
WHY WE MARRY
なぜ、人は結婚するのか？
読むたびに、結婚の本質が見えてくる。
NeoGenesis研究所 恋愛・結婚部門

CONTENTS 目次

各章・CASEのタイトルをタップすると、そのページに移動します。

PROLOGUE なぜ、人は結婚するのか？ 3

第1章 なぜ、結婚したいのにできないのか？ 5

CASE 1 誰かと結婚する前に、自分と結婚する？！

CASE 2 愛されなかったのではない。拒絶していたのは私だった

CASE 3 パートナーとの距離は自分との距離

第2章 なぜ、夫婦は愛し合えなくなるのか？ 21

CASE 4 夫婦の不満って、なくならないようにできている？！

CASE 5 浮気って、そんな仕組みで起きていたの？！

CASE 6 愛し合っているから、うまくいく。とは限らない

第3章 なぜ、離婚に至るのか？ 37

CASE 7 離婚は、本当の愛と感謝のスタートだった

CASE 8 離婚して初めて「なぜ結婚したのか」がわかった

CASE 9 離婚＆再婚。それでも同じことが起きる理由

第4章 なぜ、同じことを繰り返してしまうのか 53

第5章 結婚には、こんな可能性があった 58

APPENDIX NeoGenesis研究所 恋愛・結婚部門
あなた自身の「なぜ？」の、その先へ

PROLOGUE |
なぜ、人は結婚するのか？

私たちは、なぜ結婚するのでしょうか？
好きな人と一生一緒に居たいから？
年齢的に、そろそろ結婚しなきゃいけないから？

これまでの結婚は、恋愛の延長線上や、時には自分の将来の安定のためにされてきたのかもしれません。しかし、結婚には、私たちがまだ知らない「自分」と出会い、本当の愛を体験するシステムが隠されていたのです。

これからご紹介する体験者たちは、そのシステムを知り、自ら人生を変容させ、本当の愛を体験した人たちです。彼らは、特別な家庭に生まれたわけでも突出した能力を子どもの頃から持っていた人たちでもありません。

ただ、自分に起きていることの仕組みを知ったのです。

この冊子を手に取られたあなたの中にも、まだ知らない「自分」と、本当の愛があります。

その「自分」とは？
本当の愛とは何か？
彼らの人生に、何が起きたのか？

ぜひ、ご一読ください。



第１章

なぜ、結婚したいのにできないのか？

結婚したい。その願いの奥に、
何があるのだろう。

CASE 1 | 40代女性

誰かと結婚する前に、自分と結婚する？！

会社の同期が、一人、また一人と結婚していく。その姿を見送りながら、私もいつかは結婚するのだろうと思っていました。
好きな人と出会って、愛し合って、人生を一緒に歩いていく。結婚は、いつか自分にも自然に訪れるもの。そんなふうに思っていたのです。

けれど――恋愛はしても、なぜか私の恋愛は結婚につながりませんでした。30代では一人の男性との恋愛が8年間続きましたが、その恋愛が結婚につながることはなく、やがて関係も終わりました。
その後、別の男性と出会い、「人生のパートナーとして、一緒にやっていこう」と言われました。
ところが、その2日後、その未来は白紙になりました。

「なぜ、私は結婚できないのだろう？」

その答えがわからないまま、自分に起きてきたことを、これまでとはまったく違う視点から紐解く機会を得ました。

そこで見えてきたのは、「結婚したい」という思いの奥に、それまでまったく知ることのできなかった無意識があったことでした。
そこには「結婚したくない」という、顕在意識とは正反対の思いがありました。

さらに紐解いていくほどに見えてきたのは、私自身が、自分を愛せず、自分を認められず、「こんな私は幸せになってはいけない」と、自分の存在そのものを否定していたことでした。

そこからつながってきたのが、母の死でした。
病気だった母に十分に向き合えないまま突然の別れを迎えた私は、「私は、母を見捨てた」と自分を責め続けていたのです。

ずっと見たくなかった自分を知り、どうしても

許せなかった自分を初めて受け取ることができたとき、私の中にあった葛藤が終わりました。

そして、不思議なくらい自然に、こんな言葉が出てきました。

「私たち、もう出会えるね！」

そのとき、誰か特定の相手がいたわけではありません。まだ、誰と出会うのかも知りませんでした。ただ、不思議なくらい自然に、その言葉が出てきたのです。

その2日後、私は現在の夫と出会いました。
そして5か月後、私たちは結婚しました。

私はずっと、結婚とは「誰かとするもの」だと思っていました。でも、その前に起きていたのは、自分の内側での結婚でした。
自分の中にあった葛藤が終わり、分かれていたものがひとつになる。その内側での結婚が、外側のパートナーとの結婚へとつながっていく。

誰かと結婚する前に、自分と結婚する。

そして、結婚してからも、パートナーと生きる日々の中で、相手を通して、また新たな自分と出会う。
そのたびに、自分の中の葛藤が終わり、二人の間に、愛が育まれていく。

結婚とは、こんなにも愛が深まっていくことなのだと、初めて知ることができました。

CASE 2 | 30代女性

愛されなかったのではない。拒絶していたのは私だった

私は、男の人が嫌いでした。でも長い間、そのことに自分では気づいていませんでした。
それなりに彼氏もできたし、男性に好かれることもありました。ただ、恋愛だけはなぜかうまくいきませんでした。
好きになるのは既婚者だったり、好きな人と一緒にいても、「この人の中に、私の居場所はない」そんな寂しさをいつも感じていました。
気づけば 30 代後半。結婚したい。子どもも欲しい。でも、将来を一緒に歩いていける相手はいない。

なぜ、私は愛されないのだろう。

そう思っていました。
そんな私に、思いがけないところから答えが見えてきました。

ある飲み会で、一人の男性が何気なく、「最近、

女子大生とか好きなんだよね」と言いました。私は笑って聞いていました。ところが、なぜかその後もモヤモヤが消えません。なぜ、あの言葉がこんなに引っかかるのだろう。

自分の中を紐解いていくと、出てきたのは、「私はダメなんだ」という思いでした。

若い女性のようにはなれない。男性の期待に応えられない。だから、「この人にとって、私は価値がない」そう感じていたのです。

そして、その感覚を辿っていくと、父との関係につながりました。

「医者か弁護士になれ」そう言われて育った私は、父の期待に応えられなかった自分を、ずっと「私はダメな人間だ」と見ていました。

さらに紐解いていくと、それまでまったく知ることのできなかった自分の無意識が見えてきました。

私は男性から拒絶されることを恐れながら、その一方で、男性を見下し、怒り、近づけないようにしていたのです。

仕事のスキルを磨き、知識を身につけ、論理で

負けない自分になろうとしてきたのも、強くなりたかったからではありませんでした。

傷つかないために、武装していたのです。

男性を愛してしまえば、また「この私ではダメなんだ」と感じてしまう。
だから、最初から愛さない。最初から拒絶する。
そのことに気づいた瞬間、これまでの恋愛が一本につながりました。

私はずっと、「男性に愛されない」と思っていました。

でも、拒絶していたのは私でした。

そして私が本当に拒絶していたのは、男性だけではありませんでした。父の期待に応えられなかった自分。愛される価値がないと思っていた自分。
ずっと、「この私ではダメだ」と、自分自身を拒絶していたのです。
その自分との戦いが終わったとき、

「この私で良かった」

という、まったく逆の感覚が生まれました。

もう男性と戦わなくていい。見下さなくていい。見上げなくてもいい。
ようやく、重い武器を下ろすことができました。

その翌日、6 歳年下の男性から突然、「好きです」と告白されました。その後、私は別の男性と出会い、結婚を約束します。けれど、一度は結婚直前に彼が離れていきました。
以前の私なら、「やっぱり私は愛されない」で終わっていたと思います。でも今度は、彼を疑い、拒絶する自分ではなく、

彼を信じることは、自分を信じること。

そう決めました。そして紆余曲折を経て、私たちは結婚しました。

結婚してから、さらに驚いたことがありました。私は、それまでどれほど男性からの愛を受け取っていなかったのかを知ったのです。
彼は、私のために遠い道のりを何時間もかけて会いに来てくれていた。食事を作れば「美味しい、ありがとう」と言ってくれる。

川下りでボートが転覆したときには、自分も必死な中、私を守ろうとしてくれた。

それまでなら見落としていた一つひとつが、「私は大切にされていたんだ」と、初めて受け取れるようになりました。そして、父と母からも。

愛がなかったと思っていた人生を振り返ると、そこには、自分が思っていた以上の愛がありました。私はずっと「愛されない」と思って生きてきました。でも、本当に愛がなかったのでしょうか。

愛されなかったのではない。
私が、愛を拒絶していた。

男性を拒絶し、自分を拒絶し、差し出されていた愛まで受け取れなくなっていた。
結婚して初めて、そのことを知りました。

そして今、「私はずっと、愛されていたんだ」そう受け取ることができています。

CASE 3 | 30代男性

パートナーとの距離は自分との距離

私は、できれば早く結婚して、家庭を持ちたいと思っていました。
でも、仕事は比較的うまくいっていたのに、なぜか恋愛だけは思うようにいきませんでした。
好きな人と別れたときには、「自分はもう結婚できないかもしれない」とまで思いました。
それでも誰かと出会うと、今度は相手を見定める自分がいました。
もっと綺麗な人がいい。料理ができる人がいい。家柄も気になる。この人で本当にいいのだろうか。
もっと自分に合う人がいるのではないか。
結婚したいのに、いざ誰かと深く関わろうとすると、なぜか一歩を踏み出せない。

そしてもう一つ、恋愛の中でずっとやっていたことがありました。「いい人」でいることです。

嫌われたくない。自分の嫌なところを見せたら、関係が壊れてしまうかもしれない。
だから、弱い自分も、怒っている自分も、格好悪い自分も見せない。相手との距離が近くなるほど、私は「本当の自分」を隠していました。

そんな私が、ある女性と出会いました。
最初から、思い描いていた理想の条件に当てはまる人だったわけではありません。それなのに、不思議と彼女には、自分のマイナスも見せることができました。
格好をつけなくていい。「いい人」でいなくてもいい。こんな自分を出しても、大丈夫かもしれない。
それまでの恋愛にはなかった感覚でした。

そして出会って半年ほどで、私たちは結婚しました。これでようやく、ずっと望んでいた結婚生活が始まる。そう思っていました。

ところが、結婚してからが本番でした。

一緒に暮らし始めると、それまで隠していたものが次々と出てきたのです。

妻が怒る。私は怖くなる。何とか機嫌を直してもらおうとする。「良かれと思って」いろいろなことをするのに、なぜか余計に怒らせてしまう。
私は正しいはずなのに、どうして伝わらないんだろう。家族なのに、なぜこんなに距離を感じるのだろう。
結婚したら近づけると思っていたのに、むしろ、それまで見えなかった距離を突きつけられているようでした。

なぜ、こんなことが起きるのだろう。
自分に起きていることを紐解いていく中で、それまでまったく知ることのできなかった無意識が見えてきました。

私は「結婚したい」と思っていました。
でもその一方で、「人と深く関わりたくない」という自分もいたのです。

なぜなら、人と深く関われば、自分がずっと隠してきたものが出てしまうから。

寂しい自分。弱い自分。怒っている自分。誰かにわかってほしい自分。愛してほしい自分。
そんな自分を、私はずっと認めたくありませんでした。だから、人との間に距離をつくっていた。

本当に距離を置いていた相手は、妻ではなく、自分自身だったのです。

そのことが見えた時、これまでの恋愛も、結婚してから起きていたことも、まったく違って見えました。

私は、相手に受け入れてもらえないことを恐れていた。でもその前に、私自身が、自分を受け入れていなかった。だから「いい人」を演じ、条件で相手を見て、深く関わることから逃げていたのです。

結婚してからも、妻の怒りをなんとかしようとしていました。

けれど妻を変えようとするのではなく、自分の中から出てくる思いを知っていく。
それを続けていくと、少しずつ、妻から差し出されていたものも受け取れるようになりました。

自分では家族のために頑張っているつもりだった。
でも、本当は私の方が、見てほしかった。
わかってほしかった。愛してほしかった。
そんな自分を認めたとき、もう、強い自分でいなくてもいい。正しい自分でいなくてもいい。
そう思えた瞬間、ふっと力が抜けていきました。

ずっと避け続けてきた自分を認められるようになり、妻との関係も、日常も変わっていきました。
以前は、ケンカをするたびに、いつか妻がいなくなってしまうのではないかと不安でした。
ところが今は、移住して始めた家庭菜園に、妻も一緒に関わってくれています。
最初は私一人の楽しみだったのに、自分の好きなことを、パートナーと分かち合える。それが、こんなにも嬉しいことなのかと知りました。

何が起きても、このパートナーと家族と一緒にやっていける。乗り越えられる。楽しんでいける。そんな安心感があります。

パートナーとの距離は、
自分との距離だった。

結婚によって私が出会ったのは、妻だけではありません。それまで自分でも知らなかった、私自身でした。



第２章

なぜ、夫婦は
愛し合えなくなるのか？

愛して結婚したはずなのに。
近くにいるからこそ、
なぜ苦しくなるのだろう。

CASE 4 | 50代女性

夫婦の不満って、なくならないようにできている？！

「こう言ってくれたら納得できるのに」
「あと少しで、きっと満足できそう」
私はいつも、そんなふうに感じていました。
そして、いつか心から「満足している」「幸せ」と言える日が訪れると思っていました。

私は、両親と姉の4人家族で育ちました。
両親はスーパーを経営していて、家にはいつも誰かが出入りする慌ただしい毎日。「忙しくしていること」が、私にとって普通の生き方でした。

姉は美人で優秀。母にとって誇りのような存在でした。そんな姉を見ながら、私は両親の仕事や家の手伝いをすることで、「役に立つ自分」に価値を見いだしていました。大人になっても、その生き方は変わりませんでした。
でも、心のどこかに、ぽっかりと穴が空いている

ような感覚が消えず、その穴を埋めるように、結婚してからも毎日予定を詰め込みました。

習い事をする。出かける。小さな目標を立てて達成する。欲しかったものを手に入れたり、有名なレストランへ行ったり、流行のバッグを買ったり。その瞬間は嬉しい。でも、しばらくすると、また何かが足りなくなる。

「次こそ満たされるはず」
そう信じて走り続け、40歳のときには薬学部への入学を決意しました。子どもほど年の離れた学生たちと机を並べ、勉強に励みました。けれど、どれだけ努力を重ねても、心の穴は埋まりません。それどころか空虚感はますます大きくなり、その先に待っていたのは離婚でした。

その後、再婚してからも、心の中の「満たされない」は変わりませんでした。
「感謝しなければ」
頭ではそう思うのに、心は満たされない。

なぜ、私は
こんなにも満足できないんだろう？

その答えがわからないまま、自分に起きてきたことを、それまでとはまったく違う視点から紐解いていきました。
そこで初めて、自分では知ることのできなかった「無意識」が見えてきたのです。

私はずっと、満足したい、幸せになりたいと思っていました。ところが、その奥にあったのは、どれだけ頑張っても、まだ何かが足りないという感覚でした。

美人で優秀な姉を見ながら、私は「役に立つこと」で自分の価値を感じようとしてきました。
その頃から、ありのままの自分では十分だと思えない感覚が、私の中にあったのです。
だから、その不足を埋めるために頑張る。
頑張って何かを手に入れる。
一瞬満たされる。
でも、また「足りない」が出てくる。

不足感を埋めようと頑張れば頑張るほど、さらに不足や不満を感じてしまう。
幸せを追い求めるほど、幸せが遠ざかる。
そして、それはパートナーとの関係でも同じでした。

私は、夫が変われば満足できると思っていました。
けれど、私の中に「まだ足りない」という思いがある限り、何が変わっても、次の不満を見つけていたのです。

「もっとこうしてほしい」
「ここが変わってくれたら」

夫婦の不満がなくならなかったのは、
「足りない」という無意識から、
パートナーを見ていたからだったのです。

不満の原因を相手に探している限り、また次の「足りない」がみつかる。

初めてこの仕組みを理解できた時、私の人生は大きく動き始めました。

「感謝しなければ」と思っていた私が、
「ありがとう」をパートナーに心から伝えられるようになりました。
すると、夫婦関係が変わる。
人間関係が変わる。
仕事も、経済も、自然と整い始めました。
それも、考えられないほど豊かに。

今は、自分らしく毎日を楽しみながら、その時々にやるべきことを丁寧に積み重ねていくだけで、自然とすべてが調和していくことを実感しています。

「満たされている」という感覚は、
「愛されている」という実感につながっていく。
毎日は幸せの連続であり、その幸せがまた、まだ見ぬ幸せへとつながっていく。

私は今、そのことを心から確信しています。

CASE 5 | 50代女性

浮気って、そんな仕組みで起きていたの？！

夫とは、5年間の交際を経て結婚しました。いつも私を受け入れ、私のことを一番に考えてくれる人。「この人となら、きっと幸せになれる」そう思っていました。

私は子どもの頃から、いつも兄が優先されているように感じていました。「私は後回しにされる」「いつも我慢するのは私」そんな思いを抱えて育った私にとって、自分を一番にしてくれる夫は、ずっと求めていた人だったのだと思います。

結婚すれば、私は一番にしてもらえる。
私を幸せにしてくれる。

ところが結婚生活が始まると、少しずつ違って見えてきました。

夫が仕事を優先する。両親を優先する。友人を優先する。そのたびに、「また私は後回し」という思いが湧いてきました。

子どもが生まれても、その思いはなくなりませんでした。どうしたら夫婦関係がうまくいくのか。心理学やスピリチュアルなことも学び、関係を良くしようと一生懸命取り組みました。
でも、頑張れば頑張るほど、夫婦の距離は開いていきました。やがて夫の転勤を機に、私は大好きだった仕事を辞めました。

義父母のこと、反抗期の息子のこと。家族のためにできることを懸命にやりました。けれど、息子は高校を中退して家を出ていき、夫の仕事もうまくいかなくなっていきました。

そして、夫の浮気がわかりました。
夫は私を避けるようになり、私は離婚も考えました。十数年に及ぶ家庭内別居が始まったのです。

「私はこんなに家族のためにやってきたのに、どうして一番に大切にしてもらえないの？」

そんなとき、私はこれまでとはまったく違う視点

から、自分に起きていることを紐解くシステムに出会いました。
そこで初めて見えてきたのが、自分では知ることのできなかった「無意識」でした。

私はずっと、「私を一番にしてほしい」と思っていました。でも、その思いの出発点には、「私は一番ではない」「私は後回しにされる」という、自分でも気づいていなかった思いがあったのです。

そして、さらに驚いたのは、「私は後回しにされる」と感じていた私自身が、いつも家族や周りの人を優先し、自分のことを一番後回しにしていたことでした。

誰よりも私を後回しにしていたのは、
私自身だった。

そのことに初めて気づきました。

すると、夫はやがて家庭に戻り、息子との関係も修復され、夫の仕事も再び動き始めました。

そして、夫の内面を知っていく中で、さらに思いもよらないことが見えてきました。夫の中にも、「自分は一番にされない」「自分は後回しにされる」という、私と同じ痛みがあったのです。

私はずっと、浮気をした夫と、浮気をされた私。傷つけた夫と、傷つけられた私。そう見ていました。でも、二人の内側を紐解いてみると、私も夫も、形は違っていても、「自分は一番にされない」という同じ思いを持っていました。

同じ思いを持った二人が、
浮気をした側と浮気をされた側という
全く反対の立場になっていたのです。

私にはそれが衝撃でした。どちらが悪いのかだけを見ていた時には、決して見えなかったことでした。

「浮気をした人」と「浮気をされた人」。
「傷つけた人」と「傷つけられた人」。
その二つに分けて見ていた世界を超えたとき、

初めて二人の間で本当は何が起きていたのかが見えてきたのです。

そして家族が再生した今、離婚寸前だった私たちは出会った時以上の幸せを感じています。

結婚とは相手に幸せにしてもらうことではなく、自分の中にあるものに気づき、二人で新しい世界を作っていくことなのだと確信しています。

CASE 6 | 40代男性

愛し合っているから、うまくいく。とは限らない

「こんなにも愛しているのに…」
「こんなにも君のために努力しているのに…」
なぜ、上手くいかなくなってしまったのだろう。

僕は、幼い頃から両親に厳しく育てられました。そして、何をするにも、勉強も運動もできる優秀な兄と比較される毎日。いつしか僕の中には、両親にほめてもらえるように頑張らなきゃ、そうすればいつか兄よりも僕を見てもらえる、そんな思いが芽生えていきました。
だから僕は、資格をとって税理士になり、ひたすら頑張り続けました。
そして可愛くて素敵な妻と出会い、結婚。
「この人と二人で、幸せな家庭を築いていくんだ」そう信じていました。
守る人ができたことで、もっと仕事を頑張ろう、頑張らなければ、そう思っていた矢先でした。

妻が鬱になったのです。

僕が仕事から戻ると家の中は真っ暗で、妻はキッチンにひとり座り込んでいる。
そんな日が続きました。
「何とかして妻を救いたい」
その一心で妻を気遣い、自分にできることは何でもしてきました。でも、どれだけ手を尽くしても、妻の状態は良くなるどころか、日に日に悪くなっていったのです。

「どうしてなんだ。
こんなに頑張っているのに…」

次第に、妻を見ることさえ辛くなっていきました。
僕はその苦しさから目を背けるように、仕事へと逃げ込み、没頭していきました。

「もっと頑張れば、きっとこの状況も良くなる」
そう信じて、また頑張る。
しかし、頑張れば頑張るほど僕は疲弊し、不思議なことに妻の症状もさらに悪化していくのです。

愛している。妻のために頑張っている。
なのに、なぜか何も上手くいかない。

もがき続ける中で、僕は全く新しい視点から人生を見つめることを教えてもらいました。
そしてそこで知ったのは、思いもよらない事実でした。
本当に向き合うべき相手は、妻ではなかった。
僕自身だったのです。
衝撃でした。

外から見れば、苦しんでいるのは妻でした。
でも本当は、幼い頃から抱えていた、「ほめてもらいたい」「僕を見てほしい」その思いを満たすために必死に働き、自分の本当の気持ちを押し殺して生きていた自分がいたのです。

周りから見れば、元気に税理士として働き、何も問題ないように見える僕の内面は、「もっと頑張らなければ」と、自分を追い立て続けていました。
そして知ったのです。

ずっと助けを求めていたのは、
紛れもなく、僕だった！！

その後、妻の状態にも大きな変化が現れました。
そして、パートナーとの関係性が大きく変わったことで、僕たちの人生に驚くような変化が起こり始めたのです。

「こうだったらいいね」
と二人で語り合った未来が、一つひとつ現実になり始めました。
その変化は夫婦の関係だけにとどまらず、仕事や経済、人間関係にまで広がっていきました。
僕自身も、それまで自分を抑えながら働いていた職場から一転、ヘッドハンティングを経て、税理士法人の代表を引き継ぐことになりました。
僕自身の人生だけではなく、僕たち夫婦を取り巻く世界そのものが、大きく変わっていったのです。

僕はずっと鬱の妻を救おうとしていました。でも、本当に救いたかったのは、妻ではなかった。

「頑張らなければ愛されない」と、ずっと自分を追い立て続けてきた、僕だったのです。

そして今、僕は実感しています。
パートナーは、自分自身を深く知るきっかけを与えてくれる存在。そして同時に、人生を共に創造していく、かけがえのない存在なのだと。

愛しているからこそ、相手を何とかしてあげたくなる。でも、

愛し合っているからといって、
うまくいくとは限らない。

本当に大切なのは、相手を変えることではなく、自分を知ること。

今、僕たちは二人で未来を語り合いながら、「こうだったらいいね」を現実にし、新しい人生を歩んでいます。



第３章

なぜ、離婚に至るのか？

別れたあとに、初めて見えてくる
結婚の意味。

CASE 7 | 40代男性

離婚は、本当の愛と感謝のスタートだった

私は、女性を愛せると思っていました。
だから、結婚することにも何の不安もありませんでした。ところが結婚すると、その自分像はすぐに崩壊していきました。妻との間にはどんどん溝ができていき、何を考えているのか、どうしたらいいのかわからない。何とか理想の夫婦になろうとするのですが、思いとは裏腹に、二人の心はどんどん冷え切っていきました。

一生懸命愛しているのに、なぜ？
こんなはずじゃなかった。

自信満々だった自分は、見る影もなくなっていきました。そしてある日、突然、彼女は家を出ていきました。

あまりのショックに、それまでどんな困難でも自

分の力で乗り越えてきた私が、立ち上がれないほど落ち込んでいきました。
人生で、こんなに苦しんだことはない。そう思うほど、生きる力を失うところまで追い詰められていました。

そんな中で、私は結婚の本質を知ることになります。そこで初めて、自分に起きてきたことを、これまでとはまったく違う視点から見つめるようになりました。

私はずっと、「妻が愛してくれない」「妻は冷たい」と思っていました。
でも、見えてきたのは、夫婦のために一生懸命やっているつもりで、実は自分の理想にこだわり、彼女が何を感じ、何を思っているのかを見ようとしていなかった自分でした。

私は「妻が冷たい」と思っていました。
でも実際には、彼女を愛そうとしながら、自分の理想にこだわり、彼女自身を見ていなかった。

自分のことしか考えていなかったのは、
私の方だったのです。

「この人だけは愛する」
そう強く決めて結婚したはずなのに、その一番愛したかった人を、私は責め、苦しめていました。
なぜ、愛したいのに責めてしまうのか？
その「なぜ？」を紐解いていくと、私自身の親子関係につながっていきました。

私は幼い頃、厳しい教育を受けて育ちました。
できない自分を認めることができず、「認めてほしい」「わかってほしい」という思いを抱えながら、結果を出すことで自分の価値を証明しようとしてきました。
そして気づきました。

自分が親との間で苦しんできたことを、
今度は自分が、
愛する妻との間で繰り返していたのです。

さらに、彼女もまた厳しい親のもとで育ち、テストで99点を取っても、「まだまだできていない」

と否定され続けてきたことを知りました。

私はずっと彼女に「なぜ、わかってくれない？」「なぜ、受け入れてくれない？」と不満を持っていました。でも、彼女もまた、わかってほしい、受け入れて欲しいという思いを抱えてきた人だった。
私は自分の苦しみばかりを見て、彼女の中にも同じような苦しみがあったことを、何もわかっていなかったのです。

私はそれまで、「離婚は悪いことだ」「結婚に失敗したんだ」と自分を責め、自信を失っていました。
でも、彼女との離婚があったからこそ、自分では知ることのできなかった自分を知ることができた。
そう気づいた時、離婚という出来事の意味そのものが変わりました。

離婚は、悪でも失敗でもなかった。
そして私は、自分がずっと信じてきた、「自分は

女性を愛せる」という自分像の意味も、初めて知りました。

それは、「愛せない自分」を
隠すために作っていた自分像だった。

私はそれまで、愛することとは、自分が思い描く愛し方で相手を愛することだと思っていました。

でも彼女を責めるのではなく、彼女が抱えてきた苦しみまで知ったとき、
「本当に彼女と結婚できてよかった」
「彼女には幸せになってほしい」
心からそう思える自分がいました。

離婚は、愛の終わりではありませんでした。
私にとっての離婚は、本当の愛と感謝のスタートだったのです。

CASE 8 | 50代女性

離婚して初めて「なぜ結婚したのか」がわかった

結婚すれば、私は幸せになれる。
そう思っていました。

私が育った家庭では、父はギャンブルやお酒に依存し、母はそんな父を支え続ける中で、自分自身を失っているように見えました。
私は、その家から早く出たかった。
結婚すれば、そこから抜け出せる。
自分の家庭を持てば、今度こそ幸せになれる。
そんな思いもあって結婚しました。

ところが、結婚生活は思い描いていたものとはまったく違いました。
夫の暴力や借金。そして、最愛の息子との死別。
離婚裁判は泥沼になり、経済的にも困窮し、いつ終わるのかわからない苦しみの中で、生きる意味さえわからなくなっていきました。

結婚に求めていた夢は、すべて打ち砕かれました。

「なぜ、私は夫や子どもに振り回され、幸せになれないの？」

その答えがわからないまま、苦しみ続けていました。そんなとき、自分に起きてきたことを、これまでとはまったく違う視点から紐解くシステムに出会いました。そこで初めて見えてきたのが、自分では気づいていなかった「無意識」の思いでした。

私はずっと、ギャンブルやお酒に依存する父を嫌い、そんな父から離れられない母のことも否定していました。
自分が不幸になったのは、家庭環境や周りの人たちのせいだと思っていたのです。

ところが、父と母との関係を紐解いていく中で、思いがけないことが見えてきました。
私の中には、「私は愛されていない」という思いがありました。

そして、もう一つ。

「お利口さんにしていないと、
私の居場所はなくなる」

という思いがあったのです。
2歳下の病弱な弟が生まれたとき、両親は弟の世話にかかりきりになりました。
誰かにそう言われたわけでもないのに、幼い私は「もう私のことは見てくれない」と感じていました。居場所を失いたくない。だから、自分の気持ちを抑えて、いい子でいようと頑張っていたのです。そして、その生き方を大人になっても続けていたことに気づきました。

さらに、元夫との関係を紐解いていくと、思いがけないことが見えてきました。
元夫は、母親の怒りを恐れ、認めてもらうために自分の気持ちを抑えて生きていました。
でも、それは私も同じでした。
「お利口さんにしていないと居場所がなくなる」と、自分の気持ちを抑え、頑張り続けていたのです。

あれほど自分とは違うと思っていた
元夫の中に、私自身の姿があった。

そのことに気づいたとき、元夫を責め、憎んでいた想いが消えていきました。
そして、「なぜ、私はこの人と結婚したのか？」という問いにも、答えが見えてきたのです。
私は、この人との結婚を通して、自分を否定して生きていたことに気づき、初めて本当の自分として生きられるようになったのです。

そうわかったとき、元夫への感謝が湧いてきました。そして、憎しみ合っていた元夫から、謝罪と和解の申し出があったのです。

その後私は、52歳で再婚しました。
パートナーや自分に起きることを通して、自分自身を知っていく。
その実践を続ける中で、私の内側だけではなく、現実にも次々と変化が起きていきました。
経済的に困窮していた状態から、仕事も経済も大きく変化しました。

その変化は、私一人にとどまりませんでした。
仕事では、勤務していた子育て支援センターが、大手子育て用品会社の調査で「子育て満足度全国1位」に。家庭では、子どもたちがそれぞれに持っていた力を発揮し始めました。

そして今、私は「幸せです」と断言できます。
かつて私は、結婚すれば幸せになれると思っていました。でも、結婚と離婚を通して、自分でも知らなかった自分に出会いました。

パートナーを通して自分を知り、二人で幸せを創り続けていける。そんな結婚の面白さを、今、私は日々味わっています。

CASE 9 | 50代女性

離婚＆再婚。
それでも同じことが起きる理由

もう二度と、同じ思いはしたくない。

最初の結婚では、仕事と家庭の両立が難しくなる中で、夫婦の会話は減り、少しずつすれ違うようになっていきました。
何とか関係を立て直そうとしましたが、夫の多額の借金やギャンブル、浮気が重なり、娘が2歳のときに離婚しました。その経験から、男性に対する不信感も持つようになりました。

それから7年後、現在の夫と出会い、再婚。
お互いに子どもがいましたが、子どもたちは自然に家族になっていきました。

「今度こそ、幸せになれる」

そう思っていました。
ところが、結婚生活を重ねる中で、思いもしなか

ったことが起きました。
今の夫は、前の夫とは性格も価値観もまったく違います。それなのに、夫婦でぶつかる内容は、前の夫のときとまったく同じだったのです。

相手は違う。
性格も違う。

それなのに、なぜ同じことが起きるのだろう。

さらに、驚くことが起きました。
娘もまた、二人目の子どもが2歳のときに離婚し、数年後に再婚。
その人生の流れが、まるで自分の人生をスライドして見ているように感じられました。

「なぜ、同じことが繰り返されるの？」

その問いが、自分の人生を見つめ直すきっかけになりました。
自分に起きてきたことを、これまでとはまったく違う視点から紐解いていく中で、初めて見えてきたことがありました。

私はずっと、問題は相手にあると思っていました。
でも、相手が変わっても同じことが起きている。
自分自身を紐解いていくと、私の中に、子どもの頃から、「私は愛されていない」「私は信じてもらえない」という思いがあったことが見えてきました。

母は厳しい人でした。
あるとき、両親が私と妹を比べて話しているのを偶然聞いたことがありました。そのとき幼かった私は、「私は愛されていない」と受け取ってしまったのです。

それが事実だったのかどうかはわかりません。
けれど、その思いは自分でも気づかないまま私の中に残り、大人になり、結婚してからも持ち続けていました。
そして、パートナーとの関係を紐解いていく中で、さらに大きなことに気づきました。
私は、相手に愛してほしい、わかってほしいと思っていました。でも、

「私自身が、自分に愛を与えていなかった」

「私はずっと、自分で自分を否定し続けていた」
そのことに初めて気づいたのです。
相手を変えようとしていたときには、まったく見えていなかった自分でした。そのことを、パートナーとの関係が教えてくれました。
そこから、自分への感謝と愛が少しずつ戻り始めました。

今の夫との関係は、穏やかにお互いを受け入れられる関係へと変わっていきました。
職場も、楽しく働ける環境へ。
長い間緊張のあった母との関係も修復されました。
そして、50年以上心を閉ざしていたように感じていた妹とも、今では何でも話せる大切な存在として付き合えるようになりました。

私は以前、結婚とは幸せになるためのものだと思っていました。
最初の結婚が終わり、違う人と再婚しました。
性格も価値観もまったく違う人でした。

それなのに、夫婦でぶつかる内容は同じだった。
その理由を紐解いて初めてわかったのは、

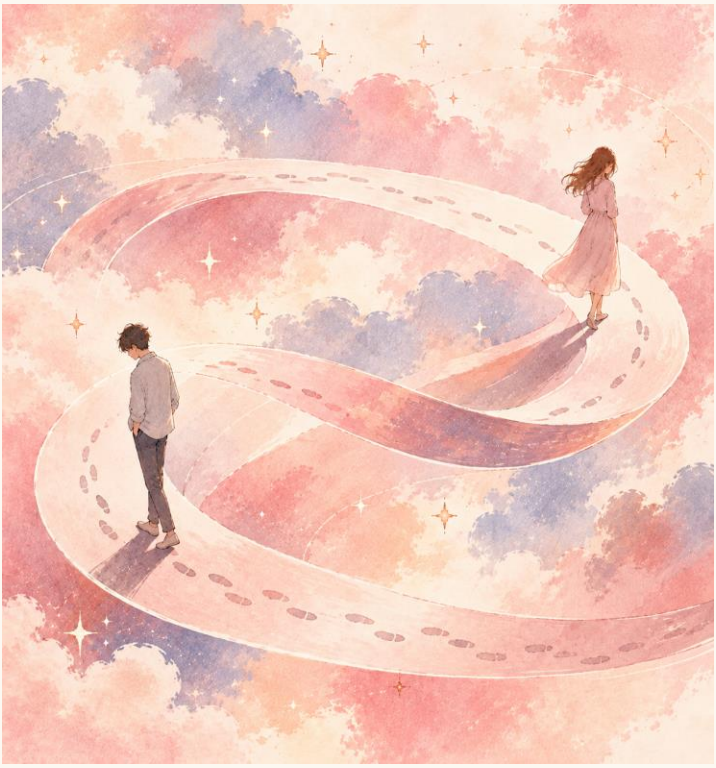
相手が変わっても、
私の中にあったものは変わっていなかった

ということでした。
だから、相手が変わっても、同じことが繰り返されていたのです。

「私は愛されていない」
「私は信じてもらえない」

その思いを持ったまま、私はパートナーとの関係を生きていました。でも、その繰り返しがあったからこそ、私は自分でも知らなかった自分を知ることができました。

そして今、私にとってパートナーとは、自分自身を知るための、かけがえのない存在。
そして、感謝と愛の歓びを与えてくれる存在だった。そう実感しています。



第４章

なぜ、同じことを
繰り返してしまうのか？

結婚には、絶対にうまくいかない仕組みがある。

ここまでご紹介した9つのCASE。誰も、苦しい人生を望んでいたわけではありません。

幸せになりたかった。
愛したかった。
大切な人と、いい関係を築きたかった。
それなのに、なぜ、望んでいることとは反対の現実が起きてしまうのでしょうか。

9つの人生を紐解いていくと、ある共通点が見えてきました。
「私を一番にしてほしい」と願いながら、自分を一番後回しにしていた女性。
「愛してほしい」と求めながら、自分に愛を向けていなかった女性。

本人たちは、相手に求めているものが、自分に必要なものだとは思ってもいませんでした。
なぜなら、本人には、相手が自分を満たしてくれないことが問題に見えていたからです。

相手に求めていたものは、実は自分に必要なものだった。

では、なぜ私たちは、自分のことなのに、自分では見ることができないのでしょうか。
その「なぜ?」を紐解く鍵となったのが、
MIROSSシステムです。

MIROSSシステムは、自分でも気づいていなかった意識と、現実に起きていることのつながりを明らかにする仕組みです。

私たちは普段、パートナーとの間に問題が起きると、相手の性格や価値観、相性の違いに原因を求めがちです。けれど、9つのCASEを紐解くうちに、相手との問題だと思っていたことが、自分の内側で起きていたこととつながっているとわかってきました。

ここに、MIROSSシステムの根幹である、内側の男と女という捉え方があります。

私たちは普段、「男と女」というと、外側にいる男性と女性を思い浮かべます。
しかし、一人ひとりの内側にも、男と女が存在している。そして、その内側の男と女が分かれ、対立しているとき、外側のパートナーとの間にも、その対立が現れていた。

相手との間に起きていたことは、自分の内側で起きていたことと、切り離されたものではなかったのです。だからこそ、相手を変えるだけでは、同じ問題が繰り返されてしまうことがある。

では、その仕組みが見えたら、何が起きるのでしょうか。それまで相手の問題として見ていたことを、自分のこととして知る。そして、自分の内側で分かれ、対立していた男と女が一つになっていく。すると、外側のパートナーとの関係にも、それまでとは違う変化が生まれ始めます。

9つのCASEで起きていたのは、そんな体験でした。

なぜ、その現実が起きていたのか。
その仕組みを知ることから、これまでとは違う人生が始まっていきます。

そして、9つのCASEには、夫婦関係の変化だけでは語り尽くせない、その先の人生がありました。

結婚には、まだどんな可能性があるのでしょうか。



第５章

結婚には
こんな可能性があった

なぜ、人は結婚するのか？
好きな人と一緒にいたい。
愛する人と家庭を築きたい。
幸せになりたい。
結婚に抱く願いは、人それぞれです。

けれど、9つの人生を紐解いていく中で、私たちは、結婚にはそれだけでは語り尽くせない可能性があることを知りました。

結婚前は、愛されたいのに愛を受け取れず苦しんでいた女性。今では夫との信頼が深まり、互いの仕事も発展。それでも彼女は、「特別なことがなくても、毎日がおだやかに幸せ」と語っています。
十数年の家庭内別居を経て、出会った頃以上の幸せを感じている夫婦。
二人で語り合っていた未来が一つひとつ現実になり、仕事でも税理士法人の代表を引き継いだ男性。
離婚を経験し、52歳で再婚。仕事も経済も、家族との関係も大きく変わった女性。

そして、離婚という選択を通して、それまで気づかなかった愛を知った人もいました。
結婚を続けることも、別れることも、それ自体が答えではなかった。

9つのCASEで変わっていったのは、夫婦関係だけでなく、人生そのものだったのです。

パートナーとの間に起きる出来事から、自分でも知らなかった自分を知る。
内側で分かれ、対立していた男と女が一つになっていく。
その変化は、二人の関係にとどまらず、家族とのつながりや仕事、生き方にまで広がっていきました。

なぜ、人は結婚するのか？

9つのCASEを通して見えてきたのは、結婚の成功や失敗だけでは語れない、男と女の出会いの意味でした。

パートナーは、ただ一緒に幸せになるためだけの相手ではない。
自分でも知らなかった自分と出会い、まだ経験したことのない人生を創造していく相手でもあったのです。

だとしたら、あなたがこれまで経験してきた恋愛も、結婚も、別れも、そこにはまだ知らない人生への扉があるのかもしれません。

あなたの恋愛や結婚には、まだどんな可能性が眠っているのでしょうか。

NeoGenesis研究所

恋愛・結婚部門

なぜ、人は結婚するのか。
なぜ、愛し合っているのに、すれ違うのか。
なぜ、相手が変わっても、同じことが起きるのか。

私たちは、恋愛や結婚を通して人間に起きるさまざまな現象と、その背景にある仕組みを研究しています。

研究材料となるのは、一人ひとりの人生そのもの。

出会い、恋愛、結婚、すれ違い、別れ。
そこに起きる出来事を紐解いていくと、相手との関係だけでなく、自分の内側にある「男と女」の仕組みが見えてきます。

私たちが探究しているのは、恋愛や結婚の問題を解決することだけではありません。

男と女という関係を通して、人間にはどんな可能性があるのか。その未知の可能性を、人生に起きる現象から研究しています。

NeoGenesis研究所 公式サイト

あなた自身の「なぜ？」の、その先へ

9つの人生を通して見えてきた、恋愛や結婚のさまざまな「なぜ？」。
今度は、あなた自身の人生を探究してみませんか？

オンラインセミナー

なぜ、同じような恋愛を繰り返すのか。なぜ、一番近い相手とうまくいかなくなるのか。あなたの恋愛や結婚に起きてきた「なぜ？」を入り口に、自分でも知らなかった自分を発見していくオンラインセミナーです。

詳細・お申込みはこちら

ミロスアカデミー 各種プログラム

MIROSSシステムを通して、自分の内側で起きていることをより深く紐解き、日々の暮らしの中で実践していく。恋愛や結婚だけでなく、仕事、家族、人間関係。これまでの延長ではない人生を、実際に生きていくための各種プログラムです。

詳細はこちら



NeoGenesis研究所 恋愛・結婚部門

本書に関する著作権はNeoGenesis研究所に帰属するものとします。
本書の全部あるいは一部を無断で複写、複製することは著作権法上での例外を除き禁じられています。