば健康なのか。

そう問うだけの間は、心は変化することはありません。

理想を抱き、それを自分に押しつけようとすることに問題があるのではありません。

そうした理想によって、どんな「望み」を追い求めているのかという、さらに大元にある感情への目が薄れることに、問題があるのです。

理想通りになることで、何を追い求めたのか。愛か。勝利か。どんな愛か。どんな勝利か。

そうして「理想」を抱くさらに大元にある「望み」を見つめた時、私たちは「望み」と「理想」そして「現実」という一連のことがらにある、矛盾や不完全性、そして自分自身についた嘘を捉えるのです。

その時、心は自らの中にある不合理を捨て、より純粋な、問うべくもない自己の真実に、向かい始めるのです。

そこに、「魂」と「命」が姿を現すのです。

「否定価値の放棄」の前と後

そのようなものとして、「望み」を最大の基本軸として向き合う中で、「本当にそうか？」と自己に向き合う思考として、「ていねいな論理的思考」が道具として登場するという話になります。

ですから、ここに**2つの基本的な関門**、「魂」と「命」に向かうための条件があるという話になります。

「望み」を軸とした、ていねいな論理的思考ができること。

そしてその先に、「望み」を心の中で開放することです。「どうあれば？」という「理想」を軸とした思考だけに拘泥する意識によって蓋をされた、大元の「望み」の感情への扉を、全開へと開け放つことです。

これがハイブリッド心理学の取り組み実践の習得目標と位置づけられる、「不完全性の受容」「否定価値の放棄」です。「神になるのをやめるひらめき」としてそれが起きるというのが、一つの最も鮮明なものとして。

ですから歩みの道のりとしては、「不完全性の受容」「否定価値の放棄」に至るまでと、その後とで大きく局面が異なるものになります。

そこに至るまでは、「望み」を軸としたていねいな論理的思考をとにかく習得実践する積み重ねが必要です。

そしてそこに至った時、歩み方はだいたい同じまま、「心」から「魂」そして「命」へとという光景の変化が、「命」の力によって自動的に働くようになってくるといいう仕組みです。

多くの方には、まだ前半の課題が大きくあるでしょう。

それでも、そこで実践する「論理的思考」とは、「感情を無視して理屈で」というようなものとは、やがて全く異次元の世界に向うのだという、先々への目を養っておくために、私自身が感じるようになった「命の無の世界」などを伝えている。

そのような位置づけになります^^。

2011年 3月 23日 (水)

島野が至った「命の無の世界」-4

ハイブリッド心理学が考える「心の仕組み」

『詳説・感情を鵜呑みにしない思考』シリーズで書こうと思っていた話ですが、この『島野が至った「命の無の世界」』シリーズで書いておくのが良さそうですね^^。

「心と魂と命」という、ハイブリッド心理学が考える「心の仕組み」の説明です。

「ていねいな論理的思考」とは、そうした心の仕組みにおいて、心をどう使うための、どの部分のことなのかという話になってきます。

「ていねいな論理的思考」は「自意識の殻」を打ち破るため

それはとても限定的な、心の仕組みのほんの一部のためのものです。

もちろん「ていねいな論理的思考」は、人生を生きるための、そして生活のための知恵とノウハウを正しく仕入れるための基本的な道具になるものです。しかし、そうした知恵とノウハウは、あくまで心の外部のものごとの話です。

重大なのは、私たちの心そのものを、どのように働かせるかです。そこにおいて、「ていねいな論理的思考」は、心をどのように働かせるために、心のどんな機能をどのように使うのか。

そう考えるならば、その役割は、心の機能の領域（ちょっと難解な表現^^;）としては比較的小さく、しかし、決定的な役割のために使いたいものになります。

それは、「自意識の殻を打ち破る」ということのために使うのだ、ということです。

私たちが心の病みと闇に陥る根本原因となる、人間の心の業の正体とも言えるものとしての、「自意識の殻」です。

「自分」という意識、そして「自分」が「どう人に見られるか」という意識によって、人生の道を見誤り、心を惑わせながら生きる根本的原因となる心の機能、「自意識の殻」を打ち破るために、「ていねいな論理的思考」を働かせていくのです。

それが、ハイブリッド心理学の実践における「ていねいな論理的思考」の最大の役割です。

「自意識の殻」の屁理屈を洗い落とす

なぜなら、「自意識の殻」は、屁理屈ばかりを弄するものだからです。それによって、「望みの感情」という、生きることにとって最も大切なもの、見えなくするものだからです。「望み」に蓋をし、歪めるものだからです。

自分は望むことはできない…だってこうだから、自分が望めるのはこんな…だって、という屁理屈によってです。

「ていねいな論理的思考」を使うと、それらの全てが、てんで正しい論理などではないものとして、洗い落とされていくのです。

そこに、純粋な望みが姿を現す、「望みの開放」への道が、始まるのです。

分岐路

人間の心の痛みと闇、心の業を克服しようとする取り組みの全てが、この同じ目標を目指していると言えるでしょう。

「自意識の殻」を突き破り、洗い落とすことで、「魂」と「命」を開放しようと。

その方法、あるいは道筋として、分岐路がすぐに現われることとなります。

一つの道は、「自意識の殻」の屁理屈を捨てるために、はなっからもう理屈抜きの話をしようとするものです。こう感じられればいいのだと。

多くがこれに当たると思います。

全てが神の愛です。全ての出来事に人生の恩恵としての意味があります、と。

もう一つの道は、「自意識の殻」の屁理屈に対して、「ていねいな論理的思考」で真っ向から対峙していくものです。

ハイブリッド心理学は、この道を取ります。

はなっからもう理屈抜きの話で行く方法は、あくまで「準備された範囲」においてのみ、「魂」と「命」を開放するものになるのではと、私は感じています。

(参考：2/21『詳説・感情を鵜呑みにしない思考-30：「命」と「無」への道筋を知る-4』)

「開放」への準備そのものから積み重ねるための方法は、後者になるのではと。

そしてこの科学の時代、はなっからもう理屈抜きの話ではあき足りず、理屈まで徹底的に究められることを求める人もいるであろうことにおいて、ほとんど

社会で注目されないこの心理学が果たせる役割がある。そう感じて、続けている次第です。

いずれにせよ、「**自意識の殻**」を突き破り洗い落とし、「**魂**」と「**命**」を開放していく。

こうしたことが起きる、私たち人間の**心の仕組み**を図にしてみましたので、それを次に載せましょう。

2011年 4月 3日 (日)

島野が至った「命の無の世界」-5

島野の意識変化

さて先の記事で「**生きることの重みが異次元へと変わる**」という話をしたところで、**私自身の最近の心境変化**の話をここで書いておこうと思います。

この話に触れ始めた記事（『**…-1**』）で、「**命の無の世界**」というのを、よりはっきりと感じるようになったと書いておいたもの。また**その記事**の中でさらに**前の記事**から引用していますが、

「**無の境地**」が完成形になってきたのを感じる
と書いたものです。

それは**具体的に**、**意識表現**としてはどんなことか。

新しい目標・・

とても**具体的な**、**今までとの違い**がはっきりした**意識状況**です。

この心理学の執筆に勝る、**新しい目標**ができたのです。

それは、「**生きていくこと**」です。

そのために、**この心理学の執筆**は、もう**二番煎じ**もとい（こんなところで不要なジョーク^^:）**二番手のこと**にするのだ、ともあえて言える**意識**としてです。

それがまさに、私がこの心理学を通して、心を、人生を、そして生きることを探求した、本当の一つのゴールとして至った答えが示すものなのだとということに、揺らぎない**確信**と**安心**を感じる中でです。

豊かな**充実感**とともにです。

ですから、これをもってこの心理学の執筆は終わりにしますという話**ではなく** (^_^;)、これからも**ずうっと書き続けていく**所存ですが (p(^)q)、それはもうかつて（これまでの原稿を書いている中で時おり触れたような）、**「命をかけて書いていく」**というようなものではなく、**「命のままに書いていく」**というものになるのだろうと感じています。

真の揺らぎなさ..

何はともあれ、こうして**また変化**があって至ったの**今の自分の心のあり方**を、**なんかとてもいい感じ**に感じているわけです。

本当に、感いがなくなった。

「どうあれば..」と、**考え**なくなった。完成形とも言える**「ぜんぜん、」**の様相で。ありのままに生きるという、**「無の境地」**ということになるのでしょう。

今まで、（読者広場でも**心配頂いている御仁**がおられるように）この心理学への**社会の反響の有無**に、**自分のモチベーションを委ねよう**とした部分もあったわけです。そしてそれに**期待**を抱いたり**失意**を感じたりもしたわけです。

この心理学を**社会に広めるために自分は生きる**と思い、それはつまり、この心理学の展開が**思うように行かない**場合に、**生きる意味をうまく感じ取れない**という**心の揺らき**も、**潜在的に用意されていたのだ**と感じます。

「これでは生きてる価値が..」といった**感い**としてです。実際それが私の**実際の意識表面**に現われたは、**ごく僅かなもの**だったとしても。

それが今、**きれいになくなった**のを感じます。

「執筆のために生きる」という心境は消え去り、**ただ「生きること」そのものが最大の目標**、**「生きるために生きる」**ようになったことにおいて、もう**「これでは生きてる意味が..」**となることは、**もうない**のです。

再び、新たな人生へ..

いずれにせよ、こうして**「生きること」そのものが目標**になる裏には、**このままでは生きることそのものが難しくなる**という、**金銭面**の事情があります。

そしてそれを、私がこれまでの人生を生きてきた**結果**として、人も羨む一流企業を辞め、持ち家（マンション）まで売り払って、貯金も使い果たし、売れもしない（^^）本を**3冊も出版**した。それが、これから生きるために仕事を始める上では**何もなかったようにチャラ**になる話だとしても、**私はこれが、私自身のこれまでの人生を本当に生きることができたこと**として、とても深い**充実感**を感じる中で、**全てをリセットして生きるために新たな仕事を始めることに、とてもやりがいのある目標**を感じているのです。

今は**ボロ家**に一人で住み、**再就職も難しい**であろう**50歳**。これがもしあの会社に勤め続けていたら持っていたであろう、**社会的にはとても立派な財産**を持つ自分という、**別の人生の姿**を浮かべて言うことができます。

それは、**もう死んだまま生きる姿**だったと。

私はそれをやめ、生きることをしたのです。今はそれに、とても深い**充実感と満足感**を感じています。

「命」の大きなつながりへ..

こうして、**ただ生きることへの意欲**を持ち、**新しい生活を始めようとする心境**の中で、「**命**」の**大きなつながりというものに自分が入っている**のを、感じるわけです。**今回の震災**でもなおさらそれを感じました。

その大きな「**命**」の**つながりの世界**にあって、**島野の執筆が社会にどんな反響を得るかなど、全く意味のないどーでもいいこと**なのです。

まあもちろんそう言い切っては**語弊**があり、**反響**によって、**必要とする人が知る機会が増える**のは大切な話として。

まあこの場を借りて指摘するなら、**社会反響によって読む姿勢を変えるのは、ちょっと違う**と思う^^; **唯一無二の自分を探求**するというこの**心理学の主旨と逆**^^;

いずれにせよ、そんな**大きな「命」のつながりの世界に至る道筋**を説明する一つとして、**島野の執筆**がある、という話になりますね^^。ちょっと**パラドックス**ですが。

ちょっと言葉足らずですが、ともかくこんな**心境変化**を経て、**少し前までの「執筆のために自分の命がある」という感覚**から、今は、「**自分の命の中に全てがある**」という**感覚**で、**あえて反響への関心から一歩置いた執筆モード**に切り替える感じとなります。

これで、まずは**一生書いて**いきますとp（^^） q

これが今至った心境として、これに至る昨年12月からの流れは、

「心」と「魂」の対話

「心」と「命」の対話

という異なる様相を経ています。これをまた後で書きましょう。「3つの心的機能体」という心の構造の、いい具体例になっていますので^^。

2013. 9.22 電子書籍版発行

著者 島野 隆(しまの たかし)
Copyright(C) 2013 Takashi Shimano

無償配布許可書籍

この電子書籍は、**内容に一切の変更を加えない形**において、および**無償を原則**として、自由に複製し配布することを許可致します。

内容の**著作権**は**島野隆**が所持します。

内容を改変しての、また有償による配布を禁じます。

印刷ガイド

この電子書籍は、「**四六版**」**サイズ横書き**で作成されており、**Acrobat Reader**の**A4印刷**では

- ページサイズ処理…複数
- 1枚あたりのページ数…2
- ページの順序…横

を指定して印刷して頂くと読みやすいかと思ます^^。