

HERO
HERO



ストーリーアタック1DAY講座

Additional TEXT

HERO
HERO

contents

Introduction はじめに

このテキスト・およびストーリーアタック1DAY講座の カリキュラムについて	3
--	---

男性性と女性性の成長プロセス そしてストーリーアタック

1 自我が発生するまで	7
2 自我の中で男性性と女性性に分かれる	10
3 男性性に不信感が取り憑く	13
4 架空の自分になろうとする	17
5 女性性が自己喪失していく	21
6 強要やコントロールが厳しければ厳しいほどに	26
7 罪悪感について	30
8 男性性が家出をして家に帰ってくるまで	33
9 男性性のヒーロー願望をまずは満たしてあげるとき	38
10 承認欲求	41
11 男性性の転落	45
12 女性性と男性性の再会	50
13 内側マウンティング	55
14 ストーリーアタックとは	61
15 ストーリーアタックの末	64
16 真の旅が始まる時	68

癒しに関する理解

癒しの段階 step1	72
癒しの段階 step2	76
癒しの段階 step3	80
癒しの段階 step4	86
癒しは終わるのか	91

Conclusion 最後に

1 男性性と女性性の本来の役割	95
2 全ての人の中に、男性性と女性性がある	99
3 終わりに	104



Introduction

はじめに

このテキスト・および ストーリーアタック1DAY 講座のカリキュラムについて

ストーリーアタック 1DAY 講座のカリキュラムに、
ストーリーアタックを回避する、
あるいはそれを解決するといった内容はありません。

解決をしたい気持ちにものすごくなります。
とても辛いですし、苦しいからです。

しかし、その時に解決しようとする自分の男性性は、その解決をしようとすることで女性性を逆に責め続けているようなものだと、気づいてみて欲しいのです。

痛みや苦しみ、それは我慢や抑圧をした結果生まれていることなのです。

それをだれかのせいにしてたり（自分含む）、

嫌がって怖がって早くどうにかしようとするのではなく、

その時の自分の感覚や感情を思い切り！

受け入れてみる。

解決のためではなく、自分を抱きしめる。

ただただ抱きしめて。

泣くだけ泣いていいと、悲しむだけ悲しんでいいと。

だってそれだけ頑張ってきたのだから、と。

先々のことを考えることで、意識は未来にいけますが、女性性は未来にはいません。解決やどうなるためにとか楽になるために、幸せになるためにとかうまくいかせるために、と考えていればいるほど、

「そばにいて欲しい」と女性性が泣くのです。

だから、解決方法を伝えはしません。

その代わりに、”理解”と”受容”そして”愛”がみなさんの中から発動するよう、誘導するための知恵があるだけ。

知っているのと知らないのとでは、その状況に陥った時の自分の“あり方”が変わるのです。

そのあり方を、知恵で支える。

知るということは未来を決めるためではなく、知るということを通して今にいることを誘発する。

そのための理解、そのための知識だと思って学んでいただけると嬉しいです。



男性性と女性性の
成長プロセス
そしてストーリーアタック

1 自我が発生するまで

大いなる意識から身体が生まれ、その中に器としての”自我”が完成する。

この時点での自我は、因果関係を記録しておくための器としての機能しかない。

全体から個体が生まれることで、内側と外側、という二つの世界が誕生する。

二つの世界が誕生することによって、内側と外側の関係性が生まれる。

この関係性が因果律というものである。

世界がひとつから、ひとつ（全）とひとつ（一）にわかれたことによって、因果律が生まれる。

因果律が生まれたことによって初めて相対性が生まれる。

陰と陽、善と悪、正しいと間違い、原因と結果、男と女、といった概念は因果律によって生まれる。

身体の中に出来た自我という器は、その中に因果関係を蓄積していく。

そうしなければ生きにくいからだ。

内側で起こることと外側で起こることの相互関係を記録しておくことで、そのデータをもとにいろいろなことに対処しやすいからである。

つまり、自我が持つ本質的な役割は“器”であり、

自我の成長レベルというのは、

その器の中にどのような情報が

入っているのかに比例する。

全体から切り離された個は、個として生き抜くために自我を通して因果律を記録していく。今歩けることもトイレに行けることも食べることもできるのは全て、因果律があるからだ。

それがなければ人は、常にその瞬間その瞬間の

選択をしなければならない。

こういった観点から見ても、自我の本来の役割は私達が生きていく為に重要なものであることがわかる。

自我という言葉はネガティブに感じられることが多いが、器としての機能はとても大切なことである。因果律も人が生きていくためには重要なことである。しかし、幼い頃に覚えてしまった因果律（個人神話）と、自分が生まれてきたときに決めた因果律（ブループリント、魂、使命のようなもの）は異なっている。

本来自分が歩むべき道に必要な因果律にしていけば良いのであって、因果律そのものをなくす必要はない。

つまり、思い込みや勘違いというのは必要であるが、それが自分のコアに忠実であるかどうか、自分の本質に合っているかが重要であるということだ。

2 自我の中で男性性と女性性に分かれる

因果律を記録しているプロセスにおいて、自我の中で二つの側面に分かれる。

内側を担当するのが女性性、
外側を担当するのが男性性、
といった具合に担当を分けるようになる。

女性性は内側で大いなる意識と繋がり、
男性性はそこから受け取ったエネルギーを外側に対して出す役割を持つ。

女性性は大いなる意識とのパイプであり、
男性性は外の世界とのパイプである。

女性性は大いなる意識とつながっているため、

女性性そのものが大いなる意識そのものであると
考えても良い。

男性性の本来の役割に、“受け取る”という役目
はない。

あるとすれば、それは内側の女性性から与えられ
るエネルギーや情報を受け取ることだけであり、
外側からのエネルギーや情報を受け取ることはない。

その為、男性性が本来の役割に目覚めると外側
からのエネルギーを受け取らなくなるため、自ずと
外側に影響を受けることがなくなる。

男性性と女性性という役割に分かれた自我は、
しばしその役割分担で現実世界を過ごす。

しかし、男性性だけが外側担当であるため、
女性性から受け取ったエネルギーをそのまま外側に
放つことをするものの、そこで何かしらの強いコン
トロールや抑圧、拒絶や断絶、身体的な抑圧を
受けてしまうと、男性性は混乱していく。

このプロセスにおいて、外的環境から何かしらの過剰管理や支配、コントロールを受けることがあった場合、男性性は自信を失っていく。

あるがままの自分を受け入れてもらえずに、
そのままですることを許されずにいると、
男性性がまず自信をなくしていくのだ。

幼少期の教育の強さや教育のされ方がこのプロセスに関わっていると考えられる。

3 男性性に不信感が取り憑く

男性性が自信を失っていくと同時に、男性性に近づいてくる存在がいる。

これが、男性性に取り憑く不信感の存在である。

のちに出てくるが、不信感というのは代々受け継がれていくものであり、自分だけが持っているものではない。

つまり、家族代々、どこからスタートしているかもわからないくらい受け継がれていることが多い。自分の男性性に取り憑く不信感は、何も自分の責任ではないのだ。

ほとんどは両親や小さい頃身近にいた存在に取り憑いていた不信感をそのまま受け継ぐ。不信感と

いうのは男性性そのものではないが、自信を失った男性性が最適な住処となって狙われてしまう。

(不信感そのものの性質については後ほど解説)

不信感に取り憑かれてしまった男性性はやがて、
その不信感の声を信じるようになり、
その声が自分の声だと思ってしまう。
女性性も自己喪失してしまうが、
まずは男性性の自己喪失が
ここでもたらされてしまうのだ。

不信感は男性性に対し、様々なことを要求する。

どのように生きることが正しいのか。

何ができることが素晴らしいことなのか。

どうしたら存在価値を認めてもらえるのか。

何を持っていれば大切に扱われ、生きていけるのか。

男性性に対して、架空の理想像を伝え、そういう人物にならなければならぬと吹き込むようになる。

重要なのは、女性性はこの時まだ

大いなる意識と繋がったままであり、

自己喪失もしておらず、

本来の姿のままである、という点だ。

そのため、内側で非常に強い葛藤が生まれる。

大いなる意識からソースを受け取った女性性と、それを受け取らない、あるいは受け取ったとしてもそれをジャッジしたり、否定したり、管理しようとする男性性との間に葛藤が生じる。

この時に強い分離感を感じる。

素直に感じていることを、そのまま出してはいけないという葛藤や、感じていることをそのままストレートに表現するということが少しずつできなくなっていくのだ。

子どもの頃に強い葛藤を感じたことはなかっただろうか。自分の中に生まれる衝動と、それをアウトプットしようとするときの自分の感覚との間に乖離が起こるのである。

このような乖離が起こり始めるとき、はじめて自分の人生に“他者”が介入してくるようになる。

今までは自分だけで完結していた完璧な世界が、途端に“他者の評価”が重要な世界へと変わってしまう。

女性性のあるがまま（受け取るがまま）ではいけない、そう思うようになることで他者の目線で自分の存在を評価するようになる。

この初期段階でまだ女性性は完全に自己喪失はしていないものの、男性性と女性性の間に亀裂が入り、そこに隙間が生まれる。隙間の中にどんどん、“他者の意見”や“他者の評価”が入り込んでくるようなイメージだ。

男性性が不信感に取り憑かれたことによって、女性性からのエネルギーを拒否したり、抑圧したり、受け取らなくなっていくのだ。

4 架空の自分になろうとする

男性性は、不信感が求める理想像になろうとする。その理想像が持つ力を持ち、その理想像ができることをできるようになろうとする。

これが架空のヒーロー像である。

やがて不信感に取り憑かれた男性性は、架空のヒーロー像になろうとする旅に出る。不信感が求める理想的な自分になる為に、何が必要で何が必要でないのか、を懸命に考えるようになる。

ヒーローに必要な素質を持ち、ヒーローに必要な能力を獲得しようとする。そして、その能力や素質によって成功することを望み、そうすることで男性性は存在意義を持つようとする。

全ての目的は、男性性としての
存在意義・存在価値を獲得するためである。
つまり、自分の内側でどう感じるかよりも、
外側との関係性を基準に
自分の存在価値を決めようとするのだ。

これは仕方がないことである。なぜなら、男性性の役割は対外側であるから。

女性性は大いなる意識と繋がっているため、己の存在価値を初めから知っている。

それを証明する必要もなければ、それに対して何かが足りないという意識もない。

ただ存在しているだけで十分に価値があり、役割はただ受け取るだけであるということを知っているからなのだ。

だから、女性性は自分の存在に対する疑いがない。

一方で男性性は、存在価値に疑いがある。

それは不信感に吹き込まれたものかもしれないが、

そもそも男性性は大いなる意識と繋がらなくなるため、存在を証明する必要が出てくるのだ。

存在の価値を証明する為に、不信任感が求める理想像となる。

その理想像は必ず、“誰か”にとって価値がある存在であるよう求めてくる。

誰かに必要とされ、誰かに承認され、誰かに求められ、誰かを救う存在となるように、不信任感は男性性を突き動かしていく。

自分一人だけでは自分の価値を証明することはできない。

男性性には“自分以外”から認められることが、生きていく上で何よりも重要になるのだ。

男性性に取り憑いている不信任感は、家族代々受け継いでいるものだが、自分の両親（あるいはそれに匹敵するような存在）が、“持っていない力”を持つとうとする。

彼らに足りなかった、あるいは彼らが「自分には

足りない」と思い込んでいる

“潜在的な不信感”をそのまま受け継ぐことが多い。

つまり、両親などが無意識のうちに持っている自己否定と、達成できなかったことを、無意識のうちに目標として掲げるようになるのである。

5 女性性が 自己喪失していく

不信感に取り憑かれた男性性がヒーローになるためには、ヒロインの存在が必要である。正義には悪が必要なように、それらは相反するセットになっており、対（つい）の存在である。

そのため、男性性はまず
理想のヒーロー像のために必要な
ヒロインを創造する。

このプロセスあたりから、男性性による女性性の過剰管理やコントロール、ジャッジメットが始まる。

私たちが私たち自身を判断し、私たち自身の存在を“勝手な思い込み”で評価するようになるときである。

ただ、大切なのはあくまでも
“ヒーローのためのヒロイン創り”
という点である。

女性性はヒロインでもなければ、ジャッジできるような存在でもなければ、定義できるようなものでもないし、評価されることもできない、ある種の“絶対的存在”であるにも関わらず、不信感に取り憑かれた男性性がヒーローになりたいがために、女性性はヒロインとなっていくのである。

例えば、男性性が存在価値を証明するための手段として、“自立している”ことを目指したときに、女性性はその自立によって救われる“依存者”でなければいけない。

ヒーローが、“決断力の強さ”によって「きゃーかっこいい！」となるならば、ヒロインに決断力があってはいけない。

徹底的に“決断力がない存在”としていなければならぬのだ。

そのため、存在価値を証明するための手段として
手に入れた能力や力、特定の才能などを”持っ
ていない” ようなヒロインであると、自己評価する
ようになる。

何度も書くが、女性性の本来の役割は、とにかく
受け取ることである。つながり、受け取り、手渡
していくことである。評価をする能力は女性性には
ない。

だから、私たちの存在が私たちのことを評価する
ことはできないのである。

自分自身を評価するのは、

架空のヒーロー像を目指す男性性なのである。

不信感に取り憑かれた男性性によって、女性性は
レッテルを貼られるようになっていく。

私たちはそのレッテルをどこか、「両親によって
思わされた」だとか「小さい頃のこのような体験
でそう思うようになった」という感覚で思い出しは

するが、実はそうではない。

他の誰でもない、自分自身が、

自分自身に貼ったレッテルなのである。

その目的はただ一つ。

男性性がヒーローとしての

存在価値を感じるためなのだ。

つまり、誰かに傷つけられたというわけではなく、

自分で自分につけたレッテルなのである。

私たちは私たちの中にいる男性性という性質が不信感に取り憑かれて暴走した結果、自分自身を本当の姿ではない、傷ついていて、愛されていない、大切にされなくて、何かに飢えた存在に仕立て上げたのである。

本当にこれはコントだ。

女性性は、このようにしてだんだんと男性性に過剰管理されることで、自分を見失っていく。

自分の役割を忘れ、自分の存在としての力を封じ込め、弱々しくて満たされていない、傷ついた存在というレッテルをはられていく。

そして、気づいた頃には、男性性の”望んだ通り”の傷ついていて何か足りないヒロインになりきってしまうのである。

これで私たちの内側に、傷ついたヒロインと、英雄になりたいヒーローが完成する。

6 強要やコントロールが 厳しければ厳しいほどに

男性性が女性性に傷ついたヒロインのレッテルを貼っていくときというのは、外側の環境において自分の能力証明を”しなければならなかった”人にとっては、特に厳しいものとなる。

あるがままの自分をさらけ出せず、あるがままの自分を愛してもらえるような環境ではなければいほど、男性性は女性性を強くコントロールする。

こういう風に感じてはいけない。

こういう風になってはいけない。

こういう気持ちになってはいけない。

こういう感情はダメである。

自分自身に我慢を強いるようになり、自分自身に満たされない気持ちをもたらししていく。

例えば、周りの大人たちの顔色を伺わなければいけなかったとか、できないことをできない、と言えなかったとか、無理をしてでも何かをやらなければいけなかった、だとかいった、無理を強いられるような環境であればあるほど、男性性から女性性に向けられる管理は厳しいものとなる。

そういった環境であったことを、大人になっても自分のせいだったと苦しむこともある。しかし、そういった環境は自分のせいではない。

それがきっかけで、自己否定を強くしてしまったり、自分を強くコントロールするようになってしまっただけである。

大切なのは、それに気づいた上で、自分自身に貼ったレッテルを少しずつ剥がして自分を解放してあげることなのだ。

不信感に取り憑かれた男性性は理想のヒーローになるために、女性性が傷ついた存在（男性性にとって邪魔にならず、男性性にとって大人しくいる存在）

でいてもらうため、女性性が受け取るエネルギーを制限する。

内なる神を拒否し、

己の力で能力を証明しようとする。

この時、自我は“エゴ”と呼ばれる状態になる。

大いなる意識とつながることをやめ、女性性を傷ついた存在に仕立て上げ、女性性もそれによって自己喪失するため、素直な感覚や感情に対するジャッジメントや批判、抑圧やコントロールといった管理をするようになる。

人によっては、不感症になってしまい、感情やフィーリングさえ分からなくなってしまう人も多い。

本当は感じていることなのに

感じてはいけないと、

不信感に取り憑かれた男性性に

厳しく指導されたりすることもある。

内なる神とつながることさえが、

罪となっていくのだ。

素直になり、感情を感情のまま出すということは
気づけば“悪いこと”となっていく。

そうやって罪悪感が生まれてくるのだ。

感じてはいけないことを感じる時や感じそうな時、
あるいは言っではいけない事をいう、思ってしまう、
といった時人は”罪悪感”を感じるようになって
いる。

女性性が大いなる意識とつながると、そのエネルギーは凄まじい。

とてつもない破壊力や創造力を持っている。

そもそもそれが罪なのだ。

人は、罪悪感を感じる時、己の内側にいる神と
繋がろうとしているということでもある。（だから
こそ、罪悪感はとても大切なサインである）

7 罪悪感について

内側に生まれる罪悪感は、男性性にとっての“罪人”になったときに、強く批判を女性性に向けることによって生まれる。男性性にとっての罪人は、男性性のヒーロー像を邪魔するものであり、男性性の求めているヒロイン像ではないエネルギーである。





8 男性性が家出をして 家に帰ってくるまで

他と一緒にはいけない。

他の人とは違う何かを持っていないてはいけない。

ある人はそれを成功力と結びつけた。

ある人は逆に成功とは正反対の“失敗力”で
能力証明しようとした。







全力で肯定をすることで、次のプロセスに移りやすい。

しかし、このような時期に男性性の能力を試すような事を許可できない状況にあると、なかなか次のプロセスに行くことができない。

9 男性性のヒーロー願望を まずは満たしてあげるとき

よく若いうちに遊んでおけ、と言うが、
これは一見他者から見ると
遊んでいるように見える
“チャラチャラした時期”が、
実は男性性が能力を





10 承認欲求

ある程度、「自分は承認されるべき人間だ」と思っていないとそもそも承認欲求は認識できない。それもそうである。

男性性はこの一つ前のプロセスにおいて、“お試し”をしてきたからこそ、承認されるための準備ができるのだ。





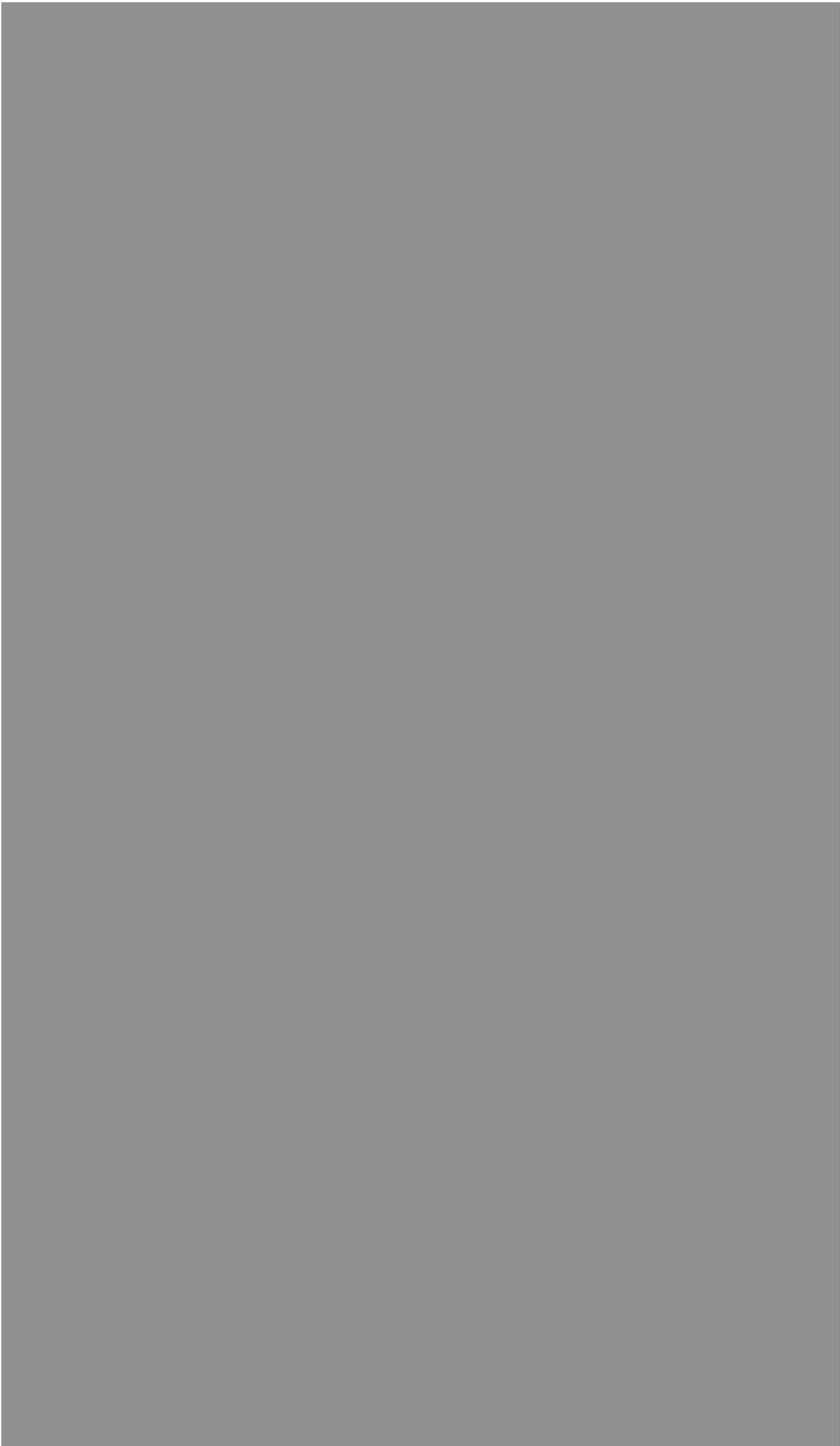


11 男性性の転落

女性であれ男性であれ、このようなプロセスにいるときは、不自然なまでに働いたり、不自然なまでに何かに依存したり、といったことが現象としてよく起こる。あるいはその逆で、不自然なまでに動かなかったり、何もかもを放棄したり、生きることそのものから遠ざかろうとしてしまう。



それと同時に、人によってはしばらくのあいだ、不信感に取り憑かれた男性性が家に不在のため、女性性が自然と復活してくることも多い。



シンプルな表現をすれば、“自分のころ”や
“精神的なこと”に

興味を持つようになるということだ。

表面的な意識が、外側に見えるものだけでなく、
内側の世界へと注がれるようになる。

まずは男性性の不安を取り除いてあげよう。

あなたはもう十分やってきた。

あなたはもう十分、頑張ってきた。

もうすでに、ヒーローである、と。

12 女性性と男性性の再会



家で待っている女性性は、男性性の帰りを非常に待ち焦がれていたため、はじめはとても安心するのだ。

心の勉強を始めると、はじめは今まで気づかなかったいろんな気持ちに気づき、いろんな自分を発見し、その度に安堵するような気持ちになる。





13 内側マウンティング

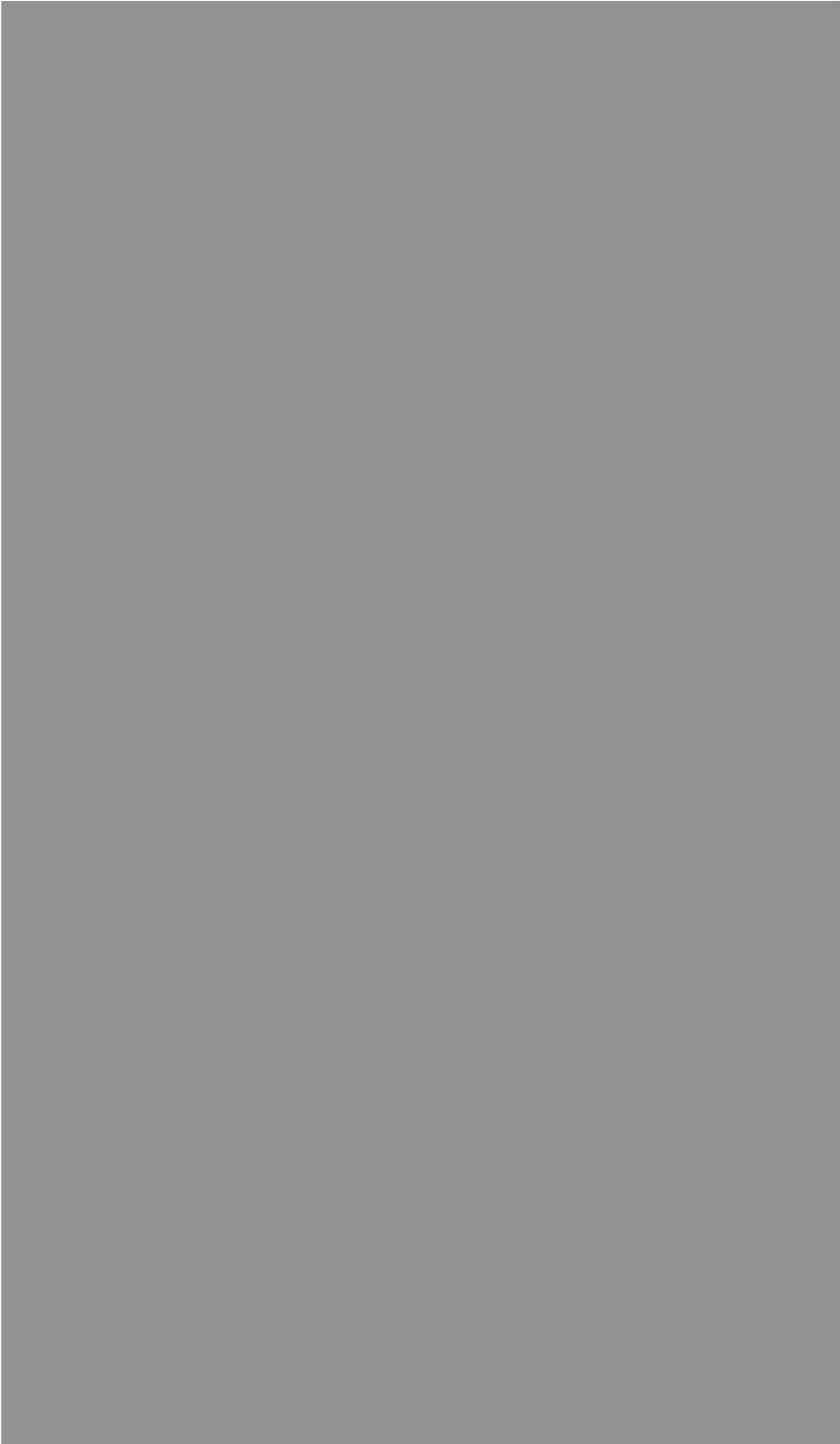
こういう風に想像してみよう。

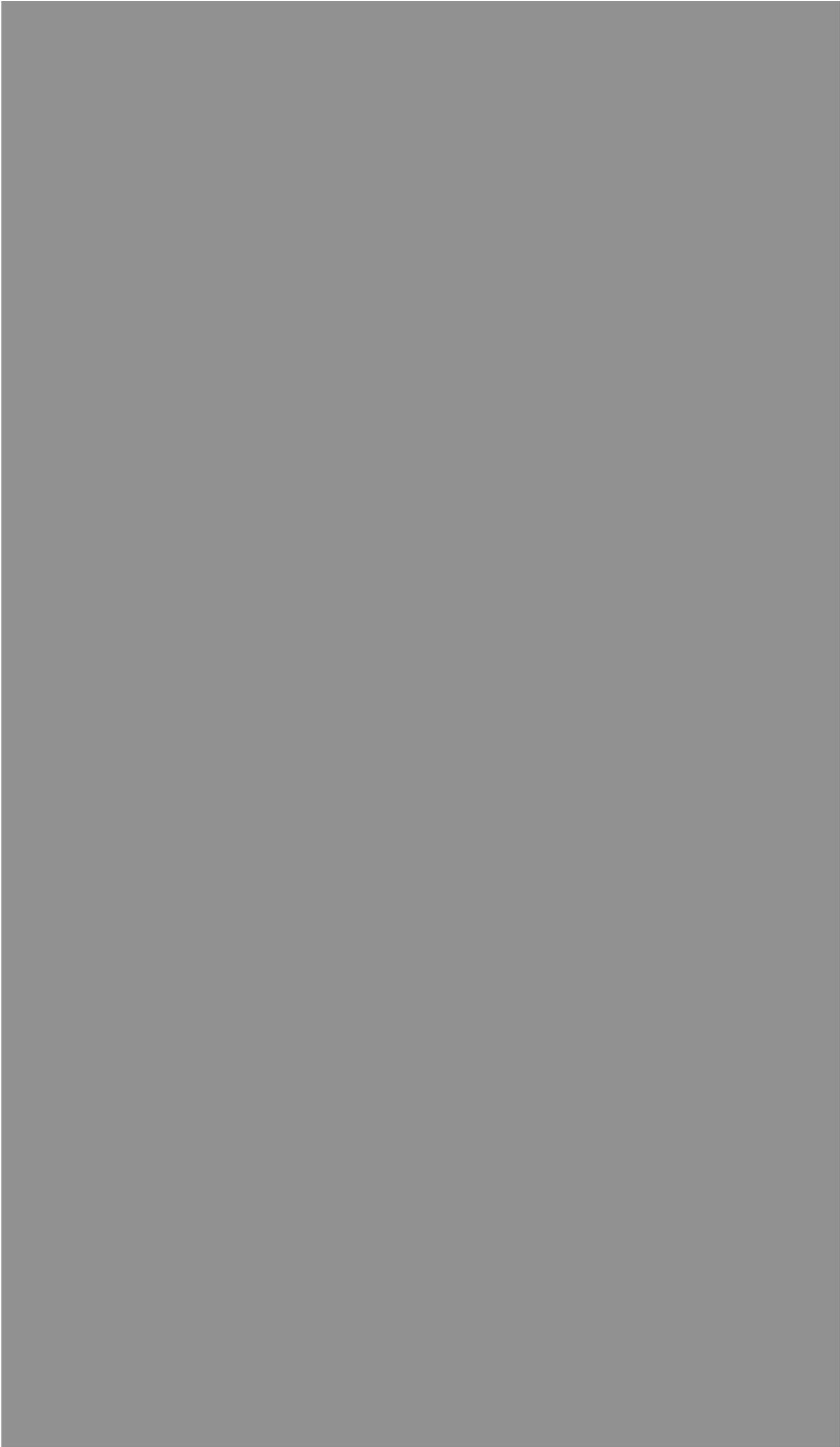
外に出て一生懸命働き、たくさんの結果を出していた夫が家に帰ってきた。

夫が長らく家にいなかったため、妻は大変喜んだ。夫は外ですでに認められたため、今度は家で認められたいと思った。

そこで妻をよく観察するようになった。







本当にやりたいと思えること、

好きなことをただまっすぐにやろうとするたび、

途中で“内側の邪魔”が入る。

自分を止めようとする思考が入ったり、

「どうせ」という気持ちにさせられたり。

面倒なことになるイメージや、

失敗するだろうという声があるのだ。

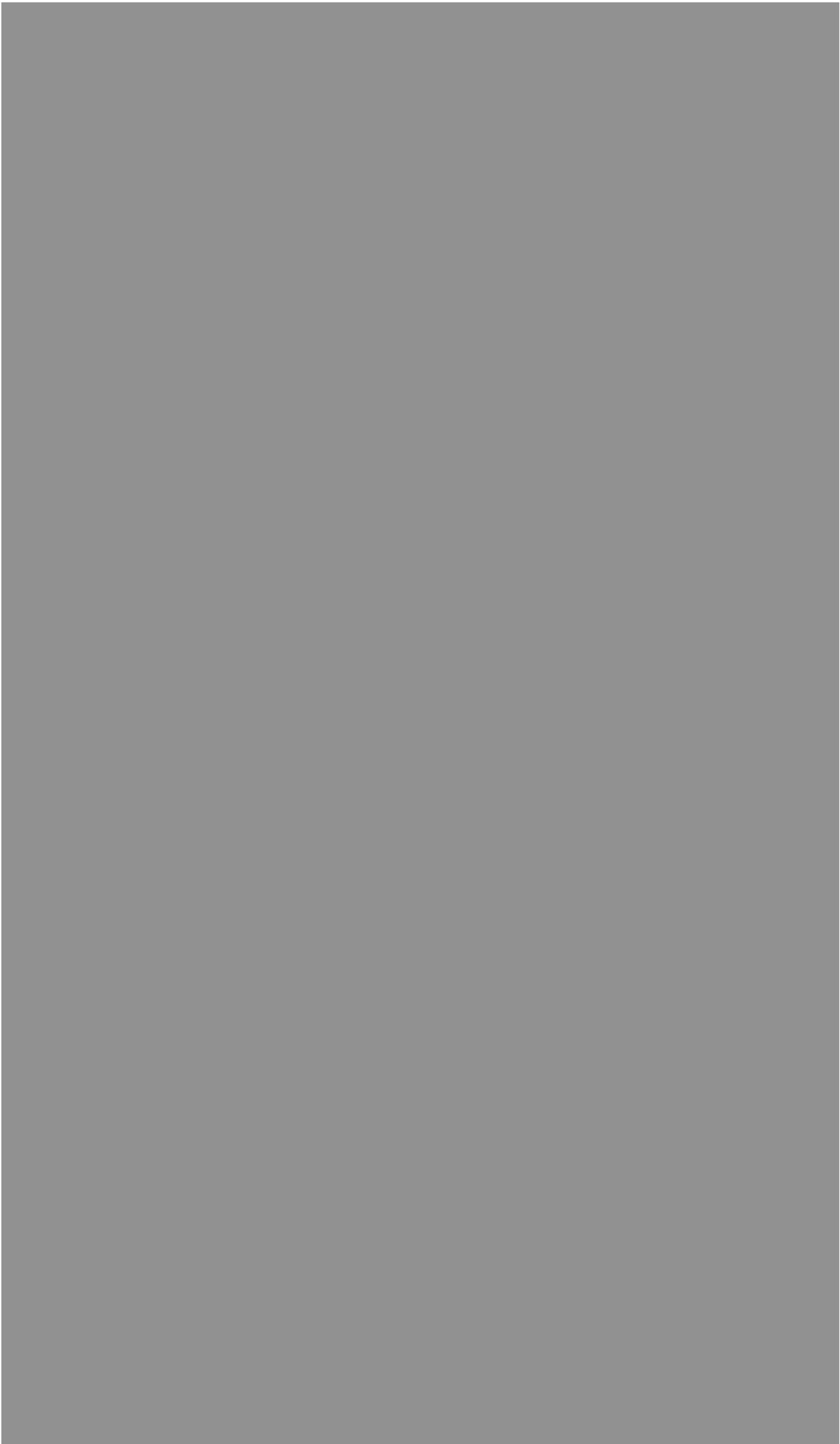
男性性は必死になって色々な手段を使う。

なんとかヒロインをヒロインのまままでいさせたいが



14 ストーリーアタックとは



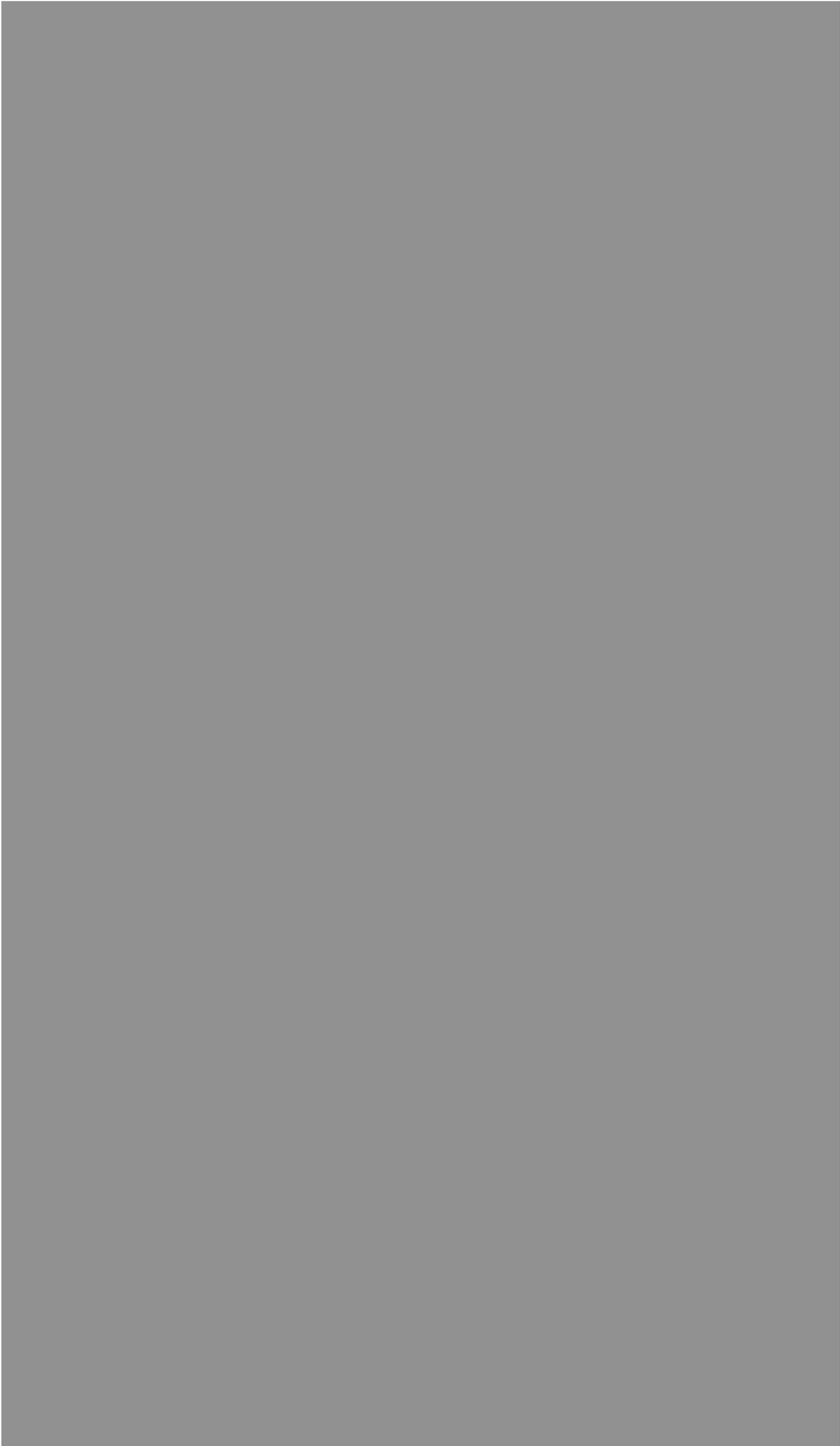


15 ストーリーアタックの末

この強い抵抗と目覚めの葛藤の結末は、
ほぼ決まっているといっても良いだろう。

女性性は、目覚める。



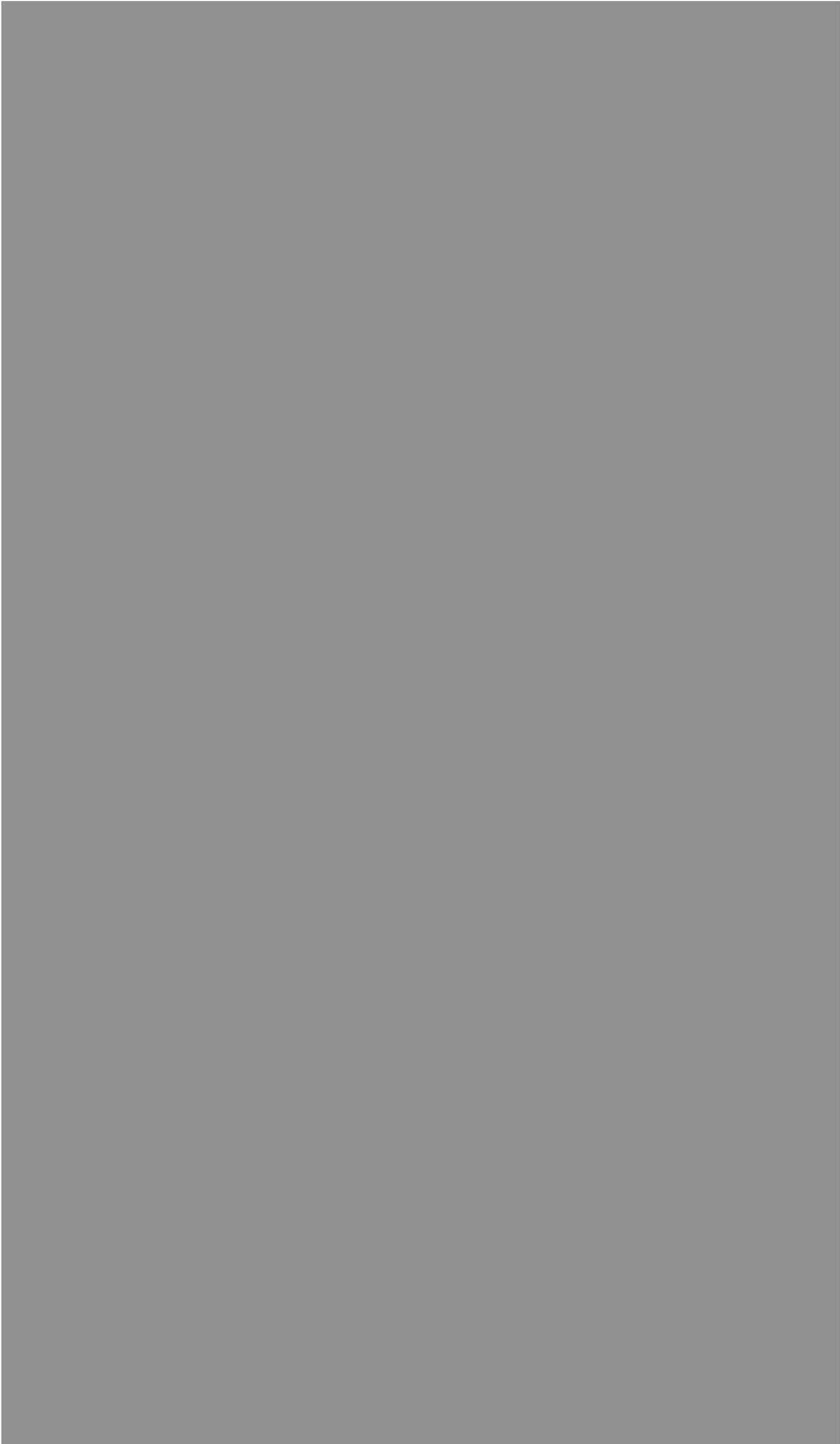




16 真の旅が始まるとき

男性性と女性性の本当の旅はここからスタートする。

それまでは、不信感に取り憑かれた男性性をメインに、自己喪失した女性性とのバラバラな旅だった。







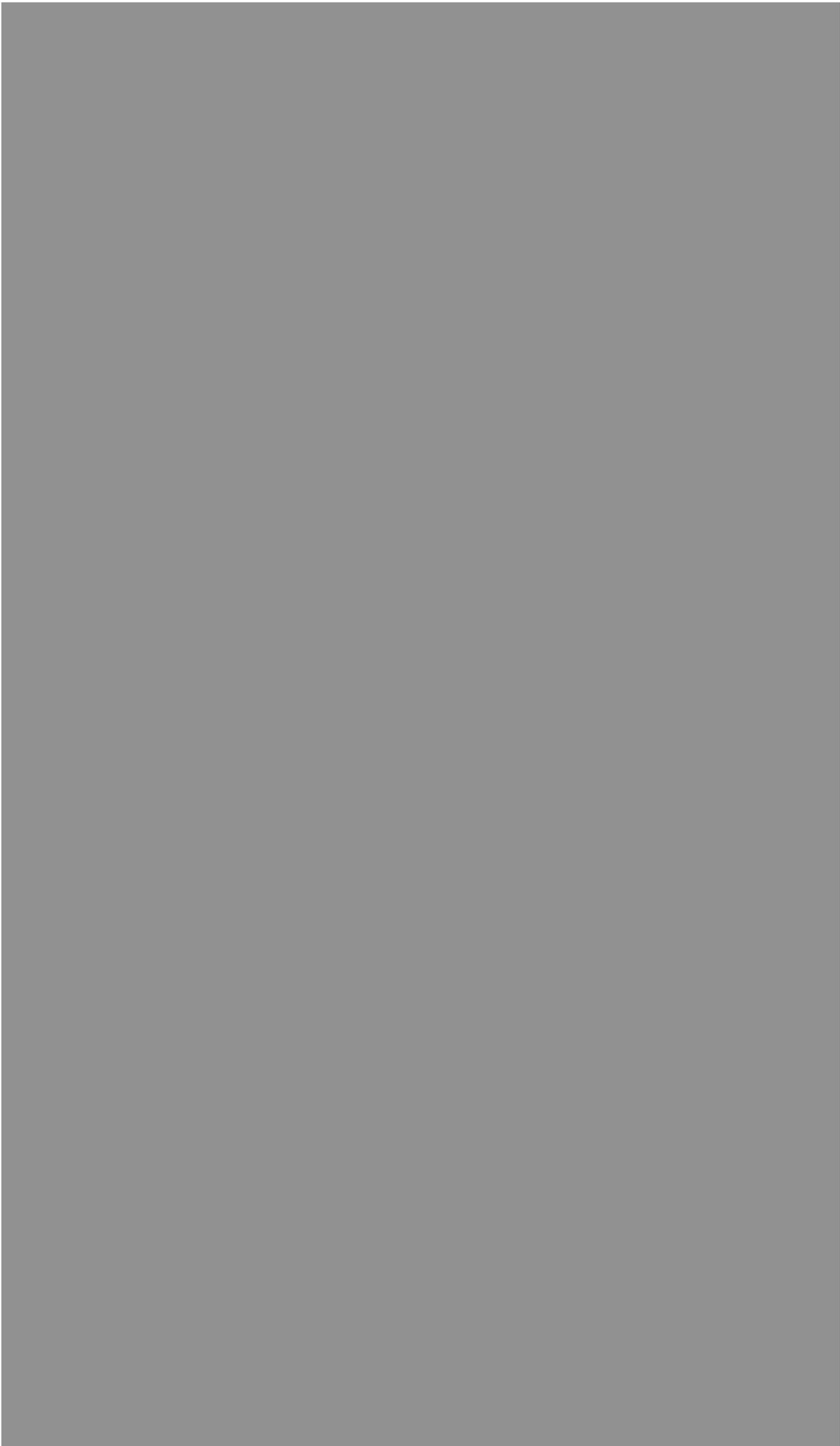
男性性と女性性の
成長プロセス
そしてストーリーアタック

癒しの段階 step1

まずは、男性性の承認欲求が満たされることが重要







癒しの段階 step2

男性性から女性性に対する
マウンティングに気付こう



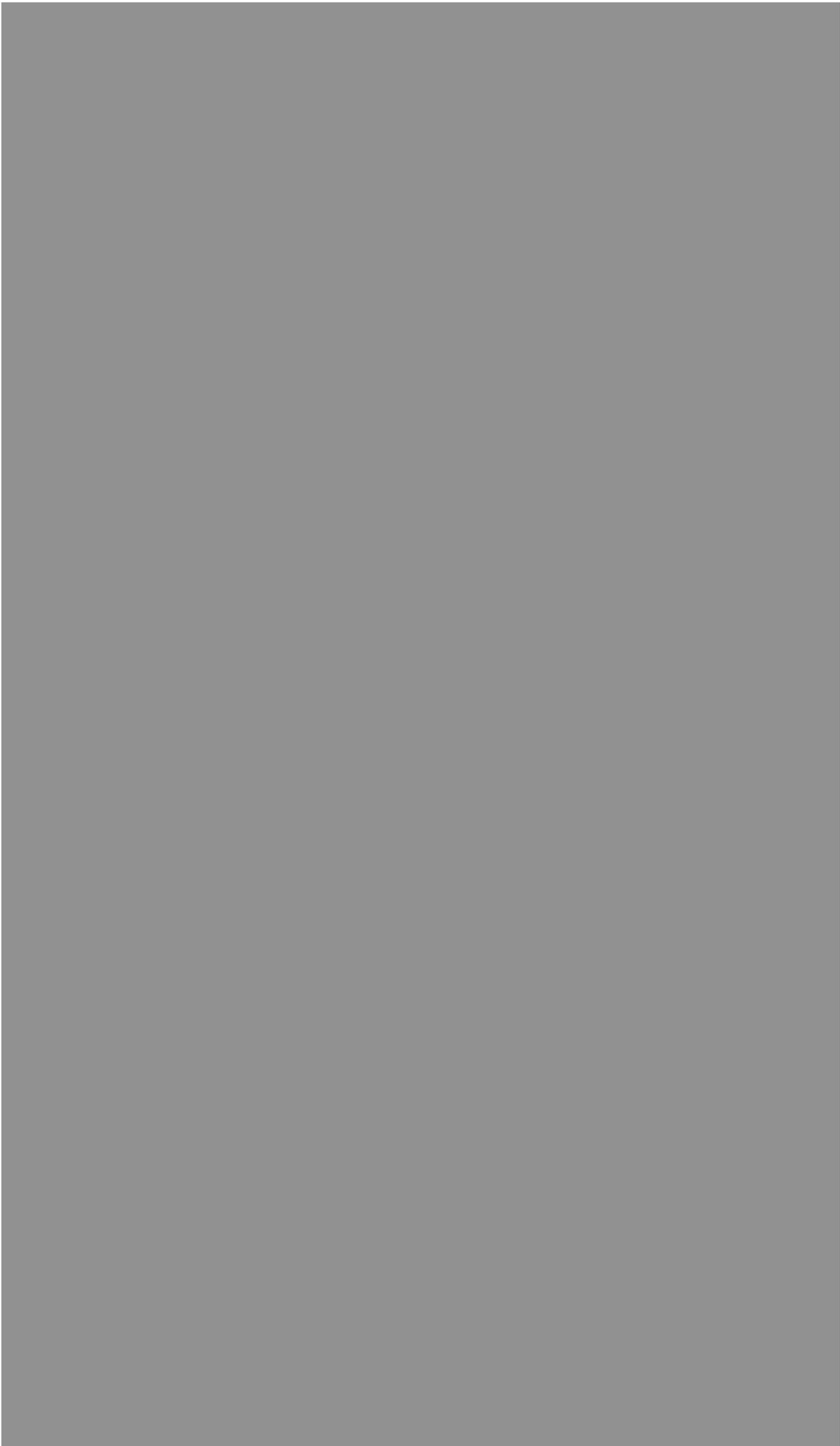




癒しの段階 step3

そのあと、
傷ついたというレッテルを貼られた
女性性の感情的で感傷的な
願望の声を聞こう

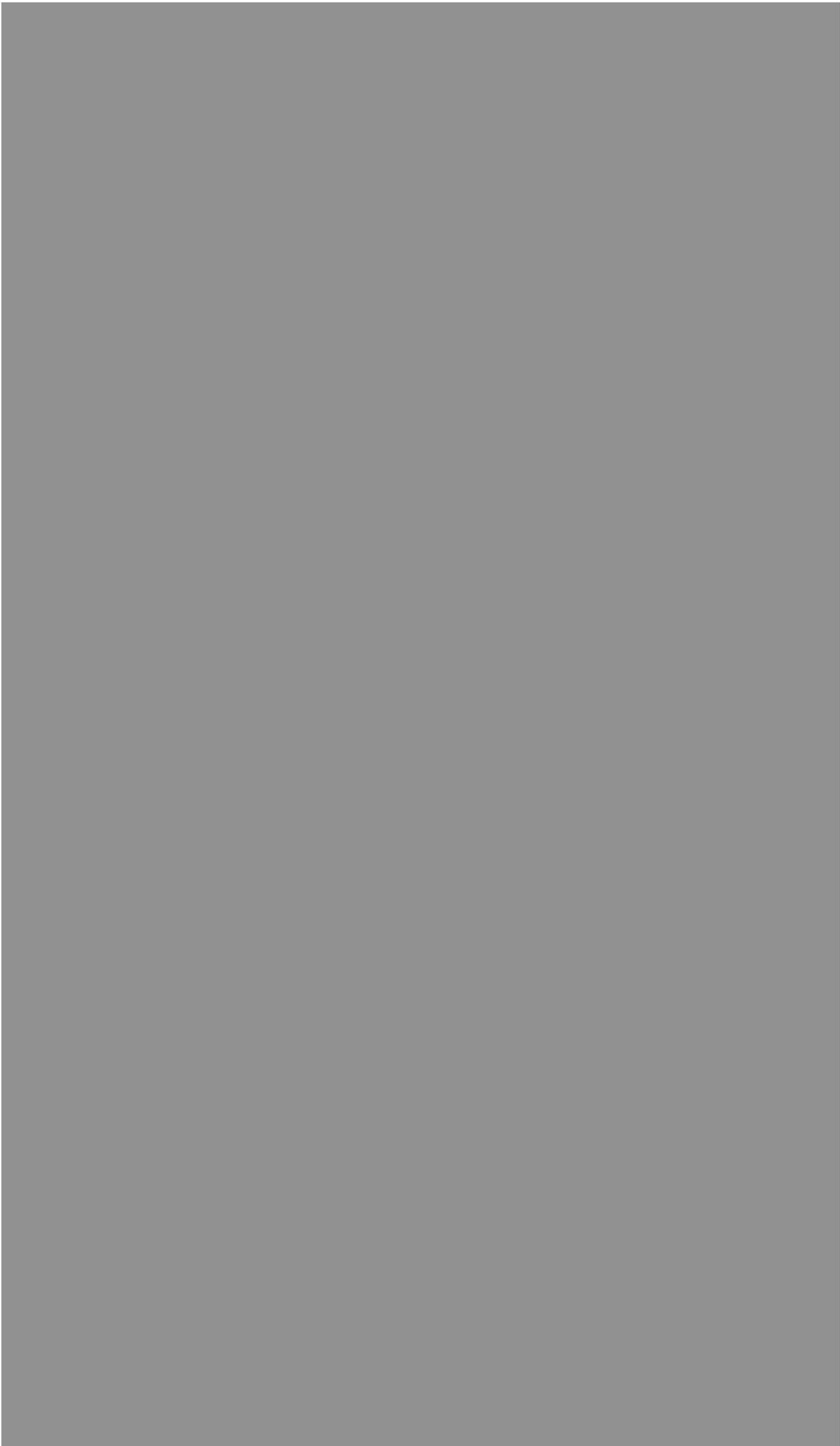




癒しの段階 step3

そのあと、
傷ついたというレッテルを貼られた
女性性の感情的で感傷的な
願望の声を聞こう



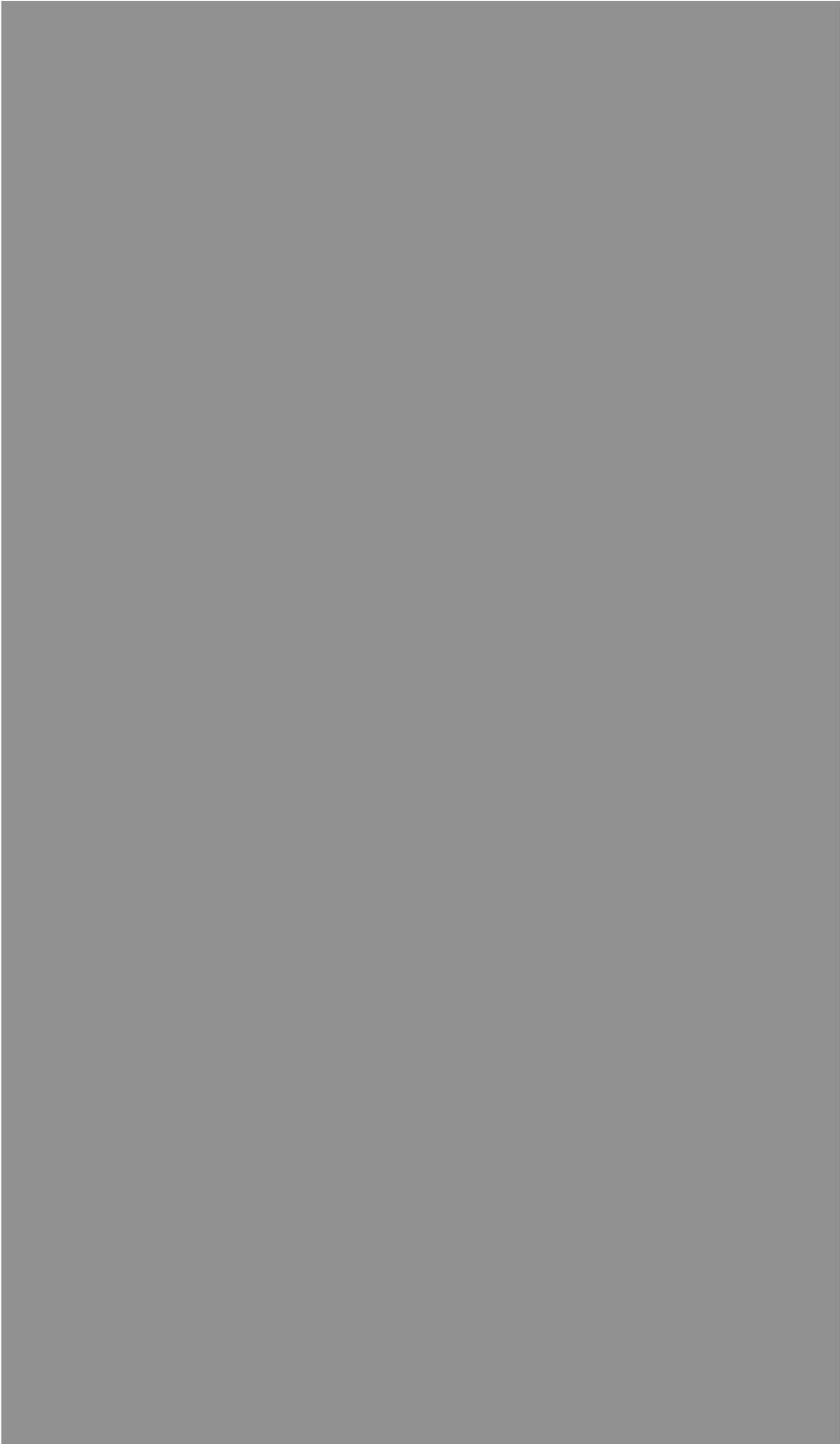




癒しの段階 step4









癒しは終わるのか

癒しというプロセスは
終わりを迎える。

しかし、いまの現代社会は全ての
人が癒しを終えているわけではない。





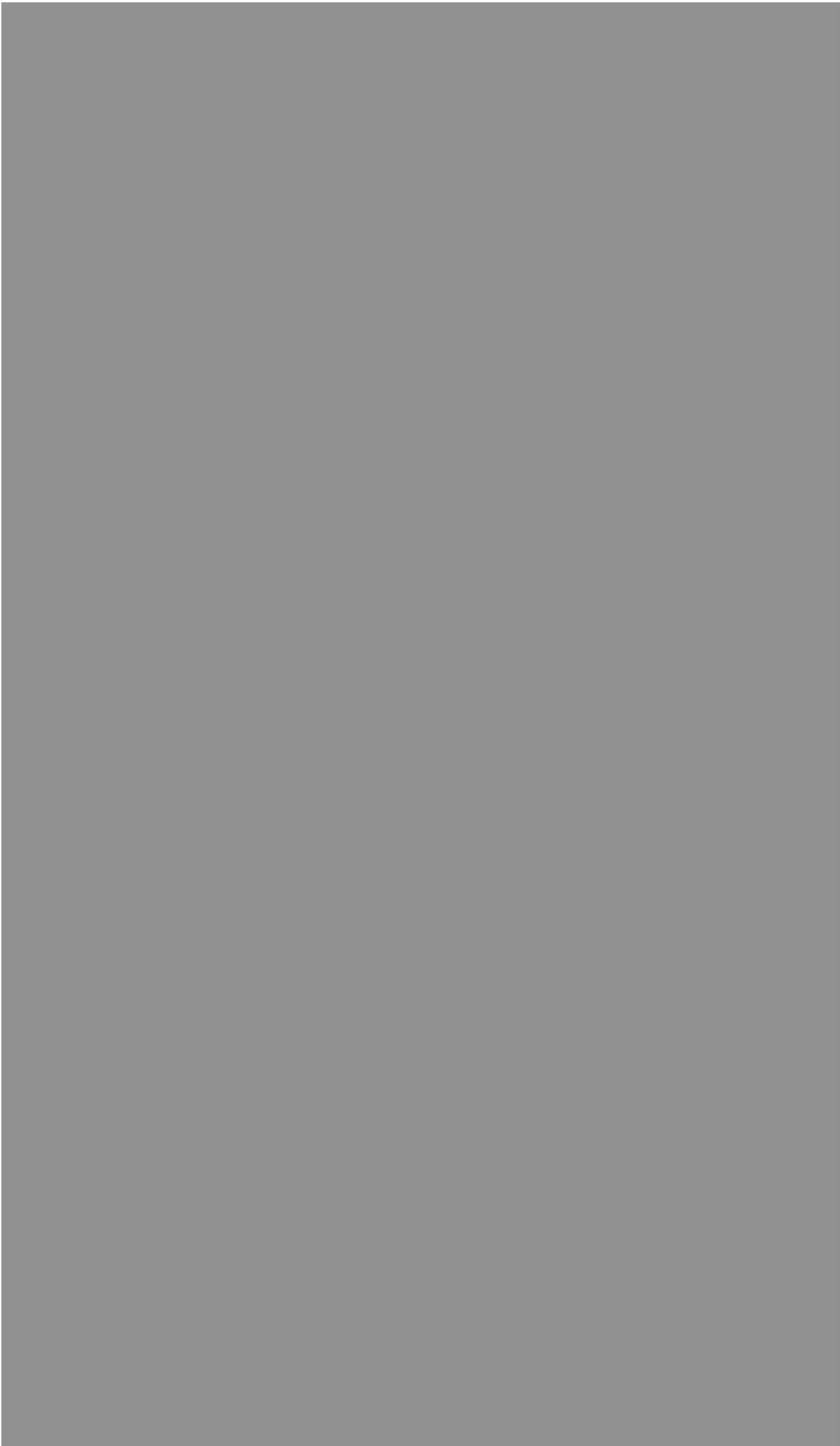


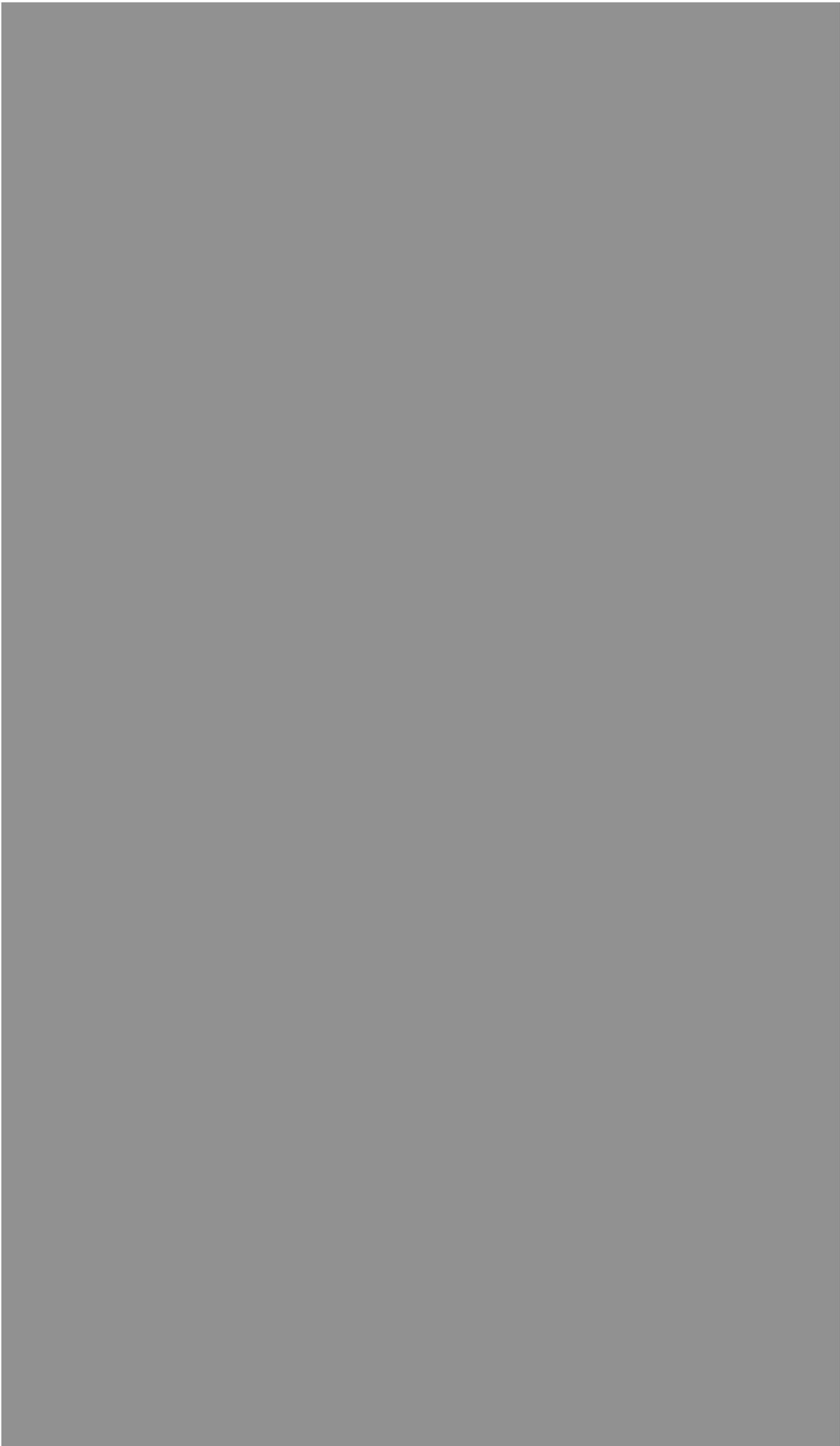
男性性と女性性の
成長プロセス
そしてストーリーアタック

1 男性性と女性性の 本来の役割

男性性の本来の役割は、女性性から受け取ったエネルギーを光に変えて放つことである。

女性性の本来の役割は、ソースからエネルギーを受け取って喜び、そして希望でいること。



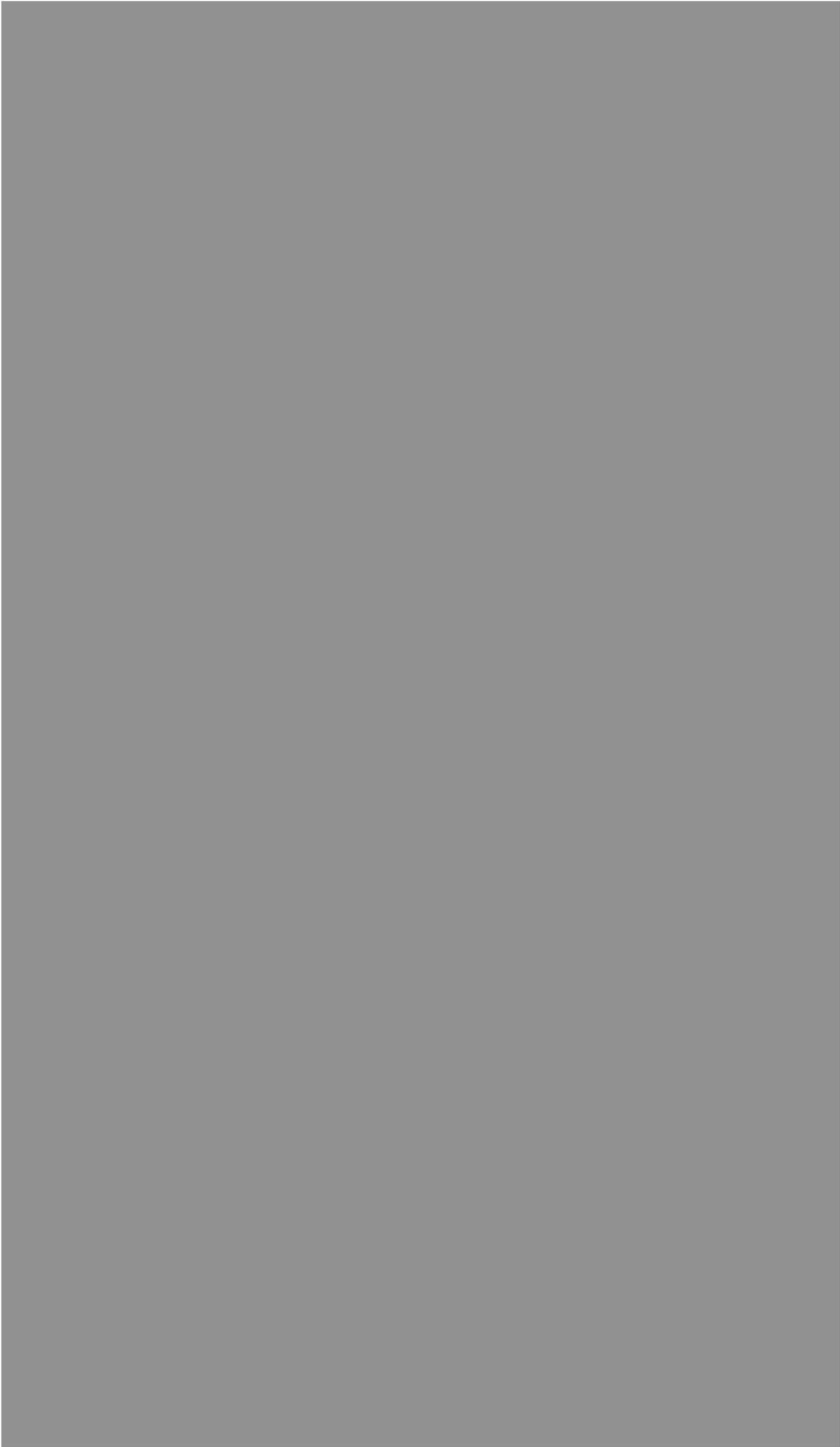




2 全ての人の中に、 男性性と女性性がある

男性性を男性、女性性を女性のあり方として捉えてしまうのは、あまりにも勿体無い。

身体的に男であれ女であれ、精神的に男であれ女であれ、私たちは全ての人が男性性と女性性をもっている。









3 終わりに

有効的な解決策はありません。

あるとしたら、“目覚めること”だけ。

ただそれだけです。

じゃあ、どうしたら目覚められるの?と聞かれても、困ってしまいます。

もはやそれは、方法論ではなく、「ただ起こるがままに委ねよ」というレベルだからです。

とはいえ、全く何も知らないでいると、すぐに過去の幻想に飲まれてしまいます。幾度もやってくる大小のストーリーアタックは、その先にある光を簡単に見失わせます。





皆さんも、自分という存在を、
自分で決めてください。

あなたの存在にまつわる全てのことを、
あなただけが決めていいという
権利を持っています。

他の人に簡単に与えることをやめましょう。
今すぐ、あなたが決めたらいい。
毎日決めたらいい。
毎日、決めていつでも変えたらいいのです。

このテキストには、たっぷりエネルギーを込めました。
ぜひ、繰り返し読んでくださいね。

それではまたいつか。

2019年2月

秦由佳

