
MR.X

NEW
ADVANCE
MIND

VOL.-2

教材使用規約

本教材使用規約（以下「本規約」）には、株式会社エンライト（以下「当社」）が製作した教材及び商品について、あなたと当社間の契約条件が規定されています。

第1条 著作権

本教材の著作権は、当社にあります。教材の使用につきましては以下の事項をご確認下さい。教材、および収録されている全てのコンテンツは、購入・ダウンロードしたあなた自身のために役立てる用途に限定して提供しています。教材に含まれているコンテンツを、その一部でも著作権者の書面による許可なしに、複製や改変するなどして、また、あらゆるデータ蓄積手段により複製し、オークションやインターネット上だけでなく、転売、転載、配布などで一般に提供することを禁止しています。

第2条 違約金

上記の規定に反して、情報を公開した場合、お客様は当社に対し違約金として、違反件数と商品定価を乗じたものの10倍の金額を支払うものとします。

第3条 関連法の遵守

教材の使用にあたっては、著作権法、その他関連の法律を遵守するものとします。

第4条 責任の範囲

当社は、あなたがなされるノウハウにおける、安全性または適法性、有用性について、一切保証いたしておりません。したがって、あなたは、当社及びその代理人、従業員及び提携先等に、ノウハウの使用により派生するいかなるクレーム、請求、損害賠償もし得ないことに同意するものとします。また、期待した効果が得られないと感じられる場合も同様とします。

第5条 所轄裁判所

本契約に関する一切の紛争に関しては、当社が指定の地方裁判所を、第一審の専属管轄裁判所とします。

教材使用規約

もくじ

新アドバンスマインド 第2話 パート1

「俺が求めていることバージョン2」	1
「女性に求めていることバージョン2」	4
「すべてをひとつにする」	7
「絶対に避けたい女性」	8
「傷を癒す」	11
「すべては夢」	12
「俺のビジョンを女性とシェアする必要はない」	13
「俺の人生をデザインする」	17
「俺のギフト、彼女のギフト」	20
「相互依存」	21

新アドバンスマインド 第2話 パート2

「3つの段階」	22
「依存」	23
「自立」	27
「相互依存」	27
「パラダイム」	29
「相互依存=すべてを提供する、そしてすべてを受けとる」	32
「俺のストーリー（神話）」	32
「俺の神話」	34
「俺の人生の神話」	35
「俺の新しい神話」	37
「新しいトリガー」	40
「大切な3人のひと」	49

新アドバンスマインド 第2話 パート3

「新しい神話で自分を囲む」	57
「傷そのものを、俺を癒してくれるものに変える」	59
「女性との神話」	61
「あなたが求める新しい神話」	63
「母親との関係」	67
「女性との関係」	67
「女性に持っていてほしい、たったひとつのクオリティ」	69
「ちがうレベルの女性」	71
「手放す」	75
「抱きしめる」	76

もくじ

「何かを得るためには、何かを捨てる必要がある」	76
「ギフトを贈る」	78
「恋愛関係の目的」	79
「幼少期の傷」	80
「痛みのボタン」	82

新アドバンスマインド 第2話 パート1

こんにちは。

——こんにちは。

新アドバンスマインド。第2話になりますね。スタートです。

書いてほしいんですけど、

「俺が求めていることバージョン2」と、書いてください。

「俺が求めていることバージョン2」

で、ここで書いてほしいんですけど。つぎはここで、またおなじように、女性に対して、あなたが求めていることを書いてほしいんですけど。

無意識ではなくて、自分が意識的にプロセスを考えて、プロセスを経て、俺はこういうことをしたい……まあ、まだビジョンが出てないと思うんで、はっきりとは位置づけできないと思うんですけど……こういう女性を選ぶことで、俺は絶対にいい方向に人生は向かっていくだろうっていう……ビジョンがあれば、わかると思うんですけど。

ない方も、ぼんやりとは、わかると思うんですね。こういう女性を選んだら、いいんじゃないか、という判断で。ちゃんと思考プロセスを踏んで、無意識じゃなくて。

無意識で選ばずに、ちゃんと考えて書いてみてください。バージョン2です、今回。女性に求めていることバージョン2。1分とります。

僕が出た答えは、子どもを教育する能力がある。何個も出たんですけど……ミ

俺が求めていることバージョン2

ニマリスト。

ミニマリストって、知ってる人います？ ○○さん知ってます？ ミニマリスト。

——最小限、シンプルな生活みたいな感じですか？

そうです。ミニマリスト。最小限で、あまり多くの欲をもっていないってことですけど。最小限の、いろんな物欲とか、そういうものをあまり欲しがらないっていう人、ミニマリスト。ショッピングがあまり好きじゃない。

それが大きかったかな。それと本当に健康的っていうのかな。そういうのが出たんですけど。

長期的にみて僕が、こういう人を選びたいと思った、意識的にちゃんと考えてみたら、やっぱり子どもを教育する能力があるってということと、本当に、極めて健康的っていうのかな、肉体的に。そしてミニマリストっていうのが、3つ、どうしてもそれが、はずせなかったんですけど。

○○さん、何が出ました？ 意識的に考えると。

——意識的に考えると、オーガニックが好き、オーガニックに興味がある。

健康に興味があるってということ？ オーガニックに興味があるけど、薬物を使用するのどうです？

——そうですね。健康に興味がある。あと、信頼してくれる。

ああ、信頼してくれる。いいですね。

——あと、英語が話せる。

それ長期的ですか、ホントに（笑）。

——長期的です（笑）。

どうして長期的に英語が話せたほうが良いと思います？

——僕のビジョンのなかに、どうしても海外っていうのがあるので。やっぱり話せたほうが楽しいかなと思ったんです。

海外でも、中国語でいいじゃないですか。

——すいません、ちょっと考えきれてないと思います。

アメリカに行きたいんですか？ イギリスとか。

——いえ、とりあえず、僕がたくさんの言語を覚えられる自信がないので、とりあえず英語が通じるところがいいなと思って。

とりあえず、世界共通語で。

——はい。

なるほど。〇〇さん、バージョン2。意識的に考えると何を求めています？

——健康的であるということ。物欲があまりない。金銭感覚がもてる。ものごとの価値がわかっている。自分をよく知っている。明るい。心がひろい。そんな感じですかね。

〇〇さん、何が出ました？ バージョン2。

——自分のことを認めてくれて一緒にやってくれる人。

骨盤がひろい。

——骨盤はいりません（笑）。お金を貯めてくれる人。健康、食事の管理をしてくれる人。やさしい人、ですね。

なるほど。興味深いと思うんですけど、バージョン2では、見た目が入ってないですね。見た目が消えていくんですね、ここで。

俺が求めていることバージョン2

これはちょっと興味深いことなんで、覚えておいてほしいんですけど、長期的にみると、見た目っていうのは、あまり関係ないってことなんです。ホントに。

なので、これから女性を選ぶときに……見た目って、かならず見てしまうんですけど、長期的にみると、見た目に翻弄されていると、まちがったことが起きるよってことなんですネ。

だから、こういう美人の何とかって、そういう気持ちで選んじゃうと、かならず落とし穴が入っている。他のことが見えなくなるから。その要素が強ければ。

それで選んじゃうと、かならずあとで後悔することが出てくるはず。なので、優先順位的に、見た目とかは、まあ、かわいけりゃいいやっていうか、もし、かわいかったら、それはプラスとして、ボーナスとして考える。

基本的に、さっき求めてきた、バージョン2で出てきた内容が入っていれば、あとは……例えば、ちょっとポッチャリ系であっても、ちょっと顔があまりかわいくなくても、骨盤がちょっとせまぎみでも、それは関係なくなるんですね。

バージョン2は、意識でえらぶ。

で、つぎに書いてほしいことが、

「俺が女性に求めてないこと、これだけは許せないバージョン2」を書いてください。

女性に求めてないことバージョン2

これも長期的に考えてください。長期的に考えて、自分のビジョンと一致して、こういう女性だったら絶対に俺の邪魔になる。

俺のビジョン、俺の人生をこれから求めて道を歩むとき、絶対に足を引っばるだろうと思うことバージョン2を書いてください。どういうことを求めていないか。

女性に求めてないことバージョン2

僕が出たのは、やはり物欲が多いっていうのかな。物欲主義。他に、頭がわるい。で、やっぱり不健康っていうのかな。不健康なライフスタイルを基本的にもっているとか。その彼女の親が不健康なライフスタイルをもっているとか。

まあ、さっきの逆につながっていると思うんですけど。そういうところに行き着くんですね。これは求めてないっていうこと。

——ええ、まず、お金づかいが荒い。

お金づかいが荒い。

——ひとりでいられない人。可能性を否定する人。

なるほど。さっきと逆ですよ。要するには。

——はい。

バージョン 2。

——金づかいが荒い。不平不満が多い。頭がわるい。話し合いができない。自分の弱さや醜さをわかっていない。

なるほど。〇〇さん、バージョン 2。

——はい。お金をつかいまくる人。

骨盤がせまい。

——それは入ってません（笑）。

入っていない、ああすいません（笑）。

——自分のことしか考えていない人。自分勝手に、嘘つきで怒りっぽい人。信頼できない、任せておけない人です。

女性に求めてないことバージョン 2

なるほど。長期的にみると、絶対に自分のビジョンを邪魔してくるなっていう、そういうパターン、これを考えてほしい。

こういうことを話していますけど、僕も絶対、かわいい子を見たら、やりたいと思いますからね。でも、僕もふくめて、僕たちのめざすところは、まったくそういうものが見えなくなる状態なんです。

外見的とか、僕たちが長期的にみて求めてないこととか、求めているとかが、はっきり自分のなかで明確にわかって、それ以外の要素には、まったく興味を示さないような人間になることを僕たちは求めているんですね。

僕が求めていることは、女性がどんなに美人で、どんなに骨盤が大きくて、どんなにウエストが細くて、顔がすごくかわいくて、最高のスベスベの肌をしていても、ちょっと不健康なライフスタイルが入ってるとか、ちょっと買い物に興味がありそうな雰囲気だったら、もうそこで、さよならって、ホントにもう心から興味を失うような心理状況になりたいんですね、僕はこれから。

そこを目指してるんです。ちょっとポッチャリで、ちょっと顔がブスだな。なんかちょっと、骨盤ちょっと狭いんじゃないかな。肌、ちょっとザラザラ、サメ肌……だったとしても、とてもすばらしい母親になれる要素がみえたり、健康的だったり、頭が賢いと思ったら、彼女にホントに心から魅力を感じてしまう。そういう心理状態になることを僕はめざしてるんですね、これから。

自分が長期的にみて考えている必要なこと以外は、まったく興味を示さないようになりたいんです、僕は。〇〇さん、それを達成できると思います？

——ちょっと無理かなって感じですけど。もうすでに、落とし穴に入ってるんで、どうやって抜け出したらいいかという感じですよ。

でも、落とし穴に入ってた、抜け出さないっていう理由そのものも、何か理由があると思うんですね。落とし穴に入ってると思って、すぐに抜け出せないのは、何か理由があると思うんです。

——はい。

まあ、それも入っていくんですけど。〇〇さん、どうです？ 〇〇さんはこれから、ちょっと胸が大きくて、ホントかわいくなって思うモデルの子が「〇〇さん愛してる、Hして」っていっても、さっき言った、求めてない要素がちょっとでも入っていたら「いやだ」って、言えます？

——そうですね、言うように努力します、といたしますか（笑）。

一回だけHしてよって、言われたら？ いや、俺はしないよって言えます？ お前はグチを一言いったから、もうHはしないって言えます？

——正直に言って、言えないです。

ホントにスベスベの肌なんです。超美乳で、膣の締めりもいいんです。名器。顔も、もうこんな顔、最高の顔してるなっていう、超かわいい。ホントにいい匂いなんです、女っぽい匂いなんです。でも、ちょっとグチがあったから、もう抱かないって言えます？

——言うように、努力します。

わかりますか。僕たちは無意識のうちに人を選んでるんですね。それを意識に変えるってことです。

「すべてをひとつにする」と、書いてください。

「すべてをひとつにする」

あなたのビジョンは何なのかってことを考えるんですね。何を提供したいのか。何を提供したいのか、社会に、周りに。そしてその提供をするためには、どんな人間になる必要があるのか。

何をマスターする必要があって、どんな人間になって、どういう考え方をもった男になる必要があるのかって考える。

すべてをひとつにする

で、何をする必要があるんだろう。それを達成するためには、何を具体的に
する必要があるんだろう。

例えば、こういう仕事をするとか、毎日こういう習慣をもつとか、いろいろあ
ると思うんですけど、何をする必要があるんだろう。

それで最後に、じゃあ、どういう女性を選ぶ必要があるんだろうって考えるん
です。それを達成するためには。

どういう女性を選ぶことで、その自分の道がいかにスムーズに歩むことができ
るのかってことを考えるんですね。

すべてをひとつにするんです、自分の人生を。そうすることで、あなたは本当
に幸せな人生を歩むことができるんですね。

一時的な、見た目の、ちょっとかわいいとか、そういうことで選ばなくなる。
ホントに大事なこと、大切なことだけが見えてきて、そして、あなたにとって
本当に大切なことが、どんどん達成されていくってことです。

で、書いてほしいんですけど、

「絶対に避けたい女性」と、書いてください。

「絶対に避けたい女性」

ここで書いてほしいことは、絶対にこういう女性だけは避けなきゃダメだって
ことを書いてほしいんですね。

まあ避けたくないと思うんです、魅力的であれば、でも、この女性を避けない
と、自分のミッション、ビジョンは達成できなくなってしまう。そういう女性
はどんな人なのかってことを書いてほしいんです。

自分でそれを書いて「赤信号」にしてほしいんです。ビーッと鳴るようにね。

絶対に避けたい女性

1分とります。赤信号にしてほしいんです。

超顔がかわいくて、超スタイルがよくて、ホントにすばらしくても、これだけはダメだっていう要素がひとつでも入っていると、ビーッと赤信号が鳴って、アラームが鳴って、ダメ、ダメだ、はい、さよならって言えるようになってほしい。だから書いてほしいんですけど。これだけはダメだっていうことを書いてください。

これだけは避けたい。はい、〇〇さん。これだけは避けたい。これを避けないと、他の要素で目がくらんで、この要素が見えなくなってしまって、その女性を選んでしまったら、絶対にミッション、ビジョンはスローダウンしてしまう。そんな人。どういう女性を避けたいです？

——お金づかいが荒い。

お金づかい。どんなに、超かわいくて、ホントに最高の女でも、お金づかいが荒かったら、もう赤信号でます？　これから。

——それは、はい。出ます。

もうセックスもしないんですよ、彼女と。

——一回もですか（笑）？

ゼロ。で、フェラもダメです。じゃあフェラだけさせてって言われても、ノーって言うんです。一回だけフェラをさせて、いかせたいのあなたをって言われても、いやだって言うんです。お前は金づかいが荒い。お前は金づかいが荒いから、もう話したくもないって言うんです。電話番号もあげない、フェラもさせない。言えますか？

——それは、うーん……。いままで自分ができた最高の女性ぐらいまでだったら言えると思います。いままで出会ったなかで、一番きれいだった女性ぐらいまでだったら言えると思います。

それ以上が来たらどうです？　いままでのレベルを超えた美しさ、かわいさを

絶対に避けたい女性

もった女性が。ほっぺたが、ちょっとかわいい女性。

——そうですね。

ほっぺたが、異様にかわいい女性が、私を抱いてって。でもちょっと金づかいが荒いんです。ノーって言えますか？ 言ってくださいね「ノー」と。

——はい。

そう（笑）。〇〇さん。これだけは避ける、どういう女性？

——金銭感覚がない女。それと感謝の心がない。

じゃあ、どんなに最高の見た目をもってて、超かわいくて、もうフェロモン出しまくりの女性でも、ちょっと金づかいの荒いのがみえたら、彼女が土下座してたのんでもHをしないって約束できます？

——むずかしいです。

でも、その努力はできます？

——はい、でも何か、ずるずると関係をつづけてしまいそうです。

うん。〇〇さん、これだけは避けたい女性、どういう女性ですか？

——嘘つきの信頼できない人です。

すっごくかわいくて、本当のもう最高の見た目で、超かわいいんですね、最高なんです。胸も、超美乳なんです。私を一回だけでも抱いてって言って。でも嘘つきなんですね。断ることができますか？ 関係をもつのを一瞬でも。

——はい、断れます。

おお、すばらしい。それを自分で赤信号として持ってほしいんですね。

絶対に避けたい女性

で、つぎに書いてほしいのは、

「傷を癒す」と、書いてください。

「傷を癒す」

これからあなたたちにしてほしいことは、あなたの傷を癒してくれる女性を選んでほしいんです。そして彼女の傷をあなたも癒してあげてほしいんです。

あとで、この話はもっと深く入るんですけど、多くのカップルが、男性や女性を選ぶときに、多くの人は、幼少期に得たトラウマだったり、いろんな傷をさらに傷つけ合う女性を選ぼうとするんですね、男ってというのは。で、女性も、さらに傷つけてくれる男性を選ぶんです。

だから悲しみ合いながら……さっき、スワッピングを楽しむ男性の話をしていましたが、あれは何らかの悲しみがあるんです。女性が他の男に抱かれることに関して。でもその悲しみの傷をもっと深めようとして、自分を追いつめて、そこに快感を得るっていうのがあるんですけど。

多くのカップルや人間関係には、その傾向があるんですね。自分がこれまで傷をいっぱい受けてきたから、その傷のない状態が、逆に自分を不安定にする。だから傷を受けてるほうが安定、安心するっていう状況になるんですね、心理的に。

だから僕たち男性が女性を選ぶときに、何らかの傷をさらに深めようとしてしまう傾向があるんです、僕たちは。だから自分の傷をさらに引っ搔いてくれるような女性を選ぼうとするんですね。

わかりますか。あとでどんどん深く入るんですけど、この話も。いま考えてほしいことは、傷を癒すってことを考えてほしいんです。あなたの心の傷を癒してくれる女性を選んでほしいんですね。

そして、彼女の傷をあなたが癒すことをしてほしいんです、これからは。まずそれを考えてください。あとでくわしく話します。

傷を癒す

で、つぎに書いてほしいことが、

「すべては夢」と、書いてください。

「すべては夢」

すべては夢なんですね。いま僕たちがみてるこの瞬間の現実も、テレセミナーに参加しているこの瞬間も夢なんです。

僕たちの過去も、すべて夢なんです。未来はもちろん夢ですね。まだ起こって
もないことですから。もちろん夢ですよ。でも現在、そして過去そのものも
夢なんです、すべては。

妄想なんです。0.2秒前のことも妄想なんです。わかりますか。この瞬間瞬間
すべてが夢なんです。妄想なんです。過去そのものも夢なんです。まずそれを
理解してください。

現実ではないんです。すべて夢なんです。僕たちは夢をみているんです、ずー
っと夢をみているんです。

またこの話もあとでくわしく入るんですけど、僕たちはいろんな過去のトラウ
マがいっぱいあるんですけど。傷がたくさんあるんですね。

その傷が、僕たちの夢になって、ストーリー、神話をずっと繰り返して、自
分自身を傷つけたり、相手を傷つけながら毎日暮らしているんですけど。夢を
現実だと思いこんで。

そしてそういう気持ちで女性を選んだり、選ばれたりして、関係をもつんです。
そしてその夢をずっと見つづけるんですね。

でも、いまわかってほしいことは、すべて夢ってことです。

過去に起こったトラウマも、過去に感じた感情も、いま起こっていることも、

すべては夢

すべて夢なんです。だから、新しい神話をこれからつくる必要があるって話を
するんですね、これから。

まず、わかってほしいことは、すべて夢ってことです。すべては妄想。現実で
はないってことです。いいですか。

で、つぎに書いてほしいことが、

「俺のビジョンを女性とシェアする必要はない」と、書いてください。

「俺のビジョンを女性とシェアする必要はない」

どうのことを話してるかという、さっき自分のビジョンと一致するような
女性、サポートしてくれる女性を選べ。意識的に選べって話をしたんですけど、
あなたのビジョンを彼女とシェアする必要はまったくないです。

これは話しておかないと、またブレてくるんで言ってるだけなんですけど。

ああそうか、俺のビジョンをサポートしてくれる人なんだ、そうなんだ、わか
った。じゃあシェアしよう。俺のビジョンはこうなんだって話して、俺はこう
いうことをしようとしてるんだって言って、女性が、何それ、バカじゃないの。

ああわかってくれない。もうこの人、嫌だ、さよならっていうパターンになっ
てくるんですね。わかりますか、シェアする必要はないんです、女性と。

女性があなたのビジョンを理解する必要もないし、そこに参加する必要もない
し、それを受け入れる必要もないです、女性は。

女性があなたのビジョンを受け入れる必要も、理解する必要も、サポートする
必要もないんです。シェアする必要がないんです、彼女と。

はっきり、ここで理解しておいてくださいね。

俺のビジョンを女性とシェアする必要はない

彼女の存在そのものが、あなたがこれから生きようとしているビジョン、夢、ミッション……その存在そのものがサポートされれば、それでいいんです。シェアして理解してもらう必要はないんです。

あなたの、そのビジョンそのものを否定されてもいいんです、べつに。極端に言えば。

そんなバカなこと考えなくてもいいじゃないのって、そういう女性でもいいんです、逆にいうと。

どういう部分であっても、とにかくその女性がいるだけで、あなたのビジョンが達成される事実さえあれば、彼女があなたのビジョンを理解する必要もないし、共感する必要もないし、ああすごいわねっていう必要もないんです。

逆に否定しても、バカじゃないの、そんなことしなくていいから、早くこういうことをしてよって言うてもいいんです。

ただ、彼女の存在自体がサポートしてくれているっていう事実さえあれば、それでいいんです。

僕がなぜこういう話をするかという、僕自身がすごく感じてるんですけど、僕のビジョンとかミッションを「ああすごいわね」って言うてくれることをまったく僕は求めてないです。

僕は基本的に女性に対して、自分のやっている仕事であったり、自分の考え方とか、あまり言わないんですね。こういう人生を歩みたいとか。あんまり言わないです。

なぜかという、あんまり理解できないかなと思ってるからなんですね。で、理解されようともあまり思わないです、彼女に。

僕が求めているのは、ただ家を守って、安心できる場所をつくってほしい。そして子どもが生まれた場合は、子どもをちゃんと守ってほしい。そして健康でいてほしい。僕健康も気づかってほしい。ただそれだけなんですね。

俺のビジョンを女性とシェアする必要はない

べつに僕の考えている、コピーライティングでって言って、ああ、コピーライティングねって、べつにそんなことは、どうでもいいんです。

彼女がコピーに興味があるかないかなんて、僕にとって関係がないです。彼女がビジネスに興味があるかないかなんて関係ないし、彼女がサーキットをやるかどうかなんて、ぜんぜん関係ないです。わかりますか。

ただ、安心できる場所、僕が安心できる場所、帰ってこれる場所、守ってくれる場所をつくってくれる、キープしてくれる人で、子どもを守ってくれる人であれば、それでいいんです。

僕の仕事をまったく理解しなくても。逆に、否定しててもいいんです、僕の仕事をね。わかってほしいんです、これを。

これは〇〇さんに訊きたいんですけど、自分の彼女とか女性に自分のビジョンを理解してほしいと、いままで思っていました？　じつは。

——あの、思っていました。

それで、フラストレーションがありました？

——そうですね。なかなかやっぱり、100%共有はできないなっていうのはあります。

ホントの話していいです？

——はい。

ちょっと話すんですけど……絶対に女性は僕たち男のミッションを理解できません。

——うん。

わかってほしいんですけど、男性と女性は、まったくちがう生き物なんですね。僕たち男は、ミッションに生きたい、ビジョンに生きたいと思って、そういう

俺のビジョンを女性とシェアする必要はない

ことを考えてるんですけど、女性はそんなことを考えてないんです、じつは。

女性は、愛で満たされたいだけなんですね。まあ、そうやって言い切るのは、あれですけど。でも基本的に、僕のいまの考え、現実には、女性に僕たちとおなじような考え方をもちこたせることは不可能だと僕は思います。

例えば、〇〇さんに女性のような考え方になれっていわれたら、なれます？

——無理ですね。

家で守って、かわいく裁縫とかをして、子どもを育てて、そういう人生って最高よね。何も夢なんて関係なく、ただ愛してる人に抱きしめられて、それだけでいいよねって例えば女性が言ったとしたら、そうそう、俺もそう思うって、思います？

——絶対に思わないと。

そんなことで満足できます？

——できません。

できませんよね。そんな、自分ができないことを女性に求めているんですよ。女性は、ミッションとかビジョンとか、そんなことより、ただ、私を抱きしめてよと思ってるんです、たぶんね、わかんないですけど。だから女性と男性は基本的にちがう生き物なんです。

プラスとマイナスであり、凸と凹であり、海であり陸であり、すべて違うんです。だから彼女とビジョンをシェアする必要はないし、共有する必要がないです。

ただ、そのまったく異なるものだけど、それがふたり合わさったときに、ひとつになるっていう状態であればいいんです。だから、プラスとプラスであれば、ひとつになれないですよ。磁石で。

プラスとマイナスだから、異なっているからこそ、ひとつになれるんですね。だからシェアしようとしなないこと。シェアしようとする、おなじようなプラ

俺のビジョンを女性とシェアする必要はない

スプラスを選んじゃう。だから逆に離れてしまいますよね。その辺を覚えておいてください。

自分と異なる考えでいいです。ビジョンが理解できなくていいです。シェアする必要がないんです。女はそういうものなんです。

で、つぎに書いてほしいことが、

「俺の人生をデザインする」と、書いてください。

「俺の人生をデザインする」

あなたの人生をデザインしてほしいんですね。毎日のすべての要素が、あなたがこれから歩もうとしている、達成しようとしている、実現しようとしているビジョンをサポートしてくれる、そういう要素を取り入れた人生をデザインしてほしいんですね。

それをスローダウンさせるような要素を入れてほしくないってことです。

あなたが、これから求めて達成したいことすべてをホントにスピードアップさせてくれる要素を入れた、そういう人生をデザインしてほしいんですね。

これは、成功回避不可能なパターンだって僕は言ったんですけど、チェンマイセミナーでね。

自分がこれから実現しようとしているビジョンを成功回避不可能な状態にもっていくような人生をデザインしてほしいんです。女性をふくめてね。

すべてが自動的に、オートマティックに、ものごとが前に進むような、女性の選び方もしてほしいし、すべての選択をそうしてほしい。

だからナンパに出かけて、街で「彼女、お茶しよう」って行って、キャーピー、キャーピーって行って、〇〇さんはそれでビジョンが達成できますか？

俺の人生をデザインする

——できないです。

ナンパはこうするんだよ。女に声かけるときはまず、インダイレクトにとかいて……まあ、僕自身がそうやって教えたんですけど……まずこういうふうにして、そして相手がこうしたときに、斜め45度でこういうふうにして、アイコンタクトをつよくして、こういうふうにして、そしてベッドインしてやるんだよって。

そんなことを毎日したとしても、それはあなたのビジョンの達成をスピードアップさせますか？

——スピードアップは、しないと思います。

どちらかというと、スローダウンです？ それともスピードアップです？

——スローダウンしてると思います。

してますよね。そんなゲームを毎日やったとしても、何も自分のなかに残らないですよ。ナンパゲームを100人とおこなって、毎日やって、365人と1年間でセックスをしたとしても、自分の人生はまったく向上しないですよ。それを考えてほしいんです。

自分のビジョンが何なのかって考えたときに、すべてがわかってくるんですね。それがわからないときに、すべては、まちがってくるんです。

ビジネスの話でもそうですね。ビジョンがまったくわかってない場合は、短期的な売上にこだわってしまって意味のないことをつづける状態になってしまう。

女性に対しても、おなじです。いや俺は何百人と寝たぜとか言っても……僕自身も多くの女性と寝て、いま考えて、意味があった女性って何人かなって考えたら。その場かぎりで肉体関係をもった女性で、何らかの意味があった女性は、いないんですね、僕のなかで。

意味があった女性っていうのは、一夜かぎりで出会った女性ではないです。

俺の人生をデザインする

肉体関係以外から、何らかの関係をもって、そして最終的に肉体関係ももつんですけれど、それで何らかの恋愛関係に入って、何らかの痛みとか涙をながして、そしてお互い、何か癒しあったり、傷つけあったりしながらでも、何かを学びあって。

そして自分が前に進んだって思える、そういう女性のことを思い出すと、ああ彼女と出会って、俺は、いまがあるんだって思う。

でも、去年、ナンパしたあの子とHして、だからこそ俺のいまがあるんだ、とは思わないんですね。だから全部、ムダだったなと思うし、逆に、もし性病をもらっていたとしたら……性病のチェックはまだしてないので、わからないですけれど……逆にスローダウンですよ。

しかも、その女とHしてる時間も、ナンパしようとしている時間も、すべてムダな時間だった。すべてムダだったんです、僕のなかでは。

なんであんなにナンパとか、わざわざしてたんだろうって思ったら、いますごく、まあ後悔はしてないですけど、何かムダだったなって、いまはわかるんですけどね。

だから、これから考えてほしいんです。ずっとこういうふうに。デザインする。自分のビジョンのためにデザインしてほしい。

ナンパしたいとか、そんなことはデザインに入らないと思うんです、おそらく。

〇〇さんは、例えば、中国マッサージにいて、いや俺は、あの中国マッサージで抜いてもらったからこそ、ホントに、いまの自分、ビジョンが達成している自分があると思いますか？

——思わないです（笑）。

涙を流しながら、あの女性に抜いてもらった、そして俺は学んだ、とか。

——ないです。

俺の人生をデザインする

ないですよ。ムダなんです。すべてがムダ。

で、書いてほしいんですけど、

「俺のギフト、彼女のギフト」と、書いてください。

「俺のギフト、彼女のギフト」

みんなギフトをもって生まれてくるんですね。ギフトっていうのは、何らかの使命であったり、才能であったり、何らかの自分をもって生まれてきたもの、なんですけど。

まあ、生まれもった才能と考えたらいいと思うんですけど。光り輝くものですね。あなたのなかにある光り輝くもの、それがギフト。

あなたのギフトをほしがっている女性を選んでほしいんです。そして、あなたのギフトを与えたいと思う女性を選ぶ。

そして、彼女のギフトがほしいなと思うような女性を選ぶんです。

ギフトの与え合いができる女性を選ぶってことですね。それ以外、何でもありません。

だから、この女はかわいいから、Hをしたいから付き合おうかなとかね、やさしいからいいなとか、これがこうだからこうだっていう思考ではなく、俺のギフトはこれ、で、彼女は俺のギフトをほしがっている。で、俺は彼女のギフト、生まれもったギフト、生まれもった光り輝くもの、それがほしい。

まあ抽象的な話になるんで、ちょっとおかしいんですけどね。でも、くわしく入っていくんで、いまは大きくとらえてほしいんですけど。とにかく、それ以外、何でもありません。

あなたのギフトを与えられる人、で、彼女のギフトをほしいなと思う、そうい

俺のギフト、彼女のギフト

う女性。そういう女性と一緒にってほしいんですね。選んでほしいんです。

つぎに大きな字で書いてほしいことが、

「相互依存」と、書いてください。

「相互依存」

〇〇さん、依存についてどう思います？ 依存するっていうことについて。

——依存するということは、正直まだ怖いというか、わるいことというイメージがちょっとあります。

ありますよね。

〇〇さん、依存と聞いて、どういう感じがします？

——コントロールできない状況ですかね。

コントロールできない。

〇〇さん、依存について、どう思います？ 依存すると、どういう感じですか？

——依存すると、両方によくないことが起きるような、マイナスのイメージがあります。

ありますよね、依存。ものすごく僕たちにとっては、大きなテーマなんですけど。このテーマをちょっとくわしく解説したいんですけど、その前に休憩をとります。5分間、休憩をとります。

新アドバンスマインド 第2話 パート2

相互依存。依存ということばを聞いて、すごくネガティブな感情が出たと思うんですけど。コントロールできないんじゃないか。怖い。何か抜け出せないような感情じゃないか……など、何らかのネガティブな感情があると思うんですけど。

3つの段階があるってことを書いてほしいんですけどね。

まず「3つの段階」と、書いてください。

「3つの段階」

ひとつ目の段階が、依存。いいですか。

ふたつ目の段階が、自立、と書いてください。まあ、依存ではない状態ですよ。自立する。

で、3つ目の段階が、相互依存、と書いてください。

この話はもう有名な話なんで、みんな知ってると思うんですけど、いろんな本に出ていますんで。

依存、自立、相互依存と、3つの段階があるんですね、ここに。で、僕たち多くの人間は、まあとくに男たちは……女性もそうかもしれないですけど……この依存という段階に、すごく恐怖を感じて、不安を感じているんですね。ネガティブな感情をもっているんですけど。

だから、自立というところに向かいたいと思っているんですね。でも、その先に、相互依存という段階があるっていうことをなかなか僕たちは受け入れることができないんです。

3つの段階

自立で終わろうとするんです、すべて。僕たち男はね。自立して、俺ひとりで生きていけるぜみたいな。だれにも世話にならずに。それが一番いい、とかね。その段階に終わってしまうんです、僕たちは。

でも、さらにその上に、相互依存という段階があるっていうことをこれからは理解していきたい。僕たちは受け入れていきたいという話をしていきます。

まず、大きな字で書いてほしいんですけど、

「依存」と、書いてください。

「依存」

ひとつ目の段階、依存ですよ。依存とはどういうことかという、だれかを必要としていて、だれかにすべてコントロールされているっていうことです。

自分の感情も、行動も、すべてね。考え方も、すべてだれかにコントロールされている。しかもそれを必要としている自分がいる。

自分で自分の責任をもっていないってことです。自分で責任をもっていないっていう状況なんです。だれかのせいにしている状況なんですね。

俺がこういう考え方をしているのは、あいつのせい、あいつがこう言ったからであって、俺がこれをしているのは、あいつがこうやれって言ったからであって、というふうに、だれかのせいにしているんです。自分の自己責任がないんですね。その依存という状況には。

90%以上の人間は、精神的にも、感情的にも、肉体的にも依存状態なんですね、すべて、この世の中の90%ぐらいの人間は。

感情的に、精神的に、肉体的に、何かに依存してるんです。自分で自分の感情をコントロールできてない状況。

例えば、〇〇さんに訊きたいんですけど、いままで対談した人のなかで、ちょっとあまり気に入らなかった人っています？

——気に入らなかった人。はい。

ちょっと、好ましくないなと思った人。

——そうですね、はい。

いきなり対談中に、〇〇さんに水をバシャッとかけて、顔をおもいっきりビンタして、ハッハッハッハッて、顔につばを吐いて「バカか」って言ったら。全員見てるんですよ、〇〇さんの社員とか、彼女とか、奥さんとか、周りの人も、〇〇さんの会員さんとかも座ってる。

そのなかで、ちょっと好ましくないHさんが、水をバシャッとかけて、そしてビンタして、つばを吐いて「バカかお前」って言ったら、どういう感情になります？

——何すんだって感じですね。

怒りますか？

——怒ります。

それは彼に、〇〇さんは依存してるんですよ、感情的に。

——ああ～。

そう。何らかの感情をだれかが何かをして、それに何らかの感情を動かされる＝依存してるんです、彼にすべて。あなたの感情そのものを。

——うん。

もし、感情的に、自立することができたら、だれが何を言おうと、何をしようと自分は自分の感情をコントロールして冷静でいることができるんですね、す

べて。

例えば、ゴルゴ 13、読んだことがあります？

——はい、あります。

極端に冷静なんですけど、あの人は（笑）。で、おもしろいシーンがあつて。

どこかアフリカかどこかへ行って、バーで飲んでて、だれかが、お前はイエロー・モンキーかとか言って、お前みたいな黄色いサルは、このバーでは飲めない、ここは白人様だけが飲むんだ、出ていけって、言ったんですね。

それでゴルゴは、立ち去って出ていこうとしたら、その人たちが、まあ出ていく前に、この酒を飲めって、その酒のなかにゴキブリを入れたんですね、ポトツて。

「飲み干していくのが礼儀じゃないのか、ハハハハ」って言って、バーの白人たちが、ゴキブリを入れた酒を差し出したんですね、ゴルゴに。

それでゴルゴは、その酒をだまって飲んだんです、ゴクツと。ゴキブリの入った、そのウォッカか何かを。で、みんなが「腰抜けイエロー・モンキーめ、ハハハ」って、大笑いしてるんですね。

彼はふつうに冷静で、そのまま去っていくんです。

で、〇〇さんは、おなじことができます？

——できないです。

たぶんケンカしますよね。

——か、出てから燃やしたりとか……

ゴルゴは、一瞬で全員を殺すことができるんですよ。全員を殺すことができ、一瞬で、コンマ 1 秒で、ババババンって全員打って、去っていくことができる

んです。でも、そんなことはしないんです。ただ冷静に飲んで帰っていくんです。

そして、腰抜けイエロー・モンキーだって。それは、腰抜けイエロー・モンキーだって思わせる必要があったんです、そこで。

それでそいつらのボスに近寄って、こいつは腰抜けですよ、みたいな話になって、で、最終的にボスが出てきて、そのボスを撃ち殺して、それで他の奴らも、一瞬で殺していくんですけど、パンチとかして。

でも、ふつうなら、ゴキブリを飲めとかいわれたら、冷静でいられなくなりますよね。計画なんて、関係なくなりますよね。

でも、冷静に感情をコントロールしている。それは相手に自分の感情を依存させていないからなんですね。

相手が何をしようと、どんなことを自分にしようと、言おうと、自分の感情は自分でコントロールしているんです。他の人にスイッチを押されることはない。

だから、依存状態っていうのは、肉体的だけじゃなくて、経済的だけでもなくて、感情も入ってるんです。感情も精神面でもそうなんですね。

だれかにこういわれたから、こうするとかね。しなきゃいけないとか。それも精神的に依存してますよね。そう、だから、感情面、肉体面、経済面、精神面も依存状態の人がほとんどなんです。僕たちもそう。僕もそう。まずそれをわかってください。

そして、それをすべて人のせいにするんです、僕たちは。

ああ、あいつがこれを言ったから、あいつを殴ったんだとかね。それは彼に感情を依存しているから、自分の感情とか行動に責任をもってないですよね。それが依存状態。

つぎに「自立」と、書いてください。

「自立」

自立というのは、さっきの依存の状態から、すこしレベルアップして、自分の感情面も、精神面も、肉体面も、経済面もすべての意味で自分でコントロールできるようになる状態。

自分自身で経済的にもサポートして、感情も自分でコントロールできて、自分の考え方をもっていて、自分で自分のやろうと思っていることをやっている。他の人をあまり頼りにしていない。

人のせいにもしない。自分で自己責任としてすべておこなっている。そういう人、自立状態ですよ。

これを僕たちは望んでますよね。〇〇さん、こういう状態になりたくないですか？すべて。

——なりたいです。

ですよ。で、そこでそれができたら、それでいいやって、そこで終わるって感じですよ？

——うん。

で、つぎのレベル、「相互依存」と、書いてほしいんですけど。つぎのレベルがあるんですね。

「相互依存」

相互依存の状態は、自立したふたりの人間が、あわさって奇跡を起こす、そういう状況が相互依存なんです。

自立したふたりの人間、まあ、ふたりでも複数でもいいですけど、自立した人間が、もうひとりの自立した人間と力を合わせて奇跡を起こす行為、それが相互依存という状態なんです。

俺は自立している、お前も自立している、何か一緒にやらないか？ 一緒に助け合おうよ、一緒に成長しようよ。ギフトを与えあう。これが相互依存。

これがどうしても、僕たちのなかで、すごく高いレベルだから難しいんですね、ここに入るのが。

なぜかという、どうしてもそれが、また依存してる状態じゃないかと、僕たちは思ってしまうんです。

それは相手を頼りにしてるってことだから、それはまた依存状態に戻ってるんじゃないかと思って、いや、俺はひとりでやりたい、とか思うんですけど。

じつは、自立したふたりの人間が力を合わせたら奇跡が起こるんですね。だから、奇跡を自ら避ける必要はないんです。

いや俺は、依存した状態は嫌だから、相手に依存したくないから、俺はひとりでやっていくよっていう状態だと奇跡が起こらないんですね。自分で何かはできるかもしれないですけど、奇跡は起こらない。

奇跡を起こしたいんだったら、もうひとりの自立した人間をみつけて、ふたりで依存し合えばいいんです。奇跡を起こすために。

一緒に力を合わせてほしいんです。

これ〇〇さん、むずかしいって言いましたよね。以前話したときにこれを。

——はい。

どうしてもそれが怖い。ありますよね。

いまは、どの段階にいますか？ 自立状態か、依存状態か、相互依存状

態か。

——まだ、依存状態だと思いますね。

いろんな意味で。

——はい。

〇〇さんは、どの段階にいると思います？

——自立している部分と、まあ感情面とかはやっぱり、かなり依存しているな
ということのをさっきの話で思いました。

そう、いろんな部分でやっぱり、依存している部分と、自立できている部分と
か、逆に相互依存まで達しているとか、いろんな部分があると思うんですけど。

僕たちが目指すところは、ホントに、感情面、精神面、肉体面、経済面、すべ
ての面で、やはりまず自立して、そしてつぎに、相互依存という状態までもっ
ていくことですよね。それで奇跡がどんどん起こる。

やっぱり恐れずに、ホントに自立しているなと思ったら、つぎのレベルに行こ
うと思ってほしい。自分をプッシュして、もうひとり、自立している人をみつ
けて、力を合わせて、何か奇跡を起こすことを考えてほしい、これからは。

すべてのステップを踏んでほしいんですね、その3つの段階の。依存から自立、
自立から相互依存。ステップ・バイ・ステップで登って行ってほしいんです。

「パラダイム」と、書いてください。パラダイムシフトのパラダイム、大きな
字で書いてください。

「パラダイム」

男性と女性がお互いに何らかの、依存し合っている状況、感情面、肉体面、精

パラダイム

神面、経済面、何でもいいですけど。とにかく、依存状態のふたりが合わさった人間関係ってのは、とても不健康な人間関係なんですね。お互いのせいにしあってる段階。自分の責任をもたずに、お互いのせいにしあってる人間関係。

依存状態のふたりが合わさったときに、不幸が起こるんです、そこで。そういうの、見たことがあります？　そういう人間関係。〇〇さん。

——あります。

自分がなったことはありますか？

——うーん。

おそらくありますよね。みんな絶対ある、僕もあると思うんで。でも自分のことは絶対見えないんでね、僕たちは。あると思うんですよ。依存し合っていて、いろんな部分で。

で、つぎに、自立しあっているふたりが、自立はできているけど、ただ単純に自立しあっていて、そこで終わってる人間関係もあるんですね。

自立、自立のふたりが合わさって……まあ北米の、アメリカとかカナダとか、そういう国によくいる、経済的に自立しているカップル。女性も男性もふたりが仕事をもっている状態のカップルっていうのは、これが多いんですけど、お互いに自立してますよね、経済的にも。

だから何かすごくフェアにやってるんですけど、奇跡が起こってないっていう感じ。何となくこう、ビジネスみたいな感じかな。

私も仕事をしているし、あなたも仕事をしているから、お互いに頼ってないみたいなね。何にも。

ただ、何かカップルとして存在しているだけ。何かこう、寒い雰囲気のカップルってたまにいますけど。その状態があります。

で、相互依存という状態のカップルをみると、お互い自立している。でも、俺

私たちは一緒に、もっと力を合わせて奇跡を起こそうよってというふたり。

お互い自立しているけど、もっと奇跡を起こそうよ。俺はお前のギフトがほしいんだ。私はあなたの、このギフトをほしいのよって、抱きしめ合って、お互いに奇跡を起こそうとしている状態。それが、相互依存のカップルなんですね。

あなたにこれから目指してほしいのは、この相互依存の状態にもって行ってほしいんです。ビジネスの関係でもそうだし、すべての人間関係もそうです。女性に対してもそうなんです。この相互依存の関係にもって行ってほしいです、自分自身を。

単なる依存状態でもなく、単なる自立でもない、ただ、それをすべて乗り越えてきて、俺も自立している、お前も自立している、つぎはふたりで奇跡を起こそうよってという状態。すべての人間関係をその状態にもって行ってほしいんですね、これから。

その女性も、他の人間も、それを乗り越えている必要があるんですね。まだ依存状態の人だったら、まだ早いんですよね。その女性そのものも、依存状態が終わって、自立状態に入っていると。そして、さらなる奇跡を求めている人であれば、あなたとおなじ気持ちですよ。奇跡が起こると思います。このパラダイムをもってほしい、これからは。

で、書いてほしいんですけど、

「依存＝奪う、与えない」

そして「自立＝奪わない、与えもしない、フェアな分だけ与えよう」

これが自立。奪うこともしない、与えることもフェア以上にはしない。必要以上にはしない。

依存は、奪う、与えないですよ。

つぎに最後の、非常に大事な相互依存は、

「相互依存＝すべてを提供する」と、書いてください。

「相互依存＝すべてを提供する、そしてすべてを受けとる」

奪うではないですね。すべてを受けとる。こういうことなんですね。

依存とは何か、奪う、与えない。

自立とは何か、奪わない、与えない、必要以上与えない。

相互依存とは何か、すべてを提供し、そしてすべてを受けとる。

で、つぎに大きな字で書いてほしいことが、

「俺のストーリー（神話）」と、書いてください。

「俺のストーリー（神話）」

あなたは、自分の神話をもっているんです。ストーリーをもってるんです。

まあ、チェンマイセミナーでも話したんで、みんなもうすでに何度も聞かされていることだと思うんですけど、神話とは何だと思います？ ○○さん。

——自分が、そうだと信じている、それが本当のことだと信じていることですか。

そう。でもホントは本当じゃないってことですよ？

——はい。

そう、神話とは何かというと、何らかの強い感情であつたり、コミュニケーションを受けて、それがホントだと信じている現実であつたり、見方であつたり

相互依存＝すべてを提供する、そしてすべてを受けとる

何らかのストーリー、何らかのものですよね、考え方であったり、すべて。それが神話。

本当だと信じていること、でもホントじゃないこと。それが神話。

日本の神話って何かありますか？ 日本に神話ってありますか？ いっぱいあると思うんですね、神話。海外にも、他の国にも、韓国にも、中国にも、いろんな国にも、いろんな神話ってあると思うんですけど。

それをみていると、比べてみると、きわめて似ているってことがわかるんですね。他の神話と。えっ、この神話、意味わかんないっていうような神話はないんです。

あっ、なんか日本のこの神話に似てるなって、ほとんどそうなんです。

世界中のいろんな国々のいろんな文化がある、カルチャーがあるなかで、彼らの神話を見比べると、似ているんです、すべてのパターンが。

で、どういうことかなと思って考えてみると、そういう神話を調べる人が考えてみると、神話っていうのは結局、人間の心理とか感情とか思考が生み出しているものですよね。結局、本当のことじゃないから。

本当のことじゃないから結局、すべて自分の考えで出してることだと思うんですね。人間の頭のなかで生み出しているものだと思うんですけど。

それで、人間の考え方とか、感情っていうのは、全員おなじなんです。どこの国に行っても、感情とか考え方っていうのは。そのパターンっていうのかな。

だから、神話も似ているんですね。

もしこれが本当の話だったら、ちがうはずなんですね。神話が似ているはずがないんです。別の国で、おなじようなことが、起こるはずがない。

でも何でそんな、おなじような神話がいっぱいあるかといったら、僕たち全員がおなじような思考をしているし、感情をもっているからなんです。

俺のストーリー（神話）

だからおなじような神話が生まれてるんです。深層心理で生まれてるんです、この神話が。

これが神話なんですけど。要するに自分の深層心理が生み出している、何らかの、ホントのことじゃないこと、神話。

で、神話は、あなたを癒してくれるときと、傷つけるときがあるんですね。何かの神話を聞いて、すごく自分の気持ちが楽に「あ〜、いい話聞いたな」って感じたこと、ありますか？

——あります。

何かこう、癒される神話ってありますよね。

——はい。

逆に何かちょっと、聞いててつらい、何か悲しんでしまう神話もありますよね？

——はい。

そう。神話というのは、癒す能力と、傷つける能力、ふたつの諸刃の剣なんですね。ふたつあるんですね、その能力が。それをまず、覚えてください。これから話がつながっていくので。

で、「俺の神話」って、また書いてください。

「俺の神話」

僕たちは、男はですね、まあ女もそうなんですけど、それぞれ個人的な神話をもってるんです。女性に対してもってる。人間関係にもってる。そして自分の人生そのものに対してもってる。

神話をもってるんです。自分のなかで信じていることがあるんですね。

俺の神話

で、僕たちはその神話をはっきりと、明確に知る必要があるんです。自分がどういう神話をもっているのかを知る必要がるんですね。それを直視する必要があるんです。

直視しないかぎり、永遠にその神話にあなたは縛られるんですね。それがホントのことだと信じて、ずーっとおなじことを繰り返してしまふ。だから直視しないといけない。

じゃあ、ここで質問なんですけど。書いてほしいんですけどね。

「俺の人生の神話」と、書いてください。

「俺の人生の神話」

それを書いてほしい。1分とるんですけど、まあこれはホント、10分も20分もとったらいい話なんですけど。まあ1分間。

俺の人生の神話。どういう神話をもってるんだろう。俺は、何かこう繰り返えし、自分のなかで繰り返えし起こっていること、人生のなかで、起こっていることを書いてほしいんです。

女性とか人間関係にこだわらなくていいけど、人生そのものを大まかに見て、自分の人生のなかで、いつもこのおなじパターンが繰り返えされてるってことが、かならず何かあると思うんですね。

女性とか人間関係以外のことでもいいです。ただ、人生そのものでも、仕事の面でも、何でもいいですから、何らかの神話、何らかのストーリーのパターンが繰り返えされていること、それを書いてほしい。1分間。

人生の神話って何ですか。繰り返えされているパターン。何らかのパターン。

——パターンですよ。何かをやりだして、例えば音楽とかをやりだして。で、自分より才能がありそうだなと思う人がいると、それをやめるっていう感

じですかね。

興味深いですね。何かをはじめて、自分以上に才能がある人を見つけたら、それをやめる。

——やめる。

やめて、つぎは、どうなります？

——やめて、つぎにまた違うことをする場合があります。

ああ、ちがうことをして、またおなじことの繰り返し。

——はい。

ああ、興味深い神話ですね。そのパターンが繰り返されている。すごいですね。〇〇さん、神話をおしえてください、人生の。繰り返されているパターン。

——目標に向かって、全力で走って、達成したと思ったら目標とちがっていて、また走らないといけないという何か。達成すると逃げていく感じかな。

追いかけてつづけてるって感じですか？

——追いかけてつづけてるんですよ、うん、そうなんです。

なるほど、なるほど。興味深いですね。〇〇さん、いますか？

——はい、います。

〇〇さんは、繰り返されている神話。何らかのパターン。

——仕事が順調なときにですね、大きなミスが起きて。今度は気をつけて、自分のミスだったりすると、今度はもう起きないようにと気をつけるんですけど、また順調だと思っていると、周りのだれかが大きなミスを犯したり。順調なときに、いつもそういうことが起きますね。

うまくいってるときに、わるいことが起きる。

——はい。

それが神話。興味深いですね。それが繰り返かえされてます？

——繰り返かえされてます。気をつけてても繰り返かえされてます。

うまくいってるときに、わるいことが起きる。で、〇〇さんは、何かをやろうと思ってはじめて、自分以上の才能のある人がいたらやめる。で、また新しいことをやる。〇〇さんは、何かをしたいと思って全力で走って、でもそれは遠ざかっていく、って感じですか？

——到着したと思ったら、また何か、先に行ってるっていう感じです。

先に行ってる、届かない。興味深いですね。神話ですよ、すべて。

べつにホントは、そういうことは起こってないですけど僕たちはそう信じてるんですね、頭のなかで。

で、大きな字で書いてほしいんですけど、

「俺の新しい神話」と、書いてください。

「俺の新しい神話」

あなたがこれから、どういう神話をもちたいのか、どういう神話のなかで生きていきたいのかってことを書いてほしいんです。

どういうパターンを繰り返かえしていきたいのか。これから人生のなかで、どういうパターンを繰り返かえしたいのか。あなたがこれから、人生で繰り返かえしたいパターンを書いてほしいんです。

俺の新しい神話

新しい神話を書いてほしい、新しいストーリーを書いてほしい。俺の人生はこれが繰り返されている。俺はうれしい。そういう、自分が求める神話を構築してほしいんです。創造してほしいんです。意識的に。

仕事とか含めて、いろんな意味で人生そのものと、大きく考えてほしいんです、これは。何かに特化する必要はないですよ。ただ人生そのものとして、こういうパターンのなかで俺は生きていきたい。それが繰り返されてほしい。

そんな人生は最高だ。こういう繰り返しの神話の人生、いいな。新しい神話を知ってください、あなたの。

——最高のパートナー、長くつづく最高のパートナーが増えていく人生。終わって、つぎ、終わって、つぎとかではなくて。

すばらしい人たちと出会って、そういう人たちがどんどん増えていく。

——はい。

出会って、別れて、またつぎの人じゃなくて、どんどんそれが自分の人生に追加されて、どんどんそれが増えていく、そういうパターンです？

——はい、そうです。

そういう人生になったら、最高にうれしいです？

——最高にうれしいです。

OK。〇〇さん、新しい神話をおしえてください。

——私もですね、自分がかかわる人たちに感謝されて、その人間関係が倍々ゲームのように広がっていくという。

じゃあ、似てますね、〇〇さんと。

——はい。

俺の新しい神話

それが繰り返えられる人生になりたい。

——はい。

素晴らしいですね。

〇〇さん、新しい神話をおしえてください。繰り返えられるパターン、これから。

——私も似てるんですけど、自分にプラスになる人と、どんどん巡り会えて、それを吸収して、またその人たちのサークルのなかに入っていくような人生。

それがどんどん繰り返えされていると最高ですか？

——最高です。

うん。新しい神話を創造してほしいんですね。つくってほしいんです。意識的に。いままで僕たちは無意識のうちに……すべて夢ですよ。現実ではない、そんな夢の現実を信じて、子どものとき何らかの受けた傷を信じて、ずっとそれを繰り返えしてるんですね、それを。おなじストーリーを。

だから悲しみのなかに。だからうまくいったら、わるいことが起きる。うまくいったら、わるいことが起きる。そういうパターンなんだって自分で信じてて、そういう夢を自分でみてるんですね。

何かをはじめたら、何かこう、それが、自分以上の人がいたらやめちゃうとか。そしてまたちがうことをする。そういう繰り返えしなんだって言う。

何かを追いかけて、届いたと思ったら、それがちがったとか、さらにちがうところにいってるとか。

すべて信じてる。でもちがうんです。すべて自分の夢なんですね。自分で現実をつくる必要があるんですね。

だから、新しい神話は何なんだろう。どういうパターンで俺は生きていきたいんだろうってことを考えるんですね。それをつくるんです。

俺の新しい神話

で、つぎに書いてほしいことが、

「新しいトリガー」と、書いてください。

「新しいトリガー」

トリガーっていうのは引き金ですよ。新しい引き金って書いたほうがいいかな。で、僕は「感情の引き金」って話をしたと思うんですけど、チェンマイセミナーで。

何らかの、ことばであったり、単語であったり、イメージであったり、グラフィックであったり、何らかのものをみて、感じたら、何らかの感情が出てしまうトリガーって、あると思うんですね、みんな。

例えば、〇〇さんは何でしたっけ？ えーっと、覚えてないな。

——僕は、大企業ですね（笑）。

大企業。他に何か、もうちょっとあったと思うんですけど。もうひとつ。

——男らしくない、とかですかね。

ああ。ドキッとします？ 大企業って言われたら何て思います？ 大企業大企業、〇〇さん、大企業。

——って言われると、もうむかついてホントに殴りたくなりますね（笑）。

じゃあ、男らしくない、男らしくない、ホントに男らしくない。

——それもやっぱりカーッとなりますね。

〇〇さんキーワードってありますか？ 何かトリガーっていうか、単語っていうか。感情の引き金。

新しいトリガー

——ダメな人間、ですかね。

〇〇さん、ダメな人間ですね。それダメ、ホント、ダメです。ダメな人間。ダメダメダメダメ……どう思いますか？

——いやぁ、落ち込みますね。

さみしくなる。落ち込む？ 〇〇さん、単語を。

——トリガーですよ。意気地なし、とか、根気がない。

意気地なし。〇〇さん、意気地なし。根気ない。意気地なし。意気地がない。意気地ないね。〇〇さん＝意気地なし。どう思います？ どういう感じですか？

——もうガックリです（笑）。

で、つぎに質問なんですけど、例えば、大企業とか、男らしくないとか聞いて、〇〇さんがカーッとなって、ケンカしたくなるっていったんですけど、本当の実際には、どういう行動をとってます？ その感情が生まれたときに。

——そういう感情が生まれたときですか。

正直に教えてください。ホントに殴ってはいないと思うんですけど。他のことで何かしてます？

——何かほかの、自分をわかってくれそうな人と話を……

ああ、大企業って話がでて、何かこう、う～ってなったら、だれかに電話するって感じですか？

——そうですね。大企業が何だ、という話ができる人と話をしたりとか。

具体的にだれに電話してます？

——僕の場合はやっぱり奥さんが多いですかね。

ああ、じゃあ何かむかついたら、奥さんとコミュニケーションをとっている。

——そうですね。

そういう反応を示している。じゃあ、〇〇さんは例えば、ダメだダメだっていわれて、その感情がガックリきたときに、どういう行動をとっています？

——酒を飲みます。

お酒を飲みに行く。

——はい。

具体的に、どこに飲みに行きます？ 近所ですか？

——ひとりで飲むこともあるし、家で。

あ、家で。じゃあとりあえず、ダメだっという感情だったら、とりあえずお酒を飲む。

——そうです。

それが反応ですか、そのトリガーの。

——そうですね。

〇〇さんは、例えば、意気地なし。〇〇さん＝意気地なしで、ガックリきたときには、どういう行動をとります？

——行動は、彼女とかに話をしたり、僕よりもっと意気地なしの人と飲みに行ったりします。

アハハ（笑）。それいいですね（笑）。

わかりますか。引き金ですよ。コントロールできない感情。その引き金をカ

新しいトリガー

チッと引くだけで、〇〇さんは、奥さんにグチを話しはじめて、〇〇さんはお酒を飲みはじめて、〇〇さんは、もっと意気地なしの人とツルんで、何かをしないくっていう。

そういう、パチッと押すだけで、そういう行動が自動的に、オートマチックにそれが動きはじめるんですね。

で、今回、新しい引き金っていうテーマで、新しい引き金をつくってほしいんです。新しい反応かな。引き金に対する新しい反応をつくるってことかな。

引き金はそこにあると思うんです、すでに。引き金を消すとか、そういう努力をするんじゃないくて、その引き金を引かれたときに、とる行動をポジティブなものにするんですね、これから僕たちは。

どういうことかという、僕たちは、基本的に人間っていうのは、何かそういうネガティブな感情の引き金を引かれたときには、ネガティブなことをするんですね。

例えば、お酒を飲むとか、麻薬を摂取するとか、睡眠薬を飲むとかね、僕でいえば、睡眠薬を飲みはじめたのは、ホント最近ですけどね。

まあでも、いまは飲んでないから、安心してほしいんですけど。

何らかのネガティブな反応を示し、行動をとるんです。例えば、ケンカするとか、酒を飲むとか、麻薬をするとか、だれかに電話してグチをいうとか、まあ何らかのネガティブなことがあるんですけど。

これからは、その引き金を引かれた瞬間に、ネガティブな感情が生まれるんだけど、でも自動的にポジティブな行動をとるように、プログラミングしてほしいんです、自分の脳を。

ポジティブな反応をプログラムするんです、これからは。例えば、僕自身の反応、トリガーは、単語ではないんですけど、僕の場合は……単語もあると思いますけど、いまちょっと思い浮かばないですけど……状況的に反応するのは、やっぱり嫉妬と関連してて。

例えば、他の男の話をしたり、電話とかで他の男と話してたりしてたら、もうホントに感情が嫉妬を感じて、自分の心をとぎして、彼女と別れることを考えて、いかに傷つけて別れるかってことを考えて、計画しはじめて。

そして、いかに何か自分のことを永遠に記憶に残させて、しかも悲しませて、傷つかせて、ずっと後悔させることができるのかっていうことを計画、考えはじめて。何かいろんなことをそれから考えはじめるんですね。で、そういうことを言いはじめるんです。そういうことを思わせるようなことを。で、すごく胸が苦しくなるんですけど。

で、そういうことをする、その時に僕はどういうふうな、新しい反応をとることができるのかと思ったら、その嫉妬を感じた瞬間に、例えば、いまちょっとパッと考えるんですけど。

例えば、彼女が他の男と話したりして、嫉妬を僕を感じたときには、瞬間的に例えば、腕立て伏せを100回するとかね。懸垂を20回するとか。ヨガのストレッチをはじめるとか。まあ肉体的にいいことをするとかね。

スーパーシェイクをもう一回飲むとか。ほかに例えば、歩くとかね。散歩しにいくとか。本を一冊読むとか、わかんないですけどね。

何らかのその、ネガティブが感情を受けたときに、そのトリガーを受けたときに、ポジティブな反応を起こすように自分を習慣づけてほしいんです。

じゃあ、30秒とりますから、書いてほしいんですけど。〇〇さん、例えばね。男らしくないとか、大企業っていわれたときに、まあ、他にもいっぱいあると思うんですけど、そういうトリガーを引かれたときに、自分が具体的にどういうポジティブな行動、反応をとるように、これからしたいかっていうことを書いてほしいんですね。

で、〇〇さんもおなじく、これから、ダメなダメな人間って、そういう感情になったときに、どういう反応、行動を自動的にポジティブな行動として、とるようにしたいか書いてください。〇〇さんも、おなじです。

これを繰り返すうちに、それが自然になるんです。最初は無理ですけど。最

初はおなじようにネガティブな反応、行動をしてしまうんですけど。

これを決めておくと、習慣づけてね、それを紙に書いて貼っておくとかするとね。繰り返えし、繰り返えしやっていくうちに、それがホントに自然に繰り返えすようになるんですね。

例えば、ボクシングとかでも、パンチを顔面に殴られるとしたら、目をとじますよね。でも、ずっと練習しているうちに、目を閉じずにパンチをかわせるようになってくるんです。

それとおなじで、こういうのも、何かの反応をするときに、ネガティブな反応をポジティブに変えることができるんです。練習すれば。

じゃあ、〇〇さん。男らしくないね、とか、大企業とか、そういうイラつくことをいわれたときに、どういう行動をとりたいですか？ 瞬間的に。

——瞬間的に、ジャンピング・スイッチをしようかなと思っています。

(笑)、何回？

——ジャンピング・スイッチを1セット、10回、10回ですね。

10回、10回、10回、3セットですね。

——3セット……つづけては、ちょっと厳しいかもしれません(笑)。

あそっか、じゃあ合計20回ってことです？

——そうですね、はい。

じゃあ、ジャンピング・スイッチを20回おこなう。大企業とか、男らしくないとか、そういうことをいわれてムカッてきたときには、とりあえずジャンピング・スイッチを20回。できますそれは？ これから。

——それは……

その場で、ですよ。いきなり、はじめるんですよ。

——はい（笑）。

えっ、大企業はですねって話したら、その場で「1、2」って、はじめるんです。

——（笑）。

〇〇さんはその、大企業とか、男らしくないとか、そういうイラつく感情は、1日に、だいたいどれぐらい感じています？ 毎日感じています？

——そんなには、激しくは感じてない、毎日ではないですね。

そのネガティブな感情は、何回ぐらい感じてます、週に。

——週に、まあ、5、6回は、やっぱりありますかね。

5、6回。じゃあ、週に100回ぐらいするってことですね、ジャンピング・スイッチを追加で。

——そうですね。

いいですね。

——いいですね。

ネガティブな感情が、ポジティブな結果につながってますよね。

——うん。

足がつよくなりますね、足腰が。

——はい（笑）。

いいですね。わかりますか。ネガティブな感情をポジティブな結果につなげる。

新しいトリガー

〇〇さん、ダメな人間、ほんとにダメですね、ダメダメダメ。〇〇さん＝ダメな人間っていわれたり、感じたときに、どういう行動を反応したいですか、とりたいですか？　これから。

——サンドバッグを叩く。

サンドバッグを叩く……それ、じつは僕も小学生のときに、おなじようなことを考えてやってたんですね。

——ええ。

あまりよい結果はないです。

——ああ、そうですか。

うん（笑）。僕もすごく感情的に怒りっぽい性格だって……。いまは、どうなんでしょうね。いまは、どうなのか、わかんないですけど。ホントに毎日、数回……数回は大げさかな、1回、2回は、ホントにだれかとケンカするぐらい、すごく怒りやすかったんですね、僕自身が。

何をいわれても、すぐカーッとなって怒ってて、人を殴ってたんで。なので、僕の親がそれをね、怒ったときはサンドバッグを殴れみたいな感じで、それを買ってくれたんですけど、それが悪化して、もっと人を殴るようになったんです（笑）。

何か、人をみた瞬間に、サンドバッグにみえるようになったんです。あっ、お前はサンドバッグだみたいな感じで、何か怒った瞬間にそいつを殴るっていう反応になってきちゃって。そう、だから人を殴るクセがついてしまいますよ。

——ああ、そうですか。

そう。だから怒りの感情をぶつける以外に、何かありません？　何か考えてください。

——自転車で走る。

自転車で走る、いいですね。

——10キロぐらい走ってくる。

10キロぐらい。でもそれ、現実的にできます？ 何回も一日に感じたら、ホントにできます？

——そうですね、わりと自転車は、すぐ乗れるようにしてますんで。

でもホントにその場で、パッとできます？ 例えば、仕事中に何かそれを言われて、やっぱりその場で行けないですよ、いきなり自転車乗って。

——ああ、そうですね。

だから、その場で何か現実的に絶対に、いつでもできるような行動だったら、本当に「ちょっとトイレ行ってきます」って感じでできると思うんですね。

——ああ。

そう。だからすごくそれが反応しやすいんですけど。

——腕立て伏せをやる。

腕立て伏せをやる。さっき僕は、肉体面の例を出したんで、みんな肉体に走ってると思うんですけど、何でもいいですよ、本当に。感情面でも、何でもいいんですけど。〇〇さん、何かありますか？

意気地なしだね～っていわれたときに、ニヤニヤされながら。

——僕も肉体派なので、腕立て30回して自信をつけるというふうにしました。

ああOK。さっき僕は肉体の例を出したから、みんなそうなったと思うんですけど。

つぎに書いてほしいことがね、この話のつづきなんですけど。

新しいトリガー

「大切な3人のひと」と、書いてください。

「大切な3人のひと」

あなたの周りで、大切な3人のひとの名前を出してほしいんです。3人の名前、パッと出してください、5秒で。それを書き出してください。

俺の大切なひと3人。いろんな意味で大切な人。長期的に人間関係を構築したいなと思っている3人の方。

—— Mr. X

はい（笑）、ありがとうございます。

——あと、〇〇さんと、奥さん。

——私も Mr. X がまず最初に出てきたんですけど

ありがたいですね。

——田舎の友だちがひとり

うん、いいですね。もうひとり。

——もうひとりがちょっと出てこないんですけど……

いいですよ、じゃあふたりで。出てくると思うんですよ、考えていたら。では、〇〇さん、3名。

——一番最初に息子です。

ああ、息子さん、いまいくつです？ お子さんは。

大切な3人のひと

——いま 11 歳です。

おお、すばらしいですね。

——はい。つぎが Mr. X さまです。3 番目が平先生です。

ああ。何か、他の人のマネしてません？

——いえ、マネしておりません。

何か Mr. X って、〇〇さんが言ったから、とりあえず（笑）。

——いえいえ（笑）。

ありがとうございます。うれしいです。

で、まあ 3 人の大切な方がいると思うんですけど、何らかのね。それを書いて、その 3 人にできること。彼らをよろこばせる、彼らの人生に、何らかの価値をあたえることを考えてほしい。

何ができるんだろう。簡単なことでいいですよ。簡単なことで、これをやったら、その 3 人の方にね。この人にはこういうことをやったら、よろこんでもらえる。何らかの価値を感じてもらえる。そういうことを書いてほしいんです。まあ、考えてください。10 秒とりますんで。一人ひとり、彼にはこういうこと。

どういう話につながるかというと、さっきネガティブな感情の反応をポジティブな行動の反応に変えるって話をしたんですけど、これを自分の肉体……ジャンピング・スイッチとか、腕立て伏せでも、いいんですけど。

この大切な 3 人に何か価値をあたえるってことを、その反応の行動としてプログラミングしてほしいんです。

なので、何ができるかなって話をいま、してるんですね。肉体的に、何らかのネガティブな感情のトリガーを感じたときに、自動的にあなたの周りの大切な人に、何かの提供をする。そういうプログラミングをするんです、これから。

大切な 3 人のひと

〇〇さん、例えば、僕にお金をください。

——ハハハ、お金ですか（笑）。これ、いまの話じゃないんですけど、さみしい思いをしたときに、かならず自宅に戻ってきてから、お客さんにメールを書くっていうのを結構やってたんですね、ずっと。

いいですね、それも。何かないです？ 今回つくろうとすれば。

——今回、そうですね。

この3人のひとに、自動的にどういうことをしたいです？ お金以外に。僕にはお金をくださいね、自動的に。

——（笑）。

例えば、〇〇さんに何をしたいです？ あっ、何か感情的に、大企業とか、男らしくないとか、いわれたときに、ムカーッて、きたときに、〇〇さんに何かできることってありますか？ いいことで。〇〇さん、ホントにありがとうってような。

——うーん。

電話して……電話できます？ 彼に。

——できますね。

電話して、どんなことを言ったら、彼はよろこびますか？ たった、一言でもいいかもしれない。〇〇さんが一番よろこびそうな言葉ってありますか？

——一番よろこびそうな言葉ですね。何か毎回毎回、言っても、ちょっとあれだなんて……何かいいものがないですね。

まあ、毎回毎回でもいいですよ。それが価値のあるものだったら。

——そうですね。

大切な3人のひと

じゃあ、奥さんには何ができます？ 掃除を手伝うとか。皿洗いを手伝うとか。何でもいいんですよホントに。ホントに何でもいいんです。やるとか。

——エヘヘ（笑）。それは迷惑かもしれない。

ハハハ（笑）。

——そうですね、〇〇さんには電話をするだけでもいいかもしれないです。

うーん。会話をする。それだけでも、結構いい感じですか？

——そうですね。

何を言うとかは、あんまり関係ないって感じですか？

——そうですね、最近どうって感じで。

じゃあ、とりあえず、何かのその、大企業とか、男らしくないとか、いわれてムカッときたら、とりあえず〇〇さんに電話して、グチとかすることなく、ただ、どうって何か会話をする。それいいですね。

——そうですね。

奥さんには何ができます？ 肩を揉むとか。

——たぶん、やめろっていられますね。

何をしたら、よろこんでくれますか？ 彼女は。

——よろこぶのは、何か……

かわいいねとか言うとか。

——掃除をしておいてあげたりとか。

大切な3人のひと

ああ、掃除をする。わかりました、じゃあそれをやりましょう。じゃあ、〇〇さんには電話をして、奥さんには、短くてもいいから何らかの感謝の気持ちとか、愛してるよとか、すきだよとか、いつもありがとうねとか、ホントに小さなメッセージを書く。

——はい、メッセージを。

で、それをメールであり、手紙であり、それをわたす。いいですね、それだけでいいと思いますよ。で、僕には何をしてくれます？ 現金。現金を送金する。

——現金を送金する。

じゃあ僕もメッセージだけでいいです。何らかのメッセージが現実的だと思うんで。

——はい。

何らかのメッセージを僕におくる。それでいいと思います。その3つでいいですよ？

——はい。

いいと思います。それを繰り返すと、いいですよ。ネガティブな感情のときに、ポジティブな結果が生まれますよね。大切な人との関係が構築されるっていうのは、いいことですよ？

——うん。

それが自動的になればなるほど、どんどん良くなっていくんです。ネガティブに感じれば感じるほど。いいですよ。

じゃあ、〇〇さん、例えば、ダメダメっていわれたら。大切なひと3人が出たんですけど、ダメダメっていわれたら、何をしたいです？ 彼らに。一瞬でできる反応として。行動は。

大切な3人のひと

——手紙とか、電話とか、そんなのしか思いつかないですね。

やっぱりコミュニケーションになってきます？

——でも、落ち込んだときに手紙を書いても、何かちょっと……

たった一言、決めておいて、ありがとうございますとか。感謝してるよとか、好きだよとか、決めておいて、それをテンプレートにしておいて、反応的にそれを送るってしておけば、考える必要がないですね。

——そうですね。

〇〇さん、何ができます？ 3人。息子さんに。

——息子だと、どっか連れて行ってあげるとか。

瞬間的に、パッと。

——瞬間、瞬間的に。

反応として。一緒に暮らしてるんです？ 息子さんとは。

——一緒に暮らしてません。

じゃあどうしよう。近所に住んです？

——近所には住んですけど、会いたいときに会えません。

ああそうか。法律的に。

——法律的に、向こうが、そうですね、会わせないようにしてますんで。

ああそうか。電話とか、話はできるって感じですか？ 息子さんと。

——話もできません。

大切な3人のひと

ああそうか。じゃあ、むずかしいな。

——むずかしいですね。

例えば、その場で息子さんには、読んでもらえないかもしれないけど、手紙を書きつづけるとかね。

——はい、ああそうですね。

で、それが、例えば、二十歳になったときに、それを全部わたすとかね。

——はい。

ええ、お父さんこんなことずっと考えてたのって、いままで9年間。

——はい。

で、そうだよって。じつはね、Mr. X っていう変な人がいて、その人が、ネガティブな気持ちになってつらいときには、自分の大切な人に、たったひとつ何か、いいことをするクセをつけろって言われたんだ。

だからお父さんはお前に、いつも会えなかったし、いつも話できなかったけど、こうやって手紙を書いたんだよって。

お前はこれから二十歳だから、もうこれから社会にでて、いろいろあると思うって。つらいことも悲しいことも、何かそれを困ったときに見たらいいような一言のメッセージを書いたら、そういうときに、これをいつでも見たらいいよって言ったら、たぶん、本当にいい関係が生まれますよね、そこで。

——そうですね、はい。ありがとうございます。

そういうことが、できたらいい。で、他の2名の方にもいろんなことができると思うんで。そういうふうにして、やってほしいんですこれから、実際に。

ネガティブな感情が生まれた瞬間に、いいことをする。そのクセをつける。で、

大切な3人のひと

それを絶対に成功回避不可能な状況にもっていくために、どうすれば、それをちゃんと、つづけられるか、その習慣をね。自分で考えてやってほしい。

で、つぎに書いてほしいことが、つぎにですね。またかなり興味深い話をするんですけど、その前に10分、休憩をとります。10分間のあいだにトイレに行って、水を飲んで、ちょっと歩いたりして、目を閉じたりして、リフレッシュして、10分後に帰ってきてください。いいですね。

新アドバンスマインド 第2話 パート3

書いてほしいんですけど、

「新しい神話で自分を囲む」と、書いてください。

「新しい神話で自分を囲む」

これから、どういうことをしてほしいかというと。自分の周りの人で、周りの人じゃなくても、だれでもいいから、自分が求めている神話をすでにもっている人をみつけて、その人と友人関係をもつとか、その人の近くにいるってことです。

できればその人も、以前は自分とおなじような神話をもってたけど、それを壊して新しい神話を構築した人であれば、なおいい。なぜかっていうと、自分のことを理解してくれるから。

とにかく、自分が求めるような神話、ストーリー、パターンをもっている人と、何らかの人間関係をもつんですね。そうすれば、あなたは影響されて、その神話を自分のものにすることができるんです。

すべて影響なんですね、すべて周りの人の。結局、自分がいまもっている神話そのものも、何かに影響されているんです。だれかに影響されて、例えば、母親とかね、家族に影響されて、もってしまったものだと思うんですね。

でも、これからは、自分で影響されたい人を選んで、こういう人のパターン、神話を自分にも影響してもらいたい。そして自分がそれをもちたい。

できれば、その人も以前おなじような神話をもっていてくれれば、自分をさらに理解してくれやすくなると思うんで。まあ、それはプラスアルファ、ボーナスとして、特典として考えてほしいんですけどね。そこまで完璧にうまくいかないですけど。とにかく、自分が求めている神話をもっている人であればいい

新しい神話で自分を囲む

と思います。

〇〇さん、それできますか？

——はい。

だれかいます？　こういう神話、僕もほしいと思うような人。見つけてほしいんですね、これから。

——また、Mr. X に、なっちゃうんですけど（笑）。

いやでも、僕は、悲しみですよ。悲しみの神話ですよ。あ、でも、いま僕は新しい神話をつくっているから、それを影響するのも……まあ、いいかもしれないですし、わるいかもしれないです。どっちか、わからないですけど。

昔は僕は、どちらかというと悲しみの神話だったなと思うんで、僕のなかでは。孤独っていうかね。

まあ、それを乗り越えて、新しい神話になるんで。できればそれを影響したいなと僕は思いますけど。いいか、わるいか、わからないですけどね。まだ僕には何もわからないんで。

そういう人に影響されてほしい。〇〇さん、何かありますか？　こういう神話をもちたいなっていうの。さっきいいましたよね。そういう影響をしてもらえてって思う人。だれか思い浮かびます？

——パッと思いあたる人は、いないんですよね。

うん。ぜひ探してほしい。自分が、こういう人に出会いたいって思えば、たぶんいると思う、どこかに。そして、その人をみつけたら、何らかの友好関係をもてば、それに影響されて、その神話を〇〇さんのものにできると思う。

〇〇さんも、そういう人、思い浮かびます？　だれか。ああ、こういう神話がほしいなって。

新しい神話で自分を囲む

——まだ、ピンとはこないので、探します。

ぜひ探してほしいんですけど。探せば絶対みつかるんですね、かならず。いままで自分がもってる神話は、すべて夢なんです。捨てるでもいいんです。

こういう神話がほしい、パターンがほしいというのを選んで、ぜひ、やってほしい。

新しい神話で自分を固めるんです。自分の周りを。

僕自身も、それを意識的に自分の神話をこういうふうにしたっていうのを、いままで考えてこなかったから、やっぱり自分の神話に基づいて、友人とか、考え方を選んでたんですけど。

いま考えると、ホントに求めている神話っていうのは、こうなんだって、いまわかってね。だから、新しい友人の選び方も変わるし、関係していこうと思う人たちも変わっていくんです、僕はこれから。

僕も、どんどんいろいろ変わっていくと思うんですけど、みなさんも神話を変えてほしい、これから。求めるような神話に。

で、つぎに書いてほしいんですけど、

「傷そのものを、自分を癒してくれるものに変える」

「傷そのものを、俺を癒してくれるものに変える」

どういう意味かというと、傷がありますよね。で、僕たちはその傷を……傷に傷つけられている人生をいままで歩んできたんですね。

トラウマがあって、傷がいっぱいあるんですけど、それに傷つけられる人生を歩んできたんです。例えば、さっき〇〇さんの例で、例えば、大企業とか、何とかっていわれたら、そごくムカつくって、そういう傷がありますよね。

傷そのものを、俺を癒してくれるものに変える

何らかのトラウマだと思うんですね。何らかの傷がありますよね？ ○○さん。

——はい。

で、それを聞くと、何かネガティブな反応を起こしてましたよね。

——はい。

グチを言ったり、ワーッてなったり、怒ってたり。やけ酒飲んだりすると思うんですけど。

傷に、さらに傷つけられてますよね。

——はい。

わかりますか。傷に、さらに傷つけられている。悪循環ですよ。すでにある傷が、さらに自分を苦しめている。さらにわるい方向にもっていった。

でもこれからは、傷そのものを、自分を癒してくれるものに変えるんです。

さっき言ったように、こういう傷がある。こういうことを言われたら嫌だ。こういうことを言われたときには、俺はこの3人の大切な人に、こういうことをしよう。提供しよう。

そうすることで自分の傷が、自分をポジティブな方向にもっていき、自分を癒してくれるものになるんです、そこで。

いままで、もっていた傷が、自分をいい方向にもっていつてくれるものになるんです。すべてパラダイムシフトですよ。それが可能なんです。それをやろうと、がんばればね。トレーニングして、がんばれば。

傷そのものが、自分を癒してくれるんです、ホントは。

つぎに書いてほしいことが、

傷そのものを、俺を癒してくれるものに変える

「女性との神話」と、書いてください。

「女性との神話」

で、書いてほしいんですけど。さっきは、人生そのものの大きな図でみた神話を書いてもらいましたね。自分の人生のパターン、繰りかえされていることを。

つぎは、女性に関してです。女性関係に関して、自分がもっている、繰りかえされているパターン、神話を書き出してください。

女性に関して、女性関係に関連していることで、自分の神話、ストーリー、繰りかえされているパターン……いままでね……を書いてください。

——僕の場合はですね、あんまり好きにならないので、自分のほうからは、い
かない。傷つけてしまいそうな予感がしてしまうんですね。

あまり女性に興味がないんですか？ 性的にも。

——興味はあります、むちゃくちゃ興味はあるんですけど、傷つけてしまいそ
うで怖い。

好きになったことってありますよね？

——ああ、ありますけど、あまりないんですよ、たくさんは。

ちょっと気に入ったりしても、自分でブレーキかけるって感じですか？

——そうそう、そんなんです。ブレーキかけちゃうんです。

あ、気に入った子がいる。ダメだ傷つけてしまうと思う。そしてブレーキをか
ける。それで、その繰りかえしですか？

——そうです、そうです。そのパターンです。そのくせ、さみしいんです。

女性との神話

そのくせ、でも、さみしい。さみしがって、またやけ酒を飲む。

——そうですね。

そのパターン。

——そのパターンですね。

〇〇さん、おしえてください。神話を。

——僕は逆に、すぐ好きになってしまうので、好きになってしまって、相手に彼とか、そういうのがいるのを知らないで、二股をかけられたりして、いつもよく振りまわされて。最終的には、別れて、僕のほうにくるんですけど。逆に今度は僕が振りまわして、浮気して終わっちゃうっていうパターンが、何回かあります。

興味深いですね（笑）。ホントに。みんなそれぞれ神話って、あると思うんですけど。

僕自身の神話、女性に関しての神話っていうのは、とにかく女性との人間関係は、かならず終えなければならないと思ってるんですね。そういう神話をもってたんですね。

終えなければならない。終わるとか、嫌いになるっていうのではないですね。好きだし、向こうにも愛されてる思う。けど、終えなければならないっていう。

どこかで終えなければならない、そして去っていかねばならない。一緒にいたら、かならず自分の成長が止まるから、止まって、そしてその彼女にも捨てられるんじゃないかっていう恐れがあるんですね。

だからかならず、一番好きなときに、その関係は終えなければならない。で、それがずっと繰り返されてきてるんですね、いままで、ずっとホントに。おなじパターンが。

で、それを変えていく必要があるんですね、これから。

つぎに書いてほしいことが、

「あなたが求める新しい神話」を書いてほしいんです。

「あなたが求める新しい神話」

女性関係で、あなたがこれから繰りかえしたいパターン、神話、ストーリーを書いてほしいんです。

僕自身の例でいえば、かならず終えなければならない、一番好きなときにホントに終えなければならない、という神話を変えたい。

好きで、ずっと好きでいつづけることができ、そしてずっと一緒にいてもいいんだよっていう。そして、お互いに何らかの、いい影響を与えあう……まあ、もっとくわしく考えないと、わかんないってことなんですけどね、これも。でも、それを変えていきたい思います。

〇〇さん、新しい神話。

——さっきと違うんですけど、僕の神話は、付き合いが長くなるとセックスがなくなるというのがあって、それを変えたいです。

ああ、新しい神話は、どんな感じですか？ 繰りかえされるパターンは。

——そうですね、1年とか、2年付き合っても、週に一回くらいはセックスをするような関係でいつづけられる。

ああそれは、すでに僕はその神話をもってますよ。セックスは永遠にしていますよ、僕は。

——ああ、すごいですよね。

飽きないです。

あなたが求める新しい神話

——いや、それが本当に……飽きないというか、何か、関係が変わってしまう
んですよ。

ああ、性的な関係は、僕はずっとつづきますよ。ずっとやりつづけます。

——へえ、すごいです。

何かそれは別問題だって考えてるんで。どんなことがあっても、セックスはする（笑）。

——（笑）。

一日に何回も何回も。

——え〜。

ケンカしても、どんなに病気でも、死にかかっても、セックスは彼女としなければならぬ。気持ちいい。それはもう、ずっと何年もつづいています、永遠に。しかも興奮度は冷めません。エスカレートします、興奮度が。

これも神話だと思うんですけど。これはいい神話ですよ。

——うん。

これ、ほしいですか？ この神話。

——すごい、すごいほしいです。その教材、ほしいです（笑）。

この神話、ほしいですか（笑）？

——ほしいです（笑）。

その神話をもつと、やっぱり彼女もよろこんでくれると思います？

——と、思います。

あなたが求める新しい神話

僕のなかの神話では、すでにある神話では、やっぱりずっと好きなんですね、好きになった人は。いままでの彼女も、これからの彼女も、現在の彼女も。

一度好きになった人は、ずっと好きっていう神話が僕のなかであるんですね。好きになった人を嫌いになることは、あまりないです、僕のなかで。

なので、一度好きになった男性も女性も、だれでもそうですけど、一度好きになった人は永遠に愛しつづけることができるっていう気持ちがあるんです。

だから性的にも、ずっと興味があるんですね。

ただ、一緒にいたら怖い。何か自分が捨てられるんじゃないかとか、他の男と比べられて、ダメなんじゃないかとか、そういう恐怖があるから別れたいと思うだけで、ぜんぜん嫌いにはならないですよ。

だからいまだに一番最初の彼女とかにも……もう彼女はすでに結婚もしてるんですけど……連絡とかもって、セックスとかもしたいですからね、いまだに。

で、去年か、おとしくらいに、また会ったんですよ、一番最初の彼女に。10代のころの彼女に会って、セックスをしたいっていったら、さすがに断られて、婚約者がいるっていわれて。で、キスだけはさせてくれて（笑）。

——（笑）。

キスだけはさせてくれとかいって（笑）。もう、やりたくて仕方なかったんですけど。ずっとやっぱり好きっていう神話があります。ずっと。

——別れると、したくなるんですけどね。

それはまた別の感情ですよ（笑）。

——あ、別ですか（笑）。

それはぜんぜん美しい神話じゃないですよ。〇〇さん、新しい神話をおしえてください。

あなたが求める新しい神話

——新しい神話、むずかしいですねえ。

どんな神話がほしいですか？ ホントに、ああこんな神話があったら最高だよ。超うれしいってなります？

——そうですね、ずっとラブラブな関係ですかね。

いいですね。ずっとラブラブ、抱き合って。

——そうですね。

ずっと、好きだよ、好きだよって感じですか？　ずっとチュッチュ、チュッチュやってる感じですか？

——それは飽きてくるんじゃないかと思うんですけど（笑）。

いや、それは神話ですよ。だから新しい神話。それはもう乗り越えるしかない、僕たちには。

——うーん。もうつねにラブラブ。手をつないで歩けるような。

死ぬまで手をつないで歩いて……可能だと思います。神話だから全部それは。いいですよ。だから〇〇さんも、できるかもしれないですよ。

——そうですね、なりたいですね。はやくなりたいたいですよね（笑）。

〇〇さん、新しい神話をおしえてください。

——僕も手に入るまでが大好きで、手に入ると飽きちゃうようなところがあったので、まあこれからは、その相手を大切に、向こうからも大切にされて、浮気もしない状態にしたいと思います。

浮気をしないっていうよりも、そんなことは興味ないって感じですか？　神話でいえば。

あなたが求める新しい神話

——そうですね、興味ないですね、他の女性は。

毎日毎日、その女性が大好きで、やりまくっている感じですか？

——やりまくってる……とにかく大切にしたいとか、裏切る気持ちもないですし、浮気はしないという感じです。

もうそれ、そのものに興味がない。

——興味ないです。

僕は女性関係に関しては、新しい神話をまた持とうかなと思っています。すばらしい関係を……毎日セックスして。まあ、それはすでに持ってるんですけど。

セックスに対する、何かこだわりっていうのかな、やりたいというこだわりを、もっと違うものに変えるっていうのかな。スペシャルなもの、そういう神話にしていきたいなと思っています。

書いてほしいんですけど、

「母親との関係」と、書いてください。

「母親との関係」

で、つぎに、

「女性との関係」と、書いてください。

「女性との関係」

あなたがもっている、あなたの母親との関係は、おそらく、あなたがもっている女性との関係に似てるんですね。おそらく、あなたの母親関係は、あなたの女性との関係に似てるんです。影響されてね。

母親との関係

あなたが女性を求めるときは、母親のような存在を求めている。母親との関係のようなものを求めるから、それを考えてほしいんです。

刷り込みですね、すべて。すべて自分の刷り込みのモデルにフィットしたモデルを探そうとするんですね。女性を選ぶときも、人間関係を選ぶときも。

なので母親との関係を考えてほしいんです。〇〇さんに訊きたいんですけど、〇〇さんと、〇〇さんの母親の関係は、どんな関係です？

——冷めた関係だったですね。

ああ、いまはちょっと変わってきました？

——いまはちょっと温かくなってきたかなというのは感じます。

〇〇さん、お母さんとの関係はどうです？ いいですか？

——いいですね。温かい環境だと思いますよ。

〇〇さんは？

——問題ないです。ふつうに仲良くやっております。

何らかの影響があるんですね、そこには。自分のお母さんとの関係に似てるんです。どこかが。

自分の母親のような人を求めているところがあるんですね、僕たちは。それをちょっと考えてください。で、その刷り込みのモデルをちょっと考えてみると、自分が繰り返しかえしパターンとして選んでる女性のパターンが見えてくると思うんで。それをまず考えてください。

で、書いてほしいんですけど、

「女性に持っていてほしい、たったひとつのクオリティ」と、書いてください。

「女性に持っていてほしい、たったひとつのクオリティ」

女性に対して、たったひとつ、これだけは、このクオリティだけは持っていてほしい。あとはどんなにブスでも、なんでもいいから、でもこのクオリティさえあれば、俺と一緒にこの人と長期的な、すばらしい、奇跡のような、関係……カップル、パートナーとしての……を築いていきたいという。

それが何なのかを書いてほしいんです。いいですか。30秒です。たったひとつ、これさえあれば、あとは許せる。あとはどんなことがあっても許せる。ただ、これだけは持っていてほしい。これさえあれば、俺はこの人とやっていけるだろう。

書いてください。たったひとつ、これだけは持っていてほしい。あとはいいから。まあ、よくはないけど、あとは許せるから、これだけは持っていてほしい。ひとつだけあります？ クオリティ。

——思いやりとかですか。

ブスでもちょっと頭が鈍くてもいいです？ 思いやりさえあれば、許せます？ あとは。

——頭のよさと迷ったんですけど、そうですね、はい。

逆に、どんなにかわいくて、頭がよくて、健康的でも、思いやりがなかったらダメです？

——ダメですね。

思いやり、いいですね。それキーワードですよ。

〇〇さん、ひとつだけ、これだけは持っていてほしい、あとは許すから。ありますか？ ひとつ。

女性に持っていてほしい、たったひとつのクオリティ

——相手を理解しようとする姿勢かなあ。

理解してくれる気持ち。理解してくれる、その姿勢。いいですね。

〇〇さん、ひとつだけ、これだけは持っててお願いっていうのありますか？

——愛情です。

愛。愛してくれる。

で、つぎにですね。どこにいけば、このたったひとつのクオリティを持っている人を見るけることができるのかなって、これから考えてほしいんです。

他の要素のことは、いっさい無視して、たったこのひとつの一番大事な優先順位が最高に高いこのクオリティをもってる女性をみつけることができる場所はどこだろう。

どうすれば、その人物をみつけることができるんだろうって考えてほしいんです。どこにいけば、どうやって見つければ、思いやりをもった女性をみつける確率が高くなるんだろう。

愛情をもった女性、理解をホントに示そうとしている、そういう女性に出会うには、それを考えてほしいんですね。

たったひとつのクオリティ。それで考えてほしい。で、逆に〇〇さんに訊きたいんですけど、仕事面で、例えば、パートナーであったり、仕事でかかわる人に、ビジネスでかかわる人に、たったひとつ、もっておいてほしいクオリティってありますか？ 男ですよ、相手は。

——はい。

たったひとつ。これだけは、もっててくれたら、長期的に人間関係を深めていきたいなと思うのありますか？

——おなじになっちゃうかもしれないですね。

女性に持っていてほしい、たったひとつのクオリティ

どういふことですか？

——思いやり。

思いやり。〇〇さん、何かありますか？

——誠実さですかね。

誠実さ。〇〇さん、何かありますか？

——やる気ですね。

やる気。わかりました。それを覚えておいてほしいんです、これから。

自分が大事にしているクオリティ。相手に求めるクオリティを覚えておいてほしい。それが優先順位なんだってことを覚えておいてほしい。

つぎに書いてほしいんですけど、これはかなり重要な話になるんですけど、このテーマは。

「ちがうレベルの女性」と、書いてください。

「ちがうレベルの女性」

どういふ話をするかという、いままで僕は、いろんなテクニックを話してきたと思うんですよ。例えば、ステータスを高くして、強くして、アイコンタクトでこういふふうにして……何となく、突き放すようなイメージ、ありますよね。〇〇さん、わかります？

——はい、わかります。

何となく温かいつていうより、ちょっと冷たいイメージ、わかります？

——はい。

ちがうレベルの女性

そうすることで、女性はあなたを追いかけるっていうのかな。そういう雰囲気
の、そういうテクニック。わかりますか。

そういうテクニックをつかうと、そういう女性があなたに魅力を感じるって話
をずっとしてきたんですけど。

じつは、そういうテクニックをつかって引き寄せられる女性っていうのは、あ
なたが求めている女性ではないんですね。

ホントにあなたが求めている女性っていうのは、テクニックが通用しない人物
なんです。だからテクニックをつかった時点で、あなたがホントに求める女性
は「何この人、テクニックつかって、バカじゃないの。そんなの見破るわよ、
すぐに」って言って、去っていくんです。

で、そんなことも見破れない女性が「あ、この人かっこいい」とか言って、つ
いてくるんですね。

なので、これからはテクニックを捨てる必要があるんですね。わかりますか。
ちがうレベルの女性を引き寄せるためには、自分はいままでのテクニックをつ
かう自分を捨てる必要があるんです。殺す必要があって、テクニックを捨てる
必要がある。

本当にすばらしい女性というのは、ふつうの女が求めていることとは、ちがう
ことを求めているんです、男に。

ビジネスでもおなじですよ。ホントにすばらしいお客さんっていうのは、あ
なたに、その辺とおなじようなことは求めてないんです。もっとちがうレベル
のことを求めていると思います、あなたに。

例えば、〇〇さんだったら「え〜、お金儲けしてウッヒッヒッて、したいんで
す」っていうお客さんを持ちたいです？ 全員そんな感じでいてほしいです？

——いやですね。

いやですよ。

——はい。

でも、〇〇さんがテクニックをつかって、コピーを書けば書くほど、そういう人たちが引き寄せられてくるんです。「あっ、金儲け、100万円もうかる」みたいな。

テクニックをやめて、すべてオープンにして、あなた自身を出しはじめたら、あなたが本当に求めているようなレベルの高いお客さんが寄ってくるんですね。

わかりますか。テクニックを捨てたときに、つぎのレベルの女性、お客さんたちが集まってくるんです、あなたのところに。

だから、テクニックをつかいつづければ、そういうテクニックにダマされるような、人間しかついてこない。

いまここで本当に覚えてほしいんですけど、僕はアドバンスマインドで、ステータスの話を教えましたよね。で、〇〇さんに訊きたいんですけど、ステータスってカッコつける方法だと思いませんか？ 要するに。

——はい、思います。

「俺のほうが、えらいんだぞ」みたいな。そういう振りをするテクニックですよ。

そんなことをして「あ〜、この人はすご〜」って、思う人と親友になりたいですか？

——いや、正直思わないですね。

じゃあ例えば、〇〇さんが、ステータスが高い振りをして「オウッ」という感じでいて「ああ、かっこいい」という人と一緒に酒飲みたいですか？

——飲みたくないです。

ちがうレベルの女性

逆に〇〇さんがかっこつけて「オウッ」とか言って、ステータスが高い振りをしていたら「いや〇〇さん、そんなかっこつける必要ないよ」って。「はら割って話そうよ。もっと大切なことあるだろう」っていう人だったら、どう思う？

——やっぱ、オッて思いますね。

そんなことを見破ってくれる人と付き合いたいですよね、これから。

——はい。

でも、そういう人たちは見破ったら、そういうことは言わずに「あっそ」って、帰っていくんです。

「オウ俺は」とか言ったら「ああそうですね」「それでは」って言って、去っていくんです、そういう人たちは。そんなステータス・ゲームには付き合ってもらえないから。

だから、本当にそういうすばらしい人たちを仲間にして、すばらしい女性たちと一緒にこれから関係をもちたいんだったら、もうそういうステータス・ゲームを捨てる必要があるんですね。〇〇さんは、ないと思うんですけど。

みんな、聴いている人たちに言いたいんですけど。

僕は教えたから、僕のせいだと思うんですよ。そうやってステータスが大事なんだって、僕が教えたから、みんな「あっそうか、強がればいいのか」と思って。

僕のせいだとは、すごく理解してるんですけど、でもそれをわすれてほしいんです。僕の言い方がまずかったんですね。ステータスっていうのは、かっこつける方法ではないんです。本当は「自分の本当の信念」であって「自分が信じる道を歩む強さ」なんですね。

でも、それをわかりやすくするために、うわべの話をしていると、何かかっこつけるようなことになってきて、みんなが誤解して、かっこつけ癖がついてきたと思うんですけど。

ホントにそれは僕が、謝らなきゃいけないことだと思うんですけどね。でも、これからは、ステータス・ゲームをわすれて、テクニックをすべてわすれて、自分の弱みをさらけだしてほしい。

それを受け入れてくれる人たちと、あなたは関係をもてばいいと思うんです。

で、つぎに大きな字で書いてほしいことが、

「手放す」と、書いてください。

「手放す」

何を手放してほしいかという、すべてを手放してほしいんです。いままで培ってきたものを。

あなたの神話であったり、古い神話ですよ。いろんなものがあると思うんです。信じてきたもの、執着してきたものがね。それをすべて手放してほしいんです、今日。

すべて手放したときに、いままで手に入らなかったものが、手に入るようになるんです。

手がいままで、いっぱいだったと思うんですね。いままで、いろんなものにしがみついてきたから。でもそれを手放すことで、新しいものが手に入ると思うんです。

テクニックもそう、テクニックにしがみついてきて、テクニック、テクニックって思ってきたから、本当にすばらしい女性とか、お客さんが横にいるのに、でもテクニックで手一杯で、そういうことに手一杯だから、そっちに手が回らなくなってたと思うんですね。

だから、すべてを捨てたらオープンになれると思うんです。自分の心も手も。また新しいものをつかみ取ることができると思うんです。だから捨ててほしい。

手放す

そしてもっと責任感をもってほしいです。責任感を持てばもつほど、自分の言動にも行動にも反映され、そういうすばらしい女性、お客さんとか人間が、もっとあなたに魅力を感じてくれると思う。

手放す、そして責任をもつ。

「抱きしめる」と、書いてください。

「抱きしめる」

新しい神話を抱きしめてほしいんです。新しい神話をもつとか、手に入れるイメージではなくて、抱きしめてほしいんです、新しい神話をホントに。

これからあなたが、もとうとしている、もちたい、ホントに望んでいる神話を抱きしめてほしいんです。それができるんです。手放すことさえできれば。いままでの、すべてのものを。

〇〇さんがね、いろんな意味で、不安っていう話をしましたよね。いろんな、その、お金に対することでも。それをちょっと捨ててみて、すべてを捨ててみたら、新しい神話を抱きしめることができると思うんです、これから。

抱きしめてください。

で、つぎにですね、大きな字で、これがまた大事な話なんですけど。

「何かを得るためには、何かを捨てる必要がある」と、書いてください。

「何かを得るためには、何かを捨てる必要がある」

これもさっきの話のつづきなんですけど、ホントに覚えておいてほしいなんですけど。

何かを得たいときは、絶対に何かを捨てる必要があるんです。何かを捨てずに、

抱きしめる

何か新しいものを手に入れることは絶対に不可能なんですね。絶対に何かを捨てる必要がある。

例えば、今回の話でいうと、超完璧で、見た目も超かわいくて、胸も超大きくて、肌も超スベスベで、骨盤がすごくひろくて、締まりが超よくて、超やさしくて……全部完璧っていうのは、それは可能だと思うんですけど。

でも、この世の中で生きていく人生には、かならず、何かを得るためには、何かを捨てる必要があるっていいですよ。

もしかしたら、本当に自分が大切にしたいっていう女性を得る場合は、この見た目っていうのを捨てる必要があるかもしれない。

見た目を重視する、自分の気持ち、欲を捨てたら、はじめて、いままで見えなかった女性がみえるようになるかもしれない。

いままでストライク・ゾーンに入ってなかったとして、アウトゾーンに入ってた女性も、ストライクに入りはじめて、見た目という要素を捨てたときに、新しい女性が目に入りはじめるかもしれない。

何かに執着していると絶対に、ホントに自分が求めていることが手に入らないんですね。

何かに執着している状態では、絶対に、自分がホントに求めていることを手に行うことができないんです。

「絶対に俺は胸がDカップ以上じゃないと嫌だ」

Dカップに執着していると……例えば、ホントにすばらしい女性が、でもAカップなんです。ホントにすばらしいけどAカップの女性なんです。一緒になることでお互いが幸せになれる女性。でもAカップ。

そういう女性がいても、「いや俺はDカップ以上じゃないとダメだから」って、それを拒否してしまうんですね。まあ、そこまで大げさじゃないですけど、まあ、そういうものなんです、人間ってのは。大まかにいうと。

何かを得るためには、何かを捨てる必要がある

ビジネスでもそう。俺はお金がどうのとか、何かに執着していると、みえなくなる、それ以上に大切なものが。

覚えておいてください。本当に自分が手にしたいものは何なのか。そして、それを手に入れるためには、かならず、いままで執着していたものを捨てる必要があるってことを覚えておいてください。

例えば、〇〇さんは、年取かもしれない。

——はい。

自分の個人収入かもしれない。個人収入への執着を捨てることで、いままで本当にしたかったことが、みえるかもしれない。わかんないですよ。でもまあ、そう考えておいてください、いろんな意味で。

で、つぎに大きな字で書いてほしいことが、

「ギフトを贈る」と、書いてください。

「ギフトを贈る」

どんなギフトを贈ってほしいかというと、その女性にもそうですけど、他のすべての人間関係に当てはまるんですけど。

あなたのギフトを贈ってほしいんです、彼らに。しかも、見返りを求めずに。

ギフトというのは、実際のプレゼントじゃなくていいんですよ。ただ自分が生まれもった才能であったり、自分が彼らに提供できることって、いっぱいあると思うんですね、周りの人に。

それを自分への見返りをまったく考えずに、相手に送ってください。

そうすれば、相手は必ずあなたにもギフトを贈ってくれます。

ギフトを贈る

あなたが見返りを求めず、相手にギフトを贈れば、相手は必ずあなたにギフトを贈ってくれます。

で、つぎに書いてほしいことが、大きな字で、

「恋愛関係の目的」と、書いてください。

「恋愛関係の目的」

〇〇さん、恋愛関係の目的って何だと思います？ 性欲を満たし合うことですか？

——ちがうと思います。

何だと思います？ 家賃を半分にするとか。

——ちがいます（笑）。自分と相手が満たされて、何か先に進むというか、そういう感じですかね。

〇〇さん、恋愛関係の目的って何だと思います？

——幸せになることですかね。

〇〇さん。

——人生のパートナーを築く。

僕の思う恋愛関係の目的っていうのは、さっきチラッと話したんですけど、お互いの傷を癒しあうことなんですね。お互いの幼少期に得た傷を癒しあうことが、恋愛関係、女性、男性の関係の目的だと僕は思います。

で、あなたにしてほしいことは、彼女の傷を癒してあげてほしいんです。で、彼女にあなたの傷を癒してもらってほしいんです。

恋愛関係の目的

傷は……さっき言いましたね……あなたを良い方向に、傷そのものがあなたを癒すことができるっていう話をしましたね。すべて自分のパラダイムをシフトすれば、傷そのものが自分自身を向上させてくれるモチベーションになるって話をしたんですけど。

傷そのものが恋愛関係の意味になるんですね、ここで。傷を癒しあうために恋愛関係をもってほしいんです。

それで多くの人が「あっ、そうか、じゃあ傷をもってる人と俺の傷をぶつけ合ったらいいんだ」って。多くの人がやっているのは、傷つけ合うために……お互いの傷をさらに深めるような関係をもってるんですね。依存依存の関係のような。

わかりますか。癒しあうんです、そこで。傷つけ合うんじゃないくて。癒しあう関係をもってほしい。

ホントにいままで自分がもっていた傷が、どんどん癒されてなくなっていく、そういう女性を選んでほしいんです。

あなたも、その女性といることで、彼女がいままでもっていた傷がどんどん癒されていく、そういう男性になってほしいんです。

で、つぎに書いてほしいことが、

「幼少期の傷」と、書いてください。

「幼少期の傷」

1と書いてください。これは今回の宿題になります。幼少期の傷、宿題ですよ。

[宿題1]

あなたが幼いときに、あなたの母親が、よくしていたことだったり、よく言っていたことだったり、行動でも言動でも、何でもいいですけど、そのなかで、あなたが一番いやだったこと、嫌いだったこと、嫌な気持ちになったことを書

幼少期の傷

いてほしいんです。

まあ、いろいろあると思うんですけどね。あまり家にいなくて帰ってこなかったとか、酒飲んで帰ってきてとか、いろいろあると思うんですけど。

行動、言動もそうかもしれないし、雰囲気、何でもいいです。とにかく、あなたがネガティブな感情を感じてしまったこと、母親に対してね。それが何だったのか書いてください。

[宿題2]

あなたの父親が、あなたにしたこと、言ったこと、雰囲気とか……何でもいいです……で、いやだったこと。ネガティブな感情を感じてしまったことを書いてください。

[宿題3]

現在、幼少期に、母親とか父親にされていやだったことを、自分が自分に対してしていないかってことを考えてください。

そして、それをどういうふうに、しているかも具体的に書いてください。

自分が自分に対してそれを行っている。まあ、自分で自分を傷つけている行為ですよ。

いやだったこと、言われて、やられていやだったことを自分に対して、いま行っていること。自分で自分にやっていること。

[宿題4]

そのやられて、言われていやだったことを周りの他の人に現在やってないかってことを考えてください。そして具体的にどういうふうにして、それを行っているかを書いてください。

[宿題5]

他の人に、例えば、彼女でも、友だちでもだれでも、他の人が自分に対して、そのいやだったことをやってくれる人を自分が選んでいないかを考えてください。

例えば、母親にこういうことを言われていやだった。いつもつらい気持ちがあったというのがあったとしたら、いま、彼女を選ぶときに、そういうことを言うてくる人を選んでないかっていうことですよね。そういう意味ですね。

他の人で、自分に、そのいやだったこと……母親や父親がやってきたことでいやだったこと……をやってくる人を選んでないかって考えるんです。そして具体的にどういうことをされているか、考えて書いてください。

それが宿題です。

で、その宿題のヒントをちょっと言うんですけど。

大きな字で書いてほしいんですけど、

「痛みのボタン」と、書いてください。

「痛みのボタン」

さっきもチラッと話したんですけど。自分が幼少期に受けた傷。母親が行ったり、話したりしたことで、いやだったことって、あると思うんですけど。

それを自分がいま思うことで、マゾミたいな気持ちで、その傷をかきむしって、その痛みを感じることで、自分の存在価値を見出してるっていうのかな。そういうことをしてしまう傾向があるんですね、僕たちは。

自分で自分を傷つけて……ずっと傷つけられてきたから、その傷を感じることで自分の存在が感じられる、という気持ちになってしまうんですね。痛み、そして恐怖を感じることで。

僕たちは痛みを感じる時、僕たちはネガティブな思考になって、ネガティブな行動をとるんですね。痛みを感じる時に僕たちは、基本的には、ネガティブな思考をもって、ネガティブな行動をとるんです。それを覚えておいてください。

そして、いまあなたがもっている女性関係は、おそらく、あなたの母親に、何らかのカギ、何らかのヒントがあるんです。

あなたがもし、何らかの女性に、瞬間的に、本能的に、無意識的に、魅力を感じてしまった場合は、おそらくそれは、何らかの「痛みのボタン」に関連してるんです、その女性は。

何らかの、あなたが幼少期のとき、母親に感じた、何らかの痛み、ネガティブな感情があるんですけど、その痛みのポイント、その痛みのボタンを押してくれる女性なんですね。「魅力のボタン」として。

わかりますか。「痛み＝魅力」になってるんです。

「痛みのボタンを押してくれる人」＝「母親に似ている人」ですよ。

イコール「魅力を感じなければならない人」と勘違いしてるんですね、僕たちは。

だから、何らかの瞬間的に魅力を感じる女性っていうのは「赤信号」なんです。「あっ、この人いいな」って、思った人は、ちょっと待ったほうがいい。

「この人ちょっといいな」と思った女性は待ったほうがいい。ちょっと「赤信号」を出しておいたほうがいい。なぜなら何らかの自分の傷に関連しているから。

だから「この人、あんまり興味ないな」って、思った人は、逆に、ちょっとオープンマインドになったほうがいい。「この人いいな」って、思う人は、逆にちょっとストップしたほうがいい。考えたほうがいい、ってことを覚えておいてください。

僕たちは、ずっと自分の傷をかきむしる人生を送ってるんです。

チェンマイセミナーでも話したんですけど、赤ちゃんの麒麟が生まれたときに、お母さん麒麟が、ジープに跳ねられて死んでしまって、それを目撃した赤ちゃん麒麟が、そのジープを自分のお母さんだというふうに意識しはじめて。

それも痛みですよ、何らかの痛みを感じていますよね。自分の母親が殺されたんですから。

でもそれを「ジープが母親」っていうふうに自分で認識するようになり、そして大人になったその麒麟は、そのジープを見たら、興奮して交尾をしたくなるっていう……わかりますか。

自分の傷を自分の魅力と勘違いしてるんですね。「痛みのボタン」を「魅力のボタン」と勘違いしてるんです、僕たちは。その麒麟もそうですよね。だから、それをちょっと覚えておいてください。

多くの人間関係っていうのは、その傷の、傷つけ合いで、できている人間関係なんですね。傷つけ合い。

女性を傷つけること、「傷のボタン」をピピピッて押して、「あ〜魅力を感じる」って、勘違いさせること。

女性にもあなたの「傷のボタン」をピピピッて押してもらって「あ〜、これは魅力だ」って、わかりますか。勘違いですよ。

「傷のボタン」が「魅力のボタン」だと思って、それを押してくれる女性を好きになる。

でも、本当は、単純に「傷のボタン」を押されてるだけなんです。そして、あなたも、それを押してるだけなんです。

それがほとんどの、80%以上の人間関係だと思うんですね。男女の関係だと思うんです。

でも、これからあなたは、そんな「痛みのボタン」を押し合うゲーム、人間関係はしたくないと思うんです。〇〇さん、したいですか？

——したくないです。

もう「傷のボタン」を押し合って、それを「魅力のボタン」だと勘違いさせ合

ってるような関係を乗り越えて。

これからは、新しいストーリー「奇跡のボタン」を押しあう、「癒すボタン」を押しあう……どんどん癒して、痛みのボタンを押すなんてことは、もうしない……癒す関係になってほしい。

それをするのは、あなたの選択だと思うんですね。それを選ぶのは。これから成長するのはね。

このまま、おなじようなゲームをつづけるのか、これから新しいストーリーをつくるのかは、すべてあなたの選択だと思います。

すべて夢なんです。夢であって、幼少期に受けた傷、トラウマから見ている夢なんですね。

無意識のうちにすべて僕たちは夢を見ながら歩いてて、人を選んで、お金を稼ごうと思って、商売をして、ビジネスをして、収入を上げて、貯金をして、セックスをして、女をみてるんです。

その夢から覚めてほしいんです、いま。で、新しい、自分の夢をつくってほしいんです。いいですか。

つぎに、もうひとつ、最後の宿題です。

[宿題6]

最後の宿題で、

「気づき」と、書いてください。

気づきを書いてください。自分が気づいたこと。「あっ、これはホントに大きな気づきだった」大きな気づき。それを書いてください。

で、もうひとつ宿題を出します。

[宿題7]

質問を書いてください、ひとつ。

これまで、パート2まで話した内容で、これは、もうちょっとくわしく聴きたいなって。ちょっとこの辺がむずかしいな。具体的にどうすればいいのかなとか、何でもいいです。ただ質問をひとつ書いてください。なるべく、わかりやすく。

今回の宿題をやったら、また、さらに気づきがあると思うんで。ぜひ、やってください。それでは、さようなら。

索引

あ	そ
新しい神話で自分を囲む————— 57	相互依存————— 27
新しいトリガー————— 40	相互依存=すべてを提供する、そしてす べてを受けとる————— 32
あなたが求める新しい神話————— 63	
い	た
依存————— 23	大切な3人のひと————— 49
痛みのボタン————— 82	抱きしめる————— 76
お	ち
俺が求めていることバージョン2————— 1	ちがうレベルの女性————— 71
俺の新しい神話————— 37	て
俺のギフト、彼女のギフト————— 20	手放す————— 75
俺の人生の神話————— 35	な
俺の人生をデザインする————— 17	何かを得るためには、何かを捨てる必要 がある————— 76
俺の神話————— 34	は
俺のストーリー（神話）————— 32	母親との関係————— 67
俺のビジョンを女性とシェアする必要は ない————— 13	パラダイム————— 29
き	み
傷そのものを、俺を癒してくれるものに 変える————— 59	3つの段階————— 22
傷を癒す————— 11	よ
ギフトを贈る————— 78	幼少期の傷————— 80
し	れ
女性との関係————— 67	恋愛関係の目的————— 79
女性との神話————— 61	
女性に持っていてほしい、たったひとつ のクオリティ————— 69	
女性に求めていることバージョン2 — 4	
自立————— 27	
す	
すべては夢————— 12	
すべてをひとつにする————— 7	
せ	
絶対に避けたい女性————— 8	

索引

NEW ADVANCE MIND
新アドバンスマインド VOL.2

発行 2009 年 9 月 22 日

著者 Mr.X

発行 株式会社エンライト

URL <http://thenewadvancemind.blogspot.com/>

© 2009 ENLIGHTEN, INC. ALL RIGHTS RESERVED.

本製品に関するお問い合わせもしくは質問は、

Eメール (mrxsupport@gmail.com) で、小社までお問い合わせください。

万一、データの不備がございましたら、お手数ですが小社へご連絡ください。
送料小社負担にてお取替えいたします。

このデータ（Eブックコンテンツ）を権利者の許諾なく第三者に転売、配布、
貸与すること、その他第三者に使用を許諾することはできません。また、イン
ターネット上のネットワーク配信サイト等へ配布することを禁止します。
