

2020/5/1

関係各位

*Far East Group*

会長 大嶋 謙嗣

会報五月号 ストーリー戦略

目次

- ・ 道理
- ・ 目標
- ・ なりきる（モデリング）
- ・ 計画（イメージとストーリー）
- ・ 共に道を歩く

ルパン三世が言っていた。「人生を楽しむコツは、どれだけバカなことを考えられるかだ」と。

さて、今月は「バカな事を考え、それを実現していくプロセス」のツールとして使っている「ストーリー戦略」について紹介する。

ストーリー戦略構築の流れは、

- 一、道理を肚に入れる↓経書「論語」「易经」等を修める。主体性と創造性を手放さず↓自尊心、プライド、勇気を大切に。
- 二、目標・課題・己の欲求を明らかにする↓自己表現とフィードバックの循環（陰陽）によって物事を変化・発展させる。
- 三、立てた目標・課題を成し遂げるのに相応しい在り方になりきる↓モデリング、マスターマインドを構築する。
- 四、イメージを駆使してストーリーを描く↓実行計画を立てる。
- 五、仲間と共に、全身全霊をかけて道を歩く↓挑戦を楽しみ、結果にこだわる。

以下、もう少し言葉を付け加える。

一、道理

これは文字通り、経書（愛読書）等で、道理を修めておくこと。

二、目標

目標は「誰かを喜ばせるもの」がいい。しかしそれは、ただ「誰かの為に」という、自分を棚上げる態度とは少し違う。そもそも、万物生成化育の原理は、「陰陽相交

わって中（進歩・発展）していく」というもの。とすれば、そこには「お互いに交わる」という、一方通行ではない陰陽双方向の流れの循環が不可欠である。「自分を喜ばせる」とは言わずに、「相手を喜ばせる」と目標を立てることで、「自己を外に向かって表現する（自己表現）」陽の流れと、「相手や外部環境から自分への反応（フィードバック）」という陰の流れ、つまり「双方向の流れ」を自ら作り出すことになる。

相手を喜ばせることを目標に置いてそれを達成すれば、その相手から「ありがとう。こんなに嬉しいことはない。色々大変だったでしょう。最高の映画の主人公にしてもらったようだよ……」等のフィードバックが来る。このフィードバックを受け取って双方向の循環とすることが、自らの力を更に高めるコツでもある。次はこの経験で培った勇氣をもとに、更に大きな目標に挑戦できる。そうして進歩・成長・発展の方向性をより明確に抱くようになる。

逆に言えば、誰かの自己表現を一切無視してフィードバック（反応）を返さなければ、その人はなかなか成長しない。ちよつと想像してみてもほしい。自分が何をしようとして誰からも一切相手にされなければ、いつまで健全でいられるだろうか。いつまで笑っていられるだろうか。繰り返すが、造化は陰陽が相交わることになされていく。それが道理である。

ただ、気を付けたいこともある。それは「自分を疎かにして誰かを喜ばせる」態度である。勿論、そういう時もある。しかし、物事には終始本末がある。桜の花も根っこも、どちらも桜の木の一部であるが、花が根っこに先行するわけではない。「大学」の八条目にもあるように、終始本末とは「格物・致知・誠意・誠心・修身・齐家・治国・平天下」である。道理を学び、己を養い、家を整え、国を治め、天下を平らかにする。道理も自己も家も忘れ、天下を平らかにできるといふ道理はない。それをするのは異例なことなのだ。今は異例なことを話しているわけではない。原則を忘れて本末転倒に陥ることは避けたい。

原理原則がそうであるなら、なぜわざわざ「自分を喜ばせる」ではなく「相手を喜ばせる」目標とするのか。端的に「オレは車が欲しい」ではダメなのか。そんなことはない。「車を手に入れた実感」だって立派はフィードバックだ。

しかし、例えば欲しい車を手に入れて、彼女を隣に乗せてドライブして、彼女の嬉しそうな顔をイメージしたら、そっちの方が心がワクワクしないだろうか。もしそうなら、「新しい車を手に入れて、彼女とドライブに行って、彼女を喜ばせたい」とならないだろうか。意識の上ではいつのまにかスルーしてしまいたいことになる「彼女を喜ばせたい」という目標や課題、己の欲求を浮き彫りにさせることができるのだ。

結局のところ、喜ばせる相手とは自分自身なのである。相手は自分を投影した者で

あることが多い。相手は自分を映し出している鏡であり、そこに見ている相手とは自分自身なのである。だから、誰かを喜ばせるというのは、自分を喜ばせることと変わらない。自他の区別がなくなっていくのだ。

もちろん、人それぞれである。自分を喜ばせることが目標でも、誰かを喜ばせることが目標でも、その時その時に相応しいと思う方を自然と択んでいるだろう。いずれにしても、目標や課題、己の欲求が明確になれば、人間は心も定まるものだ。

造化には双方向の流れ（自己表現とフィードバック）、陰陽相交わることが必要である。それを顕現させて、自己の欲求を叶えていく方便として、「誰かを喜ばせる」ことを目標にという提案だね。

### 三、なりきる

立てた目標を成し遂げるのに相応しい者になりきる、それをここでは「モデリング」と呼ぶことにする。

パジャマとスーツ、どちらがシャキツとするだろうか。化粧をしてないときと、化粧をバッチリ決めた時はどうだろう。胸を張って前を向いて立っている時と、ゴロツと横になっている時では気合の入り方はどう違うだろうか。姿勢や服装や外見を変えることによって人間は変わるものである。「そうは言っても人格が根本的に変わるわけではないだろうし、結局変らないよ」という考えもあるが、もう少し話を聞いて欲しい。

「アイロン」なんて恥ずかしくてできない？それじゃ、例えば「バカ殿」になりきってくれよ。なりきるための要領はこうだ。まず、目を閉じてバカ殿をイメージする。自分の正面に生み出したバカ殿と握手をする。それから、彼の後ろに回って後ろから着ぐるみを着るようにバカ殿の中に入って行く。イメージを膨らませてほしい。自分は今、バカ殿の目を通して周囲を見渡し、バカ殿の手を通してものに触れ、バカ殿の思考を通して物事を見ているのだ。段々とバカ殿になってきた実感を味わってほしい。では、もう一度挑戦してみよう。その気になって「アイロン」。できたら。笑

バカ殿に限らず、チャップリンでもロベルト・ベニーニでもシュワちゃんでも田中角栄でもキリストでも王陽明でも：、尊敬する人をたくさん持っている人は、モデリングという手法を自然と使っていることも少なくない。

そして、尊敬する人たちの集団をイメージの中で集合させて、会議をさせたり自分をプロデュースしてもらったりすることもできる。それを、マスターマインド（二人以上の人間による知識の努力と調和。集団になった精神には、個々に存在する時よりも強大な力がある）と言ったり、私淑すると言ったりする。

モデリング：それは、自分の中に別人格を取り込むことと、私は考えている。

例えば、目標達成への計画を立てる時は「ルパン三世」になりきり、ルパンの思考を通じて計画を策定し、ルパンの目を通して計画を眺めてみる。ルパンのセリフが自

然と自分の口から出る「ルパン三世は英知の人よ。狙った獲物は絶対外さねえ。先の先まで計算立てて、盗みの美学を完成する」。すると、五右衛門もその計画を見て口添えしてくれる。「もちろん決まっておる。レッツゴーの一手あるのみ」と。次元は冷静になれとこう言う「ルパン、少しは懲りるってことをおぼえろ」。

勇気を出したいときは「バカ殿」になりきって一步を踏み出す。「アイーン」が出れば大丈夫。笑

真面目にコツコツ努力したいときは「小田和正」になりきる。「根気ならまけねえぜ」っていう彼の言葉が自然と口をついて出る。困難をポジティブに捉えなおして進みたいときはシュワちゃん。ユーモアが足りないと思ったときは「チャップリン」……。尊敬する彼らの伝記を読んだりして、彼らをより親しく感じる努力を重ねれば重ねるほど、「なりきる」ことが上手くなる。そのプロセスは「大学」の三綱領「明明徳・親民・止至善（相手をよく知り、親しみ、造化に到る）」そのもの。

今この文章はパソコンで書いているけれど、ユーザーを切り替えれば一台のパソコンは何人分のパソコンにもなる。パソコンだって多重人格を備えているのだ。人間も喜怒哀楽や様々な感情、そして様々な善悪の人格が同居しているのではないか。それを多重人格と言うのかもしれないが、それぞれを己を全うするために使い分けられる（コントロール）できるなら、それもまた一興だ。

つまり、その時その時に相応しい自分を出していく一助として「モデリング」を使ってみてはどうか、という提案だ。

#### 四、計画（イメージとストーリー）

ここでは、いよいよイメージを駆使してストーリーを描く。実行計画を構築していく段階だ。勿論、世の中というものは、確実な部分と不確実な部分が存在し、それぞれが混在している。これを「偶有性」という。従って、一から一〇〇まで全部計画を立てることはできたとしても、その通りに進むことはない。自分の中の確実な部分を磨き、不確実なものに挑むことを楽しめれば、そこから未来は開かれていく、そんな方向性を持つておくことが大切。

それでは、まず実行計画の策定に先立って、イメージの作り方（想像と連想）のウォーミングアップから。例えば、雨粒になってみよう。

①モデリングで役になりきる（龍でも人間でもナメクジでも飛行機でもレンズでも太陽でも：今は雨粒になりきる）

②五感（視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚）で、なりきった役（雨粒）を通してどのように感じるかを自分に問う。：今、雲の中の小さな水の粒として自分は存在している。小さな水滴が集まって重たくなってきた。もう雲の中に入られない……。落ちる。風を切って落下しているとき、どんな風景を見ているだろう？どんな音を聞いて、どんな風を受けて、地面に当たる瞬間はどんな感触だろう……。そういったことをイメージして、丁寧に五感からの反応を受け取り味わってみる。それが実感だ。体に問い

かけ、体からの答えを受け取る営み。そのとき、自分はどんな心情だろうか。

④五感から受け取る実感と、その時感じる心情を「SWI」を意識しながら、ストーリーで、言葉を声にして、現在形で子供に語りかけるように話してみる。聞いた相手が実感を伴って同じイメージを抱いてくれれば最高だ。それはつまり、空虚な言葉ではなく、実感を伴う力ある言葉を発したということだ。

ウォーミングアップは終わり。続いて、このようなイメージの作り方を駆使して、目標達成の下地になる妄想物語（ストーリー）の脚本を作る。

#### 【パターンA】

- ①目標（誰を喜ばせるか）や課題（変化させたいこと）を設定する。
- ②ハッピーエンドの結末から、現在までを結ぶ道筋を曲線で描き、全体を三等分（始まり↓展開↓結末）する。実際は六等分するが、それはまた慣れてきてから。
- ③曲線（道筋）の気になる部分の下に矢印をつけ、一言セリフを書きこむ（各部分2か所程度。計6か所程度）。
- ④一言セリフが出た原因となった出来事と心情（6シーン）を情景豊かにイメージして、キーワードになりそうな言葉を思うままに書き出す↓スタッフがその出来事のセットを組めるように。
- ⑤ここで、④で挙げた6シーンを繋げて、ヒーローズ・ジャーニーを下地としたハッピーエンドの物語を、こじつけでも強引でもいいから、キーワードを追加させたりしながら「始まり↓展開↓結末」の三幕構成で作り返す。

#### 【パターンB】

- ①目標や課題を明らかにしたら、一旦それを忘れる。
- ②既存の物語（桃太郎、スターウォーズ、ロッキー、美女と野獣等、好きな物語ならなんでもいい。また、その物語にオリジナルの変更を加えてもいい。そうするとちょっと楽しくなる）の展開に従って、始まり↓展開↓結末までの曲線を描き三等分する。
- ③曲線（道筋）の各部分で気になる所の下に矢印をつけ、覚えているセリフでも一言セリフでも自由に書きこむ（各部分2か所程度。計6か所程度）。
- ④セリフが出た時の出来事と心情（6シーン）を情景豊かにイメージして、キーワードになりそうな言葉を思うままに書き出す↓スタッフがその出来事のセットを組めるように。
- ⑤今まで描きこんだ全体を見渡して、始まり↓展開↓結末という三幕の物語を作り出す。

ここまでで作った物語を下敷きとして、目標達成・課題解決へ向けて、現実の実行計画を策定していく。要は、ハッピーエンドの妄想物語（既存の物語の拝借）を「始まり↓展開↓結末」の三幕構成で作る、そこからヒントや閃きや教訓を得て（キーワ

ード)、実際の行動計画を作ろうというもの。

ストーリーは、主人公の視点(主観)だったり、語り部の視点(客観)だったり、様々に視点を変えることができるから面白い。そして結末も自在に作り直すこともできる。楽しめそうだから。笑

どんどん進める。ここからは、実際に立てた目標や課題に向けた「実行項目」を、さっき作った物語に出てきたキーワードからヒントをもらって明らかにしていく。

⑥ 実行項目を明らかにしていく。

↓気になるキーワードと「目標(誰を喜ばせるか)」や「課題(変化させたいこと)」を意識しながら、実際に何をしていけばいいと思うか、どんな知識や技術を身につけていくべきかを考え、「実行項目」として書き出していく。

⑦ スケジュール落とし込む

↓実行項目を適宜調整しながら、「何を」「いつまでに」「誰が」「どのように」取り組むかを書き込んでいく。勿論「未定」項目もあっていい。

⑧ 最初の一步として何に取り組むかを決め、その一步を踏み出す(計画スタート)。必要なら、モデリングでこの実際の物語(実行計画)の主役になりきる。

⑨ その日の進捗状況を確認する。

↓一日の終わりに振り返ってみる。

・ 上手くいったことは、シェアしたりルール化したり。

・ 上手くいかなかったことは、その取り組み自体を止めるか、上手くいくまで改善策を考えて翌日以降に再挑戦。そして、実行計画の物語を適宜描き替えたりしながら、目標を掴む。

五、共に道を歩く

これが「ストーリー戦略」の概要。道理を踏まえ、誰を喜ばせるかを決め、役になりきり、イメージとストーリーを駆使して計画を立て、実践し、共に目標を掴み取るための一方法である。

「目標」とは、自分達の目指すところ、心の定まるところを言い、「目的」とは、生きる姿勢(例:楽しむ、己を全うする、自他の共栄を図る)や、生きていく方向性(例:成長、発展)をあらわすものだと思っている。

想像と連想、五感から受け取る実感、心、潜在意識…、全身全霊をかけて遠慮なく道を進もう。偶有性(確実と不確実の混在)があるのだから、道筋通りにいかないことも多い。だから、物語の結末は正直分らない。

しかし、進歩・成長・発展という姿勢や方向性(目的)を持って歩くなら、現実の物語の結末は、想像以上に素晴らしいものになる。思考は現実になり、人生は行動に報いる。そして、いつまでも変化していくことを一緒に楽しみたい。

そういえば、ルパンはこんなことも言っていた「自分で決めなきや、明日は開かれねえんだぜ」「まっかせなさい。運を…天に」。

今月も健康と健闘を。