

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. 6

「感情と行動の分離」の足場

収録カテゴリー

以下順にて「章」になっています。

「感情と行動の分離」の心の足場
「心と魂と命」の要の「本心」
「悟り」と「未知」
歩み方ガイドへの黙示書

目次

1章 「感情と行動の分離」の心の足場	5
2011年 7月 5日 (火)	6
「感情と行動の分離」の心の足場-1	
2011年 7月 6日 (水)	8
「感情と行動の分離」の心の足場-2・「人間性の核」	
2011年 7月 8日 (金)	10
「感情と行動の分離」の心の足場-3・「本心に帰る」という最初の大きな節目-1	
2011年 7月 11日 (月)	12
「感情と行動の分離」の心の足場-4・「本心に帰る」という最初の大きな節目-2 /	
「感情と行動の分離」の心の足場-5・「本心に帰る」という最初の大きな節目-3	
2章 「心と魂と命」の要の「本心」	17
2011年 7月 19日 (火)	18
「心と魂と命」の要の「本心」-1	
2011年 7月 20日 (水)	21
「心と魂と命」の要の「本心」-2	
2011年 7月 22日 (金)	24
「心と魂と命」の要の「本心」-3 / 「心と魂と命」の要の「本心」-4	
2011年 7月 26日 (火)	28
「心と魂と命」の要の「本心」-5	
2011年 7月 28日 (木)	31
「心と魂と命」の要の「本心」-6・心の軌道修正	
2011年 7月 29日 (金)	33
「心と魂と命」の要の「本心」-7・人生の浄化	
3章 「悟り」と「未知」	39
2011年 10月 21日 (金)	40
「悟り」と「未知」-1	
2011年 10月 23日 (日)	42
「悟り」と「未知」-2・真髄	

2011年 10月 24日 (月) -----	45
「悟り」と「未知」-3・核	
2011年 10月 27日 (木) -----	46
「悟り」と「未知」-4・混沌	
2011年 10月 29日 (土) -----	48
「悟り」と「未知」-5・「知」を越えて	
2011年 10月 30日 (日) -----	51
「悟り」と「未知」-6・乗り越えるべきもの	
4章 歩み方ガイドへの黙示書 -----	57
2011年 10月 3日 (月) -----	58
歩み方ガイドへの黙示書-1	
2011年 10月 5日 (水) -----	61
歩み方ガイドへの黙示書-2	
2011年 10月 7日 (金) -----	64
歩み方ガイドへの黙示書-3 / 歩み方ガイドへの黙示書-4	
2011年 10月 14日 (金) -----	71
歩み方ガイドへの黙示書-5・原型1 / 歩み方ガイドへの黙示書-6・原型2	
2011年 10月 18日 (火) -----	75
歩み方ガイドへの黙示書-7・原型3 / 歩み方ガイドへの黙示書-8・原型4	

1章 「感情と行動の分離」の心の足場

2011年7月5日(火)

「感情と行動の分離」の心の足場-1

「感情と行動の分離」の心の足場

考えを整理するのに**大分時間**を食っちゃいましたが(村上春樹が私文でよく使っている江戸っ子調^^)、話を先に進めましょう。

「**心の変化の核心**」から「感情と行動の分離」の**心の足場**ができるまで、という話。

引き続きちょーミク口に見ていきます^^。

「**心の変化の核心**」の基本を、「**心底からの納得**」だと述べました。

そして、「**こう感じられれば**」というやり方でも、「**理屈の当てはめ**」というやり方でもない、「**開放**」への導きに立つ**ハイブリッド心理学**としては、むしろ逆に、**今までの安易な納得を否定することから、核心の第一歩**が始まるのだと。

これはあとでもう少し詳しく説明しますが、**どんな納得を否定したいか**と言うと、まずは、

- 1)自らにストレスを加え、自分を見失う土壌となった、今までの来歴で取り入れた「**善悪観念**」「**べき**」「**ねばならない**」であり、
 - 2)心を病んだ度合いに応じて疑うことが難しくなってくるような、**他人と社会の否定的イメージ**だという話ができるでしょう。
- それをまず、**疑うこと**から始めるのです。

本当にそう考えるのか？それはどのように確かめられる話なのか？と。自分に問うのです。心底からの**真剣さ**で。

そこから、**心の治癒成長成熟**へと**方向**を定めた、新たな「**自分の考え**」を、再構築していくのです。

「感情と行動の分離」への導き・・

そうした「**心底からの納得**」という**基本的な取り組み**から、「感情と行動の分離」の**2面姿勢**へと、どのように**つながっていくのか**、という話になります。

ここでちょっと今までの執筆を振り返っておきますと、「感情と行動の分離」の姿勢へと導くために、どのような説明を書いていたかと概観しますと、3段階の話があります。

まず最初は、「動揺する感情を克服したければ、まず感情を鵜呑みに思考や行動をしては、元も子もない」という自明の心得です。

まずは、読んだ方全てが、そこそこ心底から納得を感じるものではないかと思えます。

次は、「感情と行動の分離」の基本的実践です。「内面感情はただ流し理解するものとし、外面行動は建設的なものみにする」。

ここで、ちょっと良く分からなくなってくる方が結構出てくる^^; まあ「ただ流し理解する」も「建設的なもの」も、奥が深いんですねー。単なる姿勢論気持論じゃーごいざいませぬ。かなりの具体的学びと実践の積み重ねが出てくる。

そして最後に、「感情と行動の分離」の2面姿勢が生み出すものとして、「真髄」「醍醐味」とかの言葉で書いてきた部分があります。これは「実践」というより、その先に生み出される「作用」「結果」の話です。

これは大きく2つあります。

- ・「自分」とは思えないような「魂」が自分を導くようになる
- ・「心」の死を経て「命」が再生する

う〜んまさにこれがハイブリッド心理学の真髄であり醍醐味部分^^;

ここに来て、まず読んだだけではちんぷんかんぷんになる^^;

「感情と行動の分離」を「当てはめ」ることはできない

こうして概観して言えることは、心の変化の核心のために普通使われる「こう感じられれば」や「当てはめ」といったやり方で、「感情と行動の分離」に行くことはできない、ということです。

なぜなら、「感情と行動の分離」は、2面の自己を持つ姿勢だからです。一つの自分が行うものとしての、「こう感じられれば」や「当てはめ」では、当てはめようがない。

理屈抜きにせよ、理屈を問う先にせよ、「感情と行動の分離」の2面姿勢つまり2つの自分の姿勢を、一つの自分に当てはめることは、根本的にできないのです。

「足場」「実践」「作用」のクローズアップ

ということで、『心の変化の核心と論理的思考-1』で俯瞰した、

心の治癒成長成熟という「目的」、
その前に立ちはだかる「受け身意識の闇の川」という「課題」、
それを克服させる「心」と「魂」と「命」という「答え」、
「感情と行動の分離」からの「実践」、
その先に繰り広げられる心の変化の「道のり」

という舞台において、

「答え」と「実践」の間にあるミクロの仕組みとして、「心の足場」をクローズアップして説明していきたいと思います。

どんな「足場」でどんな「実践」をするとどんな「作用」が起きる、というちょくクローズアップ。

そこで「作用」がまた「足場」を変えるという流れです。

じっくり説明していきましょう^^。

2011年 7月 6日 (水)

「感情と行動の分離」の心の足場-2・「人間性の核」

「感情と行動の分離」への3段の足場

「感情と行動の分離」への心の足場は、3段から成る、と言えそうです。

3段階でその足場ができるというのではなく、3段の積み重ねで足場ができるという形。

まあセメントを用意して1段階、砂利と水いれてこねて2段階、固まって3段階という形ではなく、3段の跳び箱だということです。

心の治癒成長成熟への節目ステップのたびに、その3段の飛び箱を足場に、私たちは跳躍を果たすのです。

飛ぶたびに、その3段全てがそれぞれ、より堅固に、より高くなっていく。そうして、跳躍のたびにより堅固でより高くなる3段の飛び箱を飛び、しばらくしてまたその飛び箱に戻って、また飛ぶのです。

人生がその繰り返しになります。

3段の飛び箱の1番目、一番下の土台は、「人間性の核」です。

その上の2番目の土台は、「本心」です。

3番目、一番上の土台は、「永久歯の心」です。

「人間性の核」

「人間性の核」については、6/7『「開放力」としての「思考力」-4』から触れ始めています。それが全ての始まりなのだ。

ハイブリッド心理学の取り組みは、まずそれがあがるのが前提です。それを足場に、全てを進めます。

それが損なわれている状況に対して、今のところ自己啓発取り組みであるこの心理学は、手を出す方法を持っていません。

ただ、まずはそれを意識して欲しい、という話になります。それを足場にすることで、自分の考え方や感じ方がどう変わるだろうと、まずは意識してみると良いでしょう。

そこから、ハイブリッド心理学での具体的なナビゲーションを役立てて頂くことができます。

また6/8『「開放力」としての「思考力」-5』で述べたように、「人間性の核」が、心の治癒成長成熟の種です。

ざっと言えば、「真摯さ」が、自分についた嘘という、心を病むメカニズムを解き、治癒へと結実します。

そして「向上心」が、より強い人間への成長に、そして「誠実さ」が、より豊かな心への成熟に、結実すると言えそうです。

まあこのつながりはあまり厳密なものではなく、「真摯さ」「誠実さ」「向上心」の3側面が、言葉の意味的にも多少重なるものとしてある形で、「人間性の核」というものがどっしりとあると把握するのがよろしいでしょう。

「人のせいにする」心の動きへの向き合い

ごく平たく言えば、「真摯さ」「誠実さ」「向上心」が損なわれた状況とは、意識上は「人のせいにする」という心の動きとして表れると言えそうです。

ただしこれは「人間性の核」がそこそこあっても、起きてしまう動きです。まずは「人のせいにする」という心の動きに気づき、まずは自らの向上心に立って、問題を捉え直す。

そして「真摯さ」「誠実さ」で、向き合い直す。

それが大切です。

「人のせいにする」という心の動きがないことが、「人間性の核」を示すのではありません。

「人のせいにする」という心の動きに向き合い直すことができることが、「人間性の核」を示します。

そして向き合い直す体験ごとに、「人間性の核」はより強固になっていく。

そのように把握するのがよろしいでしょう^^。

「人のせいにする」という心の動きに向き合い直した時、「実は自分は・・・」という「本心」が見えてきます。

そうして「本心に帰る」ということが、この歩みの最初の大きな節目になります。

これを次に。

2011年 7月 8日 (金)

「感情と行動の分離」の心の足場-3・「本心に帰る」という最初の大きな節目-1

「本心」

「感情と行動の分離」への心の足場の跳び箱2段目は、「本心」です。

「**本心**」とは、文字を分解すれば、「**本当の心**」。
つまり、**自分の「本当の感情」**であり「**本当の思考**」です。
まずはその通りだと言えるとと思います。

そうしたものとして、「**本心を持つ**」ことが、「**人間性の核**」という**1段目**の
上に乗る、**2段目の足場**になる。

ちなみに「**心の学校**」その他の**スピリチュアリズム**で言う「**本当の自分**」「**真我**」は、明らかに、**ハイブリッド心理学**で言う「**魂**」と「**命**」ですね。

ここで言う「**本心**」は、あくまで**ハイブリッド心理学**で言う「**心**」の話。
(4/9『「心」と「魂」と「命」の構造-3』での図など参照^^)
やがて「**魂**」と「**命**」に接し得る「**心**」だと言えるでしょう。これはこのあと
詳しく説明していきます。

一方そうした「**自分の本当の感情と思考**」を見出すこと自体が、**心の取り組み**
の**長い道のり**の先に**果たされる**ような、**難しいこと**でもあります。

ですからここでは「**本心**」を、まずは何よりも、**これが自分の「本当の感情」**
であり「本当の思考」だと思えるものを模索し見出そうとする強い姿勢、を指
すものしたいと思います。
それによって行動をなし、人生を生きようとする、強い姿勢です。

「本心」こそがエンジン

そんなものとして、「**本心**」こそが**エンジン**だと言えるでしょう。

6/8『「開放力」としての「思考力」-5』で述べたように、**思考**は**ハンドル**で
あり、**感情**は**ガソリン**である。そこで**心の変化**を生み出すのは、**思考でもな**
く、感情でもなく、車の車輪をしっかりと**地面**に食い込ませて**前進すること**な
のだと。

その**例え**の中に出なかった、**肝心かなめの「エンジン」**は何かと言うならば、
今説明している「**心の足場**」の全体がそれだと言えるでしょう。
中でもこの「**本心**」こそが、**車のエンジン**になるものなのだとと言えるでし
ょう。

「本心」を持たずに生きる..

そうした「**本心**」を持たないと、**私たち自身**という**車**は、**どう進む**ことができ
るか。

単純です。全く進みません。ガソリンをしっかりと入れたところで、エンジンが動かなければ車は進みませんね。

ただそれでも多少動くことはできます。思い切り押して、ストレスで心身を疲労消費しながら、やっとの思いで短い距離を、車を動かすことができるかも知れません。

まさにまるで、現代社会で自分らしい生き方を見出すことができないまま、ストレスだけで生きる人々のように…。

あるいは、下りの坂道が順調に用意されていれば、何となく回りに合わせ、社会に合わせて生きていけば、結構な距離を走ることができるかも知れません。実際それが現代社会の一面でもあります。それだけ太いレールが、社会に用意されているわけです。あまり深く考え悩むことなく、そのレールに乗って順調に生きていけるものを恵まれるのは、それはそれで幸せなことだと言えます。

ただし斜度の大きな坂道に恵まれすぎて、エンジンなしで猛スピードになるような状況に置かれると、逆に不幸になることがあります。

先日ネットのニュースでだったか、宝くじで300億円以上を手にした男性が、妻とは離婚になり、最愛の孫娘を殺されるだったかしたという、最大の不幸になってしまった例などを見かけました。もし返金することで過去を取り戻せるなら、すぐ返金したいと。

ともかく、この「本心」という足場が、この取り組みの、最初の大きな節目になると言えます。

それへの妨げや課題など、ちょっと詳しく説明していきましょう。

2011年7月11日(月)

「感情と行動の分離」の心の足場-4・「本心に帰る」という最初の大きな節目-2

全てを貫くテーマ

「本心への妨げとその克服」というテーマは、ハイブリッド心理学の全てを貫くテーマだと言えます。

心理メカニズム理論においても。取り組み実践においても。

ここでは、「感情と行動の分離」のための心の足場という視点から、おおまかな概観と重要ポイントの説明をしたいと思います。

「3つの妨げ・2つの局面」

まずちょー概観のさわりから書いていきましょう。

「3つの妨げ・2つの局面」という話になります。

「本心」を妨げるものが、主に3つある。

その克服は、大きく2つの局面に分かれ、大分違う話になる、ということです。

3つの妨げ

「本心」を妨げるものが、主に3つあると考えられます。

どれも感情と思考の全体を巻き込むものですが、基本的には感情面が主に問題になるのが2つ、思考面が主に問題になるのが1つです。

感情面の妨げ

1つ目は、ありのままの本心の感情を感じとろうとするのではなく、別の感情を演じようとする、あるいは別の感情を目指そうとする、意識的、あるいはほとんど無意識の姿勢です。

これを脱却する取り組みは、このブログでも「最初の一步」からの取り組みとして説明していますね（2010-02-06『「心の力み」を捨てる』など）。

「受け身意識の闇の川」の「赤の水」でもあります。「力みの水」です。そこから抜け出す。

また詳しい理論的整理を未刊行の『実践編上巻』の「8章 人生をかけた取り組みー4 —「感情強制」の解除・内面の解放ー」でしていますので、関心ある方は参照頂ければ^^。

上で「目指そうとする」姿勢という言葉を入れたことに、ちょっと引っかけた方もおられると思います。

今の頼りなく動揺する感情とは違う、安定して豊かな感情を目指すからこそ、ハイブリッド心理学を学ぼうとしているのだ、と。

そうです。それが「本心」を妨げます^^。

安定して豊かな感情を目指しても、安定して豊かな感情は湧き出てきません^^;

では何を指せばいいのか。それがまさに、一度本心に立ち帰ってから、しっかりと「自分の思考」として築いていく「方向性」になるわけです。

それをまさにじっくり説明していきますので^^。

心を病むメカニズムの中で・・

本心を妨げる2つ目は、心を病むメカニズムによって、本人が本心から強制的に引き剥がされるような現象、仕組みがあります。

本人自身の心が本心から目をそらすというのではなく、心を病むメカニズムが先に本心を引き剥がす仕組みを用意し、その上で心が働き始めるというものです。

結果として意識面では、何かの強制的な空想イメージによって、マイナス感情が強制的に引き起こされ、心がそれに飲み込まれるという状態になります。この流れ全体が圧倒的な力で起き、本人の心では抵抗できなくなってしまいます。

まあ心の障害が現実的困苦への妥当なマイナス反応ではなく、「障害」と呼ばれるゆえんですね。

ハイブリッド心理学でこの仕組みを「自己操縦心性」と呼んでいるものです。

まあ話が一気に難しくなりますが、ここではあまり細部に立ち入るのではなく、位置づけの俯瞰ができればよろしいでしょう。

「2つの局面」の方でこれを簡潔に説明します。

この2つが主に感情面での問題。

いったんアップして、概観のさわりの続きを。

「感情と行動の分離」の心の足場-5・「本心に帰る」という最初の大きな節目-3

今日の2個目^^。

思考面の妨げ

思考面で「本心」を妨げるのは、とにもかくにも、「自分の考えを持ってない」という状況です。

そもそも、「考える」ということができない。「感じる」だけ。それだと、少なくとも「自分の考えを持つ」という課題については、「本心」が元からない状態、本心不在の状態です。

「感じること」を言葉で表現するのも、確かにそれだけでも結構大変な思考の作業であり、それも「考える」と言っているのですが、ここでの本当に「考える」とは、「感じる」とは別に、頭を働かせる作業のことを言っています。それが見事でない^^;

「変わらない人」と「変わっていける人」という話題をよく出していますが、「変わらない人」にはこれが顕著です。

世の人は本心をあまり持たない..

今回、「世の人は論理的思考をしない」という驚愕の事実(^^;)に気づいたことを話し、それはつまり人の話を論理的に聞くことはするが、自分では論理的には思考しないというのは、まさにこの「自分の考えを持ってない」というものにほぼイコールだということになります。

表面的にはそうは見えません。皆さんけっこう論理的に議論しているように見える。

それが結局、究極の「つもり」なんですね。考えている「つもり」の世界。まあそれは結局、自分が「感じる」ことを表現した、他人の思考だという話になるでしょう。

「感じる」ことを変えることができる、今の心の中であれこれ感じ考えるのではなく、心そのものを変化へと導くことができる「思考」にはなりえない。

ともかくまずは、本当に「考える」とはどういうことかを、まずしっかりと理解することが重要になります。

まずは、「なぜそうなのか」を、しっかりとしたつながりの中で説明できるのが、「論理的に考える」ということです。

「なぜそうなのか」の先に、「なぜならそう感じるからだ」ではなく^^;

そうして「感じる」とは別に、考える内容が、「感じ方」を方向づけるものとして、心底からの納得の中で獲得された時、それは「感情を導くことができる思考」になるわけです。

それが「感情と行動の分離」になるわけです。このあと詳しく説明していきます^^。

2つの局面

「本心」への妨げがこのように主に3つあるとして、克服への歩みについては、2つの局面に大きく分けると理解頂くと良いかと思います。

一つは、人生を通して見失っていた「本心」という足場に、最初に立つまでの局面。

もう一つは、そこから、「本心を見失い、そして取り戻す」という繰り返しを生きる局面。これが人生そのものになります。

そのどちらの局面にあるかによって、ハイブリッド心理学からアドバイスできることは、全く逆のような様相になってきます。

そして厄介なのは、本人がそのどちらの局面に今いるのか、メール相談などを受ける私にも、そしておうおうにして本人にさえも、分からないことがあることです。

かなりの時間を経て、表面の知性的思考の底に、実は「考える」ということが不在であるのが分かったりする。

そう分かるのが、実は本当の第一歩になるわけです。

いずれにせよ、「まだ本心が持ててない」人には、とにかくにも、それを足場として獲得することが、アドバイスの主眼になります。

一方その足場を多少なりとも得た方には、アドバイスは逆になるのです。本心を見失うことを怖れるな、と。

「望みに向う」ためにです。「望みに向う」とは、そのようなことなのだ、と。

ここでは、「まだ本心が持ててない」人向けのアドバイスを重点的に展開した上で、「本心」に立って「感情と行動の分離」の姿勢を選択するとはどういうことかの説明をしていきましょう。

2章 「心と魂と命」の要の「本心」

2011年7月19日(火)

「心と魂と命」の要の「本心」-1

さて解説の続きですが、**極めて重要なポイント**にさしかかってきましたので、**タイトル**をこれにして続けましょう。

いちおう引き続き『**「感情と行動の分離」の心の足場**』シリーズの一部ということであ。

どう重要かという、このブログの解説の中で**一番重要なポイント**に、ここでさしかかる気配。

1年半書いてきてようやくという感じですが(^^;)、まあハイブリッド心理学の広さとはそんなものです^^; (要はまだ展開途上?^^;)

「本心」の重大ポイント

前々回と前回で「**本心**」への「**妨げ**」について簡潔にまとめましたが、それを受け、「**回復**」そして「**前進**」へと目を転じると、話が**極めて重大なポイント**にさしかかってきます。

で、**引き続きの記事**を書こうと**言葉**を練っても、**本当に伝えたいのは何だ?**とどもしっくり来ず、また**かなり考えて**いた次第です。

つまりこういう話の**流れの状況**です。

「**妨げ**」から「**回復**」への**要件**とは、前回までの話を受け、**感情面**では、「**別の感情を演じようとする**」から、「**ありのままの感情に向き合う**」へ。**思考面**では、「**自分の考えを持ってない**」から、「**自分で考えるということができる**」へ。

そこから、**ありのままの自分を原点**として、**方向性**を見出し、**歩む**という、**心の成長の本来の姿**に戻る。

これを見るならば、「**本心**」とは、「**自分に向き合い、自分を方向づけるための心の強さ**」といった**表現**もできるでしょう。

一方、それだけに終わらない**何か**がある。

それを**島野自身**の今の**心境推移**の中で感じ取ったのを言葉にしたのが、つい先ほどの『**写真と言葉**』の7/17『**「嘆き」と「本心」**』です。

「本心」というのは、それを取り戻すということに、心つまり意識表面だけの話ではなく、それを超えた何か起きる側面を持つ。

「本心を取り戻す」というのは、自分の進む方向性がまだ見えない段階で、心の世界を根本的に切り替えるものだということです。心の世界が根本的に切り替わることで、自分の進む道が見えてくる。そんなものとしてあるようにも思われます。

「自分に嘘をついて愛することはできない」

それはどういうことかとだったら (^_^) 考えていて、ぴったりと行き着いたのは、まさに『入門編下巻』の主題になるものです。

本心を偽って、愛することはできない、ということです。

ここでの「愛」を、とても広く考えるのがいいでしょう。人相手のみではなく、自分が行うことの全て、世界の全てです。

本心を偽って、それに命のエネルギーをほとぼしらせることは、できないのです。

私たちは、他人に受け入れられようとして、本心を偽って別人を演じるということをしがちな、弱い存在だと言えます。

しかしそれはやがて、人目をうかがい、堅実な中身を持たずに右往左往する自分に、自分で自分や嫌になってしまう道につながるのです。

「愛」に「嘘」が結びつくという話です（『入門編下巻』P.119から詳しく解説してありますので^^）。相手に愛されようと、自分に嘘をつく。するとやがて、愛されようとしたその相手が、愛せなくなってしまうのです。なぜなら、自分が嫌になってくるからです。そうさせた相手が…むろん相手がそうさせたのではなく、自分自身がそうしたのだとしても、そんなことになることになった相手が、もう愛せなくなってくるのです。

そこに2つの道が現われると言えるでしょう。

「自分からは愛せない」のだから、もっと「相手から愛される」必要があるのだ、という感情に徹する道。これが「人間性の核」からの心の足場を欠いたケースで起きやすいと言えるでしょう。

そして自分への嘘を、善悪に衣を借りた傲慢で塗り消す…ということになるのかも知れません。

そしてもう一つの道が、「**本心を取り戻す**」という、この**人間の心の痛みと闇の原点の、最大の転換点に向う道**です。

その**最大の転換点**とは、このことに気づくことです。『**入門編下巻**』ではこう書いていますね (P.158)。

「**自分に嘘をついて愛することはできない**」、と。

自分から愛することを望む心が、**この道**を、**見出**します。

「**未知**」への**原点**

そのことに**気づいた時**、**心の世界**が切り替わるのです。
まだ**はっきりとした自分の方向性**が**見えない**としても。

ただ、**はっきりと分かる**のです。**方向性**が、**この先にある**のだと。

では自分に**嘘をついて愛することはできない**代わりに現われるものは何か。
「**愛される**」のではなく「**自分から愛する**」ということ。それは**一体どんなこと**なのか。

そこに「**未知**」というものが、**現われる**のです。なぜなら、**自分から愛しているような他人を真似て、自分に当てはめる**のは、やはりまた**嘘**に戻るからです。

真の道は、「**未知**」にしかないのです。

そこに、「**開放**」が問われてくることになります。「**開放**」される「**未知**」は、何か**得体の知れないもの**かも知れないのです。

踏み台の意味

こうして、「**感情と行動の分離**」への**3段の跳び箱の心**の**足場**の、それぞれの**踏み台の意味**を、こう言うことができるでしょう。

1段目の「人間性の核」が、「**開放**」されるものの「**種**」を、ほぼ意味します。それが自分を**後押し**するものになるでしょう。**最後に自分を助ける**のは、それになるのだと。6/8『「**開放力**」としての「**思考力**」-5』で述べたように。

2段目の「本心」が、「**答え**」への「**扉**」になります。「**本心**」がその**扉を開く**のです。

そして3段面の「永久歯の心」が、「出口」になります。これがないと、出口は見えないものになってしまう。

中核にある「答え」が何かを書いておきますと、私たちの「心」そのものが、「命」を偽った薄っぺらいものだということになるでしょう。

そこに、「心」の「死」を経て「命」が再生するというテーマが出てくることになります。

この、「本心」が扉を開くあたりの要点を説明し、3段目の「永久歯の心」の出口の話へと続けていきます^^。

2011年 7月 20日 (水)

「心と魂と命」の要の「本心」-2

今日3つ目の記事です^^。

本心の2重の役目

その1で概観した重要ポイントを踏まえますと、「本心」には2重の役目がある、それが2段階の深さにおいてある、と言えます。

まず「本心」の2重の役目を書いてみましょう。

それはまず、着実に自分を変え、前進させていくための、心のエンジン本体です。

そのために、「別の感情を演じようとせずありのままの感情に向き合う」そして「自分で考えるということが出来る」という2つの回復要件がかかります。これは「本心を持てる」ための、基本要件です。

次に、「本心」は、「本心に帰る」ための心の足場の役目をします。

「本心」を持つことで、次にそれを見失った時に、「本心に帰る」ということができる。「本心」を持ち、見失い、「本心に帰る」という体験を経るごとに、「本心」はより強くなっていくのです。

「これが自分の感情であり思考だ」と揺らぎなく感じることでできる**心の財産**が、より増えてくる。これが「**自我の拡大**」だと言えるでしょう。

(「**自我**」については6/18『心の変化の核心と論理的思考-2』など参照^^)

「**本心**」は固定ではない

「**本心**」は固定されたものではありません。それは**心の成長**とともに、**内容的に遷移(せんい)**するものです。

「これが自分の本心だ」と頭で固定しようとする、その時点ではそれが本当の本心であったとしても、**やがて嘘**になります。そして再び、「**本心に帰る**」ことが**問われる**のです。

「**本心**」が**内容的に遷移**するのは、「**命**」に**プログラム**されていることです。

これは何のことかと言うと、「**価値観**」を**最初から成熟形にしようとしても、無理だ**ということです。最初から、「**愛される**」よりも「**自分から愛する**」に価値を置いた**価値観にしようなど**と考えても、それは**嘘**なのです。

心を解き放つ、つまり「**開放**」する。それを**心の成長と成熟**を目指して行うとは、まず「**愛されたい**」願いを心の中で**思いっきり開放**し、次に、それを**実際どう実現できるかに、全力を注ぐ**ことです。**一方的に愛されようとする未熟さの無様な側面を、いかに表沙汰にせず**にです^^;そこに**行動法の学び**が出てくる。

そして**実際そうは思い通りにならない失意に、心をありのままに晒す**ことです。**愛されるよりも愛することの方が大切だ**なんていう、**気休めを捨てて**です。そして**心が死ぬような感情に、むしろ身を委ねる**ことです。

そうして**時が経つと、何かが変化している**ように感じます。**何が変化したのか**は分かりません。

しかし前と同じように、**愛されたい**と思えるような**魅力的な人物**を前にした時に、**自分の変化を、はっきりと感じ取る**のです。もう、**一方的に愛されたくてじれるだけの感情ではない！自分から、相手と何をすることに楽しめるかを、考えることができる**。相手に近づくための**自分の行動の幅が、広がっている**。

その時、**魅力を感じる相手とどうお近づきになれるか**どうか以前に、**自分のこの変化に、感動**を感じるのです。

心の成長成熟とは、そのようなものなのです。

「**価値観**」の**遷移**

とちょっと話が膨らみましたが、「**本心**」の**内容変化**は、そのように、「**命**」に**プログラム**されているものであって、自分でその**内容**を**方向づけ**変えていくことは、**できません**。

この**表現**も**ちょっと意外**に感じる方が多いかと。それが「**方向づけ**」ではないのか・・・と。

違います。自分で**強制的に変えよう**とせずに、**ありのままに感じることに心**を「**開放**」する**という方向を向くかどうか**を、**問うている**のです！

「**感情と行動の分離**」というのは、**内面側**の話としてということになるでしょう。

今、「**本心**」ということ**をテーマ**にし、このあとそのための**最も実践的な基盤**となる「**自分に対する論理的思考**」を**解説**していきます。

それができたら、「**価値観**」への**取り組み**が、**ハイブリッド心理学の実践の本道**になります。

そこで**多くの方が勘違い**しているのは、**成長成熟形の価値観**の「**当てはめ**」をすることだと思っておられることです。**このような価値観**にすれば、**いいらしい**、と。

違います。実践するのは、「**本心**」に**立って**、**今の自分の価値観を嘘いつわりなくあからさまにする**ことです。そしてそれが**心の成長成熟段階**において**どんな位置づけ**のものであるかについて、**じっくり学び考え、自分に問い続ける**ことです。**本当にそう感じるのか？それだけか？**と。

そうした「**向き合い**」によって、**心は見えないまま変化**へと向います。その**変化**は、「**命**」に**プログラム**されているのです。

だから、**生涯**を通して、**続ける**必要がある。**時間**がかかります。**一生**を通しての、**成長と成熟**です。

『**入門編下巻**』は、そうした「**命**」に**プログラム**された**心の遷移**を書いていますので、**読んでピンと来ない、つかえてしまう**ところがあれば、**先はあまり無理に読まず、本は古本屋に出さず**しまっておいて（^^;）、**まずは目の前の人生と生活の課題**に向うのがいいでしょう。そこで、**つかえたテーマ**を**どう感じるか**に向き合くと、次第に**違った感覚**に出会うと思います。そこで**またじっくり読んでみる**。

『**入門編下巻**』は、そのような**読み方**をして頂くための**本**になりますので^^。

ちょっと話が膨らみましたが、「**本心**」の**2重の役目**というが、さらに**深さ**において**2段階**であるという話の**後半**を次に。

2011年7月22日(金)

「心と魂と命」の要の「本心」-3

では引き続き**解説**の方を。

ここでは「**本心**」と「**命**」の**関係**について、**思い浮かんだ話**をつらつらと書いていきます。

何よりもまず「本心」を持つこと

さて、「**本心**」についていろいろ書いていますが、**要は、何よりもまず「本心」を持つことが重要だ**、という話になりそうですね^^。

「**どう考えればいいか**」よりも**前に**、ということです。

「**どう考えるか**」の**内容にかかわらず**、です。

なぜなら、「**本心**」を持った時、「**命**」の**エネルギー**が「**心**」につながるからです。これはおとといの『**写真と言葉**』の『「**本心**」と「**命**」』で書いたことです。

「**命**」の**エネルギー**が「**心**」につながるとは、「**命**」の**エネルギー**が**心にみなぎる**ということです。これは話の繰り返し?^^;

その時、**何をどう考えるか以前に**、**今を生きるこの時間が輝き**、**今を生きるこの世界が輝く**のです。

「**命**」はいかなる状況においても**生きることを楽しむ**

これはつい先日、**読者広場**で「**ゆうすけさん**」が**フィードバック書き込み**してくれた言葉が、その**一つの実際の様子**が分かりやすいと思います。

抜粋しますと、

「空の青さ、葉の色、綺麗で驚いた。胸の中が軽い、すーっと浮いていってしまいそうな。空がめっちゃめっちゃ綺麗でおどろた。何か楽しい事が起こる予感」と書いてました。いつ

も、当たり前に見ている空が、こんなに青かった!? w というほど、とにかく「青い! 青い! w 青お〜!」って感動しました。(No.313 2011/06/26)

これは、それまでの心の感い動揺について「どう考えるか」の意識が、いったん飛び散って、「意識の構造」が切り替わっているわけです。

「命」のエネルギーが直接つながった「心」の状態へと。

そして、「命」とは、それが置かれた「現実状態」がいかなるものであれ、生きることを望み、生きることを喜ぶという性質を持っています。

それが「命」の最大特徴です。

「魂」ともまた一線を画する特徴。「魂」はむしろ「本当はこうでありたかった」という「大元の望み」を示す性質のものです。

それが「ゆうすけさん」のケースでは、その時の目の前にある「命」がつながるもの、つまり「大自然」の一つである「空の青さ」に反応したという形になります。

かくして「青お〜!」と感動するような感情が反応として湧いた、という仕組みです。

「命」につながるための「思考」の取り組み

ハイブリッド心理学の思考面の取り組みは、このように「本心」を経て「命」につながるためのものだ、と言えます。

だから、それは「無」につながるわけです。その時、もう何をどう考えればいいのか、ではない。何をどう考える必要もない。全てが消えているのです。感い煩った思考の全てがです。

そのように、「豊かな無」「すがすがしい無」「輝く無」につながるための、自分をつなげるための、「思考」の取り組みであるわけです。

「ただありのままに流し理解する」という感情面の取り組みももちろんその目的のためにあるのですが、そもそも、内面感情に対して本当にそのような姿勢を取るために、その姿勢について本当に心底から納得理解し選択するという「思考」が必要になるわけです。

そうした「思考」のあり方を、このあと「自分に対する論理的思考」として詳しく説明していく予定です。

ここでいったんアップして、「本心」と「命」の関係についてのよもやま話(?)をあとし^^。

「心と魂と命」の要の「本心」-4

「本心」と「命」の関係絡みの話の続き。今日はこれで3個目の記事ですね^^。

同じ「命」は再現しない

先の記事の続きとなりますが、「本心」によって「命」がつながることで出現した「豊かな無」の状態は、そう長続きするものではありません。

これも「ゆうすげさん」の投稿に、島野がその件でブログコメント(これ)の方で指摘した点について、その通りであることを書いておられますね。

それは一言でいえば、人間の心が「心」と「魂」と「命」に分離されてしまったものを持ち、それをそれぞれに生きることが宿命であるからです。

「心」から「魂」へ、そして「魂」に導かれて「命」へ。この三者の連携の中で、「命」そのものが成長する。そのように、全ての大元の「命」にプログラムされています。

ですから、一度体験できた「豊かな無」の心の境地を、あとからまた再現しようと、どのように考えれば、どのような姿勢になればいいか、と思索するのは、誤りです。

「命」は変化遷移するものです。「命」の一つの同じ状態は、二度と再現されることはないのです。

再現しようとするのは、誤りです。

まあこの辺が、「心の学校」の「真我開発」などでちょっと視点が欠けている部分かも知れませんね。詳しくは知りませんが^^;

所定のやり方で「命」を刺激してみて、すでに準備されている範囲において「豊かな無」を一瞬感じることはできるかも知れません。しかしそれだけでは進歩はないということです。

「命」はいかなる現実状況でも生きることが喜ぶので、その時「真我は完璧です」とも言うことができるでしょう。

しかし、その状態をそのまま継続できれば最高・なんて話にはなり得ないわけ

です。なぜなら「命」は**変化するもの**だからです。

まあ、主催の田久保さんもそのことには**感づいており**、**今後どう活動展開**するかの検討を日々行っておられると想像いたします^^。

同じ一つの「**豊かな無**」に**ずっととどまる**とは、**成長を止める**ということですよ。

どのように「**豊かな無**」を**提唱している人**でも、**実際そこにずっととどまっていること**など、**できていない**と思います。それが本当にできるとは、**死ぬ時**のような…^^;

「心」と「魂」との連携の中で「命」が現われる

この辺の話も、**読者広場の「ゆうすけさん」**の投稿への**島野のコメント(No.314 2011/**

06/27)で説明していますので、まだの方は一読あれ。

「**パラレル・スパイラル前進**」という話です。

「心」が再び「**現実生活**」に向う。そこでは、**一段階前進した新しいステージ**で、また**それなりの惑い煩い**を「心」が思案し始める。

そして昨日の『**写真と記事**』の『**本心を見失うと、心がすさみます**』で書いたように、**多少の不遇が糧**となって、**自分の望みがどう本心からのものであるか**が問われる、つまり「**魂**」に**接する**時が訪れるのです。

そして**自己**の中の**真と偽**がふるいにかけられる**時間**を経て、再び、「**命**」が姿を見せるのです。

この**繰り返し**になります。

この**繰り返し**に、**本当に向う**か。それが、「**感情と行動の分離**」の深いレベルでの**選択**になるわけです。

それを、このあと説明する「**自分への論理的思考**」によって**選択**していくのが、**実践**になります。

「心」と「魂」と「命」と「自我の拡大」

話のついでに「**自我の拡大**」について言えば、このように「**本心**」を足場にした「**心**」と「**魂**」と「**命**」の**連携のサイクル**の**繰り返し**の中で、

「**心**」はこの**歩み**へと**ハンドル**を切る**思考**を堅実に蓄え、

「**魂**」はこの**サイクル**の中で**癒され**、

「命」はより多くの部分、まあ**燃焼された部分**が「自我」の中に取り込まれる。

そのような姿で起きるものだという**印象**を感じます。

それが、**ハイブリッド心理学**の考える「**心の治癒成長成熟**」だという話になります。

「**本心**」とはこのように、「**心**」と「**魂**」と「**命**」が**連携するための足場**だ、と言えますね。

そんなものとして、

- ・「**本心**」は自分を**着実に変えていくためのエンジン**となる
 - ・「**本心**」は「**本心**」に**帰るための足場**となる
- という**2重の役割**があるという話までだいたいしました。

それが**深さ**において**2段階**あるという話を次に。

2011年7月26日(火)

「心と魂と命」の要の「本心」-5

これがいよいよ**ハイブリッド心理学**の**真髓部分**の話になるかと^^。
・・・と書き始めたものの、これはまだ**よもやま話**か・・・^^;

「**本心に帰る**」ことの**2段階の深さ** (**話はまだあと^^;**)

「**本心**」には**2重の役目**がある。

一つは、自分を**着実に向上させ変えていくためのエンジン**本体。
そして**もう一つ**は、「**本心**」が、「**本心に帰る**」ということを行わせる。

「**本心**」が、私たちの**心**に、「**本心に帰る**」ということを行わせます。
「**本心**」がないと、「**本心に帰る**」も**なにもない^^;**「**どう見られるか**」に**惑う**だけ。

この「**本心に帰る**」に、**2段階の深さ**があります。

「本心がない」人々…

これはあとでもう少し詳しく取り上げるかどうかともかく、「本心がない」という印象の人は多いです。あるいは現代人のマジョリティ?^^;

「本心」がない。人生の早期に「本心」を持つことを放り出してしまったような人たち。

それは要は、「本当に心底から納得」を問いながら、それを心のふところに蓄えていく地道な生き方を積み重ねるといよりも、「自分」というものを「こう見られる人間」という自己把握の仕方をする人たちです。

「こう見られる人間」として、「自分」というものを把握する。

それはつまり、「あるいはそう見られるかも知れないとして」の次に出てくる、「自分としては」という、自分としての確固とした感じ方考え方を持たない、ということです。

…と書くと、少し違う気もする。

「自分としての感じ方考え方を持たない」というよりも、それを持つ意識の方向が、違う。「本心」を持つ人とはです。

あくまで「こう見られる」が起点になっている。そこから、それが良いか悪いかという思考が始まる。

すると混乱が始まる。

そうした思考はごく表面の印象見栄えのことしか取り上げることができず、ものごとの本質を見る目を失っているので、良い悪いの判断の思考が、表面をすべるようにあっちに行ったりこっちに来たりとなるのです。

やがてそれに疲れてくる。そして思考の起点の「こう見られる」を、またその表面思考によって捻じ曲げようとする。人は自分のことなんて見ていない。人の目なんて気にしなければいい、と。

何も根本的に前進しない。しばらく時間を経ると、また「こう見られる」が起点になる動揺へと駒が戻ることで、思考のほぼ全てが表面の空回りであることが、心理学の目から観察されることとなります。

それでは問題は解決しません。正しく人の目を気にするのが答えの出る道です。

心の動揺の2大根源

これはどこかで触れようと思っていた話ですが、私が「心の動揺の2大根源」と感じているものがあります。

心理メカニズムなどの難解な話は置いて、直感的に感じるものです。

その一つに6/28『心の変化の核心と論理的思考-9』で触れています。

「攻撃性へ」の取り組みという話で。

「自らの攻撃性を克服できていない」。

もう一つがこれです。

「自分を見失ったまま、人の目を気にする」。

この2つが組み合わさることで、世の人の心の動揺が見事にワンパターンで(?^^;)作り出されます。

自分に注がれる「人の目」を、攻撃的なものと感じて動揺するのですが、それはまさに本人が自らの攻撃性を克服できていない状況において、人の目が自分に対して攻撃的に見えるのです。

そして自分を見失っていることにおいて、実は自分自身が攻撃的な性向であることを、真正面から見据えて克服へと向うことができない。

かくして見事に、「自分を見失ったまま、人の目を攻撃的に感じて動揺する」という感いの心が出来上がります。

まず自分を取り戻すことが、動揺の根本的克服への第一歩というか足場になります。

それはもちろん、「本心を持つ」という取り組みのことです。

「本心」を築く取り組み

「こう見られる」以前に、何をどう感じどう考えるのか。そこに「本心」が問われます。

その結果として、自分は人にどう見られるかも自ずと方向づけられる。これが分かってくると、自分を人に良く見せるための、着実な戦略というものも出てきます。

「こう見られる人間になれば」といった思考よりもはるかに着実に、実際に良く見てもらえる、つまり「信頼」を築く道がです。

精神論ではなく、**具体的な思考内容**が問題になってきます。

「**心底からの納得**」を**基本的な歯車**として、**思考の駒**を動かしていく**実践の、積み重ね**が重要になります。

これについてはこのあと「**自分に対する論理的思考**」として、**詳しく解説**をしていきます。

「**本心がない**」という**症状(?)**の**問題**にちょっと話が**道草(?^^;)**しましたね。いったん**アップ**しておきましょう。

2011年7月28日(木)

「心と魂と命」の要の「本心」-6・心の軌道修正

では**真髓**部分の話へ^^。

「本心に帰る」の深さの2段階

「**本心**」が果たす「**2重目**」の役割として、「**本心**」が、私たちに「**本心に帰る**」ことをさせる。

そうしたことをさせる**心の足場**として、「**本心**」というものがあるということです。

その「**本心に帰る**」という**心の動き**が、**深さ**において**2段階**においてある。

「心の軌道修正」

まず**基本的な**ものを、「**心の軌道修正**」と呼べるかと思います。

これはごく**健全な人生の日常**で起きるものです。「**人の目**」によって**見失った「本心」**を取り戻す。

たとえばこんな話。**甲子園の夢**破れ、**親の期待**もあり**医学部**に進み、もう**野球は諦めよう**と思っていた**学生**が、やがて**野球への情熱**を捨てられないことを**自覚**し、再び**大学野球**にてその**挑戦**を続ける。まあ**医学部**やめちゃうのはもったいないので、続けながらがいいですねとして^^。

「本心」が「価値」を感じ取る

仕事の進め方について私がよくアドバイスする内容も、「本心」という言葉は出しませんが、根底において「本心に帰る」というテーマを横たえたものであることを言うことができます。

結果がどう評価されるかばかりに心が駆られ、ストレスに陥るような仕事への姿勢を、自分がどのような「価値の生み出し」をしたいのかに、向き合い直す。目線を、「結果」よりも「課程」へと方向修正する。

話の内容はかなり実践的なノウハウですが、その根底に「本心」という根底テーマがあるわけです。

仕事において「価値の生み出し」に向うためには、「本心」に立つ必要があるわけです。

なぜなら、「本心」が「価値」を感じ取れる心だからです。

価値を感じ取ることができるとは、自分から愛せるということです。そして本心に嘘をついて愛することはできないのです。形だけ真似ようとしても、「価値の生み出し」はできないのです。

そのため、「まだ本心がない」段階のご相談者の場合、「価値の生み出し」という話は得てしてピンと来ていない傾向があったのが、これまでのメール相談でも思い返される次第です^^;

「本心」が問われる。まず「本心」という心の足場を築くことが、重要になります。

「本心」は「心底からの納得」を駒の動きの基本とする心です。

そのために、「なぜそうなのか？」をとことん自分に問う「自分に対する論理的思考」が、ハイブリッド心理学から提供できる、「本心を築くための方法」です。

それを説明する前に、「本心」の位置づけを一通りということで、「本心に帰る」ことのより深いバージョンの話に。

それがまさにハイブリッド心理学の取り組みの道のりの本体ですね。

それを「人生の浄化」と呼びたいと思っています。

2011年7月29日(金)

「心と魂と命」の要の「本心」-7・人生の浄化

「人生の浄化」

私たち人間の心にある、「本心に帰る」という心の動き。
そのより深いバージョンを、「人生の浄化」と呼びたいと思っています。

これはつまり、私たちの「人生」そのものが、「本心」を見失った、あるいは「本心」に嘘をついたようなものとしてあるものから、「本心の人生」へと帰るということです。

人生のレベルでの深い「本心」とは、「命の本心」だと言うことができます。

その、「命の本心」に立脚した人生へと歩む。
どんな状況においても、生きることを望み、生きることを喜ぶ。そうした「命」の本性に立脚した人生へとです。

これがまさに、ハイブリッド心理学の取り組みの道そのものになります。

「心の再生」

そこで起きる「本心に帰る」とは、「心が本心に帰る」というよりも、私たちの心がその中で生きていると感じる、意識構造そのものが「本心に帰る」というようなものになります。

これが先の記事で説明の「心の軌道修正」とは、深さにおいて異質なものである特徴を、2つ言うことができます。

まず、「心の軌道修正」では、「どっちが」自分の本心かという選択肢が、その時の心に見えます。
学業だけに専念する。それとも大学野球にも挑戦する。「結果」を見るか「過程」を見るか。

心がその選択肢を見比べ、心でじっくり吟味することで、心に見えてくるわけです。自分の本心はこっちだ！と。

一方、「人生の浄化」として起きる「本心に帰る」動きの中では、「どっちが」自分の本心かという選択肢が、見えません。

選択肢は一つしか見えないということです。それが人生なのであり、その中で自分は生きるのだ・・と感じる、今の心、今の意識構造しか、ということです。当然、それが本心を偽ったものとは、考えようも、見えようもないものになります。

一方転換後の心には、別の選択肢が見えてくる。別の選択肢というか、以前とは違う自分の心であり、以前とは違う人生の感じ方が、見えてくる。それが自分の本心を取り戻したものだという、しみじみとした深い自覚と共に。

「自己操縦心性の崩壊」

心の中で、本心が見失われ本心に帰るというより、意識構造が切り替わるのです。

「本心を見失った意識構造」から、「本心を取り戻した意識構造」へとです。

これは何が起きるかと言うと、一つの心が死に、意識に連続性のない「意識の断絶」が起きてから、新たな心が再生するとも言える様相になるということです。

ハイブリッド心理学を長く学んできた方であれば、これが「自己操縦心性の崩壊」の話だとすぐにお分かりかと。このブログでは2010-02-17『病んだ心の自己崩壊』で解説しています。

2010-04-12『「絶望」の名手になれ』なんて記事でも関連する心得を書いていますね。

「意識構造の遷移」の中で見失われた本心

ちょっと長くなりますが続けましょう。

次の特徴も、「自己操縦心性」の成り立ち経緯と関係してきます。

「心の軌道修正」では、自分が本心を見失った経緯が、心自身に見えます。

甲子園の夢が破れた一方、医学部に進学することができた。これからは親を喜ばせてあげたい。そう思ったのだが・・と。

就職できた。頑張らねば、上司の期待に応えなければと思った。そんなためにはこれこれの結果を出さなければ・・と。それがいつしか、意欲情熱ではなくストレスだけに变化していった・・と。

「人生の浄化」においては、自分がいつ、そしてなぜ本心を見失ったのかが、よく見えないのです。

自分が人生を見失っていることを自覚した人が振り返ると、それはやがて幼少期にさかのぼるものになります。そこにあるのはまず親そして兄弟姉妹との関係の、何かの挫折です。

しかしその始まりを、そしてその正確な意味を、よく思い出すことができません。いったい何が起きたのか。最初の引き金は何だったのか。最初の引き金の、本当の正体は何だったのか。

そこにあるのは、ただ、あるべきでないことがあったという、漠然とした意識から、人生が始まったという事実です。

このように、始まりをさかのぼると見えない壁があるのは、出生時の「自他未分離」の混沌とした意識から、「自他分離」し明晰な意識へと、意識構造が変化するのをまたがって、本心を見失うような最初の何かが起きたものだという考えを、ハイブリッド心理学ではしています。

これは『入門編下巻』の「7章 人生の答え」P.196あたりで書いたことですね。

人間の出生後ほどなくして起きる、「心と魂の分離」とこの心理学が呼ぶ、意識構造の変化をまたがって、問題の始まりが起きたのだと。

だから、変化後の私たちの「意識」では、もう問題の始まりを思い出すことはできなくなるのだ、と。

「自己操縦心性の発動」

そして「人生」そのものが本心を見失うものになるを感じさせる変化が、思春期に訪れます。

ある日「漠然とした不安」が自分をおおっていることに気づくと共に、人々の視線が急にトゲトゲしいものになっているのを感じます。外見見栄えをめぐる、優劣意識が強烈に他人へと飛び交うのを感じます。当然、その優劣意識は自分へと戻り、強烈に降り注がれてくるものとして。

そこから、心が、いや人生の全体が、何かに追い立てられるようなものになったのです。

この辺の話は、まず『入門編上巻』ではP.250あたりで書いています。

こうして思春期の心に置きた変化を、哲学的表現で言うならば、「存在の善悪と身分」をめぐる「天国か地獄か」の審判が下される競技場に、自分が放

り出されたと感じる。そんな**変化**です。

世界からは、そんな**自分**に注がれる、**意地悪**で攻撃的な目と、**慈悲的**で**同情的な目**が飛び交います。しばしば、私たちはこの**視線の強烈さ**に絶えられなくなる感覚を、**思春期**に体験しています。程度が強くなると、「**視線恐怖症**」を引き起こすものとして。

これも**何の話**が分かる方も多いかと。「**自己操縦心性の発動**」が起きたのです。

これについて**最も詳しく解説**しているのは、**未刊行**ですが『**理論編上巻**』の「3章 心が病むメカニズム-2 -「思春期」における発動-」になりますので、**ご興味ご関心**のある方は読んで頂ければ^^。

もし「**命**」が、**あらゆる状況においても生きること**を望み、**生きること**を喜ぶものなのであれば、「**存在の善悪と身分**」による「**天国か地獄か**」の**人生**とは、まさに「**命の本心**」を**偽った人生**なのでは・・という話になります。

「**人生の浄化**」とは、そこから、「**命の本心**」の**ままの人生**へと、**立ち帰る歩み**だと言えます。

それは果たして**本当に**、**あらゆる状況において生きること**を望み喜ぶものになるのか・・と。

同じ本質へ

「**人生の浄化**」が、「**心の軌道修正**」とは**深さ**において**異質**である**特徴**を、**まず2つ**説明しました。

一つの心が**死に**、**新たな心が再生する**という**様相**になること。

本心を見失う**経緯の始まり**が見えず、「**不本意の人生**」が**思春期**に**発動**するという**心のメカニズム**になること。

そんな事情があるので、「**自己操縦心性の崩壊**」なんていう**特別な治癒現象**について、**理解しておく**ことが重要になるわけです。

意識構造レベルで「**本心に帰る**」**転換**となるものとしてです。

そうした**違い**はあっても、私たちの**意識姿勢**において、そこにある「**本心に帰る**」ことの**意味の本質**は、**同じもの**であることを理解することが、**極めて重要**になります。

その**同じ本質**を見据えることが、まさに、「**人生の浄化**」とへと**歩むための**、**心の足場**になるからです。

その**同じ本質**とは何かを、次に説明しましょう。

3章 「悟り」と「未知」

2011年10月21日(金)

「悟り」と「未知」-1

今読者広場で頂いた質問にコメントを書いているところなのですが、興味深いテーマにわたっていますので、その続きをこちらで書こうと思います。

哲学系などへの関心をお持ちの方がふらっとこのブログを訪問されたらすぐ目にとまるようにということで^^。

・ **ブログの位置づけ** (『10/13hideさん質問へのコメント-1』 No.375 2011/10/17)

・ **ハイブリッド心理学の探求のスタンス** (『10/13hideさん質問へのコメント-2』 No.377 2011/10/18)

に引き続き、**宗教**や**哲学**で言う「**悟り**」と、**ハイブリッド心理学**で言う「**未知**」との**比較話**になります^^。

こっただけ読んで頂いても話としてはokです。興味ある方は上記の方も読んでおいて頂ければ^^。

「悟り」と「未知」

>以前に当該ハイブリッド心理学で言う「**未知**」は宗教で言う「**真理 (悟り)**」とだいたい同じような意味だと回答いただきましたが、哲学が追究するものも「**真理**」で、これもまた同じようなものなのだと思います。更に言えば**真の芸術も真理を表現したものだ**という哲学者がいたのですが、これもなるほどと思いました。

これら全てがだいたい同じものであるのは、まずは「**意識を超えた命のエネルギー**」を**体現**することを指している、というようなことになると思います。

つまり「**真理**」とは、まずは「**意識を超えた命のエネルギー**」のことだと言えるかと。まこれもまずは**言葉の定義**として。

それを**体現**したのが、**ハイブリッド心理学**では「**未知**」。哲学や宗教では「**悟り**」。芸術では**作品**になるのかな。

次に、「**意識を超えた命のエネルギー**」という**共通項**から、分野により**テーマ**が出てくる。

芸術の場合はまたそれなりのテーマ（「美」とかかな）があるのだと思いますが、哲学や宗教、そしてハイブリッド心理学での「真理」のテーマは「人生」であり「幸福」ですね。

そこで哲学や宗教で言う「悟り」と、ハイブリッド心理学で言う「未知」の内容を、次のように比較して理解できると思います。

「体現」のされ方の相違

まず、「真理の体現のされ方」の表現が少し違うものになります。

「悟り」の場合、「悟り」によって「開く」もの、という表現がされると思います。

「未知」の場合、「歩み」の先に「訪れる」もの、という表現をしています。「未知によって開かれる」という意味不明な表現はしない。アハハ^^;

これは真理の体現に対する、我々自身の意識の関与のあり方の表現が少し違う、という話になると思います。

「悟り」は、自らの意識努力によって直接引き出すという形。ま歯の生え替わりでたとえると、生え替わる乳歯に糸つけて自分で引っ張る感じ。

「未知」では、向こうから現れるものという形。生え替わる乳歯が、自然と落ちる。それに気づく。

そのように、意識の関与の様子が少し違うとしても、起きることの本質は同じだと思うわけです。

歯が生え替わるという事実が、本質ですね。糸つけて引っ張ることすれば、多少早くなるかも知れません。ただし、人生全体のスパンにおいては数10年というスパンにおける数日の違い程度という話になるかと。

ハイブリッド心理学では、そのような形において、ハイブリッド心理学以外の何でも、「気づき」に役立つものがあれば結構なことだと位置づけています。他の取り組みとの間でなわばり争いするようなスタンスは一切ありません。

本質の同一

次に、そうやって「悟り」によって、あるいは「未知」として獲得されるものの、**具体的な内容**を言えると思います。**重要なのは何よりもこれだ**と思います。

主に**2つ**だと思います。

一つは、**心の悩み惑い**が**全て消えた**「**穏やかな無**」「**豊かな無**」の心の境地。

もう一つは、つい先日の黙示書・原型4で「**命の開放**」によって**現れるもの**と書いた、「**愛における自意識のない能動意識**」です。

「**無**」という**面**だけではなく、こうした**積極的な面**があってこそですね^^。

前者はその**心のあり方**における**對自己の面**であり、**後者**は**對他者の面**だと言えます。

そしてこの**2つの裏打ち**として、**一枚の一貫した変化**があるわけです。「**自分**」という「**とらわれ**」「**こだわり**」が**完全に消える**ことです。

ここでいったん**アップ**し、**ご質問**での、**そこが乗り越え難いもの**という点についての**考え方**について引き続き。

2011年10月23日(日)

「悟り」と「未知」-2・真髓

「悟り」と「未知」の真髓

では「悟り」と「未知」についての**続き**ですが、先のその1で「**体現**」の**され方の相違**および**本質の同一**として書いた内容のおさらいと、それに対する**加筆**をまずしておきたいと思います。

全体を把握しやすいよう、**キーワード**を**箇条書き**にしましょう。

「悟り」と「未知」の**真髓**とはこんなものだ、という**まとめ**になりますね^^。

「悟り」と「未知」の真髓

体現のされ方（意識の役割の若干の違い）

- ・「悟り」によって開く
- ・「未知」として訪れる

獲得されるもの（本質の同一）

- ・全ての悩み感が消えた豊かな「無」
 - ・愛における自意識のない能動意識
- = 「未知」「真我」

裏打ち

- ・「自分」という「こだわり」「とらわれ」が消える

裏打ちの裏打ち（メカニズム）

- ・望みへと全てを尽くした自然消化・・・自然型
- ・「自分」は仮りのものにすぎない・・・探究型
（命のつながりという大きなものの中で）

「悟りの開き」「未知の訪れ」のメカニズム

加筆したのは「裏打ちの裏打ち」の部分です。

つまり「自分」という「こだわり」「とらわれ」が消えるという裏打ちによって、全ての悩み感が消えた豊かな「無」、そして愛における自意識のない能動意識という、「未知」（ハイブリッド心理学）もしくは「真我」（スピリチュアル）と呼んでいるものが獲得される。

そこでさらに、どのようにして「自分」という「こだわり」「とらわれ」が消えるのかです。

つまり、「悟りの開き」「未知の訪れ」のメカニズムとは何か、です。

自然型

これは2つを考えています。

一つは、「望み」へと「命」の全てを尽くして向った時、それがどう叶えられるかの結果に関わりなく、心には「豊かな充実感」と引き替えに、そうしたものが生まれる。

それが「命」のDNAなのだという考え方ができます。

これはその人間が哲学や心理学など特に意識、探究しなくとも、「自然人間」の姿としてそうなるだろうという考え。

ま本人の意識表現としては、「もうさんざん自分の好きに生きた。自分というものはもう満足」という感覚で、もう何も惑うことなく、大自然に触れ、人の姿（特に子供など）を見てはほほ笑んで、生きていく。そんな姿。

これを「体現」の「自然型」のメカニズムと呼べるかと。

「真の望み」であれば、そうなるというのがハイブリッド心理学の考えです。「穴埋め腹いせの望み」だとそうならない。いくら追っても充足感が起きず、逆に追えば追うほどフラストレーション感が膨張していくような代物になります。

この辺については詳しくは、『理論編下巻』の2章 基本の姿勢と歩み-2 - 「望み」と「自立」という最初の鍵一の「第1の鍵」の説明など参照^^。

探究型

一方「探究型」は、結局ベースになるのは自然型..なのかどうかはさておき、どんな意識が「体現」なのかを、哲学なり宗教なり心理学なりで探求するものです。

すると結局こうなるのではという、ハイブリッド心理学での結論があります。そこにおいて、「悟り」も「未知」も、その真髄は同一であろうと。

それは、自分が、「自分」を越えたものに生かされている、という感覚です。それによる、「“自分”というものはほんの仮の姿に過ぎない」、という感覚です。

ハイブリッド心理学がその表現として採るものとしては、「命のつながり」という大きなものの中での、ほんの仮の姿というものとして。

この感覚に至ると、もう怖いものなしです。一方で、自分が生かされるものを持っている。

ここにゴールがあるという話になります。

とりあえずこの辺まで確認の上、どう、何を「乗り越える」という話になるのかを次に。

2011年10月24日(月)

「悟り」と「未知」-3・核

「悟り」と「未知」の核

さてその2で「悟り」と「未知」の真髓をざっと見ましたが、その心の境地を生み出している感覚の流れは、次のようなものだと考えることができます

これが「悟り」と「未知」の核になるものだと。

「悟り」と「未知」の核

自分は自分を越えたものに生かされている

“自分は仮りのもの”



「自分」という「とらわれ」「こだわり」が消える



心の境地のゴール

- ・全ての悩み惑いが消えた「豊かな無」

- ・「愛における自意識のない能動意識」

= 「揺らぎない自尊心に支えられ、愛によって満たされ、もはや怖れるものの何もない心」 (ハイブリッド心理学)

「悟り」と「未知」は一瞬・・

しかしこう聞いて、「自分を越えたものに生かされている」と思えばいい」なんて本心でもない思考を持ったところで、心はその方向に微動だに動かない(^^;) ことは言うまでもありません。

上に書いたのは、いわば意味論的な流れであって、心の変化の段階の流れではありません。

そうした心の境地のさまざまな意味の側面を言葉で表現し、意味の順序関係としてはそう整理できるというだけの話です。

そもそも**実際の体験**においては、「**豊かな無**」「**愛における自意識のない能動意識**」ではそもそも**自意識が消えている**ので、**自分がどんな心の状態であるかと、思考で意識する**ようなものではないのです。

感覚としては、ただ、**ふわ～さらさらグングンハツラツ～**という感じで(^^;)、自分がそれこそ「**未知**」の**心の状態に包まれ始めている**のを感じる。**今までとあまりにも違う**。こんなに**いい心の状態**があったなんて、と感じる。

これは**どんな意味**なのだろうと**考えて**、**そうした意味に気づく**のです。その**意味に気づく**、その**心のあり方**を**意識思考で確認**することが、その**心の状態**を**しっかりと自らの心に刻み、維持させる**という**役目**も出てくるでしょう。

そんなものであることにおいて、それは確かに「**一瞬のもの**」だと言えます。この辺が、

>**悟りが開かれるときは一瞬**だと仏教関係のある方は申しております。ちなみに私が以前に受講した心の学校でも、「**真我は一瞬にして開かれる**」といううたい文句でした。

というような話になる**部分**ではないかと。

まあ要は「**悟りが開かれる**」時には、**その前に**実はもう「**準備されている**」んですね。それは**すでに生み出されている**わけです。

これは以前、**心の学校「真我開発講座**」について触れた2010-11-05『「のぼるごとに、同じものが見える」(後)』で指摘した話です。

では**何によってそれは生み出されるか**、という話になってきます。この辺で、確かに「**悟りの追求**」と考えると**混乱**してくる部分が出てくるかも知れません。これを次に。

2011年10月27日(木)

「悟り」と「未知」-4・混沌

「悟りを生み出すもの」の混沌

その3までで書いたように、哲学や宗教が「悟り」によって何をしようとしているかは、比較的話が集約できるように感じます。

しかしそうした「悟り」、そしてそこで得るものが、そもそも何によって生み出されるかについては、哲学や宗教が考えていることの全体には、混沌、さらには混迷があるように感じられます。まあくまで聞きかじった範囲になります。

まさか「悟り」が全てを生み出すとは考えてはいないでしょう。

歯の生え替わりにたとえるならば、「悟り」は生え替わる歯に糸をつけて引っ張ることだとして、さらに「悟り」が新しい歯をカルシウムを集めて粘土のようにこしあえるようなものだとは。

「悟り」は「悟り」が生み出すのではない、という話にはなるかと。ではそれを生み出すのは何なのか。

「知」と「成長」

一言でいえばそれは、「知」をそれらを生み出すものとするか、それとも「成長」をそれらを生み出すものとするかによって、探究のスタンスが大分違うものになってくる、と言えるでしょう。

「知」がそれらを生み出すというスタンスでは、「あなたは今これ分かるか？」という問いになります。

「成長」がそれらを生み出すというスタンスになると、「今分かるか」はもうあまり問うものではなく、この人は今までどのように「成長」に向かえてきたか、そしてこれからどのように「成長」へと向かうことができるかに、関心の焦点を当てるものになります。

そして混迷が起きる原因は、実際に「悟りを開いた」賢者は、それを生み出すのは「成長」であると感じてはいても、「悟りの学び」である限りはもっぱら「知の探究」の言葉で整理される形になるのが、哲学や宗教ではないかと。

「今分かるか」という言葉ですね。

かくして、哲学系の「悟りの学び」の場では、「悟り」を生み出す「成長」についてはあまり語らず勿体ぶったように、「おまえが悟るには10年早い！」(^^;)という説教をしたり、逆に、金をもらっている限り誰に対しても「あなたにも真我が開かれましたよ♪」と言ってあげるしか(^^;)ないという状況にもなるかと。

「悟り」は再び「業」へ..

「悟り」はさらに、「成長」を無視し、否定さえするようなスタンスで語られることもあるかも知れません。

自分は“自分”を越えたものに生かされている。その「悟り」を、事実「成長」を経ずして、幼少にして開くこともあり得るのであれば、それがブッダのような天才的精神性の持ち主だとも言えるのかも知れません。

いや天才的精神性である必要もなく、誰もが幼少の頃からその教えを学び、自らは多くを望まない謙虚を尊ぶことで、平和を維持し、人々の絆を培った、素朴な「良い時代」があったのかも知れません。

しかしそれは同時に、「自分を越えたもの」を「神」として具象化し權威を持たせ、やがて自らがその座に座ろうとする、つまり自らが神になるうとする傲慢をも生み出したのが、宗教の歴史でもあったわけです。

それはまさに、人々の心を蹂躪（じゅうりん）する「悪魔」を生み出す、人間の業です。

「神」はそれをどう見るのか。

こうして、「悟りを生み出すもの」への視線は、宗教の根源にある人間の心の原型の世界を視界に捉えることになります。

視野がここに至り、ハイブリッド心理学の「未知」は「悟り」とは全く異なるものであるのがはっきりしてきますね。

具体的な説明は「道標」の説明として、この話の結語を書いておきましょう。

2011年10月29日(土)

「悟り」と「未知」-5・「知」を越えて

ではこの話の結語を。

言葉の整理が難しい話（ま「意識哲学」なんて話でもありそう）であり、いまいち読みにくいかと思いますが、まずはこんなところで^^。

「一つの真実」をめぐる「真理」の真と偽

こうして、ハイブリッド心理学における「未知」と対比させての「悟り」への概観は、後者の中に、同一の真髄と、決別をはたすべきものと位置づける、人間の心の業の根源とも言うべきものを、同時に見出すことになります。

同一の真髄とは、「自分は自分を越えたものに生かされている」という感覚の先に見出す、「自意識」を超越した「豊かな無」と「愛における能動意識」であり、心の業の根源とは、自分を越えた「絶対なるもの」を抱き、やがてその「絶対なるもの」から自分と他人と世界の不完全性を破壊攻撃し始める、「自分が神になろうとする」という「自意識の業」の核のようなものとして。

この2つが、「真に望むのはこの“自分”ではない」という理(ことわり)、つまり「心と魂と命」が別々に機能しているという一つの真実をめぐる、本当の「真理」と嘘の「真理」として生まれてくる。そんな印象を私に感じさせます。

それは、「“自分”とは命の大きなつながりにおける仮りの存在」として、なおその大きなものに向って自ら望んでいくか、あるいは自ら望むことをやめ、それを高貴なことと考え始めるか。この一点にその分かれ目があるようなものとして。

「原罪の克服」

そしてその2つが、「依存に閉じ込められた愛と嘘の結びつき」という、その捨て去りが前進の原型となるハイブリッド心理学の歩みの道程の中で、どのような位置づけになるのかを俯瞰した時、結論が見えてくるように感じます。

「未知」は、「悟り」とは全く別のもです。「未知」とは、あらゆる「知」の形をも取り得ない、文字通りただ「未知」としてのみあるものなのだ。

それを決定づけるのが、まさに同一の真髄である「命の力の体現」のゴールへと向う、最後の通り道の様子です。

それは「原罪の克服」です。実はこれが、ハイブリッド心理学における「命の開放」に位置づけられるのです。

「原罪」が、それを前に人が自ら望むのを禁じた、最も根源です。自らが神になるという誤りの中で、それを前に人が自ら望むのを禁じた、心の闇の根核です。

「原罪」とは、「自意識の罪」です。「自意識」という「けが汚れの罪」なのです。(『入門編下巻』P.325)

「原罪の克服」の様子は、『入門編下巻』の「10章 人間の真実「愛」と「命」」で詳しく描写しました。

それはもはや「悟り」などと呼べるものでは全くありません。その時、一切の「論理」を持たない「恐怖」の砂粒が全身の毛細血管をかけめぐり、「砂嵐」と呼ぶ状態が心に現れます。意識は働かなくなり、消滅し、その後、新しい心、否、新しい世界がリロードされます。(同P.327) (聞いただけでは何のことやらでしょうが^^;)

そうして全てがただ「記憶」の中だけに残り、新しい世界に立った時、ありありと感じることになるのです。

自分は自分を越えたものに、生かされている、と。

ハイブリッド心理学からの「真理」

結論を言いましょう。

ハイブリッド心理学の歩みの「道のり」には、沢山の「変化の節目」があります。

その「変化」は、いかなる「知」の形も取り得ない、つまり「知ってそうなる」というものではないものとして生まれます。

それが起きた後に、そこで起きた変化の意味を言葉にすることはできません。それは例えば、「内面の力の回復」であり、「望みの開放」であり、「永遠の命の感性の獲得」といったものとして。

そのように、起きた変化の内容について、人間の意識思考によって意味を明確化し、心に刻むことをするのが「悟り」なのだ。

「豊かな無への悟り」は、そうした沢山の「変化の節目」の中のごく一つへの意味づけに過ぎません。おそらくは最後の節目への意味づけではあるでしょう。

「道のり」には、それ以外にも沢山の「変化の節目」があります。まず重要なのは、その最後のものだけを念仏のように唱える(^^;)のではなく、今自分がいる足元をしっかりと見て、地道に進み、次の道標を目指すことになるでしょう。

そのための「実践」があります。これでもうその内容は哲学や宗教とは全く違う、ハイブリッド心理学独自の領域になります。

もちろん、「感情と行動の分離」に始まるものとしてです。

「変化」自体は、いかなる「知」の形も取り得ない、「未知」として起きます。

一方、「悟り」があくまで「知」の形の一つである限り、「未知」とは「悟り」とは全く別のものである。これが結論です。

それは私たちの意識構造そのものが突破され、新しい意識構造へと切り替わる変化です。「意識」は結局何らかの意識構造の中で働くと考えれば、一つの意識構造から別の意識構造への移行変化を、意識が捉えることは、論理的にも不可能であると理解できます。

それはただ、「未知」としてしか、その時は把握できません。

それを生み出すのは、「命」です。

ですから、ハイブリッド心理学はあくまで「実体験の探究」であり、「真理」という言葉は基本的に使いませんが、言うとすれば、たった一つの本当の「真理」とはこれだという話になるでしょう。

「見えない真実へと向かえ」。これが「真理」だと。

ということで、話を具体的な「道程」の方に移したいと思います^^。

2011年10月30日(日)

「悟り」と「未知」-6・乗り越えるべきもの

「乗り越えるべき難所」..

一つ追加しておきましょう。

読者広場の10/13hideさん質問で、以下の部分ですね。

>最後ですが、島野さんのハイブリッド心理学では、心（顕在意識としての）から魂や命が開かれる方法・過程は理屈ではない、ということで結局ここがたいの人間には乗り越えられないところですね。

>そして当ハイブリッド心理学も、同じ真理なのではないかと

考えています。そして、**乗り越えるべき難所**も同じような心の状態を指しているように思います。

「**乗り越えるべき難所**」と呼ぶにふさわしいところとは、**どの辺**にあるか。

体験的に言うならば、「**喪失体験**」の中で「**魂**」や「**命**」が**開放される**場面というのは、「**乗り越えられる**」という感じの**ものではない**です。

逆です。**自分では乗り越えられず、自分は死ぬ**わけです。**それまでの自意識によって作られた心**においては。

それを**じたばたせず、心が死ぬに任せる**と、「**無**」のはざまから「**魂**」と「**命**」が現れてくる、という段取り。

島野の直近の「心の死と再生」体験

実際のところそれが**どんなもの**であるのかは、もう**日記**など読んで頂くのが一番分かりやすいと思います。

ということで、9/9『**お願いです**（島野の最新執筆姿勢も^^）』でも触れた、「**覚悟を決めた**」**経緯**のあたりの**日記**を、『**過去日記**』**ブログ開設**に先行して**抜粋紹介**します。

奇しくも**この心理学**が示すように、「**命**」は「**再生**」への**パワー**を持っている。私自身の「**心**」が、**一切そのような道筋を意図しないままに**、という**顛末**です。

まずはご覧あれ。

2011.6.16 (木)

.. (略) ..

12時半。少し家の中の作業など入れながら考えたのは、今の自分のこうした心境の流れ自体を、僕自身がどう捉えるかだ。

何となくうまくまとまらない面が多々ある。**自分が全てを失った**…という観念…それはそうなのだろうし、一方で、そこで得たものは何だったかという疑問も出る。**今の自分が**、“**ただ裸の命だけを持つ**”という考えに、**一抹の前進感**を感じはする。それでも流れる**抑うつ的な悲しみの気分**は、自分が、人に**自慢**でき、それの上で生きていけるものを、持たな

いという事実にあるように感じられる。まっとうに人生を得た者であれば誰でも持つであろう、それをだ。いまさらにして、自分が**社会において何者でもない人間**になったという考え…。

午後6時半。その後の流れを書いておく。上のメモを書いて僕が感じたのは、**自分の心が死のうとしている、という感覚**だった。前後関係はどうだったか、少しオーバーに言えば**軽く目まいがして、頭をしめつけられるような感覚**が流れ始めていた。

しかし、「心が死ぬ」というその浮かんだ感覚が、むしろそれが正解のように思えてもいた。僕が**心理学の執筆によって**生きていることを感じられるのである時、それでは生きていけないのなら、**事実僕の心は死ぬのだ**、と。ただそれが事実でしかないこととして、事実何の収入も得ることができなくなった自分が、「**人生の転落**」を**しただけの人間**のようにもイメージされ、それが旧友達の目の先にあるイメージは、**苦しみの感覚**を帯びてもいた。この窮状を、人の内面など無頓着な父に訴えるイメージも浮かぶ。もちろん僕の自我は、何も感じてはいない外面を取ることを選びながら。

「**人生の転落者**」が書いた「**人生の生き方**」など、誰も読みはしない、という**自嘲的な言葉**が頭に浮かぶ。婚活（注：執筆継続の岐路、および母の死などを受け、すぐにでも結婚したいという気持ちがこの頃出現。この後の流れを受け見事に消えたもの^^;）についても、今まで結局それによって女性を得ようとしたものである、「**プロフィール属性**」を、**自分は持たないのだ**と思えた。

そうしてもう**何もない**といううち沈んだ気分を、僕はもう**死ぬのだ…**といった観念で、否定しないまま、僕は**ただ生活費を稼ぐための仕事へと向う**のだ。その目線に、気分が沈んだまま、**力がある**ことを感じる。**感情はただ無へと薄れていく**。

2011.6.17 (金)

きのうの続きを書いておけば、もう考えるのをやめていつもの夕食から風呂へと入った頃、**早くも変化が起き始めている**のを感じた。

ただ「**消えている**」のだ。**意識が軽快に動かせるようになって**いるのを感じた。そして意識したのは、まずその「**脳の騒がしい皮が一枚はがれた**」ような状態だ。**また面白いこ**

とになったきた、と。これがあるから、この歩みをやめられないのだと感じた。それまでの問題意識への考え方がどう変わるかという以前に、それまでの問題意識の全てが消えていた。結婚相手探しも、仕事への就き方についてもだ。

ただなるようになるものへと向えばいい、と感じた。これから生きていければいい形で書き続ける者として。「プロフィール属性」など、もうどうでもいいと感じた。

.. (略) ..

2011.6.20 (月)

今朝感じた新しい心境を書いておけば、自分が進む先の方向感がないまま、自分で“目をみはるような”すがすがしい感覚があるのを感じた。「輝くすがすがしさの無」とでも呼べる感覚。.. (略) ..

ちなみに、上記6/16の「心が死ぬ切り替わり」の翌日に書いたブログが、この『写真と言葉』だったりします。

2011-06-17 『「心」の死と「命」』

この後、多少残りの揺れとも言えるものを経て、多少ヤケを起こしたような気分(^_^;)の中、自分の将来の家族のためという計画枠に位置づけていた手持ちの株なども全部投げ打ってしまえ、という発想が、やがてあれっそれで全然いいんでないの、という能天気状態へと変わり、今の島野へと至ったという顛末です^^ゞ

これを経て、今はもう人生問題おおかた答えを出したこともあり、人生で最も気分の安定持続の日々、ただ執筆に向う状態になっている今日この頃です^^。

この後日、「あらゆる状況において生きることを喜ぶ」という命の性質を感じる場面が来ます。これも書いておきましょう。

島野の趣味の余談などもちょっと出てきます。

2011.7.19 (火)

先に書き漏れたことを書いておけば、全て執筆につき込むという腹が決まってくると共に、自分が本当にこれで、レールの外を歩き出したのだ、と感じたことだった。道もなにもない、草が茂っている、じかの野原だ。

同時に、そんなものとして、**楽しめるものは楽しみたい、という気分**が湧いてくるのを感じた。たとえば**洋服の趣味**をだ。スクールカウンセラーが不採用になり、先が見えなくなった**昨年暮れ頃以来の、お洒落の趣味心の復活**となる。

どんな状況においても生きることを楽しむ、「命」のエネルギーというものを感じた。

ということで、**ヤフオクで安い古着**を買って自分で**ミシンかたかた寸法直し**することなども**趣味**としている、今日この頃の島野です^^。

乗り越えるべきもの

この日記を紹介し、そこから**感じ取って頂きたいのは**、一つは「**心の死と再生**」の様子という本題に加えて、**私自身がこの流れの中で、内面感情に対しては完全に無統制の姿勢**を取っていることです。**ただ流れるに任せる。しっかり覗き込みながら**です。

決して、「**ここで頑張らなければ**」とか「**前向きでなければ**」なんて、**感情を自分で方向づけようとする姿勢を、一切やめている**中でこそ、こうして**不思議なる心の仕組みが発動**しているということです。

この面で、これはもう「**乗り越えるべき難所**」なんて**感覚はないもの**なんです。そもそも「**自分**」では**乗り越えられていないので^^;**

「**乗り越えるべきもの**」は、こうした**内面変化を開放できる状態へと準備する段階**にあります。**生き方姿勢と思考法行動法**そして**価値観を、この「開放」を是とするものへと根本転換する段階**です。

それは「**魂**」と「**命**」の「**開放**」の**段階ではなく、それよりずっと前の準備段階**です。誰もが、**乗り越えることが極めて難しい関門**があるのは。

2つです。

ありのままの自己の現実を受け入れる、自分に対する論理的思考によって本心を獲得すること。

これができず、**言い訳ごまかし**で生きているのが**世の人の傾向**。

そしてもう一つが「**否定価値の放棄**」です。これによって「**魂**」が**開放**されません。

だがこれを成している人は、**めったに**いません。

これができれば、あとは「乗り越える」なんてものではなく、自動という感じ
です。

「魂」が導きますので。心のドラマもそこからです。

詳しくは「道程」や「自分への論理的思考」の方で説明していきましょう^^。

4章 歩み方ガイドへの黙示書

2011年 10月 3日 (月)

歩み方ガイドへの黙示書-1

歩み方ガイドへの黙示書

では先の『写真と言葉』の記事で触れておいたように、「歩み方ガイドへの黙示書」というものを書いておこうと思います。

ガイドそのものではなく、それに添える、まあ紙1、2枚程度の資料ということになりますね。それほど長いものではありません。

歩み方ガイドに示される、地平・装備・進み方・道標の根底にあるものとは何か。

全ての前進変化を貫く、心の治癒成長の原理が、そこに示されることになります。

「黙示」とは、「隠された真理を示すこと」との意があるようです。

まさにそれですね。歩み方ガイドへの黙示書です。

先の「エンジン始動5」でも、「依存の愛」「既知の愛」の喪失を越えて自ら前に進む一步を踏み出すという変化に、すでに全ての前進変化の原型が示されていると指摘しましたが、その「原型」とは何かを、示すものになります。

3×3の成長変化への原理

この「黙示書」が伝えることを、「3×3 (スリー・バイ・スリー) の成長変化への原理」と呼ぼうと思っています。

「3つある」というものが、これまた3つある。島野お得意の3項立て説明のダブル版だすね^^。

この3項です。

「3つの根源」と、

「3つのベクトル」、

そして「1つの大指針と2つの前進形」(これもつごう3つの話と言うことで^^)

「3つの根源」

「**3つの根源**」は、私たち人間の**人生の道**、そして**心の成長**という課題と、そこに向かっての**達成**が、**何から生み出されるのかの根源**です。

3つあります。

根源1・「命の生涯」

1つ目の根源は、「**命の生涯**」です。

これが**全ての根源**になります。**心のエネルギー**の。

そして「**感情**」という、私たちの**心を動かし**、私たちが**それによって生きる**ことを感じ取るものとなる、**心の泉の全ての源泉**が、ここに 있습니다。

それが「**全ての人に愛される愛**」「**本当に好きな一人の相手と愛し愛される愛**」という**2つの大きな愛への望み**へと、文字通り**命を尽くして向かう**ことで、やがて**命を動かす「衝動」**は穏やかな「**充実感**」へと変化し、やがてその**生涯を終える**というものになることを、2010-01-21『「命」の生涯』で書きました。

ハイブリッド心理学では、それに**沿う**ことが、**命を持つ全ての固体**にとっての「**幸福**」であると考えています。

それに**沿わない方向**へと**それ**ることが、「**不幸**」を生み出すのだと。

それがハイブリッド心理学の「**思想**」です。

ちょっと話が膨らみますが、「**思想**」であるとは、それとは**異なる思想**も世にはあるのであり、**選択**だということです。

別の思想を採るも**自由**です。その場合の**心の行き先**は、ハイブリッド心理学としては**知らない**し、**別の思想**については**言及しない**のがハイブリッド心理学の、**というか私のスタンス**です。

根源2・「自意識の業」

2つ目の根源は、「**命の生涯**」という**第1の根源**への、**妨げの根源**です。

それは、「**自意識の業 (ごう)**」です。

人間の心の**闇と病み**、東洋哲学で「**カルマ**」と呼ばれるもの、**人間の業**、**心の業**、そうした言葉で言い表される、**人が自ら不幸に向かう心の動きの根源**になるものを、ハイブリッド心理学では、その**核心**を指摘することを兼ね、「**自意識の業**」と呼んでいます。

質問コメントを記事化した先の『「自意識」という宿命』に、その発生論的考察など手短かに書いていますので参考あれ。

それが意味するものとは、私たちの「心」というものが、「命」というその本来の根源から離れた、薄っぺらいものになってしまっているという、「心の構造」が起きているということです。

ハイブリッド心理学では、それを「魂と心の分離」としてまず考察し、最終的に「心と魂と命の3元構造」という考え方に至ったものであることは、『入門編下巻』で詳しく叙述した通りです。

「自意識の業」によって、私たちは、自らの「命の生涯」を、見失います。

そこからいかに「命の生涯」へと還り、自らの命をまっとうする人生へと回帰するかが、心の治癒成長成熟への、根源テーマとなるのです。

ちなみに私は「還る」と「帰る」を使い分けており、前者は「意識の構造の変化を伴うもの」であり、後者は「伴わないもの」です。

「意識の構造の変化」とは、「魂の感情」を介して「心」が「命」に接し、「命」によって新たな「心」がリロード（再装填）されるもの、とここでは書いておきましょう。

ですから、まずは「本心に帰る」という書き方をしますが、それは時に「大元の望みに還る」という、意識構造の変化を伴うものになる、という次第です。

根源3・「人間性の核」

源泉の根源があり、妨げの根源がある。

ならば、後者から前者へと回帰するための力の根源が必要になります。

それは何かと考えるならば、「人間性の核」になると言えるでしょう。

すべてがそこから始まります。「真摯性」「誠実性」そして「向上心」です。

それが最後に、私たちをこの道の断崖から、救うのです。

(2011-07-06 『「感情と行動の分離」の心の足場-2・「人間性の核」』など参照)

ハイブリッド心理学では、それがどのように人それぞれに備えられるかについて、手が出せません。(今は)それが備えられた先の歩みを記述することに手一杯です。

言えるのは、それを**意識して欲しい**ということです。

それが**不足**したまま**道の歩み方**を学ぼうとする試みは、大抵、「**当てはめ**」に**終始して成長が分からない**という形になってしまいます。

そうした「**人間性の核**」を**意識し、増強させるためのツール**として、「**自分に対する論理的思考**」は**有用**では、と考えています。もう少ししたら解説予定^^。

この**3つ**を**根源**として、「**歩み**」とは何が起きるものなのか。**残りの2項**を引き続き書いていきます。

2011年 10月 5日 (水)

歩み方ガイドへの黙示書-2

16:40追記：明日からの北アルプス行はなし^^;

山の宿がちょー混んでおり**取りやめ**に決定。**3連休**も含めおとなしく**執筆**でも^^;) 続けようかと。う～ん**残念**@_@

では「**3×3の成長原理**」（「**3×3の成長変化への原理**」を改め。短い方が**良い**かと^^）の**続き**を。

先の記事で書いたように、**第1項**は**心の成長**という「**課題の根源**」です。

第1の根源は「**成長の根源**」であり、「**命の生涯**」です。

第2の根源は「**妨げの根源**」であり、「**自意識の業**」です。

第3の根源は「**歩みの根源**」であり、「**人間性の核**」です。

私たちの**心の成長**という**課題**は、そうした**3つ**を**根源**としてあるということです。

第2項・3つの原動力

次に、**心の成長**を成させる**原動力**（これも先の記事で「**ベクトル**」という言葉を出したのを改め）とは、**結局これ**なのだという、**突き詰まるところの原動力**が**3つ**ある。

これが**第2項「3つの原動力」**です。

「**跳躍力**」と「**着地力**」、そして「**喪失**」。この**3つ**になります。

「**望み**」に向う跳躍と着地

「**望みに向かい現実へ向う**」が**心の成長の基本**です。

これを**ジャンプ**の「**跳躍**」と「**着地**」になぞらえることができます。

「**望み**」は基本的に、「**自意識**」の**空想**によって描かれます。これが「**跳躍**」の**局面**です。

それは「**現実**」からかけ離れた、「**身のほど知らず**」な**思い上がり**として描かれる**危うさ**をはらむ一方、それがまさに**人間の**、そしてそれぞれの**個人の飛躍的な「向上」**を生み出す**可能性**も、そこにこそあります。

そうして**架空の世界**へと**跳躍**した「**望み**」を、今度はいかに「**現実**」の形として**実現化**できるかが問われることになります。これが「**着地**」の**局面**です。

「**現実**」への**着地を欠いた「望み**」は、**個人**を「**向上**」とは**逆に**、**フラストレーション**と**苦悶の奈落**へと**追いやるだけの役割**を果たすかのようになるかも知れません。

逆に、**着地を楽にすることばかりに心をとらわれ**、**跳躍を怖れる**ようになった**個人**は、**前進を見失い**、**自分が人生の中で停止したまま**、**時間が過ぎている**ことをやがて感じるかも知れません。

こうして、私たちの**心の成長の歩み**は、まずは**決定的な2つの心の能力**が**元手**になることになります。

「**跳躍力**」と「**着地力**」と呼べるでしょう。

第1の原動力・「跳躍力」

第1の原動力「跳躍力」とは、「**望む力**」です。

「**望み**」は、まずは「**感情**」の**ガソリン**が**原動力**になり、**自分は何を望むか**、**望めるか**を描くにあたって「**思考**」の**ハンドルさばき**が重要になります。

外面における思考法行動法という**右ハンドルのうまさ**に、それは**かなり依存**しますし、**自分が本当に望むのは何か**に向き合う、**内面向けの左ハンドル**も重要です。

片方だけのハンドルで描こうとする「望み」は、**人生の前進力を見失**います。

自分が**本当に望むのは何か**に向き**合わない**まま、**外面の成功ばかり**を追っていると、**時間に追い立てられる日常**の繰り返しの**中で**、やがて**真の豊かさ**とは何

か分からなくなる自分へ。

外面の行動法に自信を持ってないまま、その穴埋めのように内面の心の豊かさを求める姿勢で心の取り組みを学ぼうとしても、心の成長と豊かさは全く分からないままになりがちです。

「穴埋め腹いせの望み」という、誤った羅針盤を、「真の望み」の羅針盤へに入れ替えることが、私たちの人生の歩みの、前進力に関する最大の課題になります。

「人の目と善悪」という、誤った羅針盤から入れ替えることと合わせてです。

私たちの人間の真の望みになり得るのは何かについて、明確に言うことができます。先の記事でも触れたように、「思想」としてです。心の探求の結果、ただそうあると感じられるものです。

それは「愛」と「誉れ」、そして「平安」の3つです。

自分はこれをどう描き、望んでいるのかという確認の仕方が役に立つものになるでしょう。

これらは「羅針盤」の説明のところでも説明していきます。

第2の原動力・「着地力」

「望み」を描く段階から、私たちに「現実を見る目」というものがとても重要になります。

描いた「望み」を携え、「現実」に向う段階で、いよいよさらに、「現実に向う力」が重要な役割を果たします。

これが第2の原動力、「着地力」です。

「現実」を歪んだ形で認識していると、「望み」もあらぬ方向へと描かれがちです。

また、世界と社会を自分の目で見える姿勢を失い、人に頼る姿勢でいると、そもそも自分の「望み」というものが描きようもなくなってしまいがちです。

いずれせよ「望み」を描いた先に、その実現へと向って「現実」に向っていく段階で、まさに「現実を見る目」と「現実に対処する能力」が重要になってきます。

「現実を見る目」が、「現実に対処する能力」の大きな一部分でもあります。「現実」を正しく見れば、そこには必ず、「一つの正しい答え」が見えてくるからです。

そうした「正しい答え」として、私たちが習得していく必要がある、重要なテーマは、「健康な感情を前提にした対人行動法の原理原則」といったものがあります。

この習得は歩みの全体の話になります。歩むごとに、私たち自身が「健康な感情」を持つことができるようになるからです。

それを先取りした「思考」が重要になります。病んで未熟な人間感情に目線を固定したまま、「だって人はこうだから」という思考でいるのは、自分から未熟と痛みにとどまることに熱心な姿です。

このような「現実に向う力」は、歩み方ガイドの表現で言うならば、外面向け思考の右ハンドル、そして「空想と現実」をしっかりと見分け、現実の大地にしっかりと足をつける車輪、そして社会や他人をどう見るかの外界視野となるフロントガラスが重要な役割を持ちます。

そうした装備のイメージで、自分の歩みを点検していくのが良いでしょう。

ここでいったんアップしましょう。

第2項「3つの原動力」の3番目、「喪失」についてなるべく今日中に引き続き書こうかと。明日からまた北アルプス行予定でもあり^^。

2011年10月7日(金)

歩み方ガイドへの黙示書-3

では歩み方ガイドへの黙示書、第2項「3つの原動力」の続きを。

「跳躍力」と「着地力」に続き、これが「原動力」になるというものです。

第3の原動力・「喪失」

「望み」に向って跳躍し、「現実」へと着地する。これが前進力の基本形です。

そこで着地が順調であれば、「望み」が現実のものとなり叶えられるという形になります。人はそこで「成長」と「豊かさ」というものを、それなりに獲得することになります。

一方そうでない場合、つまり「現実」が「望み」通りではない時、そこに「喪失」というテーマが現れます。

これが「成長」への第3の原動力になるのです。

「誤った空想」が崩れ去る・・

なぜ「喪失」が「成長」への原動力になるのか。

まず言えるのは、事実、「喪失」が時に人の心の成長の転機となる、という「心の現象」です。

こう言えます。

喪失を越えて前に向いた時、私たちに新たな心がリロード（再装填）されるのだ、と。

もちろんそうした心の現象の価値の側面は、実際の外的な「喪失」にあるのではありません。

内面的に何かが失われる、何かを手放されることにあります。

それは上に「喪失」というテーマを書いた通りに、まさに暗示されます。

「現実」が「望み」通りでない時に、「喪失」というテーマが現れる。

「望み」は「自意識」の「空想」で描かれるものです。

つまり、「自意識」による「誤った空想」が崩れ去るという側面に、「喪失」という心の現象の価値があるということになります。

その人間が、その「空想」にしがみつき続けようとする姿勢を捨てた場合の話になる、と言うことができるでしょう。

「喪失」という成長のエッセンス

ここにエッセンスを書きましょう。これがまさに、ハイブリッド心理学の真髄のエッセンスになります。

「現象」

まず「現象」があります。

喪失を越えて前に向いた時、新たな心がリロードされる、というもの。

『エンジン始動4』で私自身の日記など紹介しました。

「見えないもの」

そこで起きている「**見えないもの**」を、『エンジン始動2』などでまとめています。

「**心の依存と自立**」と「**本心**」、「**愛と嘘**」、そして「**善悪**」。

私たちの**心**に見えないまま、この**心の根底の歯車の全て**が収束する、**心の転機**として、それは起きるということです。

つまりこう言えます。

「**依存**」の中に閉じ込められた「**愛と嘘の結びつき**」が捨て去られる。

それが「**本心に帰る**」ということ、かつ「**心の自立**」として起きる。

そして、「**自分から愛する心**」がリロードされる。

それらが、**見えないまま**起きるのだと。

「前提」

これが起きる「**前提**」を学ぶのがいいでしょう。次の**3つ**です。

・跳躍力と着地力

「**望む力**」と「**現実に向う力**」が、「**命**」と、「**現実**」に、**近づく**ためのものと言えるでしょう。

自分からは望まない時、「**命**」からは**遠ざかった**ままであり、「**現実に向う力**」が、「**現実を受け入れる**」というこの**心の転機**を生み出します。

・羅針盤が「愛」と「誉れ」と「平安」へとしっかり向かっていること

これは**心**が自らの「**心**」を偽っている**段階**、つまり「**穴埋め腹いせの望み**」「**人の目と善悪**」の羅針盤で向おうとする**段階**を脱し、「**真の望み**」の羅針盤で向う**段階**になることです。

・愛を善悪で考える思考を脱していること

「**善悪**」は「**愛と嘘の結びつき**」をおおい隠し温存させます。それを**すでに**取り去っていることが必要です。

これらは、「**心**」がすでに「**心**」自身で可能な、「**命**」と「**現実**」と「**真実**」への**近づき**を成しているということです。

そこに「**喪失**」が加わることで、「**心**」自身に**可能な変化**を**超えた変化**が起きるということです。

「見えるもの」

「見えるもの」が何かを知っておく必要があります。「心」はこの時、この転機の価値の側面を見る事ができないからです。「見えないもの」も文字通りしかり。

「見えるもの」は、ただ「失意」になります。自分が明らかに、今まで保ち続けていた空想の世界を、捨て去る時が訪れているのです。

これは『入門編下巻』で何度も触れています。主な部分を抜粋しておきましょう。

P.153

「現実」を生きる失意と絶望が「心の自立」を導く

人間の不完全性とは、失意と絶望によって「心の自立」が導かれることにあります。

そしてその瞬間、人はそのことを知ることができないことです。

なぜなら、その時あるのは、ただ失意と絶望の時間だからです。私たちは私たち自身の「心の命」が、私たちの心に「心の自立」への作用をもたらすために、ただ失意と絶望に心を晒す時間を、持たなければならないのです。

P.277

愛に別れを告げ再び愛に戻る

・・・(略)・・・

その時心は、自ら、「与えられるもの」としての「愛」に別れを告げ、「自ら愛する」ものとしての「愛」に、向かい始めるのです。

人はその時、そのことを知りません。なぜなら、「自ら愛する」ものとしての「愛」の感情が自分の心に湧き出し始めているのを知るのは、それからかなりの時間を経てからのことになるからです。

その時見えるのはただ、「既知の愛」に別れを告げる、失意の時間です。

「選択」

「現実」が「空想」通りではないことを知覚し始めた時、人の心に**選択**が現れます。

これは次の**3つ**です。とりあえず**メモ**書きしたものを（ここでは手抜き^^ゞ）

喪失=本心から離れたものがうまくいかなかった

嘘が通らない

→**a さらに嘘を重ねる** 他人が強要した 全て他人のせい
なのだ・・・愛を憎しみに変える

b 自己破壊へ 自分を責める

c 嘘を越えた大元の望みへ還る ex.**マリー・ヒリーの物語**

ここで「**マリー・ヒリーの物語**」というのは以下で読んで頂けます。

『理論編上巻』 5章 「愛」と「真実」の混乱と喪失-2 一心の真実への断片-

ここで**大元の望みへ「還る」**という**表現**を使った通り、**意識構造が異なる感情**が流れてきます。

「**魂の感情**」です。ここでは改めての説明は省略。

「**黙示**」

こうした**心の転機**へと、まさにこの「**黙示書**」からの「**黙示**」を、こう告げることができます。

自意識の業が**破られ**、**命の生涯**への**回帰**が、ここに起きる。

根源、**原動力**、**歩みの全て**が、ここに収束している。

のだと。

「**転機**」

流れの先に目を転じましょう。

こうして「**喪失**」を経る**心の転機**を体験した時、**人はこの転機の意味**を、こう感じ取ることができます。

これは「**喪失**」などではない。これこそが、**人生の真の輝きの、「獲得」**なのだ、と。

「真実」

もう一つ、**時間**を経て、ここから**見えてくる**ものです。

それはまさに、「**心**」に見えるものが「**失意**」だけであったことによるものです。

時間が経て、**変化した自分**を知った時、次の**感覚**が芽生え始めます。

自分は、自分の「心」ではない、「命」が生かしている。

こうして芽生え始めた**新しい感覚**の先に、**この道のゴール**が、**視界**に捉えられるものへと、近づいています。

黙示書の**残り**をさらっと押さえ、**歩み方ガイド**の**羅針盤**の節へと進みましょう。

歩み方ガイドへの黙示書-4

では**黙示書**の**最後**です。今日**2個目**の記事。

第3項 「成長の形」

「**3×3の成長の原理**」。

第1項「**根源**」。「**命の生涯**」「**自意識の業**」「**人間性の核**」。

第2項「**原動力**」。「**跳躍力**」「**着地力**」「**喪失**」。

ここまで説明しました。

第3項は「**成長の形**」です。

これは**心の成長**への**歩み**の、**基本形**を**黙示**するものです。

どんな形のものとして、それは**成される**のか。その**最も基本的な話**を**心に入れておく**のがいいでしょう。という主旨。

1つの大指針と2つの基本形

第3項「**成長の形**」は、「**1つの大指針**」と「**2つの基本形**」から成ります。

これはここであまり説明を展開するものではありません。具体的な話は歩み方ガイドの方になります。その全てを貫く基本はこれだという話になります。

「1つの大指針」

たった1つの大指針とは、「命のプログラムに沿う」ことです。命にプログラムされたDNAに忠実であることです。

その先に、まずと「命の生涯」の道が現れるものとして。

これは取り組み実践においては、社会に溢れる過剰な情報よりも、一匹の動物の姿を見るがいい、というような指針になります。

自身を、社会という名の大自然を生きる、一匹の動物として捉えることです。その姿勢を原点に、外面向けには思考法行動法の具体的な学びを進めるのが良いでしょう。

そして内面向けには、自身の中に眠る「野性」への気づきを、この心理学では重視しています。

「2つの基本形」

「2つの基本形」は、先の「原動力」の話から自明と生まれるものです。

成長前進は2つの形であると理解しておくといい。

「順調な前進」と「喪失と共にある前進」です。

「感情と行動の分離」に始まるハイブリッド心理学の「実践」は、外面においては建設的思考法行動法、内面においてはただ流し理解することを進めるものであり、それはまず外面行動がうまくいくことを目指すものとして進めます。それを目指さなければ意味ないです。

その上で、望み通りにはならない「喪失」が現れても、それがまた成長への転機となる。

歩みが順調であればそれに越したことはない、良いことです。

歩みに「喪失」というテーマが現れた時、それはまた、次元の異なる前進となる。

だから、この道は、必ず心の成長と豊かさにつながる道として、歩むことができるものになるのです。

とは言っても、今はこう感じるのが実感ですね。喪失を体験することなく豊かな心を持った人間などいない、と。

道の具体的な歩みの姿を、引き続き**歩み方ガイド**の方で書いていきます。

2011年 10月 14日 (金)

歩み方ガイドへの黙示書-5・原型1

「3×3+1の成長原理」へ

では**歩み方ガイド**の続きを、ではなく、**黙示書**の方をちょっと加筆しようと思います。

「**前進変化の原型**」というものを、しっかりと入れておきたい。
先のその3で書いた形の、「**喪失**」の話に含めるものとしてではなく。

黙示書は「**3×3+1の成長原理**」を説明するもの、になりますね^^。
なんか**算数の問題**になってきたような。もちろん**3×3+1=10項目の根本ポイント**があるという話になります。

これが、**ハイブリッド心理学とは何を言うものかの、骨組みの完成版**になることを期待している今日この頃です。

9項目までをおさらいしましょう。
(第×項と呼んでいたのを第×テーマに改め)

第1テーマ「根源」。「命の生涯」「自意識の業」「人間性の核」。
第2テーマ「原動力」。「望む力」「現実に向う力」「喪失」。
第3テーマ「成長の形」。「命のDNAに従う」「順調な前進」「喪失と共にある前進」。

そして**第4テーマ「前進変化の原型」**となります。

「人間の成長」

第4テーマ「前進変化の原型」は、**第3テーマまでの全ての根本ポイント**がそろった先にある、**前進変化の心の仕組み**を説明するものです。
つまりは、「**喪失と共にある前進**」で何が起きるのかの仕組み説明です。

これが、「**人間の成長**」です。

成長はまずは「**順調な成長**」を目指すのですが、それは基本的にはその時の心の成長段階を維持した中での成長のマキシマイズ（最大化）です。

「**喪失と共にある前進**」に至って、心の成長段階が別次元へと前進する。

だからといって最初から喪失を目論む、あおる(?) ような姿勢は論外です。それはそもそもの原動力の最初の「**望む力**」を損なっています。

思いっきり、都合良すぎる成功の最大形まで描いていくのがいいでしょう。ただし現実的にです。そこに第2の原動力「**現実に向う力**」が出てくる。「**現実を見る目**」というのが問われる。人ととやかく言われる以前に、自分に嘘をつくことなく自分の目で現実を見ているかということが、まず最大の要件となるものとしてです。

それでどう順調に行っても、まず何らかの「**喪失**」が含まれるのが、現実世界の不完全性というものです。この点は安心して(?^^;) よろしい。

あまりにも順調に**望みが叶う**と、逆に人間がおかしくなるケースが多々あります。しばしばこの手の**芸能人ニュース**が巷を騒がすように。

まあこうして**ハイブリッド心理学**を学ぼうとしているということは、まずその**心配**はないということですのですね^^。(^^;)

ちょっと話が膨らみました。続けると長くなりそうなので短いですがいったんアップ^^。

歩み方ガイドへの黙示書-6・原型2

今日2個目です^^。

「前進変化の原型」

黙示書第4テーマ「**前進変化の原型**」は、第3テーマの第3項「**喪失と共にある前進**」で起きることの**仕組み**を説明するものです。

それがこの**歩み**の**ゴール**までを、**一貫**として貫くものになります。

それはすでに、いまだ**進む先の見えない**、**最初のエンジン始動**に表れます。「**本心**」の**真のエンジン始動**にです。

エンジン始動4で紹介した**私自身の経験**での姿を一例として。

このようなものになります。

「依存」の中に閉じ込められた「愛」と「嘘」そして「怒り」と「恐怖」の結びつきが、「心の自立」と「本心への回帰」が同時にある一歩として、捨て去られる。

人間の心の病みと闇

黙示書-3の「見えないもの」で書いたものに、ここでは「怒り」と「恐怖」を加えています。

これが、人間の心の「病み」の姿です。

「依存の中に閉じ込められた愛と嘘と怒りと恐怖の結びつき」というものがです。

人は「心の依存」の中で、愛されるために自分に嘘をつくという病みを抱え、同時に、愛が嘘であることへの怒りと、自分が嘘をついていることを見抜かれることへの無意識の恐怖と、そして自分が愛されないことへの意識的な恐怖を抱えるのです。

その根底に、「ありのままの自分」「本当の自分」では愛されないという、心の底に抱えた自己否定感情という「闇」が、あった時にです。

(理論編ではこれを「根源的自己否定感情」と読んでいます)

それが、「心の自立」と「本心への回帰」の一歩の中で、何が起きているのかが見えないまま、捨て去られるのです。

そして新たな「心」がリロードされます。

「命」が、新たな「心」をリロードします。それが起きることも、その内容も、「命」の専任事項であり、私たちの「意識」がタッチすることはできません。

私自身の経験においては、「嘆くのをやめる」というその一歩のあとに、内面に向き合うこと自体に自己軽蔑感を感じ、外面だけに向う、ほぼ1年間の「忘却の日々」が生まれたようなものとして。

「自意識のない心」の増大

今ここに書いた「原型」が、まずは「消極形」になります。「捨て去られる」という、消極的な形だけのものです。

ですから、そこで同時に何が「獲得される」のかという「積極形」が、当然テーマになってきます。

これがまさに、このあとの「道程」の全てを貫くものになるのです。はっきりと、それは「積極形」の形を示すようになる。

何が「獲得される」のか。ここで一つ言えることがあります。

私自身の体験においても、それは「見えないもの」でした。自分の何がどう変わったのか、自分でも良く分かっていません。

いや、「自分の何がどう変わったのか」ではなく、とにかく私は「自分を変えた」のです。どう変わるかは、これからだ。そんなものとして。

そしてその後の「忘却の日々」においても、自分が本当にどう変わることができているのかは、私自身にも分かっていません。一年後、再び私は自殺を希念する自分の感情を、日記に書き記すことになります。

それでもはっきりと、一貫として「獲得されている」、心の未知の状態への変化を言うことができます。

まさに、自分がどう変化したかを自分でも良く分からないことに対応しているものとして。

「自意識」が消えているのです。

「自意識のない心」という未知のものが、生まれ始め、増大を始めているのです。

その当時の私の様子で振り返れば、それまでの私の心はあまりにも「依存の愛」への衝動におおいつくされ、愛されるためにこんな自分でなければという意識は、あまりにも空想的であまりにも自意識が過剰であったため、愛に向おうとする現実の行動はあまりにも浮き足だち、私自身にとって無様で醜いものであったために、行動は完全に制止され、死ぬほど激しい(^^;)フラストレーションと動揺の状態であったわけです。

それが、『悲しみの彼方への旅』で描写した内面の激動の嵐を過ぎ、やがて社会人になり全てがリセットされた感覚の中、「甘い嘆き」にもう別れを告げる一歩によって、新たな人生への歩みが決定づけられた。

「消極形」から「積極形」へ

それでもこの「自意識のない心」というのも、消極的な捉え方です。自意識の「ない」心と。

それがやがて、「魂の開放」そして「命の開放」と、はっきりと何か「ある」心へと進化する道筋の上に自分がいることを知らなかったがために、自分から向うというより、宿命的な人生の作用の結果として遅ればせにそこに至るのに、それからさらに15年以上もの時間を要してしまった経緯があります。41歳の「人生の見出し体験」の時、「失われた20年」がそこにあったと感じたようなものとして。ま実際は社会を生きるスキルの獲得など、結構得るものはあったんですけどね。まこの執筆活動に入れた程度の蓄えも。これは大きい^^。

その当時の私が、自分が置かれた道の先を知らなかったのも、当時の心理学などにそれを教えることができるものがなかったという、いたしかたない状況もあった次第です。

もしこれを知っていたら、間違いなくもっと早かった気がする…。ま「たられぱ」を論じるのは不毛として^^;

いずれにせよ、多くの人が知らずにあさっての方向を向いたまま（しかもそれを良かれと考えながら）生きている状況の改善向上には多少とも役立てられるのではというのが、ハイブリッド心理学の目的である次第です。

ともかく、病みが「捨て去られる」、自意識が「なくなる」という「消極形」から、「積極形」へと進化するポイントを、次に書いておきましょう。

それがまさに、「見えないもの」がはっきりと羅針盤になっていくという、この道の歩みの「道程」の全体を、貫くものになります。

2011年 10月 18日 (火)

歩み方ガイドへの黙示書-7・原型3

原型からの進化

では「前進変化の原型」からの進化を、ざっと書いておこうと思います。

この原型からです。

「依存」の中に閉じ込められた「愛」と「嘘」そして「怒り」と「恐怖」の結

びつきが、「心の自立」と「本心への回帰」が同時にある一歩の中で、捨て去られる。

この「原型からの進化」は、「道程」そして「羅針盤」の話に直結します。ここでは黙示書ということで、私たちの「意識」には見えないまま動いている**仕組みの本質**を説明します。

「歩み方ガイド」では、**意識表面**で何をどう見てどう向えばいいのかの側面にフォーカスしていきます。

「前進変化の原型からの進化」とは、一言でいうとこうなります。

それは、「能動意識の芽生え」から、「自意識のない愛の能動意識」への、**私たちの意識構造の成熟変化**なのだ、と。

「進化」を貫く一本の線は、「能動意識」です。

自分から、**前進への力を湧き出させる**。人からの刺激を受けての反応としてではなく。

自分自身の中にある**前進への力**を、**解き放つ**のです。

3段階の「開放」

その「能動意識」の**内容**として、大きな**3段階の節目変化**があります。

他なりません。これがハイブリッド心理学の「目的」である、「心の開放」「魂の開放」「命の開放」という**3段階**です。

その**3段階**とは何かを、ここではその**定義の言葉**を出しておきましょう。

「心の開放」は、「個」における**自意識のない能動意識**です。

「魂の開放」は、「愛」における**自意識の薄れた能動意識**です。

そして、「命の開放」は、「愛」における**自意識のない能動意識**です。

まず、**一貫として貫く「能動意識」という線**があり、

「自意識」が消滅に向うこと、

そして「愛」に向う。

この**3つの側面**から捉えることができます。

「愛における自意識のない能動意識」。

これ「命」の姿そのものなのだ、と言えるでしょう。
これが、ゴールです。

そこに至る「道程」の原型も、ざっと把握することが可能です。
いったんアップし、それを書いてから「道程」へと移りましょう。「羅針盤」
の話も「道程」に含める形になるかな・・。

歩み方ガイドへの黙示書-8・原型4

今日2個目です^^。

道程の原型

先の記事の「原型の進化」を受けて、「道程の原型」をこのように言うことができます。

それは、

「心の開放」による「個における自意識のない能動意識」

を足場に、

「魂の開放」による「愛における自意識の薄れた能動意識」

の先に見える、「愛と嘘」の功と罪を直視することだと。
そこに功と罪が衝突し、意識がはじけ散った先に、まっさらな、

「命の開放」による「愛における自意識のない能動意識」

が姿を見せる、のだと。

要件

これがどういうことかの説明を始めるとここでは中途半端になりそうなので、
「道程」の説明の方に譲りましょう。

それは私たちの意識努力として何をどう見ていくかという「取り組み実践」へと
視点を進めるものになるのですが、ここでは「原型」から黙示される、「取
り組み実践」の基本的な要件を言うことができます。

それは「原型」の中に出てくる言葉それぞれが、取り組みの根本的テーマになるということです。

「原型」はこうでした。

「依存」の中に閉じ込められた「愛」と「嘘」そして「怒り」と「恐怖」の結びつきが、「心の自立」と「本心への回帰」が同時にある一歩の中で、捨て去られる。

そのそれぞれの言葉に示される取り組みに、向う必要があるということです。その全てが揃った先に、「開放」の節目もあるのだと。

「愛」に向うことです。それは、自分が望むものが実は「愛」であることを、「人の目と善悪」「穴埋め腹いせの望み」という誤った羅針盤から「真の望み」の羅針盤へと取り替えていく取り組みです。

「嘘」をなくしていくことです。それは嘘を許さず否定することではなく、嘘を許し晒すということです。嘘を否定しようとした時、嘘に嘘を重ねることになるからです。

「怒り」を放棄することです。

「怖れ」の克服に向うことです。

これに、「心の自立」および「本心」において、取り組むのです。

これらそれぞれの取り組みテーマが、どのように成されることが、どのように「開放」の段階へと結びつくのか。

これは「道程」の方でざっと見ていきたいと思います^^。

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えます^^。