

## 高塚ノート 2007年

### ★1月 2007年

1月1日、2日、7日 2007年、1月3日 2008年

#### ●ヒーリング

地域全体に気を入れてみる。

7人のブレスレットに気を入れてみる。(1 3F 1K 1F 1T)

指定された時間、その前と、その後にも入れてみる。

#### ●自他～存在

猫好きの人がよくいうことは

「猫は犬のように飼い主にこびないで自由奔放にふるまうから猫の方が好きだ」  
という。もっともらしい話であるが、自由奔放にふるまうから猫が好きになったのではない。もともと猫が好きであったから猫が好きなのだ。

人間は理由によって好きになることはできない。

わたしはあなたが好きである。これが最初に来る。

理由はあとからくる。

理由はつけないことだ。

ただ、やっかいなことに、

わたしはあなたが嫌いである。

これもある。

これも理由はあとからくる。昔、職場の上司が

「ブスが茶碗を割ると腹が立つが、美人が茶碗を割っても腹は立たない」  
といったが、全くその通りで、同じことをされても好きな人がするのと嫌いな人がするのでは、その評価は天地の差がある。茶碗を割ったから腹が立つのでなく、あなたがすることは腹が立つのであり、あなたがすることはすべてゆるすのである。

このあなたはわたしの好悪によって決まる。  
だから、わたしが変わればあなたも変わるのである。

(1月9日 2007年掲示板) (草稿要転記)

1月2日、3日、4日、5日、6日、7日、9日、10日、13日、15日、27日、4月21日 2007年、1月3日 2008年、7月6日、7日、8日、10日、11日、14日 2009年、5月13日 2011年

#### ●瞑想～初詣

神社の中にいる神様だけでなく、あなたの一番近くにいる神様に会いに行かれたらいかがでしょうか。

この神様はお賽銭は要求しない。ご縁があるようにと5円しかお賽銭に使わなくとも罰を与えたりはしない。また、1万円をお賽銭として使ったとしてもご利益があるとは限らない。この神様はお金では動かないが、頼みには聞いてくれる。ただし、頼み方の方法はあるようである。

(1月7日 2007年掲示板) (草稿要転記)

#### ■神社～沈黙

この神様はどこにいるのであろうか。

沈黙にいる。

こころの中のおしゃべりの場所には現れない。

だから、過去と未来のおしゃべりを消して、今のすべてを見ることである。今のすべてを感じることである。そして、不可思議さ、喜びに浸り、新たな一歩に気づくことである。

難しい話ではない。手と心を止めて、まわりとまわりの中の一人の自分を見ってみることである。感じてみることである。

そして、一歩を踏み出すだけである。

(7月7日 2009年掲示板) (加筆済み)

#### ■小さな私と大きなわたし・成長

小さな自分のためにではなく、大きな自分のために頼むと実現する。

なぜなら、この現実世界は小さな自分の小さな欲望を満足させるためにあるのではなく、大きな自分の大きな願望をかなえるために——すなわち、成長するために——創られた世界だからである。

大きなわたしが成長し、世界が成長するための祈りはどのような祈りも実現する。  
なぜなら、成長が人であり、成長のプロセスが神だからである。  
わたしが成長し、世界が成長すれば、——それはすなわち神だから——、必然的にその祈り、その言葉、その行いは実を結ぶのである。

では、あなたの大きな自分とは何なのであろうか。  
あなたの大きな自分の願いとは何なのであろうか。  
(7月10日 2009年掲示板)

▲一体・内なるキリスト・ヨガナンダ

> ——それはすなわち神だから——

だから、  
歩く時には、わたしの足を通じて神が歩いているように歩く。  
話す時には、わたしの舌を通じて神が話しているように話す。  
思う時には、わたしの心を通じて神が思っているように思う。

これはわたしを神に明け渡すことではない。  
わたしの内にある神仏を使うということである。  
(7月11日 2009年掲示板)

■祈り

「神との対話」では

祈りとは、( ) のコントロールであるという。

何のコントロールであろうか。  
(7月12日 2009年掲示板)

▲祈り

答えは思考である。  
神社で思考のコントロールをしている人は見たことないが、「神との対話」の神はそのように言っている。

「(死後の世界では) 意図して思考を集中すれば、それが現実になるんですね。」

「そのとおり。唯一の違いは、結果を経験する速度だ。物質的な生命の世界では、思考と経験のあいだにずれがあるだろう。霊（いのち）の領域では、そのずれがない。結果は即座に現れる。

そこで、この世を去ったばかりの魂は、**注意深く思考を監視することを学ぶ。考えたとたんに、実現するからね。**『学ぶ』という言葉を使ったが、これはまあ、言葉のあやだな。『思い出す』というほうが正確だろう。

**物質的な世界の魂が、霊的な魂と同じくらいすばやく効果的に思考をコントロールする方法を学べば、人生はがらりと変わるだろう。個々の現実の創造に関しては、思考のコントロール（ひとによっては、それを祈りと呼ぶ）がすべてなのだよ。」**

「祈り、ですか？」

**「思考のコントロールとは、最高のかたちの祈りだ。だから、良いこと、正しいことだけを考えなさい。否定的なことにこだわり、闇のなかにはいけない。たとえ、ものが荒涼として見えても、いや、そういうときこそ、完璧さだけを見つめ、偉大さだけを表現し、それから、つぎにはどんな完璧さの実現を選択しようかということだけを考えなさい。この公式におだやかさが見いだされる。このプロセスに平和が見いだされる。この認識に喜びが見いだされる。」**

（ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」第3巻84ページ）

実は祈りには二つある。多くの人は祈りは神や仏に頼むものと思っているが、自分自身に頼む方法もある。それが思考をコントロールするということである。

（7月14日2009年掲示板）

＝＜選択、創造＞

- 地獄の出現、現世でも、来世でも。
- 不安にせず、愛にいる。

■二つの祈り

子どもがおもちゃを買ってくれという祈り。

子どもが大人になり、自分の欲しいものを手に入れること。

成長することそのもの、それが大きなわたしであり、神であり、神はプロセスである。

祈りとは意識のコントロールである。（「神との対話」）

二通りの実現。

本来の神に頼む方法

自分自身の神を発現させる方法

熱意～ヨガナンダ・黒住宗忠

感じること

#### ●沈黙の力

こころの中でのおしゃべりをしないことにより生まれる力がある。

#### ●瞑想

瞑想の姿勢が人生の姿勢へとなるように。

#### ●意識のある人生

自己観察を最大限に行なう。

エネルギーを最大限に用いる。

#### ■JT さんへのメール（1月3日 2007年）

疲れているときのわたしの対処法は、

エネルギーをもっともっと注ぎ込んで、不完全燃焼をするようなエネルギーの使用法をやめることです。

もうひとつは、よい言葉にふれることです。

もちろん、無条件に疲労困憊しているときには休息が必要ですが、これはとても稀なことであると思っています。生き方を変えれば、通常の過労は過労でなくなると考えています。ただ、生き方の根幹（考え）を変えるというのは至難の業なので、通常は休むことが第一ですね。

#### ■エネルギー～休息

正しい使い方ができないならば、使わない方がよいかもしれない。

●意識のある人生

自分を観察することが可能な瞬間、これは自然に訪れる、これは無意識のうちに訪れる。

意識は無意識から生じる。岩石と大気から生物が生じたようにである。

ともあれ、観察可能になった、そのときに、

深く、やわらかい呼吸を三回してみることに。

そして、今どのような考えをしていたかを観察してみることに。

観察せずとも人は変わるが、観察して変わることは岩石と生物の違い以上の違いがある。

(1月14日 2007年掲示板)

岩石と大気が形を変え、人となったように、無意識は形を変え、意識となる。

元の形と今の形をよく見ることで。

見れば、今の形をもっと使えるようになるかもしれない。

自己を観察することである。

何を考えていたか、何を考えて話していたか、何を考えて行動していたか。

そして、観察したあとは、自己を決定する。

今考えていたことが不安を根にしていたことを確認する。

それを愛に変える。

今考えたいたことが分離を根にしていたことを確認する。

それを一体に変える。

次に、次なる瞬間のわたしをあらかじめ決定する。

わたしはわたしである（わたしは意識を持っている）。

わたしは〇〇である。

どのようなわたし〇〇であるか、それはひとりひとりが決めることである。

(加筆して掲示板記入予定) (意識表の言葉に転記予定)

身体をゆるめる（不安感から体を固めているからである）。

ゆったりとした、やわらかい呼吸をする（緊張感から浅い呼吸になっているからである）。

空間的に大きな自分を意識する。

時間的に前回の意識まで過去にさかのぼり、自分自身を省みる。

時間的に未来にすすみ、自分自身をイメージする。

その時空のスパンで今の自分を生きる。

●ダビンチ～所有

私と比べて、ダビンチは何を持っていて、何を持っていないのか。

ダビンチと比べて、私は何を持っていて、何を持っていないのか。

パソコン、テレビ、携帯電話は持っているというに値するのであろうか。

新聞、テレビ、書物を通じて持っている知識は持っているというに値するのであろうか。

ひょっとすると私は、持っているというのに値しないものをいつも持とうとしてはいないだろうか。

ひょっとすると私は、何も持っていないのに持っていると思いついでいるのではないだろうか。

(10月30日2007年掲示板) (草稿要転記)

■内と外～所有

私と比べて、ブッダは何を持っていて、何を持とうとしないか。

ブッダと比べて、私は何を持っていて、何を持とうとしないか。

ブッダである身は、今日一日、何を持とうとするのであろうか。

ブッダならぬ私は、今日一日、何を持とうとするのであろうか。

もしブッダを見習うという私であるならば、今日一日、何を持とうとするのであろうか。

このことをよくよく考えてみること。

手に取るものを考えてみること。

こころに取るものを考えてみること。

(1月13日2007年掲示板) (草稿要転記)

条件がどのようなであれ、わたしのブッダを取ることに。

相手のブッダを取ることである。

このような、ミケランジェロの所有、ブッダの所有は私の場合、貯金によって可能となる。

1月3日、2月1日2007年、7月6日、8日2009年、5月13日2011年

●意識のある人生

人間のすることにはすべてコツがある。そのコツを自己想起、自己観察でも得るようにこ

ころがけること。漫然と行なわないこと。

このことは、気功体操、瞑想、自己想起に特にあてはめてみること。

#### ●自他

「わたしはあなたのようなことはしない」

このようなことは、相手のやりたい衝動を体験し、それでもしないということを選択したときに初めて言えることである。相手の衝動を体験することができれば、仮にわたしがしないとしても、おそらくは別の表現になるであろう。

「わたしはあなたのようなことはしない」

「わたしはあなたのようにではない」

このことは、相手のことを知らないときにだけ言えることである。そして、わたしのことを知らないときにだけ言えることである。

だから、相手の立場に立ち相手を知り、なおかつわたしの立場に立ち自分がどのような人間であるかを知った時にだけ相手について語るができる。そして、それは自分のことを語ることでもある。

(掲示板記入可)

#### ■選択～衝動

悪への衝動を禁止するのではなく、選ぶことをしない人間に成る、この道筋をさぐる。禁止するのではなく、異なる選択肢を選べるようになること、このことが自然である。

(加筆して掲示板記入予定)

おそらくこの世界では、その選択は悪に浸る体験をしたのちにのみ可能ではないかと思っている。

#### ●意識のある人生～所有

何も持たずに、内から生じてくるものだけをわたしのものとして生きていくこと。

何も求めずとも、何も持たずとも与えられるからである。

その際たるものは、この肉体である。

このことを、よくよく鑑みること。

(5月13日 2011年掲示板)



ただし、人との関係はある、一体として。  
モノとの関係もある、一体として。

1月5日、6日、7日 2007年

●心身（JOさんへのメール改変）

心身は相関している。

こころが病むとカラダも具合が悪くなる。

カラダを病むとこころも具合が悪くなる。

ただ、このことは悪い意味である。

逆のよい意味もある。

こころを健康にすると、カラダも元気になる。

カラダを健康にすると、こころも元気になる。

だから、こころとカラダ、どちらかでも気づかってあげるのが人生の歯車を円滑にするこ  
つかもしれない。

両方気づかえば、人生の歯車はうまく回転するであろう。

では、これから10分間、目を閉じてこころのなかを沈黙で満たしてみよう。

では、今日は10分間、早足で歩いてみよう。

では、今日は酒とタバコと肉食をやめてみよう。

（1月10日 2007年掲示板）

1月6日 2007年、7月8日 2009年、6月6日、7日 2011年

●ヒーリング

遠隔治療のネットワーク

ブレスレットに気を送ることのネットワーク

線のネットワークから面のネットワークへ。そして時空のネットワークへ。

■ヒーリング空間

事務所の時空を粘土のようにくねること、ヒーリングの時空を作り出すこと。

代々木の治療院の時には、無意識のうちにそのような空間ができていた。

自分自身の内なる神殿をヒーリング空間とすること。

1月7日 2007年、7月6日 2009年、5月18日、6月7日 2011年

### ●鏡（自他）

誰が好きで、誰が嫌いであるのか。

誰を認めて、誰を認めないのか。

このことは、相手がどのような人であるのかを語っているのでなく、

このことは、わたしがどのような人であるのかを語っている。

だから、相手を知っていると思うのではなく、わたしを知ろうとすることである。

そうすれば、好きも嫌いも、認めるも認めないも、どちらにしる意味を生み出す。

（1月8日 2007年掲示板）

### ●意識のある人生

ひと呼吸するたびにわたしを生み出すこと。

意識して呼吸をすれば出てくる。

意識しなければ

### ●愛

一番近くにいる人から愛してみようとする事、

ゆるしてみようとする事、理解してみようとする事、

感動的な小説や、ドキュメンタリーや、聖なる書に見るでなく、

わたしの電車の席の隣にいる人から始めること。

一番最近出会った人から愛してみようとする事、

あなたとわたしは同じ人間であると感じてみようとする事、

あなたのように不幸でないと思うのでなく、

そして、いつもわたしの一番近くにいる人から愛してみようとする事、

その人は、わたしの内にいるし、わたしの目の前のコーヒーカップの内にもいる、

そういう存在である。

### ●ヒーリング

ヒーリング能力が与えられたことの意味とは、人々にあるメッセージを伝えるための方便として与えられたのではないだろうか。

このことをよくよく考え、何をすべきかに思い至ること。

### ●ヒーリング～沈黙の力

沈黙に深く入り込み、気を送る。

沈黙に深く入り込み、人生を生きる。

(掲示板記入予定)

その補助としての(?)呼吸

あるいは、呼吸そのものがわたしなのかもしれない。

映画「2001年宇宙の旅」のハルの呼吸

●スケール(尺度)

あなたを不安にさせる考え、言葉、行いは、自己破壊の道である。

★HP

気功治療のQ&A

1月8日、13日、15日2007年、5月18日、6月7日2011年

●原因と結果

不幸と呼ばれている結果も、その原因を知ることができれば、その原因に気づくことができれば、よい結果となる。

だから、今の結果をよくすべく、よく見ることである。自身を省みることである。

どのような不幸な結果も、原因は多くの場合、自身にあり、仮に自分自身になくとも、自身のためになる結果である。

(掲示板記入予定)

■結果

結果については今という結果を最大限に生かすこと。

■

自分自身が原因とは思えない不幸な出来事も自身のために生かすことはできる。

●シンクロ

シンクロを生み出すものは、無私のところ、一体を知るところ、慢心と無縁なところである。

(加筆して掲示板記入予定)

●善悪の半面

善だけしか知らない人は悪を体験するであろう。

悪だけしか知らない人は善を体験するであろう。

どちらも隠された自分を明かす苦しみがあるが、その善も悪も知って、なおかつ善を選び取るのが人間である。

それまでは、どちらであれ、半面の人でしかない。

だから、悪の体験をしたからといって自分自身をおとしめることなく、また、善の体験をしたからといって自分自身を舞い上がらせないことである。

(11月3日 2007年掲示板) (加筆済み 6月11日 2011年掲示板再掲)

#### ●ヒーリング

治そうとして送るのかという質問 (神戸・平塚)

投手・ボール・バット

(加筆して掲示板記入予定)

(参考)「弓と禪」の<それ>の話し

ある方に、気を送る際に治そうとして気を送るのかと尋ねられたことがある。

ボールに当てようとするよりも、かならず当たると信じていることの方がはるかによいように、

#### ■ヒーリング

治そうと思うぐらいであれば、治ったと思う方がはるかによい。

この<信心>、この<祈り>、すなわち、この<思考のコントロール>にこころを尽くすこと。

(6月11日 2011年掲示板)

1月9日、10日、11日 2007年、7月8日 2009年、5月18日、6月7日 2011年

#### ●他者の道

脅しても自分の思う通りにならないもの、それは他者の道である。

自分がよいとする道、自分が好ましいと思う道、この道に他者を誘うことはできても、その道を歩かせることはどのような人であってもできない。そのような外なる試み、内なる試みはすべて徒勞と化す。

そして、このように書いても、私自身他人に期待をしてしまう。

(記入可)

#### ■ そのような外なる試み、内なる試み

実は、そのような試みはすべて外なる試みである。

この外なる道を歩ませようとする、外なる試みで、人は自身の道を歩むことはない。

では、内なる試みとは何か。内なる道とは何か。

#### ■ グルジェフの「愛の話し」

##### ● 波動・振動・一体

全てのものと振動しあうこと、共鳴すること、シンクロすること。

わたしの振動数と対応するものの振動数。

あるいは、わたしの振動数が上がれば、ものの振動数も上がるのであろうか？

すべてを波動を尺度としてみること。

呼吸も気功治療も遠隔治療も波動を尺度としてみること。

そして、夜勤の仕事も。

#### ■ 振動数と表象

振動数↑ モノとしての身体が消える

振動数↑ 細かな気

振動数↓ 荒い気

振動数↑ 傷つかないところ、傷つかない身体

振動数↓ 傷つくところ、傷つく身体

振動数秩序

振動数破壊

振動数他者との関係

#### ● 原因と結果

当初の教えがどれほどゆがめられたにせよ、イエスひとりの影響力、ブッダひとりの影響力は現代にまで届いている。もしそうであるならば、今生きている地球人 65 億人の影響力というものもまたある。

イエスは何を考え、何を話し、何をしたか。

ブッダは何を考え、何を話し、何をしたか。

65 億人の人間のひとり、あなたは、何を考えているか、何を話しているか、何をしている

か。

あなたは、イエスのことを知っているか、ブッダのことを知っているか、65億の人のことを知っているか、あなた自身のことを知っているか。

知っていれば、結果も見えるかもしれない。

知っていれば、未来も見えるかもしれない。

知っていれば、今為すべきことも見えるかもしれない。

(1月11日 2007年掲示板)

#### ■ブッダの分身

イエスやブッダが手の届かないところの存在に感じられるのであれば、百分の一のイエス、千分の一のブッダ、一万分の一のイエス、一億分の一のブッダを目指せばよい。

イエスは、あなたがたもわたしと同じである、と言ったが、そのことが遠いことに感じられるのであれば、百分の一、千分の一を目指すのも一法であろう。

まあ、わたしとしては、姿がはっきりとみえる十分の一ぐらいを目指してみたいが。

ともかく、イエスやブッダを否定しないこと。そんなことはできないと言わないこと。百分の一でもよいから、肯定し、成し遂げること。

(記入可)

#### ●意識のある人生～一体

一体を感じること

土くれを感じること

わたしにとっての一体とはこのことが一番分かりやすい。

#### ●岩石と大気の話

神を生命といいかえる

神を宇宙といいかえる

#### ●

肉体の影響～医学の進歩

こころの影響～精神の沈滞

1月11日、13日、27日 2007年、6月7日 2011年

#### ●意識のある人生

沈黙で満たす

空腹で満たす

動きで満たす

第三だけがこの世界のことである

あるいは、第三も動きなしか…

●瞑想～意識のある人生

自分自身がどのような状態であれ、

まわりの環境がどのような状況であれ、

常に同じ瞑想を行なうべく、沈黙に深く食い入る。

(掲示板記入予定)

●条件

障害児の未来を案ずる。

障害児の未来を讃える。

乙武くんが生まれた時には、讃えられたのか、案じられたのか。

知れば知るほど、今を祝福し、

知れば知るほど、今を変えようとは思わないであろう。

(参考) シュタイナーの健康

わたしの未来を案じたことがあるだろうか。

そのわたしの未来とはどのような未来であろうか。

●良貨

悪貨は良貨を駆逐するというが、悪貨は良貨を呼ばない。良貨を呼ぶのは良貨である。

だから、自分自身の良貨を絶やさず、育てることである。

では、あなたにとっての良貨とは何であろうか。

育てることは何であろうか。

(記入可)

あとで気持ちが良くなること。

まえに気持ちが良くなることではない。

あとは、明日のわたしであるが、

まえは、昨日のわたしである。

●ヒーリング

あるときには、先崎八段の将棋のように、気合を入れることにより変わり、生まれてくるものがあるのではないかと考えている。

●品

お金がないと下品になるから、お金があった方がよい、  
のではなく、  
お金がなくとも下品にならない、そのような人間になる、  
このことを是とする。

(記入可)

1月12日、13日、15日、21日 2007年

●意識のある人生

愛でいるために。いらいらしないために。  
そこまでのベストがある。  
そこまでの行為への愛がある。

●仮想の謝礼

お金を渡したのか。  
紙切れを渡したのか。  
尊大を渡したのか。  
感謝を渡したのか。

■わたし～自他

お金を渡して、何を得たのだろうか。  
尊大を渡して、尊大を得たのか。  
強欲を渡して、強欲を得たのか。  
感謝を渡して、感謝を得たのか。

自分が持っているものしか与えることはできないし、  
与えたものはわたしのものである。

だが、ときに、与えたものがわたしのものとなる。

だから、ありがとうございますとか、おかげさまでとか言ってお金を渡すと、わたしが変わるかもしれない。

(1月21日掲示板)



1月13日 2007年

● 休息とワーク

明日は日曜日である。

明日休めば、明後日は元気に仕事に出られる。

だがもしかすると、明後日は仕事に出るのは嫌になるかもしれない。

明日は日曜日である。

明日、あなた自身のために、本当のあなた自身のために<仕事をすれば>、<働けば>、

明後日は元気に仕事に出られる。

もしかすると、他人のために精を出せる日になるかもしれない。

(1月13日掲示板)

● わたし・一体

わたしであるものには感情移入することができる、入ることができる、知ることができる。

1月14日、27日 2007年、6月6日、7日 2011年

● 知識～第二の人

知らないことに気づいたときに知ることが始まる。

知はどこにでもあるが、知らないことを知らなければ知ることはいできない。

だから、知っていることに気づくのではなく、知らないことに気づくことが大切であり、シュタイナーの神秘修行者の第一条件である——謙虚——の基盤もここにある。

(加筆して掲示板記入予定)

■ 内観法も同様である。

1月15日、17日 2007年

● 意識のある人生～寝る前の言葉

「ヒマラヤ聖者の生活探求」(第一巻 53 ページ～老化、神なる子の相)

「人間の本来の姿である神人に植え込まれた神の愛の種子が、若さであることを忘れてはならない。事実、若さとは人間の内なる神性であり、若さは霊的生命、美的生命の謂である。生き且つ愛するのは生命のみである、永遠の一なる生命のみである。老年とは、非霊的、死すべき定め、醜き、非実在である。恐怖、苦悩、悲哀の念が老年という醜きものを造り出すのである。喜び、愛、理想の想いが、若さの美を創り出す。老齢とは一つの殻のようなもので、その奥に実在の珠玉、若さという宝石が秘められている。努めて子供心

を持つようにするがよい。わが内なる神なる子の相（すがた）を霊視するがよい。寝入る前に『わが内はつねに若く、つねに美しい霊的な欲びで満たされている。わが心も目も鼻も口も皮膚も美しい霊体である。』とわれとわが身に語り聞かせるがよい。この息宣（いのり）を繰り返し、寝入りながら静かにそのことについて瞑想するがよい。朝は起きながら自分自身に次のように暗示するがよい、『（自分の名前を呼びながら）さあ、愛する者よ、内には神聖なるアルケミスト（注）がいるぞ』と。夜中植えつけられたこの祈りの霊的力によって変性（トランスミューティション）が起こり、内部即ち霊なる実相が開顕して、この霊的体、霊的宮に浸透していく。内在のアルケミストが死せる細胞、疲れ果てた細胞を捨て、金の如くに新しい細胞という純金をつくり出し、永遠の健康と美とを現わしていく。久遠の青春こそは真の神の愛の証拠である。神聖なるアルケミストはわが内にあり、新しく美しき嬰兒（みどりご）なる細胞を創り出す。わが宮なる神聖なる体の中に青春の霊いまし、すべて善し。オム・サンティ・サンティ（平安なれ、平安なれ）！

幼な子のように愛らしく微笑む練習をするがよい。魂からの微笑は霊的くつろぎである。本当の微笑は真に美しい、『内在の死することなき支配者』の美術作品である。『わたしは全世界の人々に対して親切な想いを思う。世の人々がすべて幸福になりますように、恵まれてありますように』と祈るのはよいことである。一日の仕事にとりかかる前に、『わが内には完全なる姿、神の姿がある。われは今、わが欲するすべてとなっている。われは毎日わが美しき実相を霊視し、それを実現するのである。われは神の子である。わが欲するものは今、且つ永遠に与えられつつある』と確言するがよい。

身内がゾクゾクするほど感動する習慣を養うがよい。次の如く断言せよ、＜無限なる愛わが心に満ち、わが肉体は完全なる生命で戦慄する＞。諸子の周囲すべてを明るく美しく保て、ユーモア精神を培（つちか）い、日光を楽しむがよい。

以上、ご存知の通りシッダのみ教えを引用したわけである。この方々はおよそ人間の知る限りでは一番古い大師がたであって、その教えはいかなる国の歴史よりも古きこと更に幾千年である。」

（注）子どもの頃の写真を前にしての瞑想

#### ●身体

重力を感じないようにして歩くこと。

1月16日、17日、21日、22日2007年

#### ●意識のある人生

この瞬間、地球上で最も有意義なことをしている、  
そのような瞬間であるように、  
そのような人間であるように、

それはビルの最上階にいて指示を出す社長の仕事、  
床だけを見て、磨いている清掃員の仕事、  
キャンパスに自分の思いを描く芸術家の仕事、  
看板に決められた文字を描く看板屋の仕事、  
などなど、  
有意味であるか否かはそれがどのような仕事であるかは無関係である。  
<どのようにそれをするか>ということだけが、  
<それをわたしがするか>ということだけが、  
有意味であるか否かを決定する。

この瞬間、これまでの人生で最も有意味なことをしている、  
そのような瞬間であるように、  
そのような人間であるように、

#### ■ 「神との対話」

「瞑想のことですね。」

「レットルや方法論にとらわれないことだ。宗教はそうしてきた。教条（ドグマ）もそうしたが。だが、レットルをつくらず、ルールをこしらえあげようとしないうことだ。あなたが瞑想と呼ぶものは、自分とともにいることに、したがって最終的に自分自身になることにすぎない。

方法はたくさんある。ひとによっては、静かに座ってあなたが「瞑想」と呼ぶことをする。ひとりで自然のなかを歩くひともある。多くの僧侶たちが発見したように、石の床にはいつくばってブラシでこすることも、瞑想になりうる。知らない者は僧院にやってきてこの労働を見て、なんと厳しい生活をするのかと思う。だが、僧侶たちは深い幸せと深い平安を感じている。床をこするのをやめたいとは思わず、もっともっと床をこすりたいて考える！ もっと床をこすらせてください！ もっとブラシを与えてください！ もう一時間はいつくばり、顔が触れんばかりの姿勢で床をこすらせてください。あなたが見たこともないほどきれいな床にしますから！ そうすれば、わたしの魂がきれいになるのです。幸せには自分以外の何かが必要だという考えを。きれいにぬぐい去れるのです——。

奉仕は、深いかたちの瞑想になりうるのだよ。」

（「神との友情」上巻 198 ページ）

#### ● 五人の人

ご飯を食べたり、お酒を飲んだり、テレビを見たり、仕事をしたりすること、このことだけをしていることに充足感が感じられない瞬間が自然に生じる。もしかしたら、これは人

生ではないのではないかと。これが第二の人への道の始まりである。

(教室資料要転記)

#### ■わたし

忘れてはならないことは、どのような人も五人の人生を生きるということである。

#### ●意識のある人生

どのような瞬間もよいことに変える。

もともとよいことはよいことそのままがいい。

問題はやっかいなこと、腹が立つことである。

そのようなことこそ、これまでとは違った反応を試してみる。

(つまらぬことで妻に早く起こされたこと)

#### ●わたし

どのような人もわたしを超えて親切であることはできない。

また、わたしを超えて不親切であることもできない。

わたしが変われば親切にできること、不親切にすることが変わる。

だが、もしかすると、親切、不親切を変えるようにしていれば、わたしも変わるかもしれない。

(1月17日掲示板)

#### ●所有

渡してしまうとわたしからなくなってしまうものを与えてはならない。

それは、お金だろうか、土地だろうか、家族だろうか、大切な恋人だろうか、思想信条だろうか、信仰だろうか、…。

それは、一体何であろうか。

(1月16日掲示板) (草稿要転記)

#### ■半分の水

砂漠に年寄り高塚とあなたがいる。お互いにのどが渇いている。わたしのグラスにはもう水は一滴も入っていない。あなたのグラスには水が半分入っている。年寄りの高塚を気の毒に思い、あなたはあなたのグラスの水をすべてわたしのグラスに注いでくれる。

わたしのグラスには半分の水が入り、あなたのグラスは空っぽになる。

…そうだろうか、そうではない。

あなたのグラスは水であふれかえり、同時にわたしのグラスにも水があふれる。

この話しは好意を象徴的に語った話しではない。真実の話しである。だが、信じられなければ、実感できなければ（わたしも実感はできないので、それを現実化することは、いつもはできずにいるが）、せめて「好意が増えたのか、減ったのか」だけでも考えてみるのもよい。

好意は増えたのか、減ったのか、変わらないのか。

もちろん、好意は目に見えないので、その増減を見ることはできない。だが、確かなことはその好意により、水を受け取った人、水を与えた人、その話しを聞いたあなた自身に好意が広がっていった、このことだけは確かである。好意は湧きでて世界にあふれたのである。

あなたは、今日、この好意の泉になるであろうか、それとも、枯れた泉になるであろうか。どちらでも選べる。

そして、それがあなたである。

どちらでもよい。

今日いろいろな場面での選択を、これがわたしである、といえよ。

そうすれば、失うものが何か、満ちあふれるものが何か、このことを知ることができる。

(1月22日掲示板) (草稿要転記)

何を渡したのであるか。水であろうか、好意であろうか、

水も好意もなくならない。逆に増える。

アタマがおかしいか。

そうかもしれないし、そうでないかもしれない。

1月17日、22日 2006年

●ヒーリング (JOさんへのメール)

まあ、ある意味でうらやましいご病人であり、理想とすご病人ともいえるかもしれませんが。あるいはまた、われわれ健康といわれる人間こそが実は病んでいるような状況なのかもしれません。人生を怖れないことは大切ですが、われわれは怖れる、怖れない以前に人生を怖れることさえ忘れてしまっている状況といえましょう。

死神と共存して生きているということは、同時に生神と共存しても生きているわけで、われわれ健常者がいくら身体が健康といわれる状況であれ、生神と共存して生き生きと過ごしていなければ生きているとはいえないかもしれません。

ご主人のことを心配するよりも、実はわたしたちが自分自身のことを心配すべきなのかもしれません、

## ●不食～エネルギー

注意すべき点

体重の減少が続くのであれば、どこかでやめること。

呼吸法により気のエネルギーを取り入れること。

太陽のエネルギーを取り入れること、ただ、通常の日光浴とは異なる。

よい印象を受けることができるころにすること。

ころを傷めることにより身体を傷つけないようにすること。

印象～イエスの印象（腐乱した犬の歯、あなたがたもわたしと同じである）

ヨガナンダの断食、断食により感じられる生命エネルギーがあること。

不食と空を飛ばうとしてビルから飛び落ち、失敗する人間との対比。

不食の著者の TV に出たがること。

違いを示そうとすることと一体であることを示そうとすることの大きな違い、その違いによる創造力の実現。

## ●神の实在

神が存在するか否かはひとりひとりにとっての問題であり、客観的な問題ではない。

どういう意味で客観的な問題ではないかということ、外に見える形でその真偽を決定できないからである。

神の实在の真偽は内なる道を通して初めて感じられることだからである。

## ●ブレスレット

最近、水晶と天眼石のブレスレットをしている。

ご利益があるかないか。

## ●第一の人（自他）

ババジが似非ヨギの足を洗う話し

すべての人をわたしに仕えるババジと思え

### 326～ババジの謙讓の徳

ラヒリ・マハサヤはまた、スワミ・ケバラナンダとスリ・ユクテスワに、ババジと別の機会に会われたときの話をされた。それは、ババジがラヒリ・マハサヤに対して「お前がわたしを必要とするときには、いつでも来よう」と言われたその約束を何度か果たされた中のひとつである。

「それは、アラハバートにおけるクンバメラのときだった」とラヒリ・マハサヤは語られた。「わたしは、役所の休暇を利用してそこに出かけた。おおぜいの僧侶や行者たちが、この聖なる祭に参加するために遠方から集まって来ていた。彼らの群れにまじってわたしが歩いていると、からだに灰を塗りつけ、髪をぼうぼうにして托鉢の椀を手にした一人の行者が目にとまった。ふとわたしの心に、この男は世を捨てた隠者の身なりはしているが、心の中はまるきり俗臭に満ちたにせものではないか、という思いを湧いてきた。ところが、その行者のそばを通り過ぎようとしたとき、薄ぎたないその男の足もとにババジがひざまずいておられるのを見て、わたしはびっくりしてしまった。

『大師（グルジ）よ』わたしはババジのそばに駆け寄った『こんな所で何をしていらっしゃるのですか？』

『わたしはこの行者の足を洗い、それから食器を洗ってあげるのだ』ババジは、わたしに向かって子供のようにほほえまれた。わたしは、ババジがわたしに、人を批判することなく、どんな愚かな人の中にも等しく宿りたもう神を見よ、と暗に教えておられるのだと悟った。

ババジはさらにこうおっしゃられた『わたしは、賢い行者にも愚かな行者にも等しく奉仕することによって、神に最も喜ばれる最高の徳——謙譲の得——を学んでいるのだ』

（教室資料要転記）

### ●意識のある人生

ひとつひとつの課題に全身全霊を注ぐこと。

1月18日、25日2007年

### ●気功治療

### ●人間

パソコンを二千年前に持っていったら、使えない。

パソコンを成り立たせている物質、鉱物や石油製品は何にでも使えるが、パソコンはパソコンにしか使えない。

特化させたパソコン

そのもととなる物質

では、人間とは何であろうか。

人間のうちにあり、それが顕現すること～パソコン

●意識のある人生～マントラ・身体

自分自身の聖なる言葉を見つけ、聖なる神殿の「あなた自身の身体」にその言葉をしるしてみてもうだろうか。

要点は

自分にとってしっくりくる言葉であること

他者への影響の言葉でないこと（「××さんが幸福になるように」は不適）

自分自身が他者からされる言葉でないこと（「××さんが好きになってくれるように」は不適）

希望の言葉でなく、現在形の言葉であること（「覚醒できるように」は不適で、「わたしは覚醒している」は可）

あとは、短い言葉であった方がベターかもしれない。

わたしが考えた言葉は——実は「ヒマラヤ聖者の生活探求」の言葉をアレンジしたのであるが——

無限なる<ここで息を吸う> 愛<ここで息を吐く>

わが<ここで息を吸う> ところに満ち<ここで息を吐く>

わが<ここで息を吸う> 身体は<ここで息を吐く>

完全なる<ここで息を吸う> 生命である<ここで息を吐く>

フレーズと呼吸がぴったり来ない感もあるが、まあよしとする。

（1月19日掲示板）

1月19日、27日 2007年

●善悪

わたしのどのような悪心、悪口、悪行、これはゆるされている。

何によってゆるされているかという、自由によってである。

悪をもつつみこむ自由の偉大さよ。

そしてまた、わたしがそれを改めること、これもゆるされている。

何によってゆるされているかという、自由によってである。

何によってできるかという、わたしによってである。

1月20日、22日、23日 2007年

●ヒーリング

病気の方、私、気、

わたしは私だけであるが、実は三つすべてである、そういう側面もある。



(1月20日掲示板)

■ヒーリング

あなたのためにヒーリングをするという。  
この場合、ここにいるわたしは私だけである。

私が気を出すという。  
この場合も、ここにいるわたしは私だけである。

あなたがいて、私がいて、気がある。  
これがひょっとすると本当のわたしの姿ではないだろうか。

(1月22日掲示板)

■ヒーリング～行為への愛

ヒーリングをすると、自分のためになっていることがよく分かる。  
ヒーリングは自分のためにはかならず役立つ。  
だから、わたしはわたしのためにしている、という。  
(ただし、わたしのためにするのではない。)  
だが、このヒーリングが奇跡的に相手の方の治癒に役立ったり、さらに、不可思議なことに、相手の方、ご家族の方と新たなご縁ができたりすることもある。  
ただし、これは目的ではない。  
これは宇宙にちりばめられている星々の配置のように、  
あなたがいて、わたしがいて、病気がいて、治療の気がある、  
それらの新たな出会い、新たな配置である。  
わたしという星はヒーリングをすると必ず動く。  
ある位置に来る。  
それが不思議なことにわたしにとってはとてもよい位置なのである。  
ありがたいとしかいいようがない。  
できうれば、あなたにとってもよい位置となりますように。

(1月23日掲示板)

実はすべてのことが、  
わたしのためになっている、  
ただし、だからといって、わたしのためにするのではない。

■一体

同じではなく、ともにする、と考える。  
異なるではなく、ともにする、と考える。  
(加筆して掲示板記入予定)

●ヒーリング

五嶋みどりのリサイタル出番前の舞台裏で最後まで調整している場面を思い浮かべること。

●第一の人

第一の人～シュタイナー教育でシュタイナーの思想を教えないようにというシュタイナーの忠告。

ウィキペディアより引用

## 教育

### 学校教育

シュタイナーの人間観に基づき、独自の教育を行う[自由ヴァルドルフ学校](#)が1919年に開校され、評判を呼び、このタイプの学校がドイツ内外で次々につくられ、それらは通常「シュタイナー学校」と呼ばれる。シュタイナー学校は世界70か国に900校ほどある。日本ではシュタイナー学園（[神奈川県藤野町](#)）が認可されており、あしたの国（[千葉県長生郡](#)）も2006年10月に千葉県より学校設置計画に承認が下りた。独特の教育法で知られるようになった[鳥山敏子](#)が始めた[賢治の学校](#)もシュタイナー教育を根幹にしている。これらの学校はシュタイナーの人間観みもとづく教育を行うが、シュタイナー自身の言葉どおり、シュタイナーの思想自体は決して教えないようになっている。

### 治療教育

障害を持つ子供達を受け持っていた学生たちがシュタイナーから受けた助言をもとに、ドイツの[イエーナ](#)近郊に治療教育施設「ゾンネンホーフ」を作った。シュタイナーは治療のために薬以外にも、音楽、絵画、彫塑、[オイリュトミー](#)（下記を参照）などの芸術や宗教による特別の教育を示した。イギリスにおいては治療教育は、シュタイナー教育の代名詞と言われるほど評価が高い。

■育てることと教えることとの違い

植物に教えてあげることにはできないが、育ててあげることができる。

モノに教えてあげることにはできないが、育てるようにして、ふれることはできる。

地球人の場合、教えることより、育てることの方が人間関係においてスッキリした感じがするのは、地球人そのもののレベルを物語っているのかもしれない。(あなたがたは保育園以下である)

育てることとは自らが範となることである。

育てるような教え方とは自由を与える教え方である。

将棋の師弟関係

### ■第三の人

偽善の人

1月22日、23日、2月28日 2007年

#### ●MKさんへの手紙

お手紙ありがとうございます。手書きがすっかり苦手になり、ワープロで失礼させていただきます。

宇宙史の話、大変興味深く読ませていただきました。おっしゃられることは自分なりに共感を得るところがとても多くあります。

地球はほんの数十億年前までは、岩石とほんの少しの大気だけからなる塊であり、その塊が今では自意識を持った生命体を生じさせている塊となったわけですが、このことが偶然に起こったこととはとても考えることはできません。やはり、見えざる手、見えざる計らい、見えざる力を感じざるを得ません。その意味で、われわれは生かされているというのは全般的確な表現であると思います。と同時に、われわれは自分の力で生きていていると思いついてしまう、この原因も一方にあるわけです。仏教では慢心の戒めをよく説くわけですが、慢心には慢心の原因があるように思うわけです。ただ、ここでは本題から離れてしまうので、多くは語りません。

宇宙とはいかなるものであるか。もちろん、簡単に答えることができない問いではありますが、自分のイメージは、ひとつの生命体です。変容、成長する生命体です。Kさんの言葉を拝借すれば、一点から分化、発展する存在であり、分化しても全体としてひとつの生命であるとわたしは考えています。ですから、地球上に今も存在する岩石も自意識を持ったわれわれ人間も、ある観点からは同じ生命体に属すると考えています。(では、なぜそのような生命体が存在するに至ったか、これまた興味深い問題ではあります。)

ココロの詰まりとは何か？ 人生には疑問は疑問のままでおいておいた方がよい場合が多々あり、この疑問もそのような問いに属すると思いますが、お聞きいただいたことをご縁と思い、わたくしの考えを述べさせていただきます。

ココロの詰まりはひとえに人間らしく生きることができないことへの閉塞感が生じさせるこころのありようであると思います。では、人間らしく生きるとはどういうことか。

これは自由に生きるということです。

自由に生きるとは、

わたし（自）が原因となって（由）生きるということです。

わたしが始まりとなって生きるということです。

わたしが創り出して生きるということです。

わたしは何であるかを知り、

わたしは何になりたいかを決め、

そのなりたいものに日々邁進する、

このことが自由であり、最も人間らしい生き方であり、この宇宙の生成発展の中で、奇跡的に存在するわたしという存在を発揮する生き方です。

とはいいつつも、わたし自身、日々の生き方すべてに自由を発揮し、ココロの詰まりなしに生きているなどとは、とても申し上げられません。しかし、余暇の時間を用いて、気功治療、気功教室、インターネットを通じての自由の啓発に自分らしさを少しでも発揮できればと思い、活動しています。

書籍のご紹介いただき、ありがとうございます。時間をみて読みたいと思いますが、今は読書の時間がほとんどとれない毎日が続いています。

最後にわたしの推薦書を何冊かあげておきます。

ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」全 3 巻、「神との友情」上下巻、「新しき啓示」「明日の神」（サンマーク出版社）

パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」「人間の永遠の探求」（森北出版社）

ルドルフ・シュタイナー著「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」（イザラ書房～絶版 河出書房から文庫本で出ているかも…）

グルジェフ著「グルジェフ・弟子たちに語る」（めるくまーる出版～絶版）

ベアード・T・スポールディング著「ヒマラヤ聖者の生活探求」全 5 巻（霞ヶ関書房）

柳 宗悦著「南無阿弥陀仏」(岩波文庫)

気が向いたら、またお手紙ください。では、また。

●意識のある人生～エネルギー

今日よく生きれば、今日しるしがある。

今日よく生きれば、明日しるしがある。

今日よく生きれば、いつかしるしがある。

生きたことは必ず世界に刻印されるからである。

(掲示板記入予定)

●掲示板返信 (四方田さん 1月23日 2007年)

初めまして、宜しくお願いします。

しばらく前から拝見させていただいていた者です。

正直、こちらの難しい話が理解できるような頭はありませんが、

私も瞑想に参加させていただきたいと思いました。

四方田さん、仮想空間瞑想会にご参加いただき、ありがとうございます。

ご参加をうれしく思い、今日はもう何も思い残すことなく、寝ることができます。

わたしの話はひとりよがりになりがちですが、同じテーマでずっと書き込んでいますので、読み続けていただければ、賛否は別としてご理解いただけるのではないかと考えています。

主なテーマは、

意識のある人生を送ること (ロボットのよう生きない)

わたしについて知ること (ほとんどの人は厚化粧した、仮面のわたししか知らない)

自他の関係について知ること (他者を本当に知っているのか、他者との関係は自分に何を語りかけるのか)

所有とは何かということ (人間は何を所有することができるか、あの世にも持っていけるものは何か)

こころのエネルギーの生じさせ方、使い方の問題

身体の問題 (肉体、個人のこころ、普遍的なこころの三つの身体)

人間とは何か

気とは何か

ヒーリングとは何か

宇宙とは何か

神と人間の関係はどのようになっているか  
創造、選択、自由とは何か

まあ、何か終わらなくなってきましたが、これらはすべてリンクしています。どの理解が欠けても目指すところには行き着きません。目指すところは何か。

- ① あなたは、あなたを何であると考えるか。
- ② あなたは、何になりたいか。

目指すところは、①を知り、②を決めることができるようになり、②の実現を援助することです。

なお、瞑想についてはこの掲示板にも思うところを書きこんでいくつもりです。  
(1月23日掲示板) (広告に要転記)

■掲示板返信 (四方田さん 1月23日 2007年)

掲示板の始めの頃の書き込みで、”彼”を見つけてニヤリとしてしまいました…。

最終的には、様々な知識を通過して、自分の中から自然に湧き上がってくる理解を目標にしたいと思っています。

浪人となって数ヶ月たち、大分過去の自分の呪縛から解放されてきました。

今現在の私に考えられそうなことは以下の事柄でしょうか。

- > 意識のある人生を送ること (ロボットのよう生きない)
- > 自他の関係について知ること (他者との関係は自分に何を語りかけるのか)
- > 身体の問題 (肉体、個人のこころ、普遍的なこころの三つの身体)

> ① あなたは、あなたを何であると考えるか。

> ② あなたは、何になりたいか。

>

> 目指すところは、①を知り、②を決めることができるようになり、②の実現を援助することです。

> 掲示板の始めの頃の書き込みで、”彼”を見つけてニヤリとしてしまいました…。

懐かしいですね。わたしはリンクという言葉さえ知らなかった頃です。

書き込みの「彼」は18の時の「彼」ではないでしょうし、今の「彼」もまた書き込み当時の「彼」ではないでしょう。「彼」に何年か一度にお会いすると、そういう変化を感じますね。もちろん、彼のコア（芯）は変わらずにそのままではあります。誰もがコアを見ることができ、脱ぎさっていく不要なちりのような皮にもっと寛大であれば、人間関係はかなりスムーズな関係となるかもしれません。

> 最終的には、様々な知識を通過して、自分の中から自然に湧き上がってくる理解を目標にしたいと思っています。

最近、＜育てる＞ことと＜教える＞ことの違いについてちよくちよく考えています。これは他人のことでなく、自分自身のことです。四方田さんの言葉をお借りするなら、＜自分の中から湧き上がってくる理解＞へと通じることが自分自身を育てることだと思っています。瞑想はその道へ通じる道のひとつで、多くの先達がすすめる有力な手法です。

(1月23日掲示板)

■お待ちしております。(1月24日2007年)

件の彼とは先日、電話で直接話しました。

ここでは書けませんが、彼には彼の悩み・苦しみがありました。

(もちろん、喜びもあるだろうと思います。)

私も他人からみればたいした人間ではないので、

まず自分の事が先ですが。

しばらくして、自分の中が整理できたら、

また投稿させていただきますので。

どのような人も今日はたいした人間ではないかもしれませんが、

どのような人も明日はたいした人間になることはできます。

どのような人も今日たいした人間であるかもしれませんが、

どのような人も昨日はたいした人間ではなかったかもしれません。

そして、今日も、昨日も、明日も、同じ映画フィルムの上の出来事だとしたら、どこで何であったかということはたいした問題ではないかもしれません。

問題は違うところにあるのかもしれません。

誰もが自分のことが先決です。これはどのような人であってもです。よく言われることですが、自分を愛することができない人間は他人を愛することはできない、と言われます（わたしは、まさにそうです）。だから、まず自分のことを知り、自分を育てることが一番大切です。

ただ、こころしておかなければならないことは、自分を育てることは他人に親切にすることによってである、ということがあるようです。自分が育っていくとそのエリアが広くなり、他人に親切にできるようになるのですが、逆に、他人に親切にすることにより自分のエリアが広がり、自分自身が育っていく、ということもあるようです。

もっとも、これをやりすぎると似非平和主義者のようになるので、まあ、ご縁を生かしてする程度が一番自然であると思っています。

また、いつでも、書き込みください。お待ちしております。

1月23日、25日 2007年

#### ●瞑想・義務・エネルギー

瞑想の大敵である義務感にとりこまれぬようにすること。

瞑想しようと決意することは大切なことであるが、それが義務となつては決意の清廉さを汚してしまう。

そのような陥穽から逃れる方法のひとつはエネルギーを注ぎ込んで瞑想し、義務をとばし、瞑想のよさを感じ取ることである。こちよく感じる事ができれば、義務などはすっとなでしまう。

そして、この義務感はすべてについて存在する、人間の大敵である。この義務感がココロを詰まらせ、閉塞感を生み出し、人を縮こまらせ、固くする。

(1月25日掲示板)

#### ■閉塞感からの脱出

義務とせざるをえない日常というものもある。これが多くの閉塞感の元である。

この対処の仕方。

今の外を捨てて、明日の外を求めるとなく、今の外も、明日の外も同じであることを知ること。

そして、手放すべきは、<内なる今>、<内なる今の所有>であることを知ることである。

(1月27日掲示板)

#### ■瞑想の効用



内なる沈黙をつくることにより生じるものがある。  
それは、エネルギーとインスピレーションである。

●意識のある人生

無知の生まれ変わりから、無知の輪廻から離れることを真剣に念ずること。

●自他

困ると思うわたしがいるだけである。

1月24日2007年

●Y氏との対話

真偽の知識

呼吸、食物、水

呼吸法について勉強すること

職人のパン、住居の気、

神を見ること、存在～掃除をする神のかたわらで、ちらかし続ける人間  
神はなぜ助けに来ないのか

(第一の人～神の存在の真偽について一切語らない人)

わたしは本当のことしか語らない

ひとりひとりの本当のことというのは異なっているものである。

忘れてはならないシュタイナーの何を付け加えれば、この人は～

●自他～育てること

あえて無知となって、相手のよいところを導き出す、ということもある。

●ヒーリング

神との対話での～～の定義に従うならば、最も優れたヒーラーとはどのように定義され

るであろうか。

1月25日2007年

●ヒーリング～遠隔・呼吸

呼吸によりどのような気ができるか。

その気が相手にどのように入っていつているか。

■エネルギーと呼吸

エネルギーを呼吸により鎮める。

沈黙のエネルギーが最高のエネルギーかもしれない。

1月26日、27日2007年

●瞑想

人間のすべての営みがそうであるように、瞑想にとってもまた、熱意が第一かもしれない。

熱意は門をたたく。

■ラヒリ・マハサヤ

259～「バナタ、バナタ、バン・ジャイ」（「あるヨギの自叙伝」）

（注5）「バナタ、バナタ、バン・ジャイ」はラフリ・マハサヤが弟子たちに、怠らず瞑想に励むようにと、よく口にされた言葉で、文字の意味は「なせ、なせ、いつかはなされる」。すなわち「努力し、努力せよ。そうすればいつかは神の目標に到達する」の意と解される。

■「神との対話」の欲望の話

1月27日、2月2日2007年

●ヒーリング

どのように考えることが亡くなられた方の死を生かすことになるのだろうか、そのように自省してみる。

どのように考えることが今の結果を生かすことになるのだろうか、そのように自省してみる。

（加筆して掲示板記入予定）

●「あるヨギの自叙伝」～三つの身体

観念体～客観的知識

幽体～個人史の思い

●教室

教える場であることをこころして指導する。

とにかく、エネルギーを注ぐこと。

日常すべてがそのための準備であるような。

●教えること・育つこと

●意識のある人生～自他・世界

同じ雪の結晶がないように、ひとりひとりが異なっていることを知っていること。

同じ雲の形がないように、一回、一回、同じ話しというものはありえないことを知っていること。

そして、もしかしたら、この世界にあるものすべてによる共同作業で<ある表現>がされているのかもしれないこと、

もしかしたら、今のこの瞬間のわたしの表現がこの宇宙全体、この世界全体に何か寄与しているのかもしれないこと、

そのことを思い、感じてみること。

(2月2日掲示板)

●呼吸・動き・気

最小のエネルギーで

最小の動きで

最小の呼吸で

最大の表現が可能となる。

●知識

A氏の件

教えることができると思うこと。

教わることができると思うこと。

教わることがないと思うこと。

これらはすべて誤解である。

では、誤解でないこととは、

手につかむことができるものがある。

ただ、これだけである。

(加筆して掲示板記入予定)

1月28日2007年

●

つながることも離れることもできる。地上の人間関係と同じである。もとにあるものが同じであれば、どこにでもそのようなものが実現する。

●身体

一日のすべきことをやりとげた方が睡眠時間は少なくなっても——そのことによる肉体のダメージはあっても——、やらないことに比べたら、やり遂げたほうが身体にダメージを与えない。

●知識

1月29日、30日、2月1日、2日、4日、3月4日2007年

●瞑想

息を吐ききった瞬間、その瞬間というのは、いわば小さな死であり、生きながら、死を感じ取ることができる瞬間である。

そしてまた、その瞬間というのは、**SOMETHING** と通じる瞬間でもある。

だから、その瞬間の感覚を瞑想の導きとするとよい。

(1月30日掲示板)

呼吸していない状態が神と会える状態かもしれない。

息を吐ききった瞬間、

それは小さな死であり、

それが死後神と出会うように、この世で神と出会える瞬間かもしれない。

すべての瞬間に、

呼吸でない呼吸を試みること。

息を引き取るようにして、呼吸を試みる。

吐ききると書いたが、強い呼吸ではない。

### ●神の存在

神の存在は論理を通じてでは得ることができないという不可思議。

あるいは、論理を通じて得ることができるものはあるのかという問題もある。論理的なものさえ、実は論理を通じて得てはいないのではないかという思いがある。

論理で分かるようにできているが、その分かるという部分は論理だけではない。

### ●親子～神と人間

親を知らない赤ちゃんの状態

親を知らないが、親を感じている幼児の状態

親を知り、親に頼る子どもの状態

親を知り、親から離れる成人の状態

### ■神の存在

神「あなたは自分の力で小指一本でも動かせると思っているのか。」

人「もちろんだ。ほら動くではないか。神などいるものか。もし俺の指を自由にできるなら動かさないようにしてみる。」

神がいるから動いたのだろうか。

それとも、神がいないから動いたのだろうか。

これは解のない問いであろうか。解を求められない問いであろうか。

(2月1日掲示板)

### ■私の存在

事実は、

わたしは自由に指を動かすことができる

ということにある。この事実から指を動かす第一原因者が私であるか、それともそれが神であるかは「論理的には」分からない。ただ、ここで、

<わたしは>とはどういうことだろうか。

<自由に>とはどういうことだろうか。

<指を(身体を)動かす>とは…。

<できる>とは…。

こういう問題がある。神の「指を動かしているのはわたしだ」という言動について考える前に、現実にある事実について考えてみるのが順番というものであろう。

<わたし><自由>についてはこの掲示板で嫌というほどふれている。<身体を動かすこと><できるということ>にはあまりふれていないが、ともに興味深い問題である。

私とは何か。

もし私が広がれば、私の中に私でない力を感じるかもしれない。

「神などいるものか。もし俺の指を自由にできるなら動かさないようにしてみろ」という私が私の大きさならば、私の中に俺しか感じるができないかもしれない。人は俺を通じて世界を見る。俺は、私になるかもしれないし、わたしになるかもしれないし、もしかしたら、ブッダになるかもしれない——これが他の生命体と異なるところである。岩は十年間、岩のままであり、犬も十年間、犬のままである。だが、俺は十年間に私になったり、わたしになったり、イエス・キリストになったりする。そして、それぞれの自分が異なった世界を見る。もちろん、神についても異なった神を見る——。だから今の自分が俺であるなら、俺は「神などいるものか」というであろう。

このことは神だけの話ではない。将棋の棋譜にしる、芸術としての絵画にしる、江戸時代に庶民が利用したお茶碗にしる、数学の定理にせよ、である。

柳宗悦という人は宅地工事で出てくる何の変哲もない江戸時代の庶民の茶碗に芸術を見る。繰り返し繰り返し作られる同じ茶碗の中に繰り返し繰り返し称えられる「南無阿弥陀仏」の称名と同じものを見る。彼にとっては、お茶碗の中に阿弥陀仏がいることが見えるのである。

別の人は将棋の棋譜の中に神の手を見て、別の人は芸術絵画の中に仏眼を見るかもしれない。

であるから、

わたしは指を自由に動かすことができる

この事実の中に<わたし>を知るすべてが含まれていても不思議はない。神を知るすべて、世界を知るすべてが含まれていても不思議ではない。

(3月4日掲示板)

個人史の変遷の中で変わる自己

これらの日常的に自分がしていることを振り返ってみることが

自由の問題

自由を神とする考え

神の見かたは所詮「群盲象をなでる」のたとえのように、分からぬ問題である。

内を通して神を知るという問題

●意識のある人生

将棋の対局と同じように、ベクトルの方向を一定にし、長さを途切れさせないこと、これを日常に持つ（ただし、対局であれ、方向は変わり、長さは途切れるが）

1月30日、2月4日 2007年

●印象

神からの印象を効率よく受け取るようにすること。

それにはどうしたらよいか。

謙虚な姿勢（シュタイナー）

ワーク（グルジェフ）～受け取るとは実現することである、とグルジェフならばいうであろうか。

エネルギーを注ぐこと（イエス・ヨガナンダ）～叩けば開かれん。

1月31日 2007年

●わたし

法律が先にあるのか。

憲法が先にあるのか。

わたしが先にあるのか。

何によって判じ、何によって決めるのか。

自分の立場は、「どのような人もわたしが先にあって、そのあと、判じ、決めるのである」という立場である。

だから、わたしのことをよく知る必要がある。

わたしを正義や憲法や他人の眼に変えないことである。

この作業は苦しい。わたしを知れば、わたしをろくでなしと認めざるをえない部分があるからだ。

わたしはあなたを見捨てる。

このように認めることは苦しいことである。だが、うそをついてわたしは正義であるというよりもはるかに素晴らしいことである。

知ることができれば、変えることもできる。

知らなければ、変えることはできない。

(1月31日掲示板)

だが、同時にわたしを神のように、仏のように認めることができる作業でもある。

1月31日2007年

●教室・瞑想

目をあけた呼吸のあとに目を閉じた瞑想を行う。

## ★2月07年

2月1日2007年

●瞑想

すべてに法則はある。

瞑想するための法則、道のりとはどのようなものであるか。

常に自省しながら行うこと。

常に体験しながら行うこと。

これは法則か、これは道であるか、と。

(加筆して掲示板記入予定)

2月2日、3日2007年

●ヒーリング

カレーライスを作り、お金をもらう、

パソコンを直し、お金をもらう、

ヒーリングをして、お金をもらう、



のではなく、  
好意を手渡し、感謝をいただくことだけがあるように。

実力はなくとも、好意を手渡すことはできる。  
金持でなくとも、感謝を手渡すことはできる。

そして願わくば、  
好意を手渡す時には、好意だけがわたしにあり、それで完結するように、  
感謝を手渡す時には、感謝だけがわたしにあり、それで完結するように、  
自らの行為だけを愛し、見返りや結果にところが乱れないように。

これは道徳や倫理の話ではない。  
この世界の物質の話ではないが、ある意味で、この世界の物質に関わる話である。  
(2月3日掲示板)



ニールが言うように、何をしても OK であり、今のままでよい。  
他方、肯定的な意味での欲望というエネルギーという問題がある。  
どちらも多様な神、多様な人生の一側面ということなのだろうか。

● 仮想空間

戦争の映画は見たがるが、戦争には行きたがらない。

● ヒーリング

わたしができないことができるようにするために——それが何であるかは定かではないが——  
一手をかざすだけで病気が治るように手助けしてくれている存在がいるのかもしれない。

ひょっとすると、これはヒーリングだけに限ったことではないのかもしれない。ごく日常的な  
ことにもそのような手助けはあるのかもしれない。

(加筆して掲示板記入予定)

2月3日、4日、5日、3月1日、4日 2007年

● 恥

30年前には恥ずかしくて、「歌謡曲が好きだ」などと言えなかった。だが、今では誰の前でも  
平気で言える。もともと、今は演歌であるが。  
では、今恥ずかしくて言えないこととは何であろうか。それは30年後も恥ずかしくて言え

ないことであろうか。

(3月7日掲示板)

あるいは、逆に30年前にいていたことが今はいえないことがある。～???

死んでからいえること。

死んでからはいえないこと。

●松本人志

自分自身を常に演技者として見ること。

彼の場合は、他人を笑わせること。

では、わたしの場合は？

■内と外

内側において、意識的に自分を表現すること。

●盾と矛

どのような矛を通さぬ盾とどのような盾をも通す矛とを戦わせたらどうなるか。

どのような感謝も及ばぬ好意とどのような好意も及ばぬ感謝とを合わせたらどうなるか。

■盾と矛～行為への愛・ヒーリング

<あなたの好意>を超える感謝はないし、<あなたの感謝>を超える好意もない。

だから、

感謝を必要とする<好意>でないように、

好意を必要とする<感謝>でないように。

<あなたの好意>は最高の矛であり、<あなたの感謝>は最高の盾である。

<あなたの好意>はどこまでも届くのであるから、感謝という返礼があろうとなかろうと、無関係に存在し続ける。

<あなたの感謝>はすべてを包みこむのであるから、いかなる好意、いかなる悪意も感謝の手の内におさまる。

今日、「考え」でもよい、「言葉」でもよい、「行動」であれば、なおよい。

一度でも、

好意だけが存在する時、

感謝だけが存在する時、

そのような時が持てるようにありたい。

(2月4日、5日掲示板)

#### ■自他

感謝をもらったが、好意はあげることはできたのか。

好意をもらったが、感謝はあげることはできたのか。

それは不可能なことかもしれない。

何かそこに大きなからくりがあるような気がする。

感謝をもらったら、それはいただいた当事者ではなく、＜他の人に＞好意を手渡すことし  
かないのかもしれない。

好意をもらったら、それはいただいた当事者ではなく、＜他の人に＞好意を手渡すことし  
かないのかもしれない。

(熟考して掲示板記入予定)

2月4日 2007年

#### ●意識のある人生～自己観察

すべて、自分の好むことも好まざることも、それが未来であれば、今それを見る。

すべて、自分の好むことも好まざることも、それが過去であれば、今それを見る。

すべて、自分の好むことも好まざることも、それが現在であれば、今それを見る。

すべてのときにただただ見つめること。

#### ●意識のある人生

寒く感じて、そこに意識があれば、そこに気づきがあれば、寒く感じて嫌だという気  
持ちは湧いてこない。もしかすると、寒さとともに喜びを感じることができることもある。

だから、いつも意識とともにいること、気づきとともにいることである。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ●内なる手

瞑想に行き詰ると、自然に手助けとなる本、手助けとなる体験に行き当たる。

このことをついているなど思ったりして、その背後にある意志を感じずにいるが、それは  
この意志の行使が＜小さな声で行われるので＞、わたしはそれをある意志と感ずることが  
できずに、偶然だとか意味のある偶然の一致（シンクロシティ）だとか言い、ある意志  
による＜内側から差し伸べられる導きの手＞にいつも気づかずにいる。

(加筆して掲示板記入予定)

● ゆずること

どのような時も、すべてをゆずり、より小さな中に入り、そこから世界を見てみる。無限小の点になれば、宇宙全方向が見られるかもしれない。

■ ガンジーの無抵抗主義

● 自己観察

何を考えているのかでなく、何をしているのかではなく、呼吸の観察から始めるのがよい。

● 原稿の基準

原稿の基準はフィットするかしないかだけで決める。

ところで、フィットする感覚を生み出す力はどのようにして発揮されるのであろうか。

身体のことを知れば知るほど、これがわたしが動かしているものではないということが分かる。あるのは、わたしが動かすことができる、ということだけである。わたしが動かすと思うようにできていることだけがある。

ユーザーイリュージョン

2月6日、7日、17日 2007年

● 意識のある人生

托鉢の遊行者のような人生を歩む。

遊行者は何を持つか。

何を考えるか。

どのように人と対するか。

どのように世界と対するか。

(2月7日掲示板)

ネットに書きこむのでなく、世界に書き込む、わたしの身体に書きこむ。

一秒たりともわたしの身体にならないものに費やさないこと。

～あるいは、すべてがわたしの身体のためになるのか。

在家の遊行者としては、持っていても持っていないように暮らす。これは実際に何も持たずに巡り歩くことより難しいことかもしれない。

瞬間に生きる、今に生きる。

ヘッセが敬愛した遊行者

(草稿要転記)

(参考) Wikipedia

遊行 (ゆぎょう) とは僧が布教や修行のために各地を巡り歩くこと。[空海](#)、[行基](#)、[空也](#)、[一遍](#)などがその典型的な例である。

過去の有名な僧侶の遊行先には数多くの伝説などが存在する。また、僧侶自身が知識人であるため、寺の建立、食文化の普及、農作物の普及など地域文化に数多くの影響を与える事もある。

#### ●瞑想～クリア

こころを通して力が働くので、これまでとは異なる新しい力を働かせるためには、これまでのこころの使い方をクリアしておく必要がある。

#### ●こころの詰まり

脱皮の時期

#### ●知識

「あの世があるかどうかは分からない」

という人は

「この世があるかどうかは分からない」

とはいわない。

「あいつのことは信用できない」

という人は

「わたしのことは信用できない」

とはいわない。

(2月6日掲示板)

#### ●今日の新聞

2月6日の毎日新聞にアメリカが対テロ対策に93兆円を使ったと出ていた。もちろん、テロはまだ終わっていない。同じようにして930兆円使ったらテロはなくなるであろうか。もちろん、なくなる。だが、違ったやり方をすれば、93億円でテロはなくなるかもし

れない。

イエスがアドバイスを与えてくれたが、地球人は2000年間同じやり方を続けてきた。明日には変わるであろうか。

(掲示板記入予定)

#### ●自他～たこの足・一体

わたしが死んで、生まれかわり、このホームページを見ることがあったら、どのように感じるのでしょうか。共感するでしょうか、あるいは、反発してののしるでしょうか。

時間を越えて、わたしはわたしを攻撃する。

空間を越えて、わたしはわたしを攻撃する。(自他の問題)

#### ●ヒーリング

ヒーリングはわたしにとって意志がなければ無意味である。「火の鳥」の羽をかざすように、手をかざしてよくなることだけでは、わたしにとっては意味はない。

だが、岩を穿つ水滴のように、意志なくしての量によって成し遂げられることもあるのかもしれない。あるいは、水滴の意志とでも呼ぶものがあり、岩の意志とでも呼ぶものがあり、この両者がある意志とでも呼ぶべきものを実現しているのかもしれない。そういうことも感ぜざるをえないこともある。

(加筆して掲示板記入予定)

2月8日、9日、10日、11日2007年

#### ●意識のある人生～落し物

一万円を落とすと後悔するが、

一日を落としても後悔しない。

だが、一日の終わりにいやな気持ちで一日を終えたとしたら、それは、あなたが<あなたの今日という人生>を落としたしるしである。

落としたことを知ることはよいことである。たぶん、一万円よりも高額紙幣を落としたであろうが、落としたということは持っていたということである。

明日の朝、また高額紙幣がふところにあるであろう。明日は落とさずに使い切るとよいのだが。

(2月8日掲示板)

#### ●お百姓さんかわたしの体か

新谷氏であれば、わたしの体ろ、はっきり言うであろう。

### ●映画「エラゴン」～善と悪

ファンタジー映画というとやわらかな響きがあるが、戦闘シーンはつきものであり、これがどうも苦手である。善悪の戦いでなく、善と悪との調和によって生まれる第三のものというのをテーマにした映画ができないものかと昔から思っているのだが、なかなかお目にかかれない。

先日の毎日新聞にアメリカがテロ対策に 93 兆円を使ったと出ていた。もちろん、テロはまだ終わっていない。同じようにして 930 兆円使ったらテロはなくなるであろうか。もちろん、なくなるであろう。だが、違ったやり方をすれば、93 億円でテロはなくなるかもしれない。

イエスがアドバイスを与えてくれたが、地球人はそのアドバイスは生かさずに 2000 年間それまでと同じやり方を続けてきた。映画の中も、映画の外もである。

そして、またわたしの個人のところの中でも常に私の善が私の悪をやっつけようとする。やっつけようとしないうちは、自分が被害をこうむるのではないか、評判を落とすのではないかと戦々恐々としている。この嵐のようなところの動きはいつになったら止むのであろうか。

(2月9日掲示板)

### ■ヒーリング

この映画で主人公エラゴンはドラゴンに手をかざして瀕死の状態から救う。彼は手かざしに全精力を使い果たし、意識を失う。手かざし(=気功治療=ヒーリング=超能力)もファンタジー映画のみならず、最近の SF 映画にはちょくちょく登場する。わたし自身にどれだけの能力があるかは別として、そのような SF もどきのことができるということはありがたいとしかいいようがない。

それはそれでよいのだが、映画の中の彼らはたいてい失神する。失神しないまでも、相当な精力、エネルギーを使い切る。わたしの体験とは相反することなので、どうも解せないところがある。わたし自身、手をかざしてまるつきり疲れしないということはないが、映画の中のような疲れ方ではなく、どちらかという心地よい疲れである。うまく気を送れば送ったほど心地よい疲れとなる。そこがどうもしっくりこない。手をかざしてぶっ倒れるなど信じられない。それとも、ほ・ん・と・う・は、ぶっ倒れるほど出すものなのであろうか。わたしはまだ甘ちゃんなのであろうか。

(2月10日掲示板)

### ■超能力のない奇蹟

ドラゴンの卵は乗り手が現れるまで何百年も孵化せずに待つ、ドラゴンが少年とテレパシ

一で通じる、ドラゴンは乗り手が死ぬと自らも死ぬ、等々の話はどうでもよい。……どうでもよいというのは馬鹿げているからではない。わたしはどこかの世界でそのようなドラゴンがいてもおかしくはないと思っている。どうでもよいというのは、もっとファンタジーな出来事というのがあると思っているからだ。

それは何か？

それはこの世界のことである。この世界のファンタジーの側面、それを誰か画面で表現してはくれないだろうかと願っている。手品のような話しはどうでもよい。ドラゴンが空を飛ぶ場面よりも主人公が馬に乗って大平原を見渡している光景の方がはるかにファンタジーである。

(2月11日掲示板)

#### ■超能力

竜は作り出すことができるが、指は動かすことができない。

竜は作り出すことができないが、指は動かすことができる。

前者はアタマおかしいといわれるが、後者もまたアタマおかしいのかもしれない。

(2月12日掲示板)

#### ■意識のある人生

この世界にはありえないことが存在する。

真っ暗闇の空間に、青い星がぼっかりと浮かんでいて、その星の中にわたしがいる。

そのわたしがそのことを知っている。

これ以上、不思議なことは今のわたしには思いつかない。

このことから比べれば、竜がいたっておかしくないし、わたしが竜を作り出したとしてもちっともおかしくない。では作ってみろといわれても、今のこの瞬間には作れない。今のこの瞬間にはできないが、次のこの瞬間にはできるようになっているかもしれない。人生にはこのようなことが多くあった。

(2月13日掲示板)

2月11日2007年

#### ●マフラー

この世界に注ぎこむことができることは何か。

物質としてのモノを作り出す側面がある。

こころが作り出す側面はどこに反映されているのであろうか。

神のこころであらうか。

あるいは、それが神の身体ということだろうか。



●必要性

わたしの中にある不安は状況を変えてもまた現れる。

2月12日、13日、14日、16日、19日、3月4日 2007年

●意識のある人生～食物・空気・印象

中華料理屋でチャーハンを注文し、目の前に出てくる。わたしはチャーハンを食べられることを喜ぶ。

10年前ある会合（実は UFO の総会～(^o^)/）のあとにほとんどが初対面の二十数人が居酒屋で飲むことになった。わたしのテーブルの向かいに小さな子ども連れの夫婦がすわり、その子はアイスクリームを頼んで、ひと口食べると、「おいしい！」と感嘆の声をあげ、わたしに向かって「おいしいよ。食べてみて」とアイスクリームとスプーンをくれた。もちろんわたしも食べたが、アイスクリームがどのような味であったかは覚えていない。しかし、その子が分けてくれた暖かいところは今でもしっかりとわたしのところの内に息づいている。

去年ヒーリングに行ったお宅の小学校低学年の娘さんから、「これ、先生の似顔絵だよ」といわれて、色紙に描かれた絵をもらった。似顔絵はメガネ以外は似ていない。でも、その子のところはわたしのところの内に今でも生きている。

グルジェフは、

一週間食物を食べなくても人は生きていける、

一分間空気を吸わなくても人は生きていける、

しかし、

一瞬でも印象を受け取らずには人は生きていけない

といった。印象はかくも大切なものである。

今日、何を食べるかでなく、

今日、どのような印象を受け取るか、

今日、何を与えるかでなく、

今日、どのような印象を他者に送り届けるか、

このことをいつも想起してみることである。

（2月14日掲示板）

■印象を受け取ること～内と外

どのような出来事を受け取るかは人生では分からない。アイスクリームをわけてもらえる

こともあれば、十万円を盗まれることもある。幸運な出来事があれば良い印象を持ち、不幸な出来事があれば悪い印象を持つのであれば、わたしの自由にならない外の出来事にわたしの印象は翻弄されることになる。

だが、あらかじめ、良い印象だけを持つように自分のことを決めておくことは実はできることなのである。出来事に左右されないとまではいわないまでも、その振幅を最小限度にすることはできる。そのことは内側によってなされる。

外から内へと受けるのでなく、常に内から外へと向かうこと。

内が常にどのようにあるか、これはあらかじめ決めておかないと外に翻弄される。

あらかじめ決めておけば、不幸と呼ばれる出来事も違う目で見ることができるかもしれない。

(加筆して掲示板記入予定)

外の出来事は通常は現実はこの社会で思われているほど不幸でないことが多い。不幸になるのは自分のこころの内でのその不幸を増幅してしまうことによる。

自分を傷つける印象の受け取り方をやめること。

#### ■印象を与えること

集中 (グルジェフの会話に耳を傾ける姿勢)

自分らしさを表現すること

#### ■意識のある人生～行動規範

どちらか迷った時には、わたしの体ではなく、わたしの生命に仕えることを行為の基準とすれば、全体の生命に仕えることを行為の基準とすれば、迷いもなく、また、こちよ印象がわきだしてくる。

小さな自分は「小さな自分のために働くためにいる」のでなく、「大きなわたしのために働くためにいる」からである。自分本来の働きをすれば——自分が本から来たところの働きをすれば——、それがどのようなことであれ、かならず喜びがある。

(2月19日掲示板)

小さな労をいとわぬことである。

#### ●神の姿

いわたしの頭も信じれば、神の力が働く。神の力は働き場所をえり好みをしなから、あら

ゆるところに働くからだ。神社でも、仏閣でも、大きな岩の内にも、小さな石ころの内にも、そして、外にも、さらに、いわしの頭にさえ、そこに神を見て、感じることはできる。そのことから、

いわしの頭だけに神の力が働くとか、  
めだかの頭には神の力が働かないとか、  
いったとしたら、ナンセンスである。

神の力はあらゆるところに働いていることをわが身に自戒し、そして、わたしの知らない仕方で働いているその力をよく見てみることである。

(2月17日掲示板)

他人に見ることが一番困難である。

ヨガナンダの丸い石

#### ●意識のある人生～仮想

わたしが人体に入ってきたのではなく、自由に動くように作られた人体が作られ、そして、その使用法はもっともっと多岐にわたっている人体、その作られた人体に今のこの世界に入り込んで、使用していることをまざまざと思いいたること。

#### ●知識

今日、あるチラシが入っていて、それには

1パーセントの人が世界の富の40パーセントを持っていて、  
10パーセントの人が世界の富の85パーセントを持っていて、  
下層の50パーセントの人には1パーセントの富だけが与えられている  
と書かれていた。このような話をすると、

「知っているよ」

という人がいる。もっと貧富の差が激しいかと思ったという人もいる。

「知っている」

これは大きな誤解である。わたしが話したようにはあなたは知らない。

数字を知っていて、文章を理解できたからといって、<知る>ことへと至るわけではない。

知ることは、ネット上にも、図書館の中にも、知識人の言葉の中にもない。こころの内に驚きとともに、感動とともに、悲しみとともに、喜びとともに根づくものである。そして、その根づいたものが思い、言葉、行為へと至るのであり、記憶しているだけの知識などは知識でない。

(2月15日掲示板)

## ■出前持ち

40年前の話しであるが、

## ■わたしの知識～ヒーリング

病気を気で治すこと。

気の創造力について身につけるものがある。

## ●ヒーリング～遠隔治療

呼吸を通じて創造される実感、意識を通じて創造される実感を手がかりにする。

(2月20日掲示板)

2月13日2007年

## ●善悪

悪人がいてこそ、自分の善を表現できる。

悪人をとんでもない奴だと非難するが、もしも全ての人がイエス・キリストのようであれば、わたしはわたしの善を表現することはできない。わたしの悪を表現することはできてもである。

だから悪を見たならば、わたしの善を見つけ出し、それを表現すればよい。

ただ往々にして、善を表現したつもりが、己の内にあるある悪を増幅させて悪を語っていることになるから、こころしなければならぬ。

(2月16日掲示板)

## ■罰

>ただ往々にして、善を表現したつもりが、己の内にあるある悪を増幅させて悪を語っていることになるから、こころしなければならぬ。

なお、相手の悪のあとしまつはわたしの仕事ではないことを知るべきである。

わたしが相手の悪のあとしまつをしようとする、己の内にある悪を育ててしまうことになるからである。

もしも、あとしまつとしてわたしの仕事があるとしたら、

育てること

これのみである。

相手の善を育てる

これのみである。

だが、この仕事はとても難しい。わたしが善でなければ（正確にはくわたしが善悪でなけ

れば>)、相手の善を見ることができないからである。通常この仕事は個人でなく、巧まざる神の手、仏の手とともになされることになる。

(2月18日掲示板)

## ■悪

神性が表現されていないという意味で、悪の内に神性を見ることができる。

(掲示板記入予定)

## ●ヒーリング (2月13日日記より)

夜は市ヶ谷にて「気功教室」、ちょっとしゃべりすぎたかもしれない。

人を病気にする著名ヒーラー、人がたくさん来るから治さないというヒーラー、一回うん十万円の治療費のヒーラー、…等々の話題、ヒーラーってとんでもなさそうである…、う〜〜ん、難しい。それをまた持ち上げる方々がいるので、なおさら難しい。

では、お前はどうかというと、これまた、なかなかひと言で伝えるのが難しいが…、あえて言うと、「どん欲ヒーラーである！」 何に対してどん欲かということがあるのだが、お金に対してか？ 他人を支配することに対してか？ 他人と違うことを見せることに対してか？ 病気を治すことに対してか？ わたし自身に対してであるか？ どうなのであるうか？

……どうでもいいが、いちばん持ちたくない欲求は「あなたのためにヒーリングをします」ということ。拷問にでもあわないといえない言葉。

生死に関わる大きな病気というのは人生での特異点とでもいうべきもので、日常の人生観は通じないし、壊される。このブラックホールのような特異点に病気の方、家族の方、友人、医療従事者といろいろな方がいわば吸い込まれる。日常性がまったく通用しないその場面でわたくしはどのようなようであるか、この<どのようであるか>ということについてどん欲でありたいと思っている。

抽象的な話しで恐縮であるが、自慢話は嫌いだし、かといって、自分の汚点をさらけ出すのも嫌いなへぼ塚にとってはこのあたりでお茶をにごささせていただくしかない。

2月14日、17日、18日、19日、20日 2007年

## ●いわゆる仕事

ヒーリングと気功教室と旅行だけで人生を過ごしたいと思っているが、なかなかかなわずに浮世の仕事もせざるをえない。だが、この世界に無意味なことはないと思っているので、この食べていくためだけのような仕事にほかに何か大切な意味が含まれているのであろう、と時々振り返ってみている。

ということで、今日ふと思い浮かんだことは、

身体としての仕事をしてみる。

では、身体としての仕事とは何ぞや？

うまくいうことができないし、はっきり分かっているわけではないのだが、ヒーリングと気功教室だけであっては抜け落ちるかもしれない、そのようなことである。

(2月19日掲示板)

■ 四方田さん書き込み (2月25日)

お言葉に甘えさせていただきます、

私なりに、頭に浮かんだ事を書かせていただきます。

不自由な状態にある事で、内面の葛藤が生じ、

思索も深まるのではないかと思いました。

その渦中を過ぎて、後で振り返った時、

その意味が悟れるのかも知れません。

話は違いますが、「身体」といえば、

玄侑宗久さんという僧侶で作家の方が

「適度に動いて「体」優先の暮らしをする、

「体様」のご機嫌が悪いと心も悪くなる。」

みたいなお話をされていました。

・・・何となく、夏目漱石の「草枕」の冒頭を思い出しました。



四方田さん、書き込みいただき、ありがとうございます。

不自由な状態、たとえば、テレビを見ることを禁止されたら、十代までの私であれば不自由を感じ、見たい番組を見ることができないことから、葛藤が生じるかもしれません。ただし、今の私であれば、そのことは全く不自由な状態ではないので——テレビは必要としないので、葛藤は生じません。その意味で、ある外的な条件というものは内的な在り様の变化とともにその意味も変わってくるものと思われま

このことを突きつめていくと、外的条件というものはどのようなものであれ、本来意味を持たないものであり、その意味は私の内的在り様によって決まってくるのではないかと思うのであります。

ですから、高塚が現実生活するための仕事に葛藤を感じているのであれば、それは私自身の仕事に対する受け取り方に問題があるのではないかと思うわけです。では、どのような問題があるかというのが、なかなか見えそうで見えてこないところであり、その意味では今少しの時間が必要なのかもしれません。

わたしはすべての出来事はわたしにとって意味があることだと思っているので（ただし、その意味を知ることにはほとんど叶いませんが）、今の置かれている状態はわたしにとってのベストであろうと認めてはいるのです。ただ、正直なところ、半分イヤイヤになりながら認めているのであり、そのあたりの性根のすわらなさに忸怩たるものがあります。

わたしがしたいというヒーリング、気功教室、旅行というのはどれも非日常的世界です。凡夫へぼ塚はまだまだ日常生活での葛藤から多くを知らなければ（思い出さなければ）ならないでしょう。おっしゃられるように＜後に＞なれば、その意味は明らかになるでしょう。ただ、強欲なわたくしは＜後に＞ではなく、＜前に＞その意味を明らかにしようと思っているのであります。……そんなことは不可能だと思われるかもしれません。厳密な意味では不可能ですが、ある意味では前に持ってくる方法はあり、それは

（出来事と出会う前に）どのようなわたしであるかをあらかじめ決めておく

ということです。この掲示板のメインテーマのひとつであるのですが、なかなか果たせずにいます。

身体に関してはまた書き込んでみたいと思いますが、確かに体優先の暮らしをするのが基本中の基本なのでしょうね。35年間の深酒と運動不足で体ボロボロの私には耳の痛い言葉ですが、せめてこれからは体の言葉を聞いてあげたいと思っています。体の言葉というと、おいしいものを腹いっぱい食べるとか、おいしいお酒をあびるほど飲むとか、箸より重いものは持たないとか、聞いているのか聞いていないのか分からない人生を送ってきたので、簡単ではないですがね。しかし、よもちゃん、信じられないかもしれませんが、この人生でアルコールなしでも生きていけるようになりました～！！ このことはわたくしにとってはほんとアンビリーバブルな状態なのです。人生は不思議です。

（2月25日掲示板）

#### ■四方田さん

ここまでこんこんと説明していただくと、私にもなんとなくわかってきました。大事な事は自分の心のありようで、世界を決めるのは自分ですよ。

体の事は、そんなに大げさな事ではなく、旅行したり、仕事でなど外出していれば、ひとまず十分ではないかと思います。

私も今は普通の人なら何でもないことが、できない体です。

>人生は不思議です。

「すばらしきかな人生」ですね！

これからもよろしくお願いします。

#### ■お礼

四方田さん、おはようございます。

いろいろ書かせていただいたおかげで、今日はすっきり仕事に行けそうです(^o^)/  
ありがとうございました。

よろしければ、また書き込んでください。

では、また～。

(2月26日掲示板)

#### ■内と外

内側の世界が外側の世界に影響を及ぼすこと、すなわち、こころの世界が現実と呼ばれているこの世界を創り出しているということ、このことを信じている人、知っている人は多いが、では、

<その内側の世界に関して今のわたしはどのようなか>

そして、

<その内側の世界をわたしはどのようにしたいのか>

このことに関心を向け、実際に働きかけをしている人はおそろしく少ないのではないだろう



うか。

(2月26日掲示板)



### エネルギーを注ぐこと

(掲示板記入予定)

全てのエネルギーを注ぎ、全てを得る。

全てのエネルギーを変容させる。

変容は使用によって生ずる。

#### ●ココロの詰まりの解消法

よい印象を入れること

人と会うこと

本(言葉)を読むこと

よい印象を創り出すこと

エネルギーを注ぐこと

生命に仕えること(これを選択の基準とするとつかえがとれる)

2月16日、23日、3月3日、7日 2007年

#### ●教える

自業自得ということを教えるのではなく、

「原因があって結果がある。もし、この連鎖が好ましいものでなければ、これから離れられる」ということを教える。

#### ■善悪・自他

良い意味でも悪い意味でも、どのような人も自業自得の人生を送っている。

だが、自業自得でなく、他業自得となる人生を送らざるをえない人々もいる。

自らの原因により傷口ができてしまったことは仕方がないにしろ、その傷口に他人によって塩をすりつけられたり、ときには、(傷口でない)頭をはねられたりさえする。しかも、人々の好奇心を満足させるために公開されたりする。

そのような他業自得の人生にはまずは加担しないことである。

良い意味でも悪い意味でもである。

人は自分自身のことだけに、まずは全ての関心を注ぐべきである。

自らの内に善を見ることができて、初めて他者の内にも善を見ることができるからであり、自らの内に悪を見ることができて、初めて他者の内にも悪を見ることができるからであり、自らの内に善と悪とを見ることができて、初めて他者を本当にゆるすことができるからである。

(2月24日掲示板)



自分にはできないことがある。

だから、それを引き受けてくれる他人がいる。

それはときに悪と私が呼んでいるものであったりする。

だから、私にできなかったことをしている人を悪人と非難しないことにしようと思う。

(掲示板記入予定)

■わたし～鏡・一体

■自他

人に親切にしてあげると、深い喜びがわいてくる。

親切を通じて知らない自分を知ることができる。

他者を通じて知らない自分を知ることができる。

(3月3日掲示板)

人から親切にしてもらおうと、

人から悪意を受けると、

わたしはこの感情を他人への行為を通じてしか知ることができない。

他人に親切にしてあげると、そして、その相手の人が感謝の気持ちをもってくれると、内側から深い喜びがわいてくる。

なぜそうであるのだろうか？

その理由はおいておいても、確かなことは

親切を通じて自分を知ることができる

ということである。

ヒーリング（グリーンマイル）

神様には親切にしてあげたといえればいい。

（加筆して掲示板記入予定）

### ●創造

力をつけることをする（意識の保持・ベクトルの方向と長さ）

本気ですること、この人生でできるようにすること

全体のために行うこと

ヒーリングはこの力をつけるために神が与えてくれた能力なのではないだろうか

3月17日2007年

### ●ヒーリング（なみこさんへの返信）

花粉症は治りませんか(^\_^;)。今年は暖かい日が多いせいか花粉の飛び始めが異様に早く、私は今日ついに近所の病院に行きました。目がカユイです(T\_T)。

残念ながら、今のわたしの気ではほとんど治らないようですね。体質的な病気は対処療法的にしか効きません。花粉症治せれば、この時期だけ二ヶ月間働いて、あと十ヶ月間は朝寝、朝酒、朝湯で過ごすという自堕落へぼ塚にぴったんこの人生が送れるのですが、まあ、そのあたりのわたしの性癖を見抜いた天の神様が限られた能力だけしか授けてくださらないようですね(^o^;

（2月17日掲示板）

### ●意識のある人生

呼吸に意識をのせると、呼吸が変わり、動きが変わり、できる気が変わる。

動きに意識をのせると、動きが変わり、呼吸が変わり、できる気が変わる。

気に意識をのせると、気が変わり、呼吸が変わり、動きが変わる。

では、人生に意識をのせると、一体何が変わるのであろうか。

（加筆して掲示板記入予定）

### ●意識のある人生

あらゆる瞬間に神とともにいること。

そして、あらゆる瞬間に、全体と生命のために、あらかじめどのような態度をとるのか決めておくこと。

### ■日常の神

絵を描くときだけでなく、

文章を書くときだけでなく、

将棋をするときだけでなく、

日常生活において神を呼び出し、神とともにいること。

### ■

あらかじめ決めておくことの手助けとなる言葉・イメージ

たとえば、

黒住宗忠の言葉、絵画、写真、音楽、読経

これらは変わっていくし、変わっていくことが当然である

ただし、この言葉・イメージも外から内へとならないようにする

内の保持が目的であるのだから、内から外へと出ていくようにする

因果応報の

悪因悪果も

善因善果も

外からきての内なる因であれば、同じである。

### ●瞑想

「弓と禅」の“それ”に学ぶ。

型の反復

求めぬこと

前におかないこと

期間を設けぬこと

### ●教室の瞑想

参加者にわたしの瞑想が広がっていく瞑想、集中力

2月18日、19日2007年

●意識のある人生

意見が合わない人とあったとき、

三流の人

二流の人

一流の人～その人が成長してあげるように祈ってあげる

本人が行きたいところに行かせてあげる

シュタイナーの考え

どのような対処の仕方になるにせよ今までの対処の仕方を変えたとしたら、変えたいとしたら、そのようなわたしであることに意識しておかなければならない。意識しておかなければそこにいることはできない。意識はわたしがこれまでいることができなかつたところに住めるようにしてくれる。



2月19日、20日、24日、26日、3月4日、6日2007年

●苦悩～ココロの詰まり

小さな殻を身にまとっていることも苦しいし、それを脱ぎ去ることも苦しい。

だから、わけの分からない苦しみというものは、もうすでにそのような生き方はできないというわたし自身からの訴えである。

そして、そのような生き方から脱しようというわたし自身の苦しみである。

だから、小さな殻をよく見てみることである。

見ることができなければ、大きな生き方を見てみることである。

見れば希望がふくらみ、小さな殻は殻でなくなるかもしれない。

(3月6日掲示板)

もし見ることができたら、その殻を脱ぎ去ることである。それは自然に行うこともできるし、意識して行うこともできる。

(加筆して掲示板記入予定)

■内から外へ

●意識のある人生

他人の目からどのように見えるかということで今の自分の考え方をイエスといたり、ノ

一といたり、変えたりするのでなく、  
今のわたしの考え方から発するようにする。

ただし、わたしの考えというのがはたしてどれだけあるのか、という問題がある。  
多くの場合、わたしの考えとは、おなかがすいたとか、あのパソコンがほしいとか、どう  
すればとくをするとか、どうすればそんをするとか、そのようなものしか出てこない。  
それはそれでよい。他人を自分の人生の舞台に登場させるよりはるかによい。よいが、別  
のわたしを登場させることができないかということもある。どのようなわたしかというと、  
<これが本当のわたしだろうか>  
<今愛であるなら何をするだろうか>  
というわたしである。  
(加筆して掲示板記入予定)

#### ■今を生きること

ひとつを生きること

#### ●真実の証明

真実か否かというのは証明したから分かるというものではない。真実とは<真実にふれた  
>ときに真実と分かることであり、それが唯一の証明である。  
では、ふれるとはどういうことかということである。  
(掲示板記入予定)

感動する音楽かどうかは、楽譜だけからは分からない。実際に演奏するかどうかは別とし  
て、楽譜から音楽に変えて、その音楽にふれることが必要となるからである。

#### ●ヒーリング～発心

余命一か月といわれている方がいる。  
毎朝ヒーリングに行くために「お酒を断つ」。  
「お酒を断ったこと」、これが立派なことであるかどうかはおいておく。  
確かなことは、外からわたしが動いたことである。

もしこれが内から動いたのであれば、それは発心である。

#### ■質問～発心

答えは外からついてくるが、疑問は内から湧き上がる。

●意識のある人生

小さな自分のために生きない。

生まれてくる前のわたしと、死んだ後のわたしと。

あるいは、

数十億年前の生まれた頃の地球と、数十億年後の地球と。

それらのために生きる。

●禁忌

飲酒運転、絶対にしてはいけないことであるが…

絶対なのであろうか？

する人がいる。その人は何なのか…

■絶対

飲酒運転、絶対にしてはいけないことであるが…

その他にはそのようなことは何があるだろうか？

昔していて、いまはしなくなった“絶対”はないだろうか？

昔していて、今はしなくなったこと。

そのようなことがあるとしたら、している人に対して絶対にしてはいけないことといえるのであろうか。

飲酒

2月20日、24日、26日、28日 2007年

●モノ～日本

日本人はモノを大切にしなくなったといわれるが、モノを大切にしなくなったというよりも、モノを生命として、行為を生命として感じられなくなった結果がモノへの扱い方の変化につながっているのかもしれない。

●意識のある人生～印象・内と外

この掲示板のわたしの言葉、思いに共感してくださって見てくださる方がいるかもしれない。

仮にそうだとすると、その場合、この掲示板を見たときだけ共感してくださっても共感はやがて消え去ってしまう。

言葉を見たときに感じるのではなく、感じたようにいつもある、感じたようにあらかじめある、

そのことが人間らしい人生の始まりである。

犬や猫は愉快的条件が与えられれば喜び、不愉快的条件が与えられれば怒る。もちろん、人間もまたそうなのであるが、そうでないように生きることもできるのである。

外から内へと入れ、内側が喜んだり、悲しんだり、いい気持ちになったり、不愉快的な気持ちになったりするのではなく、内から外へと出すように努めてみる。そうすれば、外の風景も変わり、その変わった風景を見た人がまた新たな生き方に気づくことがあるかもしれない。

ただ、そのためにはわたしの内側がどのようなものであるかをあらかじめ決めておくことが必要になる。そして、そのためには自分が今何を考えているのか、自分が今どこにいるのかを知っておくこと、すなわち、人生に意識があることが必要となる。

(2月20日掲示板)

#### ■内と外

外でどのようなことが生じるかを変えることより、内でどのようなことが生じるかを変えることの方が簡単である。幸福になる宝石を身につけても、幸福になる日に幸福になる方向に出かけても、幸福になるアドバイスを授けてもらっても、不幸と呼ばれている出来事は避けることはできない。

なぜ避けることができないかという、

それはあなたに関係がないことだからではなく、

あなたに関係があることだからである。

だから出来事を避けるよりも生じた出来事をよく見るの方が自分自身のためになるということである。

そして、生じた出来事をよく見るとは、これまでと同じような反応をしないということである(同じ反応をすれば、同じような出来事がまた生じるからである)。同じような反応をしないということは、これまでと異なったわたしでいるということであり、このことが内で生じることを変えるということである。

わたしの内では今何が生じているのであろうか。

このことをよく観察することが最初の一步であらう。

(2月27日掲示板)

#### ■体験～聞く耳

以前、ある人に立花隆の話をしようとしたら、



「あっ、僕、立花隆評価していないんです」

ときた。かなり、年下の男である。一瞬、むかつきたが、言葉にするかしないかは別として、こういう反応の仕方は多くの人にあるものである。人生というのは評価しているものだけから果実を得ることができるのではない。評価していないもの、取るに足りないものからもまた信じがたい宝を得る。立花隆が立派かどうかはどちらでもいい。立花隆が話の始まりとなって生まれてくるものがあり、そのものが果実となりえるのである。(実際、わたしにとっても年下の彼の所業のおかげで、ここに具体例を示せるのである。)

人生に意味のあることと意味のないことがあると思うのは聞く耳を持たない、見る目を持たない人の思い込みである。今日の人生のすべての瞬間に意味はある。意味はあるが、それをどのようにとらえるか、あるいは、一顧だにせずにするかは、人間の側の問題である。

テレビを見る、活字にふれる、車中で聞こえる話し声を聞く、

そのときに、わたしはどのようにそれを判じているか、それを何と決めているか、

そのことをよく観察することである。

ここでわたしが書いているように、

それはわたしに関係がないことでなく、

わたしに関係があることである、

そのようにして見て感じ、どのように関係しているのか、出来事とわたしをよく観察してみることである。

(3月1日掲示板)

葬儀の手伝いのおかげでかけたこと。

#### ■シンクロニシティ

シンクロニシティとは意味のある偶然の一致ということである。たとえば、

(数字の魔術より引用)

ということで、へそ曲がりでないかぎり「ふ〜ん」とうなってしまう話である。

ただ、実は人生のすべてはシンクロニシティである。何と一致しているかという、あな

たの存在とである。

より意味を生み出すために意識のある人生を送ること、扉をたたくこと。

このことはあらかじめ自分自身をどのようなわたしであるか決めておくことによって可能となることである。

(掲示板記入予定)

ただし、その関係は不幸であるという関係から変えることはできるのである。内側で生ずる映像は変えることはできるのである。

(掲示板記入予定)

関係のあることをどれほど避けようとしても、その出来事があなた自身である限り、いつまでもあなたとともにいる。

(なぜ避けることができないかという、それはあなたが選んだ道であるからであり、もしあなたが選んだ道でなければ、あなたを含んだ人々が選んだ道だからであり、そして、それがまた幸福になることもできる、成長することもできる道だからである。)

#### ■内と外～苦悩

外から内へと入れることは苦しいが、内から外へ出すことには喜びがある。

幸運と呼ばれる出来事を外から内へと入れないことである、不運と呼ばれる出来事を外から内へと入れないことである。

どのような出来事であれ、常にわたしの内から外へと発すること。これこそが人間の本性であり、それは別名自由と呼ばれるものであり、わたし（自）が原因（由）となるということである。

では、何を発するのか？

<これがわたしである>

そういえるものである。

■意識のある人生～発心

あらかじめのわたしと

一事の行為にこころを尽くすということ

常に一瞬一瞬にこころを発すること

●災難

夜中にたたき起こされてできること、このノートを書くことができること。

2月22日2007年



わたしの人生の過去が不思議であったように、

わたしの人生の未来もまた不思議であり、

わたしの人生のいまもまた不思議である。

...

だが、いまは過去しか不思議とみえてこない。

2月24日、26日2007年

●ヒーリング

死にそうな人にだけ精魂を使い果たすのではなく、日常のヒーリングにも精魂を使い果たせるようになること。

(参考) グルジェフの話者への関心

(参考) 一事だけを為すこと

教室にエネルギーを注ぐこと

いわゆる仕事にエネルギーを注ぐこと

エネルギーの注ぎ方～力を入れすぎないこと

気のこちよい実感を手がかりにすること

あるいは、遠隔治療の触感を手がかりにすること

●しるし～内と外

あらゆるしるしを見逃さないこと。

ドライバーの感謝の手を見ること。

となりにいる人の怒りの気を感じること。

…

それらは神からの対話である。

そしてその対話という出来事、

それらを通じて、〈私がどのように発するのか〉ということ。

●瞑想＝意識のある人生＝一体

夜勤で寝る前にベッドのふちに腰かけて、かすかではあっても部屋全体を生きることができたこと。

翌日、稲毛駅からの徒歩での帰宅途中、風景全体を感じ取ることができたこと。

このようにして意識を持ち続けること。

2月25日2007年

●意識のある人生

2月26日2007年

●神棚

朝起きて、神棚に手を合わせる。

これは「今日一日よろしくお願いします」と頼むのではなく、

「おはようございます。今日も一緒にでかけよう」という挨拶なのである。

(ただし、いまは理想)

2月27日、28日2007年

●神頼み

神社で毎朝1時間お参りしている人がいる。

そば耳を立てて聞いていると、どうもうらみに思っている人がいて、ひどい目に合わせてくれと頼んでいるようである。もう一ヶ月以上も通いつけている。

神社で毎朝1時間お参りしている人がいる。

そば耳を立てて聞いていると、どうも病気の子どもがいて、助けてほしいと頼んでいるようである。

もう一か月以上も通いつけている。

まるで違う神頼みである。

だが、まるで同じ神頼みのようにも思える。

どこが同じでどこが違うのであろうか。

(2月28日掲示板)

#### ■ある依頼人

彼女が自殺するといっているので、気に入れて思いとどまらせてもらえないだろうかという依頼があり、まあ、どうなるかはお約束できないが、お越し下さいということになった。ふたりでお越しになり、お話をお伺いすると、男性には奥様がいらっしゃり、女性とは不倫である。男性は別れる気はまったくないという。女性は別れてくれないと自殺をするという、そういうお話である。

わたしはこの世界を創造した神様ではないが、この男性の頼みにどのように応えればよいのであろうか。

人をうらむ頼み、子どもを助ける願いと同じなのであろうか、違うのであろうか。

(3月2日掲示板)

### ★3月2007年

3月1日、7日2007年

#### ●意識のある人生

身体とはわたしが身体のために生きるためにあるのではなく、わたしが身体を使って生きるためにある、このことに常に思い至っていること。そのためには身体を人生の主演とせず、わたしを人生の主演として生きていかなければならない。

そのように生きていく方法として全体のなかの風景のひとつとして自分自身を見るということがある。

そして、どのように使うかは自由であること、

#### 2 ひとつのことをする (ベクトル)

3月2日、4日2007年

#### ●遺言

死んだあとにはこうしてもらいたいということは、死んだのちもやはりそう思っているの  
であろうか。

死ぬ前には考えもしなかったことで、死んだあとにはこうしたかったということはないだ  
ろうか。

いつも死者の目で人生を見ることができれば、死んだのちも後悔はない。

死者の目とはどのような目なのであろうか。生きていては開かれない目なのであろうか。  
そうであるなら、肉体が生きていないように生きて目を開いてみればよいのかもしれない。

3月4日 2007年

●シュタイナー

人間として小さくなるということはない。

どこが小さくなることはないのであろうか。

大きな人間が大きな職業に就くとは限らない。

大きな人間が運動神経抜群の人間に生まれ変わるとは限らない。

3月5日、9月26日、27日 2007年

●善悪～器

どのような人も、その人の器の中で善人であり

どのような人も、その人の器の中で悪人である。

そして、どのような人も、その人の器を育てることはできる。

だが、その器にはいつもその人の善と悪とが入っている。

(3月5日掲示板)

■コントロール★★★

では、人は善だけであるということはないのか。

善だけであるということはないが、いつも善だけを選び取るということ是可以する。それは  
自分自身のコントロールの問題である。

だから、器を育てることとは、器に善を入れ悪を廃することではなく、自分自身をコント  
ロールするすべを学ぶことである。

すなわち、意識して人生を歩むということである。

(9月27日掲示板)

意識して人生を歩むとは、

悪——明日の不安、過去の悔恨、他者の目、慢心、嫉妬、自己欺瞞——を知ることであり、  
いつもそれらが渦巻いていることを知ることであり、

そしてまた、

いつも善であること、いつもあらかじめ善であることを試みることである。たとえば、いつもいつも「ありがとうございます」と称えたり、「南無阿弥陀仏」と称えたりすることである。あるいは、「今愛であるなら、何をするであろうか」ところに問うことである。

大きい器をもって生まれてきた人もいれば、小さな器をもって生まれてきた人もいる。だが、どのような器であれ、その器を超えた善と悪に誰しもが遭遇する。その善も悪も器を変えることはできる。その器の再生無意識にもできるし、意識的にもできる。無意識であれば、器に入り切らない善と悪を千回、万回、それはわたしの器には入らない、それはわたしではないと拒否するかもしれないが、意識的であれば、数回、数十回、数百回で

入りきらないように思える善も悪も実は己の内にある。

3月6日、7日2007年

#### ●教室

参加者の方のお話しによると、わたしが推奨する本「神との対話」の著者、ニールさんの講演会があるそうだが、このチケット代が2万5千円(先着100名は2万円)ということ。朝から夜まであるそうだが、「それにしても高い!」というのが第一印象。預金残高を増やすだけのためでないのであれば、その用途を明確にしてもらいたいという気持ちである。用途次第で、安いといえることもある。

この日はレイキの創始者臼井さんの話題。↓

<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E8%87%BC%E4%BA%95%E7%94%95%E7%94%B7>

気を出せることは一日で伝えることができるか。

得た能力は一生消えることはないか。

修行における転機と日常生活における転機は同じであるか。

力を抜くことを知るためには、とことん力を入れることを体験しなければならないこと。

求めることと求めないこと。神聖なる矛盾。

食を断つことで死ぬ人もいれば、この臼井さんのように覚醒する人もいるが、その違いは何か。

「神との対話」は30年後も残る本であろうか。

3月7日2007年

●わたし～共産人

わたしは共産党員ではないし、共産主義者でもない。しかし、共に産み出す人でありたい、共に有する人でありたい、と思っている。

同時に、また、

わたしはわたしだけであり、他の人とは異なる固有の存在でありたいし、それをできるだけ深く表現したい、と思っている。

(加筆して掲示板記入予定)

●マスター、覚醒した存在

覚醒した人の定義

●収支

教室は外的には超赤字であるが、内的には黒字である。

3月8日2007年

●機会

親切にすることができる機会があるということは信じがたく、ありがたいことである。そして、そこで親切にすることを拒むこともできる。

3月10日2007年

●知識

死ぬことを知らないが、知っていれば人生は変わるであろう。あるいは、人生が変われば、死ぬことを知るのであるだろうか。

●ブッダの説法

言葉だけによるのではなく、むしろ言葉の奥にあるブッダの存在、現前の実在によって可能となったものがあるのではないか。

それとは別に今も残る説法の力。

●ヒーリング～意識と無意識



オイゲン・ヘリゲルの蜘蛛の巣の話し

蜘蛛の糸を出すのは蜘蛛である。

その蜘蛛の巣をどのように描くかは蜘蛛であり、蜘蛛ではない。

さらにその巣にハエがくるのはクモによってではない。

当初のヒーリングのありがたさは次第に薄れてしまう。

#### ●ヒーリング～後悔・行為への愛

かなり前であるが、癌専門の病院に行き、癌の女性の方をヒーリングした。その方は退院されたあと、携帯電話の留守電に「あらためてお礼に伺います」と入れていたがそれっきりであった。何年かしてその癌専門の病院に別の方のお見舞いに行き、エレベーターが病室のある階に上がったとき、そこでばったりその女性と出会った。相手の女性はお見舞いから帰るところであったが、ぱっと喜びの表情をして「実は母が癌なのです」といったとたん、昔のことを思い出したのであろう、半分失望の表情を浮かべてわたしを見つめた。不義理をしているので、さすがに頼めないという表情であった。

わたしがヒーリングの申し出をすれば、喜んで受けたのは分かるが、だまっていた。やる気はなかったが、頼まれればしていたかもしれない。いや、やはりしなかったかもしれない。

今はそのことを後悔しているので、「今の後悔しているわたし」がその場にいれば、間違いなくわたしの方から「よかったら、やりましょうか」といえることができる。ただ、別のシチュエーションで同じようなことがあり、瞬間の判断をせざるをえないときには、はたしてわたしの内から好意を出すことができるかどうか…、これはは全く分からない。この忸怩たる思いをもう何回か感じてみないと、行為への愛（＝困っている人に手をかざすことだけを愛すること）というのは本当には分からないことなのかもしれない。本当に分かれば、不義理と呼ばれるものがあつたとしても、平気で手をかざせることになるであろう。

（3月11日掲示板）

こういう思いは、ヒーリングによって生還されなかったことよりも百倍も千倍も後悔していることである。

（掲示板記入予定）

3月12日、13日、14日、19日 2007年

#### ●意識のある人生～瞑想

今日、覚醒すると思い、一日を過ごすこと。

### ●意識のある人生

今日一日、生きていくすべてがある。

そのすべてを使ってどのように生きていくのか。

少なくとも、

生きていくすべてをさらに増やそうとすることだけは、

明日生きていくすべてがないかもしれないと思うことだけは、

やめよう。

あとは、今日一日のすべてをどのように使ってもよい。

### ●わたし～禍福

他人が不幸であると、親切にする自分が出てくる。

他人が幸福であると、嫉妬する自分が出てくる。

不幸な人も幸福な人もわたしの成長の糧である。

善人と悪人

### ●ヒーリング～グリーンマイル

超能力ヒーラーの映画「グリーンマイル」で主人公の死刑囚ヒーラーは死んだねずみを生き返らせる。

だが、体だけを生き返らせることだけであれば、生き返らせたことに何の意味があるというのだろうか。

この瞬間にこの地球上では数え切れないほどの生き物が死んでいく。

わたしは当初体だけのヒーリングを行い、メンタルな面には一切関わらないと決めていた。

だが、そのようなヒーリングに何の意味があるのだろうか。病気がよくなった人には意味があるかもしれない。だが、わたしにとってそれはいかなる意味があるというのだろうか。

昔「そこに山があるから登るのだ」という言い方ははやったが、そこに病気の人がいるから手をかざすのか。

もちろん、今も困った人がいて頼まれれば手をかざすことを厭うわけではない。だが、手をかざして病気が治る、あるいは、治らないという関係だけの手かざしではなくなっている。このことはわたしの意図とは別のことであり、結果としてそうなるということである。

(3月19日掲示板)

### ■くもの巣

この話しはヒーリングについてもいえるたとえである。いや、人生すべてについていえる話かもしれない。

わたしは巣という網をはって患者さんを待っているわけではないが、困っている人が来る（困っていないと自覚していない人も来る）。そこでわたしはくもの糸ならぬ気をわたしから出す。その気がどのような作用を及ぼすかは全く分からない。

体のヒーリングが<できる>ということは、そのことを通じて何らかの意味がわたしと他者とにあるということである。

#### ●散歩

うしろから見る。

#### ●太陽

夕方散歩していると、目の前に大きな太陽があることに気づいた。夕焼けになる前の太陽なのでまぶしいが、目をこらしてじっと見ていると、何とも不思議な感覚がわきあがってくる。夕焼けや朝焼けの太陽は時々見るが、こうして真っ白に輝いている太陽を目のあたりにして見たのは初めてであった。

太陽のコロナの写真やその科学的分析についてはある程度は知っている（ただ、太陽については科学的にも分かっていないことはたくさんあるようである）。光合成の重要な役割となっていることも知っている。そのような太陽の外的知識は知ってはいても、太陽の内的知識について皆無であったのではないか。この日、太陽を見ていてそう思った。

ふと「ユング自伝」の太陽に関するある一節を思い出し、本をめくってみるが、なかなか見当たらない。だが、別の興味深い箇所があったので、引用しておきます。

ユングがアメリカを訪れたときにプエブロ・インディアンと過ごしたときの話しです。（「ユング自伝」第2巻 72ページ みすず書房）

オチウェイ・ピアノと屋根に腰掛けています。太陽は高く高く昇り、まぶしいほどに輝いた。そのとき、彼は太陽を指していった。「そこに行く太陽が我々の父ではないだろうか。そうでないと誰がいえよう。他に神が存在するなど。太陽がなくて、なにが存在できるだろうか。」すでに彼には興奮の色が現われていたのだが、ますます亢（たか）ぶってゆくようだった。彼は適切な言葉を見つけようと苦心していたが、ついには「山のなかで独りているとき、人はいったいどうすればいいのだろうか。太陽なしには、火ひとつおこすこ

ともできなしない」と叫んだ。

「太陽は見えざる神によって造られた、火の玉だと考えはしないか」と、私は彼に尋ねてみた。この質問に彼は吃驚（びっくり）仰天するどころか、怒りすら示さず、質問は明らかに彼の心のなにもものにも触れず、私を馬鹿げたことを問う奴だと思っている風でもなかった。このような質問で、ただ彼を冷然とした沈黙に追いやっただけである。私は克服しがたい絶壁を前にしたような気がした。彼はただ、「太陽は神だ。誰もが見ることができる」とぼつんと答えた。

太陽が強烈な印象を与えるということは納得できたが、一人前の立派な男が、太陽について語るときの言葉の端々からうかがえるような、打ち克ちがたい感情に捉えられてしまっている様子は、私にとって新鮮な、深く心をゆさぶられる経験であった。

キリスト教徒ではないが、「ユング自伝」はわたしの回心の大きなきっかけとなった本です。最後に読んだのは40歳のときですから16年前、大きな影響を受けたとはいえ、それ以降の自分自身の変化からこの本はわたしにとっては過去の遺物のひとつに過ぎないと思っていましたが、改めてページを繰ってみるに、大きな慢心であることに気づかされました。やはり名著はいつまでたっても名著です。そして、太陽を見て感じたように、<わたしの内にあるもの>と照応して<内なる太陽>も<内なる「ユング自伝」>もあるということです。

(3月15日掲示板)

## ■黒住宗忠

### ●四方田さんへの返信～「あるヨギの自叙伝」

早速有り難う御座います。

ご指名のお勧めとあれば、是非Bをお願いいたします。  
きっと私からすぐくくだらない質問がでてくるでしょうが、  
宜しくご教導下さい。

ここで書くのは申し訳ないですが、  
もし、同窓会でお会いできないなら、  
近いうちに直接お会いしたいですね。

「あるヨギの自叙伝」は2年ほど前に明治時代の超能力者「長南年恵」について興味をいだいて、ネットで検索するうちにたどりついた本です。当時はヨガについては興味ゼロで

あったので、このヨガ行者の本を手にするというのは、わたし個人にとっては奇跡的な出来事であり、その意味では「神との対話」を手にした経緯と似ています（わたしは、「神」とか「愛」とか安易に語ったりするのは大嫌いで、また、それが嵩じて、そういう活字を見ることそのものが不愉快な人間であったからです）。

わたし自身はこの「あるヨギの自叙伝」という本を手にしたということは **SOMETHING** の導きによるものと確信していますが、こういう確信というのは当事者でない他人に伝えることはなかなか難しいことです。

この本は西洋へヨガを広めるという使命をおび、インドからアメリカに渡ったパラマンハサ・ヨガナンダという人の自伝です。O 教授でなくともまゆつばと思われるような話のてんこ盛りであります。不思議な話しが真実かどうかはわたしにはどちらでもよいことです。著者は「内的意味がある不思議な話しか取り上げていない」と書いているように、ひとつひとつの逸話に内的な意味があるのでそれを学べば十分であるというのがわたしのスタンスです。

クラス会の参加については本当に迷いつづけていたのですが、四方田さんの書き込みを見てところが定まりました。ありがとうございます。出席します。

あと、それとは別に飲み会であれば、いつでも OK です。またお誘いください。

なお、荷物になりますが、ご本は当日お渡しいたします。

(3月13日掲示板)

#### ■四方田さんからの返信

> **SOMETHING** の導きによるものと確信していますが、こういう確信というのは当事者でない他人に伝えることはなかなか難しいことです。

私も似たような体験はありますし、  
信頼できる先生からも、  
そういうお話を聞いたことがあります。

それでは、当日お会いするのを楽しみにしております。

#### ■自己伝授

沈黙は金といいますが、わたしのようにべらべらしゃべるのではなく、黙して沈んでいてこそ本当に金となるということもあります。そして、沈黙により伝えられることもあります。明日書き込む予定の太陽の話もそうですし、このあたりの話しは「弓と禅」（オイゲン・ヘリゲル著 福村出版）でいやというほど出てきます。

わたしのものは伝えることができないのです。わたしのものを誰かがもつとしたら、それはその人自身が獲得しなければならないものです。ですから、わたしにとっては著作権などは存在しない話しです（わたしのものをその人がもったときは、その人が得たものなのですから）。わたしから奪い取ることができるものがあるとしたら、それはもともとわたしのものでなかったものです。

では、土曜日楽しみにしています。

(3月14日掲示板)

3月13日、14日 2007年

●柴田さんへの返信～ブレスレット

高塚さん。5万アクセスおめでとうございます。

>A ブレスレット（気に入っています）って私も申し込めるのでしょうか??

出来たら結構です。ますますのご活躍をお祈りしています。

千歳船橋 柴田 勲

柴田さん、ありがとうございます。

このホームページを開設したのが2000年の8月30日、当然ながら、6年後の今日この日のことは全く読めなかったことではありますが、この6年間を省みることはこれからの人生の指針となると思っています。

6年間をふりかえると、脇道の袋小路に入ってしまった日々、おそらくは本道ではないかと思われる道を歩いた日々、どちらともいえない泡のようにしか思えない日々とがありました。これからの人生、第三の日々だけは避けたい気持ちでいます。

ブレスレット、気に入って来週中にはお送りします。

これをつけたからといって、気が出るわけではありません、幸福が来るわけでもありません、災厄と呼ばれるものを避けられるわけではありません。それらはすでに十分であるからです。

わたしの今の気をすべて入れておきます。何に役立つかは分かりませんが、ただただわたしのすべてです。

■柴田さんよりの返信

高塚さん。ありがとうございます。

以前お会いしたときに、普通でいることが大事とお聞きしました。あれから高塚さんや光さんの様な事が出来るが故に、大変苦労された方と知り合う機会がありましたが、その方も出来るだけ普通が一番、時として力が役立つ時もあるけれどね。と言っていました。今は少しずつヒーリングも始められていますが、能力と心のバランスがいかに大切かを教えていただいています。

私は平凡なので大丈夫そうですが（^-^）

ありがとうございます。

住所などは必要ありませんでしょうか？

■わたしたちは一体であり、ひとりひとり特別である。

普通が一番ということは、自分が他者と違って特別であるという思いが多くないのいさかいの原因となり、また、自身の成長の妨げとなるからです。

ですから、普通であるということは他者より自分が優れていると思わないということです。また、今の自分の状態が特別であると思い、満足し（慢心し）、自分自身の成長を妨げないということです。

ただ同時に、特別であると思うこともとても大切なことです。この場合の特別であるということは他者と比較しての話ではなく、自分自身が不可思議な存在であることを感じて、喜び、こころが満たされることです。マズローという心理学者が至高体験と呼んでいる体験はこのような感動を指しているのではないかと考えています。

わたしはあなたと同じように普通である。

わたしはあなたと同じように特別である。

どちらの思いもとても大切なことですが、多くの能力者は他人と比べて自分が特別であると思い、自分自身の能力に関しては当初は別としてもおおむね無感動です。

イエスは人類史上の傑物のひとりですが、

「あなたがたもわたしと同じである。信じるこころがあれば、わたしがしたこと以上のことがあなたがたにもできる」

と語っています。

彼が「あなたがたもわたしと同じである」というとき、彼はわたしたちと同じく普通であるといっています。

彼が「多くの病人を治し、死者をさえ蘇らしたのと同じこと、いや、それ以上のことがあなたにできる」というとき、彼はあなたがたは信じがたいほど特別な存在であるといっています。

普通であり、特別である、どちらもここに銘記すべきことです。  
わたしも今日一日、このことを忘れずに過ごしたいと思います。

よき師に出会えることは素晴らしいことです。光さんにはヒーリングのご教授をうけたまわりましたが、わたしにはこの人生の師と仰げる方には出会えていません。わたしの場合、今生の師は体験と内なる言葉であるかもしれません。

なお、ご住所はメールでお送りいただけますか。お願いいたします。  
では、また～。

(3月14日掲示板)

3月18日2007年

●ワーク

紙切れを右から左に動かして巨万の富を得る。

これが青少年に夢を与えるということだろうか。

このような夢に現代の日本という地はどっぷりそまっている。わたし自身もそのようなところがある。

もしこれが夢であるなら、そして、この夢を実現するべく生きるなら、そのような結果があるだけである。脅しではなく、原因と結果は常にある。

結果は変えることはできないが、原因は常に変えることができる。そして、いつも同じ原因を生きればそれは大きな創造する力となる。もちろん紙切れでぼろもうけをしようと思ふことであれ、同じ原因を生きることは大きな力となる。その力のことを知ることである。原因を知ることである。結果は巨万の富が得られるかもしれないが、もっと信じがたい大きなものを失うかもしれない。

3月19日、22日2007年

●ヒーリング

「グリーンマイル」という映画がある。

書き込み～できるだけ具体例を入れながら書くようにすること。



3月20日2007年

●わたし

テレビを見るのが楽しい。  
肉を食べるのが好きだ。  
お酒を飲むと楽しい。

<今日のわたし>が楽しいことは<明日のわたし>が楽しいこととは限らない。

「今日のわたしが楽しいと肯定すること」をよく見てみることである。

「今日のわたしが不愉快と否定すること」をよく見てみることである。

見れば、変えられるかもしれない。

見れば、今までのように肯定・否定できなくなるかもしれない。

<明日のわたし>でなく、<今日のわたし>がこれまでの肯定・否定を変えられるかもしれない。

(3月20日掲示板)

●教室

直感を思考～神の声直感を人間の思考というつぼで錬金する。

第三の道（神聖なる矛盾）～裁判・安楽死

95 パーセント治すという人・ゴッドハンドの人

95 パーセント治す人・3パーセント治す人

3月21日、22日2007年

●第三の道（神聖なる矛盾）

正しいか誤りか、右か左か、行くか行かざるべきか、この世界では二者択一で決断を迫られる、判断を求められることが多い。だが、これらには多くの場合、第三の道というものがある。

時の総理は靖国神社に参拝すべきかすべきでないか。A級戦犯は戦争犯罪人であるのかそうでないのか。以下は、昨日お参りに行ったお寺さんでいただいた新聞に出ていた記事からの孫引きの引用です。

法の声 心に響く 春の朝

初桜 薫る命は いづこより

上の句は故東条英機元総理がしたためられたものを、巣鴨拘置所にて故高野強恵（住職の父）が受領したものであります。この年23年12月23日午前0時1分、お念仏の声とともにその生涯を閉じられたのです。東条氏の母が福岡小倉の浄土真宗万徳寺のご出身ということもあり、東京大学教授を退官され巣鴨拘置所の戦犯教誨師として活動された、浄土真宗僧侶花山信勝師の教誨を受け、死を前にしながらも真実の法に出遭えた喜びと、生死を超える道に出遭うことの大切さを私どもに教えてくださっています。所内では「正信偈（しょうしんげ）」や「浄土三部経」を読み次のような感想を述べられています。

「大無量寿経は偉いことですね。その中でも殊更に、四十八願を読むと、一々誠に有難い。今の政治家如きはこれを読んで、政治の更生を計らねばならぬ。人生の根本問題が説かれてあるのですからね。国連とか、その他世界平和とかは、人間の欲望をなくした時に初めて達成できることで、そこに社会の平和がなるのだ。人間の欲望というのは本性であって、国家の成立ということも欲から成るし、自国の存在とか、自衛というようなきれいな言葉でいうことも、みな国の欲である。それが結局、戦争になるのだ。これを取り去るために、東洋では釈迦が、西洋ではキリストが、この二大聖人が世に出て、欲に巣食う人間を救わんとして、何千年来やって来たわけだが、それが実行されないで、時に共に末世的状態になって来たわけだから、真先に政治家がこれを読んで、深く考えなければならぬ。自分も、巣鴨に入ってから、初めて発見したことで、情けないことですね。しかし、ここに入らねば人生なんて静かに見ないですね。仏は木で作ることも、絵に書くこともできない大きな存在である。昔と今とでは、それだけ信心さが違うと思う。私たちは甘えすぎています。」

「われ往くもまたこの土地にかへりこむ国に報ゆることの足らねば」

「巣鴨の生と死」花山信勝著より

もし日本の政治家がこの話しを読んで感じるどころがあれば、靖国参拝に反対されている国々の方にこの話しを伝えればよいと思う。納得して反対を取り下げるかどうか、それは分からない。あとは、どちらでもよい。あとあとまだ参拝にこだわるのであれば、それはこの東郷氏の話しを真意を全く分かっていないということである。参拝も非参拝も同じ土俵にある、同じ三蔵法師の手のひらの上にあるということを知るべきである。

(3月22日掲示板)

## ●法話

生命とは何か 真実で捉えることができない

開け放たれたお寺

## ●弓と禅～形姿

厚かましい押し売りのような本をお読みいただき、ありがとうございます。

当時学生であった稲富栄次郎氏のオイゲン・ヘリゲル博士の思い出です。

講義がすむと、上田と私とはいつも博士と一緒に、人影もない大学の構内から、雪に氷った夜の街を、鈍いゴム靴の音をひびかせながら、片平町の官舎の前まで歩いて行った。道すがら話題はいつも学問上のことばかりに限られ、博士は吹雪の中で、いつも手を振り、体をゆさぶって熱烈に談論せられた。そして官舎の前まで来てもまだ話はつきず、しばらく立ち止まって談論を続け、話がけりがついたところで、やっと「ではさようなら」と言って官舎への道を下りてゆかれたのである。その時真暗い吹雪の中で、官舎の電燈にぼんやりと映し出された先生のシルエットは、今なお私の眼底にこびりついて離れない。

(オイゲン・ヘルゲル著 稲富栄次郎・上田武訳 「弓と禅」福村出版社 158 ページ)

わたしはここ数日年休をとってさまざまな所要をこなしたのですが、何か薄っぺらな広告の紙に追い立てられているようにして過ぎ去ってしまいました。そのような時間はこの数日間だけでなく、ここ何年もつづいている時間であるわけですが、上述のヘリゲル博士のシルエットはわたしの人生にはない形姿です。ですから、わたしはその姿かたちを上述の文章からできるだけ鮮明にこころの奥底に浮かび上がらせ、わたしの過ぎ去ったこの世界のあとにもそのようなシルエットが残りほしないかと、ふと思うこともあるわけです。そのシルエットは広告紙のように誰かに見られるための影ではなく、人が生きて、ただあとに残っているシルエットなのです。

(3月21日掲示板)

たった今、「弓と禅」1回目読み終わりました。

自分自身の武道の経験を思い出し、

途中から一気に読み進んでしまいました。

ありがとうございます。

しかし、それは「過去の自分のフィルター」を通した物であり、

今後、間をおいて何度と無く読み返すことで

高塚さんの言われるような境地に、

新たに至る可能性もあるだろうと愚考します。

この「自分が」という点で、ヘリゲル氏も大分苦労されたご様子ですね。

CWニコル氏が来日して空手を学んだ時の著書や、  
逆に、単身ヨーロッパに空手を指導に行った、  
時津賢児氏の著書を思い出しました。

どうやら 2007 年 3 月の私には、  
武道的な面からの理解、そこまでみたいです・・・。

3 月 22 日 2007 年



ゆるせる自分になっていくことを悔いる。  
ゆるせる自分になっていくことを喜ぶのでなく。

●ココロの詰まり～内と外

内側から元気になること  
外にふれて元気になるのでなく、内にふれて元気になること。

3 月 24 日、25 日 2007 年

●意識のある人生

1 時間に一回意識を登場させる。

いまさっきまで、何をしていたのか、  
いまこの瞬間、何をしているのか、  
いまこの瞬間から、何をするのか、  
このことを知ること。このことを決めること。

これは簡単ではない。

1 時間に一回意識を持つことも、知ること簡単ではない。  
まずは無意識の人生を送ることが人間に運命づけられているからである。  
うそをつくことに慣れっこになっていて、見ること、知ること、決めることができないからである。

(3 月 24 日掲示板)

わたしは時代と土地、個人史のしがらみにがんじがらめになっていて、見ること、知るこ

とができないからである。

### ●錬金術～悪習

悪しき習慣は黄金の宝である。

最初はそれを宝のようにあつかう。生命（いのち）よりも大切にあつかう。

だが、いつか、実は生命の方が大切であることに気づき、それを手放す。

そして、手放すときに生命は変わる。

これが真の錬金術である。

黄金の宝は黒いすすとなり、黒いすすのようにあつかわれていた生命が黄金となる。

だが、とらわれずに手放したときにも悪しき習慣は宝である。

この悪しき習慣があつてこそ生命が変わったからである。

（3月25日掲示板）

### ●わたし

わたしは睡眠たっぷりであれば、いろいろなことをエネルギーにできる。

わたしは睡眠不足であれば、少しのことしかできない。

これは確かである。

### ●クモの巣

クモの巣は虫をとらえるが、人間が織り成すクモの巣が何を実現するかは全く信じがたいことである。

手をかざすだけで病気が治る。

意識のあるクモの巣（人間の場合）

3月25日、4月21日 2007年

### ●慢心

わたしを正義にしてくれる人を敬うこと。

わたしを慢心へといざなう人だからである。

わたしを悪人にしてしてくれる人を敬うこと。

わたしの天狗の鼻をへし折ってくれるからである。

### ●教室

神の設計図

ご破算にすること～20年毎の伊勢神宮の建て直し  
金の出現

もっともっと参加者に参加させること  
明確なツールを提供すること

●意識のある人生～すべきこと

あなたが今日したこと、あなたが昨日死んでいたらできなくて困ったということはあったらどうか。

あなたが明日しようとしていること、あなたが今日死んでしまったら困るということはあるだろうか。

あなたが死んだら困ることを今日するべきであった。

あなたが死んだら困ることを明日するべきである。

3月27日、4月20日 2007年

●アインシュタインの問いと答え

アインシュタイン「なぜこの宇宙を作られたのですか」

神様「わたしを知るためです」

●創造力

一体性が真の創造力となる。

●善と悪

失敗というものを含んだアカシクレコード

●犬

小学校のときに通学路でつながれていた犬はいつもきちがいのように吠えていた。

ものをこの犬のように扱っていないだろうか。

神との対話「助けてくれという叫びである」

3月28日、4月20日 2007年

●自他

過去の人生でひきつけてきた他者を見ておのれを知る。

現在の人生でひきつけている他者を見ておのれを知る。



四方田さん、書き込みいただき、ありがとうございます。

第13章は「丸い石の話し」として、教室でもよく引用する話しです。本をお持ちでない方のために簡単な内容を紹介すると、著者ヨガナンダは師スリ・ユクテスワのもとで修行中（この師との出会いも驚愕な出会いであるが）、ヒマラヤでの修行にあこがれ、師に「ヒマラヤに行かせてください」と申し出るが、

「ヒマラヤにはおおぜいの山男たちも住んでいる。だが、彼らは神を知らない。英知は鈍重な山よりも悟りを開いた人間に求めるほうが容易に得られるものだ」

と断られる。しかし、ヒマラヤにあこがれるヨガナンダは師を捨ててサンスクリット語の先生から聞いていたラム・ゴパールという聖者を求めて旅立つ。途中、有名な寺院に寄るが、その祭壇には丸い石がぼつんと置かれているだけである。そこで、ヨガナンダは

「神は魂の中にのみ求むべきだ」

と心の中でつぶやき、頭も下げずに寺院を出る。そのあと、何度も道順を聞きながらラム・ゴパールの家を探すのだが、その都度でたらめな道を教えられ辟易としながら歩いていると、風采のあがらない男に出会う。その男は千里眼の持ち主で（この手の話しはこの本の中では日常茶飯事で、驚くにあたらない逸話）、この男が探したずねてきたラム・ゴパールであった。彼はヨガナンダに神はどこにいるかと思っているかと問う。ヨガナンダは

「神は私の内にもいられますし、また、すべてのもののうちにも宿っておられます」

と答える。千里眼のゴパールは、

「ではどうしてきのう寺院で、石のシンボルに宿る神の御前にお前はひざまずかなかったのだ？ その傲慢さに対する罰として、お前はあのいたずら者から間違った道を教えられたのだ」

という。つづけて、

「若いヨギよ、お前は先生のもとを飛び出して来たね。だが、お前の先生は、お前に必要なものをすべて持っておられる。すぐに帰りなさい。山はお前の師ではない」とすり。スル・ユクテスワにいわれたことと同じことを言われる。

「お前の家には、ドアを閉めて一人になれる部屋があるかね？」

「はい」

「そこがお前の洞窟だ」

ヨギは深い悟りのまなざしを——それはいまだに忘れることはできないが——私に注いで言った。

「そこがお前の聖山だ。そこがお前が神の国を見いだす場所だ！」

彼のこの一言は、長い間私に付きまとっていたヒマラヤに対する執着を瞬時に吹き飛ばしてしまった。

以下も興味深い話しは続くのだが、まあ、こういった話しである。ところが動かされた方はぜひ購入してお読みください。値段は少々はりますが、500 ページの二段組の本であれば、決して高いともいえないと思います。～パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」森北出版

わたしは勧誘しやすい人間と思われるのか、若い頃に何回か某宗教への入信を勧められた。何人も集まっているところに呼び出されて勧誘されたが、祖父の話しをして難を逃れた（祖父は物心ついたときから毎朝、毎晩読経を欠かさなかったが、亡くなる一ヶ月前から「わたしはもうお経をあげなくてもよい」と話され、知り合いのあいさつまわりをして過ごしたという話し）。集まりの最後に、集まった 20 人ぐらいの人が大きな仏壇に向かってお経をあげているとき、わたしは自分の家の宗派とは違う宗派ということで、頭を下げずにじっと見ていた。（まあ、こういうあとの感じというのはとても嫌な感じで、自己嫌悪に陥ったものであるが。）

まあ、ヨガナンダでさえそうであったのだから、凡夫高塚が頭を下げずにいたとしても不思議でもなんでもない。ただ、このヨガナンダの「丸い石の話し」を読んでからは、他人が神、仏と認めているものに対して身を低くして、同じような気持ちを持つことには全く抵抗はなくなった。母は兄の病気を機に某新興宗教に入信しているが、その教団の祭壇に対しても神聖な気持ちで頭を下げられるようになったのはありがたいことと思っている。

神のことを知っていると思ひ込む傲慢さ、修行の場は深山の中、特殊な場にあると思ひ込む傲慢さ、これらは誰もががつまずいてしまう丸い石なのではないかと思う次第です。

（3月28日掲示板）

### 第13章 眠らぬ聖者

「あるヨギの自叙伝」を3分の1ほど読み進みました。  
初めは500ページ、上下2段あるのでたじろぎましたが、  
実際読んでみると、一つ一つの章が短く読みやすいですね。

今迄の中では、13章「やっと師に出会い修行に悩み励む様子」が好きです。

又読み進んだら、報告させていただきます。





四方田さん、お読みいただき、ありがとうございました。

おっしゃるように、悩みは「考え方・受け止め方の転換」で可能になることですが、現実  
に可能にするほど受け止め方を変えるとというのはたやすいことではありません。ただ、こ  
の本がその役に立ったのだとしたら、ありがたいことです。

実はわたし最後の最後の方はなぜか「いや～～な気持ち」がして読んでいないのです。な  
ぜ、嫌な気持ちがしたかは分かりませんが、また読み返してみれば、わたし自身別の見方  
ができるかもしれませんね。

「あるヨギの自叙伝」読み終わりました。  
ありがとうございます。

不思議と後半を読んでも間に、  
「私個人の悩みみたいなもの」の解決法＝  
「考え方・受け止め方の転換」が頭に閃いて  
非常に楽な気持ちになりました。

具体的に「どこの内容がどう」とは言えないので、  
偶然といえば偶然かも知れません。

後半に登場する聖人・偉人もみな凄いのですが、  
私にとっては、アレキサンダーとキリストの解釈が印象深かったです。

又後に読み返すと、過ぎた時間の分だけ違った所に目がいくと思います。

3月30日、4月3日、4月20日、22日2007年、

●ヒーリング

ある人が「ヒーリングを一生やる」と言ったが、  
嫌いな人にしないことは、一生やるという言葉に合致するのだろうか。  
疲れて帰ってきて、自宅の前で待っている人に嫌な顔をすることは、一生やるという言葉  
に合致するのだろうか・

●条件

変えるべきことと受け入れるべきこととがある。



好きなことをする。

好きでないことをする。

#### ●意識のある人生

四年後の退職にあわせて行うこと。

2008年3月まで 366日

2009年3月まで 365日

2010年3月まで 365日

2011年3月まで 365日 1461日

夢の実現～遊行→健康であること・ヒーリングができること・借金の返済・テレポテーション（あるいは、省エネの歩行）

外側に夢を持つのでなく、内側に夢を持つこと。

怖れないこと

#### ■所有

何を恐れ、何を怖れないか。

失っても、失わないことがある。

失わなくとも、失ってしまうことがある。

（4月21日掲示板）（草稿要転記）

#### ■意識のある人生

今日の目標をいつも書き出し、＜実現する＞。

意図し、意図通りに生きる。

それこそが人間らしい生き方であるからだ。

今日が過ぎていくのでなく、今日を生きる。

今日が過ぎていくのでなく、わたしを生きる。

たとえば、今日4月22日にわたしが書き出したこと。

今まででの最善と思われる気功治療を行うこと。

遠隔治療でこれまでで最高のやわらかな集中力を注ぎ込むこと。

事務所の片づけをすること。

部屋の片づけをすること。

単に思うのでなく、書くことによってこそ、意図通りに生きることができる。

思い、言葉にし、行動し、そして実現する。

実現されたことは、わたしとなる。

実現されたことはこの世の出来事であり、そして同時にまた、それを超えたものである。

(4月22日掲示板)

これとは別にアクシデントを楽しむこと。

## ★4月2007年

4月2日、3日2007年

### ●主人

人間は<わたし>以外に三つの私が主人となる。肉体、感情、思考である。

ふだんは肉体が主人となるのは、空腹時、飲食時、疲労時であり、それを満たせば、肉体は主人でなくなる。だが、病気の時にはそうはいかない。微熱があり、せきがとまらず、体がだるく、アタマに「もや」がかかっていると、一日中肉体が高塚の主人になる。今回の風邪ではしみじみそのことを感じた。多少人間らしいことをしたとすれば、それによって感情までも主人にしなかったことであろうか。

個人差があるだろうが、自分の場合風邪をひくのは、9割が油断、1割が無理をしたときである。無理をしても大概はこころをしっかりと保っていれば風邪などひかないので、99パーセントは油断といってよい。油断とは、風邪に対する油断ではなく、まあこころがだらけてしまうことである。休んでいてもこころがだらけていれば風邪をひく。こころがしっかりしていれば、寒中、風邪ウィルスだらけのところにおいても風邪はひかない、というのが自論である。

今回は、先週のライブの日に完全に<わたし>不在になってしまった。つまりこころがどこかにいってしまった。こういうときには外的条件に肉体はしたがう。やはり肉体の主人は<わたし>にしておかなければならないということである。

結構むずかしいことなのであるが。

(4月3日掲示板)

2007年4月2日、3日、4日

●わたし～基準

昨日「ダンマパダをよむ」を購入するきっかけは本屋で立ち読みをした際に、「過去七仏の最初のブツダとされるヴィッパシー仏の時代は、人々の寿命が八万歳でありました」という記述に出合ったことであった。仏教書にはこのような荒唐無稽な話が多い。若い頃はこのような話があるとうさんくさく感じて嫌になったものであるが、この年齢になると、逆に本当の話が書いてあると喜び勇んでレジに持っていくのだから、判断の基準などというものはあてにならないものである。

では、高塚はトンデモ本に影響されて、大昔の人間が8万年も生きていたなどと信じるようになってしまったかということ、そんなことはない。ただ、わたしとしては人間は過去か未来かは分からないが、8万年も生きることは可能である(あった)ということここ数年感じ始めている。その意味で、このような記述にえらい親近感を感じるのである。

この経典に記されているもとの話がいつされたのか分からないが、仮にお釈迦様が説かれた本当の話とすると、約2500年前である。2500年前の人はこの法話を聞いてどのように感じたのであろうか。無知であるから信じたのであろうか、あるいは、知であるから信じたのであろうか。だが、悲しいかな、少なくとも現代人にこのような話をするはこの弱小掲示板か怪しげな集まりの中ででしかできないことである。

(4月4日掲示板)

4月3日2007年

●内と外～夢

女流棋士の独立問題

内に夢があってこそ外に花開く。

●意識のある人生～愛と不安

最近、職場でロッカーに鍵をかけるようになった。万一にための防犯のためである。

だが、鍵を開けていてモノを失ったとしても失われないものがある。

鍵をかけていてモノが失われなかったとしても、鍵をかけることによって失ってしまうものもある。

(掲示板記入予定)

●わたし～うそ

昔友人に定期預金を解約してわたしとしては結構なお金を貸してあげた。そのあとも貸し、それ以降、何年も音沙汰がなかったが、ある時、電話がかかってきて一緒に飲まないかという。もちろん、喜んで飲みに行った。お金の返済はいっさいあてにはしていない。ただ、友人の酒の進み具合がおかしい。中途半端な量だけ飲んで、お開きになったときに、上着に両手をパタパタあてて、あれっという表情をして「財布、忘れたみたいだ。5千円でいいから貸してくれないか」という。さすがに、ちょっとむっとして「お金を貸すのはいいが、また会えなくなるのが嫌だから貸さない」と言い放った。まあ、友人は仕方ないという表情をして別れたのだが、後味の悪いものが残った。

わたしが言ったことは本当のことなのだろうか？

それが本当のわたしののだろうか？

まあ、きっと今ならそんな悲しい演技をした友人に喜んで貸してあげたであろうが、未熟なうそつきであった当時の自分には不可能なことであった。

(4月6日掲示板)

4月5日 2007年

●自己観察

小学校のときの自分を見るように、今のときの自分を見る。

(掲示板記入予定)

4月6日、8日、9日、11日、12日 2007年

●意識のある人生

未来の不安に生きる 未来の創造

過去の悔恨に生きる 過去の反省、過去を肥やしとすること (過去がなければ肥やしはないし、気づきもないし、成長もないし、変化もない)

他人の眼に生きる 自分の眼に生きる

未来のわたしを生きる、未来の希望を生きる、

過去の過ちを生かす、

他人の視線を受け容れる、

■意識のある人生～わたし

街中を歩いている。ショーウインドウに自分の姿が映っている。横目で

「私はどのようにみえるのだろうか」

と見る。

「着ている洋服はおかしくないだろうか、髪型は乱れていないだろうか」  
と見る。

私は他人からどのようにみえるかを見る。他人の目を通して私を見ようとする。これは何も外見だけのことでない。

言葉にする前から、行動する前から「他人からどのようにみられるか」だけを考えて言葉にし、行動する。他人から非難が出そうなことに関しては、「他の他人のお墨付きのある考え」を盾にしようとする。

だが、どう考えたって大切なのは、

「わたし（私）は何を話したいのか」

「わたし（私）は何をしたいのか」

ということであり、他人がしたいこと、他人が賞賛することなんかではない。

（4月11日掲示板）

「わたしは私のことをどのようにみているか」

ということである。

（加筆して掲示板記入予定）

#### ■意識のある人生～わたし（未来）

今晩は歓送迎会の飲み会である。明日は電話番号の仕事なので、飲みすぎないようにしないと明日の夜勤はしんどいことになる。このように今晩の飲み会、明日の勤務について不安に思う。

わたしの今という時間は今晩と明日の不安で曇っている。こんなことに今という人生を費やすことはばかばかしい。

どう考えたって大切なのは、

「わたし（私）は今何をしたいのか」

ということであり、明日の心配をすることがしたいことではないはずである。

だが、今したいことを意識しなければ、明日の心配が私を覆ってしまう。

今したいことに意識してエネルギーを注がなければ、明日の不安にエネルギーを注いでしまう。

（4月12日掲示板）

#### ■意識のある人生～わたし（過去）

これらは白昼夢と呼ばれる。



「あなたは何者になりたいか」  
わたしのしたいことを決めること～  
イエス・キリストの預言  
仏陀の誓願

(草稿要転記)

未来の不安を減すること、過去の不愉快な出来事を減すること

4月7日 2007年

●意識のある人生  
気づくから築くへ  
たまたま気づくのではなく、いつも築いているように

知的障害者のセンテンスごとに違う意味を発すること

4月9日、12日、6月27日 2007年

●条件～仕事  
今の仕事でできること。  
限られた時間の中でこそ達成できること。  
過去のヒーリングをかえりみること。  
意識のある人生の達成こと。

■神と人～神（条件）と人（選択）

過去の人生において条件が異なっていることが必要であったことは果たしてあったらうか。過去に望んだこと。

男前であること。  
小遣いがたくさんあること。  
早く走れる才能。

名もない会社でなく、一流企業に勤めること。  
好きな人が好きになってくれること。

条件が異なっていることが必要であったのではなく、私が異なった選択をとることだけが必要であったのではないだろうか。

わたしが今現在望んでいる条件というものも未来になって振り返ってみれば全く不必要なものとなるのではないだろうか。過去そうであつらうように。

あるのは、わたしが、今、何を、選び取るのか、そのことだけではないだろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ■条件～能力～知足

ヒーリング能力を授けてもらえないだろうかとのご相談いただく。

わたしは部屋の掃除をいつもほうきでしている。隣のうちでは電気掃除機を買ってすばやく簡単に掃除ができるとのことである。わたしもその電気掃除機がほしいと思う。

だが、よくよく考えるにわたしの住まいは六畳一間である。ならば、高いお金を出して掃除機を買わなくともほうきで十分であり、逆にほうきの方が早くきれいに掃除できるというものである。

もしも、将来大きな屋敷に住むようになれば掃除機が必要になるかもしれない。

あるいは、将来大きな屋敷の掃除人になったなら掃除機があると便利であろう。

だが、今は六畳一間の住まいであるので、ほうきで十分である。

電気掃除機をもっていて使っていない人をわたしはたくさん知っている。

まあ、一度もってみることも悪いことではないが、そのことに精力を費やすことは人生の浪費かもしれない。

(加筆して掲示板記入予定 5月以降)

#### ■わたし～条件

わたしの内にすべてがある。

この宇宙で生じるすべてがある。

この宇宙で創造するすべてがある。

わたしが望む条件とは<わたし>の内にある。

その<わたし>はないことによって導き出すことができる。

だから、知らないことはすばらしいことであり、知らないことは知っていることである。

だから、ないことはすばらしいことであり、ないことはあることである。



## ●わたし〜うそ

選挙公報はいわゆる泡沫候補といわれている方の公約(?)の方がおもしろい。内容の是非は別して、自分のいいたいことを書いているからだ。その点、政党の支援を受けている方の公約というのは、手本をなぞった習字を見せられているようで何の感情も湧きあがってこない。

本音の十分の一も書いていない候補者がもし本音 100 パーセントを書くとしたら、どのような公約となるのであろうか。見てみたい気がするが、これまた有権者の方が手本をなぞったような人生観、政治観しかもたれていないので、総スカンをくうかもしれない。

お互いに思ったことを語り、行動し、そして、ゆるされ、援助される世界ができれば、この世界はどれほど楽しい世界になるであろうか。

(4月9日 2007年)

## ■身体・錬金術

この世的には、当選者が成功者であるが、あの世的には、数十票しか入らぬビリケツの候補者が成功者かもしれない。

人生は手本をなぞるのではなく、自分自身をなぞること、自分自身を身体化することだからである。

他の人が賛同してくれることを話すことではなく、自分自身が賛同してくれることを語ることだからである。

この作業はときにはつらく、ときにはこっけいである。だが、それだけがわたしといえるものであり、それが神の身体と呼ばれるものであり、それが内なる錬金術である。

(4月10日掲示板)

## ■デミアン

口直しに、ヘルマン・ヘッセの「デミアン」の一節を(高橋健二訳 新潮文庫 8ページ)

「私はあえて自分を、知っている者とは呼ばない。私はさがし求める者であった。いまでもそうである。しかし私はもはや星の上や書物の中をさがし求めはしない。私の血が体内を流れつつ語っているところの教えを、私は聞き始める。私の物語は快い感じを与えはしない。それは考え出された物語のように、甘くも、なごやかでもない。それは不合理と混乱、狂気と夢の味がする。自己を欺こうとしない、すべての人間の生活のように。

すべての人間の生活は、自己自身への道であり、一つの試みであり、一つのささやかな道の暗示である。どんな人もかつて完全に彼自身ではなかった。しかし、めいめい自分自身になろうと努めている。ある人はもうろうと、ある人はより明るく。めいめい力に应じて。

だれでもみな、自分の誕生の残りかすを、原始状態の粘液と卵の殻を最後まで背負っている。ついに人間にならず、カエルやトカゲやアリにとどまるものも少なくない。上のほうは人間で、下のほうは魚であるようなものも少なくない。しかし、各人みな、人間に向かっただけの自然の一投である。われわれすべてのものの出所、すなわち母は共通である。われわれはみんな同じ深遠から出ているのだ。しかし、みんな、その深みからの一つの試みとして一投として、自己の目標に向かって努力している。**われわれはたがいに理解することはできる。しかし、めいめいは自分自身しか解き明かすことができない。**」

(4月10日掲示板)

(参考)

「人から奪うことのできない、その人自身の属性となるいかなるものも、仕事しない者に伝授することは不可能である。そのような伝授は存在し得ないのだが、不幸にして人々は、往々にしてそういう伝授が存在すると考える。**あるのは“自己伝授”だけである。**」

(「グルジェフ・弟子たちに語る」54ページめくまーる社)

4月10日、12日2007年

●わたし〜うそ (ヒーリング)

今日教室のパンフレットを作らなければいけなかった。

だが、わたしは忙しいからパンフレットを作れなかった。

「忙しいから」

これは今日は本当かもしれないが、明日は本当でなくなるかもしれない。

明日のわたしは同じような忙しさでもパンフレットを作るかもしれないからである。

理由はあとから来る。

<作らなかった>

これだけがわたしである。

理由はいらない。理由をつけるとわたしがわたしでなくなる。

(4月12日掲示板)

●わたし〜皮

わたしは嫌いな人には親切にするようにしている。なぜなら嫌いというだけで相手と自分を傷つけていることを知っているからだ。嫌いな気持ちを変えることは簡単ではない。だが、表面だけでも親切にすることは簡単だからである。

(掲示板記入予定)

●おとな

20年前の自分は今の自分からみればこどもであった。では、20年後の自分からみれば今の

自分はこどもなのであろうか。きっとそうであろう。またそうであるようにこの 20 年間に  
過ごしたい。

●ヒーリング～技

犬の重さ

負担にならないようにしているのか

技術と気

●自他

映画を見ることは楽しい。小説は最近ほとんど読まないが読めばおもしろい。ネットで将  
棋のサイトを見るのもおもしろい。だが、これらはみな他人を通じてわたしが楽しんでい  
ることである。他人がわたしを通じて表現していることばかりである。そうではなく、他  
人を通じて自分を表現することも可能である。映画や小説は簡単ではない。だが、この時  
代、ブログであれば誰でもこの表現に参加できることである。

■わたし～神聖なる矛盾

他人の眼があって可能となることがある。

自分自身ができるまでは、形式により作られることがある。

4月11日、12日 2007年

●意識のある人生～神聖なる矛盾

一日で始まり、一日で終わる。

一日の最後に何も残さないこと。

一日が昨日と同じであること、

一日が明日、明後日、十年後と同じであること、

常に同じことを意志していること。

4月15日、16日 2007年

●わたし～脱皮

自分自身とは何であろうか。

自分とと思っていたものが自分でなかったということはないだろうか。

●内と外（柴田さんへの返信～掲示板）

高塚さん。こんにちは！

「自虐の詩」駄目亭主が私と同じ名前なのを見てガビィ〜ン！（T\_\_T）実写番にならぬよう気を付けますです。

「神との対話」再開しました（^ー^）やはり読んでいくと面白いことが色々出てきます。一歩進んで二歩下がるのペースで読み進めたいと思います。

いつもご丁寧な返信内容に感謝していますm（ー）m

ありがとうございます！

柴田さん、おはようございます。

そういえば、同じ名前ですね(^o^； ユニークな女性と一緒にいるかも〜。

「神との対話」は人生に具体的に役立てることができるマニュアル・道具（ツール）が書かれています。その他に、宇宙のしくみ、神と人間との関係など、好奇心が満たされるような話も書かれています（まあ、それは神の本意ではないでしょうが）。さらに、読む人の気持ちをあたたかくさせる詩的な文章が時々はさみこまれ、読むと元気になりますね。

わたしも進んだり、下がったりしていますが、まあ、二歩下がったら十歩進んでください（笑）。

では、今日も元気で過ごしましょう。

元気がないときには、から元気でいいから元気を出してみましよう。

それでも、元気が出ないときには、神仏にお願いしてみましよう。

手元にある本を開いてみるとか、目の前にある看板を見上げてみるとか、隣の人の話し声に耳を傾けてみるとか、お願いの返事を聞く耳があれば、かならず答えは返ってきます。

こういう方法がなじめない人にはまた別のマニュアルもあります。ぜひご参考になさってください。そして、以下のお話にこころが動かされた方はぜひお買い求めになり、いつも手元に置いておいてください。

少々長い引用になりますが、出版社の方、読者の方、ご勘弁ください。

ニール・ドナルド・ウォルシュ著 「新しき啓示」374 ページ サンマーク出版

「そう。行動によって、ある状態を達成することはできる。それは、あなたの言うとおりのだよ。あなたはそこに気づいている。真実だ。だが、行動によってある状態に達するというのは、とても遠回りなのだ。しかも、もっと重要なのは、たいていは一時的な状態にすぎないということだ。

静かな音楽を聞いて、それで一生静かな気持ちでいられるひとは、めったにいない。祈り続けなくても、その後もずっと安らかでいられるひとも、めったにいないよ。

平和と愛に到達しようとする試みではなく、平和と愛から引き出そうとする決断は、正反対に働く。経験の軸をまったくひっくり返すのだ。あなたの望みの源泉をあなたの外ではなく、あなた自身のなかに置く。そうすれば、いつでも、どこでも、アクセスすることができる。

これが真の力だ。生命／人生を変え、世界を変える力だ。

このレベルの内なる平和と全人類へのまったき愛には、一瞬で到達することが可能だ。あるいは一生かかるかもしれない。すべては、あなたがたしだいだ。すべては、あなたがたがどれほど深くそれを望むかにかかっている。

あなたがたは、ただそれを選び、呼び出すことで、ある内なる状態を獲得することもできるのだよ。現在、あなたがたのほとんどは「反応」する状態にある。だが、そうでなければならぬ必然性はない。それを「創造」の状態にすることもできる。」

「教えてください。どういう意味なんですか？ おっしゃっているのは、いったいどういうことなんですか？」

「例をあげて説明しようか。」

いま、あなたがたは、つぎの瞬間を迎えようとするとき、前もってどんな状態でいようかと決めておくことは、めったにない。その瞬間に何があり何が提供されるかを見てから、それに反応して自分の状態が決まる。

結果として、悲しくなるかもしれない。幸せになるかもしれない。失望するかもしれないし、高揚するかもしれない。

だが、ある瞬間を迎える前に、自分のあり方を決めておいたとしよう。その瞬間がどんなものであっても、安らかでいようと決める。そうしたら、その瞬間の体験には違いが生じると思わないか？ もちろん、違いは生じるよ。

教えてあげよう。ある瞬間が現れる前にあなたがたがそれをどんな瞬間にするかを決めるとき、あなたがたは<マスター>への道を歩み出す。**瞬間をマスターすることを覚えることが、生きることをマスターするはじまりなのだ。**

外からの瞬間が何をもたらそうとも、自分の内なる状態を平和や愛や理解、共感、分かち合い、赦しにすると前もって決めておけば、外の世界はあなたに対する力を失う。

ほかのひとたちの行動があなたの内なる状態と一致しなければ、誰が何と言っても、あなたを行動に引きずりこむことはできない。政治的指導者や宗教的指導者が、自分たちの陣営に引き入れようとしても、むだだ——あなたの存在の最も深いところで、彼らの言葉や

行動とあなたが一致しないかぎり。」

「そうなると、すばらしいですね！ でも、外の世界から送られてくると違う状態でいようという選択は、どうすればできるんですか？ つまり、世界がそうさせてくれないときでも、そうで「あろう」とするにはどうすればいいんでしょう？ 質問の意味をわかっただけですか？ 世界が破滅しかけているとき、どうすればわたしは「平和で」いられるんですか？ ——これは一例ですが。」

「外の世界がどうなっていようと、あなたは平和でいられる——しかも、これはすばらしい逆説だが、外の世界がすることは、あなたの状態に影響されることが多いのだよ。

たぶん聞いたことがあるだろうが、ガラガラヘビに出会ったら、いちばんいいのは落ち着いて静かにあとずさりすることだ。そうすれば、危害は加えられない。いちばんいけないのは、あわてて逃げ出すことだ。

たぶん聞いたことがあるだろうが、馬に乗るときにいちばんいけないのは、怖がっていると悟られることだ。あなたが馬を御しているのだと知らせなければ、馬はあなたを振りまわす。

聞いたことがあるだろう？」

「はい。」

「よろしい。わたしは生命／人生の比喩として使った。

世界が平和でもなんでもないうち、どうすれば平和でいられるか？

世界が愛でもなんでもないうち、どうすれば愛でいられるか？

世界が赦しでもなんでもないうち、どうすれば赦しでいられるか？

**残る世界がどうであろうと、自分は自分でいると主張することだ。**

そうすれば、あなたがふれる世界はゆっくりと変わるだろう。

みんながそうしたらどんなことが起こるか、想像してみるといい。

しかし、自分が何者であるかを知らなければ、自分は自分でいると主張することはできない。

だから、**その決断は前もって**しなければならない。

このことをいつも忘れないように。

あなたとは、あなたの存在なのだ。

あなたとは、あなたの行動（doing）ではない。

あなたとは、人間という存在（being）なのだ。」

4月17日、20日2007年

#### ●健康

体の声を聞き、これまでの体に対する生き方を変える。

それはまた、この世界の生き方を変えることであるかもしれない。

年をとると思わないこと。

4月18日、19日、20日、22日、5月3日、6月18日、20日、8月22日 2007年

●意識のある人生～元気

元気が出ないときにはどうするか。

自分自身にふれることが、

新しい発見があることが、

私を元気にする。

だから、いつもわたし自身にふれようとするのである。

だから、いつも新しいわたしを発見しようとするのである。

新しいわたしと何であるか。

それは、今までできなかつた親切ができるということであり、

今までもてなかつた好意がもてるということであり、

今まで考えたこともなかつた悪意、悪行に気づくことであり、

その悪意、悪行を通じて新たなわたしに至ることである。

(8月22日掲示板)

新しい自分とは何か～～～好意、親切、悪意、悪行

(加筆して掲示板記入予定)

■神

元気が出ないときには、神に頼んでみることに。

ふれるもの～神、人間、よい言葉、世界、モノ

ふれないことから不全感が生じるのか。

ふれれば違うのではないだろうか。

飲酒が起こすダメージ

■わたし自身

元気が出ないときにはどうするか。

喜び

したいことをする

自分自身の多様性～新しいわたし（NHK宇宙・

自分自身の大きさ～他者のために行うことに通じる

●助け

断崖にしがみついて落ちそうな人がいる。

叫び声をあげている。

助けてくれと聞こえるだろうか。

あるいは、汚い大きな声を出しているとしたら聞こえないだろうか。

（4月18日掲示板）

●自他～わたし

相手が知らないと、自分の知っていることを話すことができ、自分を表現できる。

そして、ときには、相手が知らないと怒り出したり、いらいらしたりして、それまでは気づけなかった自分を知ることができる。「相手が知らないと、相手に教えるのではなく、相手を育てるのではなく、相手に怒り出す」自分がいるということを知ることができるとは崇高なる機会である。

（加筆して掲示板記入予定）

■自転車～わたし

道端に違法駐輪している自転車があふれている。そのうちの数台が倒れている。

怒り出してけとばす人がいる。

迷惑そうによけて通り過ぎる人がいる。

起こして通り過ぎる人がいる。

誰が正しくて、誰が正しくないかということはどうでもいい。道徳の話をしているのではないからだ。わたしがいいたいのは、倒れている自転車があるということは、けとばす機会にもなるし、よける機会にもなるし、起こす機会にもなる、この世界はそのようである、ということをお願いしたいことだけである。その行為により自分自身が決まるのである。

何が正しいのか、何が正しくないのか、他人にどのようにみられるか、神様にどのように思われるか、すべて関係がない。わたしがわたしという人間を規定する、このことだけのためにこの世界はある。

（4月20日掲示板）（草稿要転記）



## ■行為への愛～自他

若い頃は結構長編の小説を読んだが、数百ページの本、読むだけでも時間がかかるのに、それをまた書く人間というのはどういう神経をしているのであろうかと思ったものである。なぜ莫大な時間をかけて小説を書くのか不思議でならなかった。もちろん、今では不思議でも何ともない。

作家は読者を通じて自分自身を表現する。

この自分自身を表現することのおもしろさ、尊さを作家は知っているからである。

作家は他者を通じてわたしを表現する

作家は他者を通じてわたしを振動させる

読む側は作者を通じて作者の世界を知る。

## ●意識のある人生～意識と無意識

白昼夢には無意識のエネルギーが注ぎ込まれるが、意識したエネルギーを注ぐことはできない。

白昼夢には無意識のエネルギーが増幅されるが、意識のエネルギーが増幅されることはない。

## ●時空

他の時間に生きる～舞台の稽古のようなものであり、本番からみればすべて同じである。～本番とは最後のブラボーという瞬間であろうか。

4月19日2007年

## ●ゆるし

この宇宙には知的生命体に住んでいる星が数千あるという。少ないような、多いような微妙な数字であるが、それはさておき、地球はどうも進化のレベル下位に属する星のようであり、保育園以下のレベルであるとのこと。

という次第で、進んだ宇宙人からみると真逆の考え方がとても多い。

「このようなことは絶対に許すことができないことである」

という考え方もそのひとつである。こういうファンファーレのような言明は保育園児を鼓舞させるが、棍棒で相手を撲殺するかのような言葉である。まあ、実際に撲殺以上のことをするのであるが。

「目には目を」の世界で、「右のほおを打たれたら、左のほおを差し出さなさい」といった人がいた。まあ、あの当時でそのような言明をすることは正気の沙汰ではなかったであろうが、では、あれから二千年たった今ではどうなっているかということ、やはり物笑いの種になるというのがこれまたすごい話である。

(4月19日掲示板)

4月20日、5月15日 2007年、2月5日 2009年

#### ●善と悪

善も悪もわたしの内にある。わたしの内にあるということはわたしを創られた創造者の内にもあるということだ。この世界のすばらしさ、完璧さを思えば、創造者の想定外の悪を人間がしているということは考えられないからである。人間の悪というのは創造者の手のひらの上にある。手のひらの上にあるので、創造者は悪行を犯した人間を罰したりはしない。

人もまた自らの手のひらの上にある悪だけをゆるすことができる。

「あんなことをするなんて信じられない。ひどい人間だ」

というとき、ひとは

#### ■神・自然・人間

自然だけが完璧で、人間だけが完璧でないなどということがあるだろうか。そんなことはない。

人間が完璧にみえないのは、人間は変化するので、長いレンジで人というものをみなければその本質がみえないからである。

だから、他人を非難しないことである。自分を非難しないことである。

(2月6日 2009年掲示板)

#### ■選択・知識

昔独身時代、一番の楽しみといえば、自宅でお刺身を食べながらおいしい吟醸酒を飲むことであった。傍らにおもしろい漫画、おもしろいビデオがあれば、楽しみはさらに倍増する。だが、今ではしなくなってしまった。嫌いになったかということそうではない。今でも好きである。だが、しない。なぜしないかということ、他にしたいことができってしまったか

らである。

だからといって、過去の自分は否定しないし、もちろん、今現在そういう楽しみをしている方というのも否定しない。

わたしが知っていることというのは否定しようがない。

(4月21日掲示板)

4月21日、22日、5月15日 2007年

●神と人間

神のことを何と呼ぼうとよい。

わたし自身を明かすこと

このことだけが神の呼び名である。

(2月6日 2009年掲示板)

このことだけが人としての神が今為すことであるのだから。

4月22日 2007年

●Yさんへのメール

4月23日 2007年

●意識のある人生～選択

右に行くべきか、左に行くべきか、それとも、とどまるべきか。人生の選択の場面においては、大きな選択であれ、小さな選択であれ、あれこれ考えずに、<どのような気持ちになるか>ということを基準にするにしている。

どのような気持ちになるか、これは相手のことではない。自分自身のことである。自分自身の内側から深い喜びが湧き上がってくることこそが人生の最良の選択と考えている。

世間でどのような非難をあげようとも、わたしの行動が自分自身の内側から深い喜びを引き出すようなものであれば、それをよしとする。もちろん、他の人の場合もそうである。そのような人生はすべて肯定する。その選択、その人生がその人らしさを最も現しているのだから、それがたとえ未熟な表現であったとしてもわたしは賞賛する。

問題は他人も社会もそして自分自身もこのような自己表現を抑えこもうとする傾向があることだ。わたしはわたし自身を表現しないことになれっこになっていて、どうしてもこれまでの自分、世間の常識、他人の視線が自己表現の主役になっている。

だが、人生はこのような足かせをとりはらって、

わたし自身を表現する

ことこそが人間らしい生き方といえる。

ただ、わたし自身は変わる。犬は一生犬のままであるが、人は人のままでなく、猫になれたり、雲になれたり、小説の主人公になれたり、将棋の駒になれたり、悪魔になれたり、仏になれたり、神になれたりする。だから、どのようなわたし自身を表現することが今の自分にあっているのかを知らなければならない。昨日のわたしでなく、今日のわたしが何を表現したいのか、このことを知るために、深い喜びの感情があるのかなないのかが基準となる。

今日一日、この基準を人生の選択の基準にされてみてはどうだろうか。今手にするもの、今手にする考え、今する足の歩み、あらゆる瞬間に、これは深い喜びをもたらすものか、問いかけてみてはいかがだろうか。この問いかけは次の自問自答に置き換えることができる。

これが本当のわたしだろうか。

本当のわたしであれば、今何をするだろうか、今何を考えるだろうか。

人生に<本当のわたし>を登場させることである。人生に深い喜びを登場させることである。

(4月23日掲示板)

大きい決断ほど感情に従う。

感情はあなた自身の表現であるからである。

これまではAという行動取れば            となっていたが、これまでBという行動は取ったことがなかった。

4月24日、26日、27日、28日、29日、30日、5月1日、2日、3日 2007年

●ヒーリング

手をかざして、自分の体調、自分の精神状態が手から出て行くものに影響を与えるということは確かにある。この意味でヒーリングは自分の状態により左右される。

ただ、このこととは別に、相対する相手次第で変わるということもある。それは、相手が重病だから目いっぱい出て行くとか、相手が感じのよい人だからきれいに入って行くとか、

そういうことではなく、そういうこととは無関係に出て行くことがある。  
何というか、気そのものがある意思を持っているかのような感覚である。

(4月24日掲示板)

#### ●機会・選択・わたし

絶対にゆるせないという最悪の状況は、絶対にゆるすという最善の機会である。

それはできないという私は、それはできるという<わたし>にいつでも変えることができる。

できないといわないときに、<わたし>がいる。

そして、これは外側によって決まるのではなく、内側によって決まることである。

(4月26日掲示板)

#### ■ロボットから人間へ

学習ロボットは反応の仕方が変わるだけである。  
人間だけが反応の仕方ではなく、原因となることができる。

#### ■意識のある人生～光り

最初に、

相手が善人であっても、悪人であっても、わたしは悪人である。

次に、

相手が善人であれば、わたしは善人になったり、悪人になったりする。

相手が悪人であれば、わたしも悪人である。

その次に、

相手が善人であれば、わたしも善人である。

相手が悪人であれば、わたしも悪人である。

多くの人は第三番目であると自分を思っているかもしれないが、私見では第二番目の人であることが多い。ところで、

さらに次に、

相手が善人であっても、悪人であっても、わたしは善人である。

相手が善人であっても、悪人であっても、わたしは<わたし>を選ぶ。

これが意識のある人生であり、

ロボットの人生の終焉である。

反応の人生の終焉である。

これは強制ではない、光りである。

自らの内から輝き始め、光る、

ただそれだけである。

(4月27日掲示板)

月のように照らされて光る光りではなく、太陽のように、自ら光る光りである。

最近のロボットは学習能力があるという。

■意識のある人生～結果への愛から行為への愛へ

クリスマスプレゼントにパトカーのおもちゃを欲しがる。

手に入り、喜ぶ。

高校受験で第一番目に志望する学校を受ける。

合格し、喜ぶ。

好きな女性にデートを申し込み、OKされ喜ぶ。

お菓子を買ってくれと断られ、泣き出す。

■意識のある人生～わたし

あとになってみれば、

「あのとき、悪意に悪意で返したのは、実は善意で返すこともできた」

と気づくことができる。

この意味で人生を過去のようにみることは意味がある。過去のようにみて、人生にとりこまれないこと。人生の主人は他人ではなく、他人の言動ではなく、過去の常識ではなく、人生の主人は<今のわたし>であると知ることである。他人も、出来事も、私も、すべてが過去であり、客体であり、わたしではない、このことをよく知り、気づくことである。

気づけば、すべてを<使う>ことができる。他人も、出来事も、私も、すべてを使うことができる。

では、何のために使うのか？

<わたし>のために使うのである。

では、<わたし>とは何か？

それは、ひとりひとりが決めることである。

(4月28日掲示板)

この気づきを未来ではなく、今現在、この瞬間にこそおいてこそ、ロボットでなく、人間らしい生き方が始まる。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ■自由

自らが～わたしがあること

原因である～わたしを始まりとすること

#### ■清と濁

中学2年のとき、夏休みの宿題で天気図を作成した。友人二人で毎日ラジオの天気予報(?)から流れる各地の気圧、風力、風向きの案内を天気図作成用の用紙に速記記者のように書き写し、あとで天気図を作成するのである。かなりの労作で、銀賞をいただいた。だが提出にあたって、速記した部分は走り書きで汚なく写してあったので、それを元に作成したきれいな天気図のみを提出し、速記部分は切り取って捨ててしまった。それを知った父は、捨てた速記部分に価値があるのに、もったいないことをしたものだと言い、当時は何を言っているのかぴんとこなかったが、今となってみればよく分かる話である。

汚ないものに価値があり、きれいなものは単に汚ないものの結果でしかないということはこの世にたくさんある。

最もエネルギーを注いだものが汚なくみえるということはよくあることである。

汚ないと考えているものをよく見てみることである。

もしかすると、最も価値あるものを捨ててしまっているかもしれないからである。

(4月29日掲示板)

### ■ 自他～行為への愛

他人のためにすることは、他人が変わると他人のためにしなくなる。

だが、自分のためにすることは、他人がどのようなであろうと、他人のためにする。

この行為は滅することがなく、結果を求めない。

(4月30日掲示板)

### ■ 行為への愛～自由

相手がよい人であればわたしもよい人になり、相手が悪い人であればわたしも悪い人になる。

このことは、わたしを通じて「他人を表現している」ことになる。

そうではなく、わたしを通じて「わたしを表現する」ということが真の自由というものである。

このことがわたしは始まりであるということである。

このことがわたしは原因であるということである。

わたしが始まりであれば、わたしが原因であれば、その表現、その結果はわたし以外によって変わることはない。

(5月1日掲示板)

そうではなく、わたしを通じて他人を表現するようにすることが自由というものである。

これは、何も他人を自分のいいなりにするというではない。

わたしが自分自身を他人に示し、その示したわたしを他人は見る、感じる、ふれる、ということである。

ただし、そのわたしをどのように判断するかは他人が決めることである。

要は、あくまでもわたし自身が始まりであるということが自由であるということである。

(加筆して掲示板記入予定)

### ■ 内と外

聖書の言葉を読む。仏典の言葉を読む。

豊かな気持ちになるが、その気持ちは続かない。

それはあなたではないからだ。

イエスの言葉もブッダの言葉もあなたの外であり、あなたの内ではないからだ。

外の光が照らさなくなればなれば、あなたは光らない。

太陽のない月のようにである。

だから、いつもあなたの内を見て、いつもあなたの内にふれて、いつもあなたの内から始まるようにして、いつか自らが光となるよう、こころを向けるべきである。



(5月1日掲示板)

ひどいことを言われる、理不尽な仕打ちを受ける。  
わたしはそれに値しないという。

■贈り物

今日一日、  
わたしが受け取ることができない贈り物などない。

■善と悪

無抵抗主義のマハトマ・ガンジーは凶弾に倒れたとき、狙撃者にほほえんで倒れたという。  
このほほえみは、善だけの世界では意味がない。  
好意ある支援者に囲まれた臨終の席でほほえむのであれば、誰も感動はしない。  
まわりが善であるときにほほえむのは当然だからである。  
まわりが善でないときにほほえむことに、人間の不思議さ、人間の感動、人間が人間を超えようとするある力を感じ取ることができる。

人々が善と考えているものなどはたいした善ではない。  
善は悪とともにあってこそ新たなる善となる。  
この新たなる善を創り出すことこそが内なる錬金術とでもいうべきものであり、その錬金術には悪と呼ぶものを欠かすことはできないのである。  
だから、あなたが悪と呼びたいものに出遭ったら、その悪を用いてあなたの金を創ってみることである。

(5月2日掲示板)

してみると、悪というものは本当はいかなるものなのであろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

■成長～意識のある人生

できることをすることは、それが他人から見てどれほど困難であろうと、たいしたことではない。  
これまではできなかったことをする、このことこそが成長というものであり、どのような小さなことであれ、その成長は偉大である。  
だからいつも、できないとはいわないことである。  
できないと思うこと、いやだと思うこと、これは昨日までの自分である。  
できる、うけいれる、これは明日の自分である。

できるといい、うけいれるといい、それを実現したときに<わたし>は大きくなる。

(5月3日掲示板)

(参考) シュタイナーのイメージ (コリン・ウィルソンによるシュタイナーの伝記)

ただし、いやなことと受け入れるべきこととは別物である。

リトマス試験紙として、「これが本当のわたしだろうか」と問うてみることである。本当のわたしがしたいこと、本当のわたしがしたくないこと、これに

4月25日、28日、5月1日 2007年

●意識のある人生～聖徳太子

今年になってから将棋はほとんどやっていない。確か10局未満で、そのうちまともにやったのは二局だけである。将棋の勉強もトイレの中だけで、月刊誌の付録の「詰め将棋」とか「次の一手」を解いたりするぐらいである。ところで、今トイレで読んでいるのは、平成16年将棋世界付録「新手一生・升田の一手 前編」鈴木宏彦著で、以下はその引用である。升田が木見師の家で住み込みで修行をしていた頃の話である。

初段にもなれず迎えた昭和9年の正月。トウフを買いにやらされた升田は帰りに足を滑らせて転倒し、トウフを台無しにする。口やかましい木見婦人は厳しく怒った。

「使い走りも満足にできんもんが、何が将棋や」

木見婦人の叱責に升田は悟る。

「そうだ、俺はトウフを買いに行きながら別のことを考えていた。これはいかん。集中する習慣が身につくと、いっぺんに二つの仕事ができるようになる。二階で先輩が対局している。僕は庭で洗濯しておる。頃合を見計らってお茶を入れに行くんだが、その時神経を集中して盤面をにらむ。局面を頭に焼き付け、洗濯を続けながら将棋の変化を読む。これで洗濯の手がおろそかにならない」(「升田幸三自伝」(朝日新聞社より))

まあ、何か矛盾する話のようでもあるが、要は、「ぼーっとしながらお使いに行くと、肝心のお使いまでもがおざなりになってしまう」。しかし、「ひとつのことに集中して(この場合は頭の中の将棋) いれば、もうひとつのこともおざなりにならずに、ふたつのことがしっかりとできる」ということである。洗濯だけというのは集中してできず、かえっておざなりになってしまうが、将棋の局面であれば集中でき、そのことは洗濯にも集中できることになるということである。普通は失敗すると、ひとつのことにだけこころを傾けようとするのであるが、鬼才升田らしい発想である。

聖徳太子を目指すへぼ塚としては、とても参考になる話であった。

(5月5日掲示板)

#### ■グルジェフの場合

自己観察を手に入れるために、放棄した超能力。

4月28日2007年

#### ●母の腰痛

すべてのことに意味がある。

その意味は今という場所で見つけることが肝要である。

遠隔に通暁すること

#### ■ヨガナンダの馬のイメージの訓練

##### 272～物質化の訓練・神と魂

しかし神は幽体や肉体をつくる前に、まず、それらをどんな材料でつくるかを考えなければなりません。その構想が、われわれのいちばん根源的なからだを構成している三十五種の観念的要素です。すなわち先ほど述べた十九種の幽体要素の因になる十九主の観念と、十六主の肉体要素の因になる十六主の観念です。これらの観念から幽体の五つの生命力（プラーナ）の働きによって、光の幽体と、化学物質の肉体とが、有形の存在としてつくられたのです。それをもう少し具体的に理解するために、次の実験をしてごらんください。まず目を閉じて、左側に一頭の馬を想像してください。初めのうち、あなたが想像する概念はかなり漠然としたものでしょう。しかし、私が白い馬を想像してくださいと言ったら、前よりもはっきりと想像できるでしょう。では次に、右側に黒い馬を想像してください。今あなたは、心の像、つまり観念をつくっています。では、左右の馬を入れ替えください。あなたにもう少し強く想像する能力があれば、あなたの観念は現実的に見える像になります。あなたは、それを夢の中でやっています。そこでは、あなたの心はもっと集中しており、自分の観念を幽体の視覚に感じられるまでに凝縮しています。夢も想像も本質的には幽体の波動で、光とエネルギーで構成されています。幽体の像で白い馬と黒い馬を、もし肉体の感覚で感じられるまでに凝縮することができれば、あなたは実際に物質を創造したことになるのです。

このように、人間は本質的に三十五種の観念で出来ており、これが人間の、観念体とか根源体（コザール体）と呼ばれるからだを構成しています。これら三十五種類の観念の内部には神の霊が宿っており、これが魂と呼ばれるものです。ちょうど一つの炎が、ガスこんろの小さな孔を通してたくさんの炎になるように、われわれも、神からのからだに流れ込んだ一つの同じ光なのです。

## ●遠隔治療のイメージカ

### ■機会

人が成長するために、  
神は個人の経験をすべて用いる。

4月29日、6月21日 2007年

### ●行為への愛の一面

結果にかかわらず、しつづけることができる行為、そのような行為が愛することができる行為である。

4月30日、5月1日、6月27日 007年

### ●意識のある人生～遊行

今日一日すべてを燃えつきさせて、何も残さず過ぎ去る。

以下は、オイゲン・ヘリゲル著「弓と禅」（115ページ 福村出版）からの引用である。

別れ——ではない別れ——に際して、師範は私に彼の最もよい弓を手渡してくれた。「あなたがこの弓で射る時には、名人の精神が現在していることを感じられるでしょう。この弓は決して物好きな人の手に渡さないで下さい。そしてこの弓を引きこなしてしまわれても、それを記念に保存しないで下さい。ひとかたまりの灰の外は何も残らないようにそれを葬って下さい。」

一日の始まりに今日という人生を授かる。

その人生はわたしだけが使える人生である。

だからその人生は他人が使うのではなく、わたしだけが使い、

今日という一日の終わりのときには、ひとかたまりの灰しかの残っていないように使いつくす。

すべてを使いつくし、何もとっておかないように。

（6月27日掲示板）

### ●自他

受け取ることができない贈り物などはこの世界にはない。

受け取らないという私がいるだけである。

その私は実は受け取るというわたしにできる私である。

## ★5月2007年

5月1日2007年

●灰

### 115～別れの弓

別れ——ではない別れ——に際して、師範は私に彼の最もよい弓を手渡してくれた。「あなたがこの弓で射る時には、名人の精神が現在していることを感じられるでしょう。この弓は決して物好きな人の手に渡さないで下さい。そしてこの弓を引きこなしてしまわれても、それを記念に保存しないで下さい。ひとかたまりの灰の外は何も残らないようにそれを葬って下さい。」

大切な本がすでにわたしとなってしまうと、燃やして灰にしてしまえばよい。

同じように今日一日がわたしとなってしまう、今日の終わりに今日一日すべてを燃やして灰にしてしまえるように。

(加筆して掲示板記入予定)

5月2日、9日、12日2007年

●意識のある人生～エネルギー

昨日まで違って、今日はこれまでの自分の1.1倍生きてみる。

残りの人生20年とすると、2年分余分に生きることができる。

また、もしかすると、1.1倍生きると、実質1.5倍、2倍ぐらいの人生が生きられるかもしれない。

なぜなら、1.1倍生きるためにはエネルギーを注がなければならないが、エネルギーというものは注げば注ぐほど幾何級数的に増えて変質し、そのエネルギーによる出来事もまた、その質が変わるからである。

(5月9日掲示板)

■エネルギー

「夜と霧」のクリスマスに解放されるという話し。

グルジェフのエネルギー論。

升田のお使い

仕事中に精神世界のことをかぶせること。あらゆる出来事をつねに精神世界の原因と結果からみること。あるいは、わたしを知ることとしてみること。

遠隔治療とブレスレット

#### ●読書～体験

読書に関しては、再読、三読、四読をする、ときに写本をする、すべて書いた人と同じ体験をするための方法である、あるいは、書いた人に書いていた時に現われていた神を体験するための方法である。

神は労力を好む。

人生は傍観者であってはならぬ。当事者であること。自分自身を他人事にして生きないことである。読書でさえもである。

(5月12日掲示板)

自らが光ること。光れば光はどのような光でもよい。

夢遊病者の喫茶店ではなく、自己意識のある対話の場としての喫茶店。

5月4日、12日 2007年

#### ●自他

同じであること、違うこと

同じ～理解できること、、、、理解できないこと

#### ●長寿の条件

- 1 肉体的
- 2 精神的
- 3 人類の意識
- 4 個人史の組み込まれた老齢生活
- 5 地球人はひとつの人生でいくつもの生き方ができない。魂にとっては80年の人生で十分であること。

#### ●共有

共産主義から共有生活へ。

テレビの番組～カーシェアリング

## ●断眠

断眠と欲眠

食欲はどうか。ネットを見るときはどうか。  
習慣により手が出ること。

欲に関してよくみてもいいこと。

身体1が本当に必要としていることなのか～これは2により変えられる。  
身体2が本当に必要としていることなのか～これは変えることができる。  
身体3が本当は必要としてはいないだろうか～これは無視される。

5月5日 2007年

### ●わたし

十代と五十代では見ているものがまるで違う。

### ●意識のある人生

自分を知るために  
自分を実現するために  
すべての時を用いる

## ●条件

再婚した相手の連れ子を育てた女性

5月6日、7日、8日、9日、12日、26日 2007年

### ●面会者

能力を求めることの可否。

すべての人は特別であるが、どうしてそのように思えないのか。

新聞で悲惨な出来事を読んだときにとるべき態度、非難すべき人びとの話を読んだときにとるべき態度。

そしてまた、悲惨な出来事はどのようにしたらなくなるのか。

気功は美容に役立つか、老化を止めることはできるか。

## ■能力

どのようにしたら病気を治す気が出せるようになるか。

## ■しわ・しみ

先日聞かれたこと。気功でしわ・しみがとれるだろうか。

しわもしみもなく、十代の美しい肌であれば、あなたは身体があなたであると思いつけるであろう。あなたは鏡を見ていつも自分を美しいと思う。

だが、ある日しわが出始める、しみも出始める。しわを消そう、しみも見えなくしようと試みるが、かなわない。

そこで、初めてあなたは変わることを変えずにいるということはできない、ということに気づく。しわとしみだけを見ていれば、悲しくむなしいと思うかもしれない。だが、変化を知ることができれば、むなしくは思えないかもしれない。変化が一方向であること、動かしがたいことであれば、むなしいことと思えるかもしれないが、実は<変えることができる>ということであれば、むなしく思わず希望を見ることができよう。

ということで、…消してみましよう。

それは無情な出来事であろうか。常では無いという意味で無常ではあるが、情けが無いという意味での無情ではない。変化するということが無情とは無縁である。変化はただ変化である。問題はどのように変化するかということである。

気功でしわ・しみがとれるだろうか。

しわ・しみは外の鏡によって映し出される。

しわ・しみは他人の鏡によって映し出される。

だが、内側の鏡によって映し出されるものがある。

その鏡にはしわ・しみは映し出されているだろうか。

内側の鏡によって映し出されるものとは一体何であろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

変化するということが、このことをしわ、しみができるとによって<知ることができることがある>からである。そして、変化する」ということ、このことは

他人に生きていれば、肉体に生きていれば、しわ・しみがとれれば元気になる。



## ■能力

すべての人は特別であるという。だが、その特別さがなかなか見えてこない。

ある人にあって私にはないようにみえるわけ。

- 1 能力を勝ち負けを基準にして考えるからである。～わざと囲碁を負ける知的障害者
- 2 種子の人生と花の人生とがある

イエスの見た人間能力

あなたがたにもわたしと同じことができる、いや、それ以上のことができる。

## ●自他

子どもをみるときに大人になることを知っていて子どもをみる。それと同じように、他者というおともまたイエスやブツダやあなたと同じようになることを知っていてみれるようになること。

5月7日、8日、13日 2007年

## ●ヒーリング

結果的にヒーリングは<わたし>のためになっている。

だが、<わたし>のためになるような仕方で私はヒーリングをしているだろうか。

(5月13日掲示板)

## ■ヒーリング

まず、治癒というくもの糸がある。

これは治癒と、あなたと、わたしとがいて成り立っている。だから、あなたのためにしようと、わたしのためにしようと、ヒーリングは何らかの形であなたとわたしと治癒のためになる。

この意味で、どのような形で行おうと、ヒーリングはわたしのためになっている。

だが、わたしのためになるような仕方で私はヒーリングをしているのだろうか。

もし、私がわたしのためにヒーリングをすれば、わたしとあなたとくもの糸のためになるヒーリングをしたことになる。

わたしもあなたもくもの糸も私を待っている。

(加筆して掲示板記入予定)

(7月17日、19日、23日 2006年)

●時空

ビッグバンのあとに土くれができ、人間ができたのではない。

どう考えてもビッグバンの前に人間がいたのでないとおじつまが合わない。

(7月18日掲示板)

■確率

カメでもウサギでもよいのだが、新宿ゴールデン街から千葉のわが家までたどりつくには何年かかるか、もしかしたらこの宇宙の年齢 150 億年間さまよい歩いてもたどりつけないかもしれない。

だが、わたしはまず間違えなくたどり着く。確率は1分の1で、1時間半である。わたしの視野にはゴールデン街から自宅への道筋があるからである。わたしはゴールデン街から帰宅するのでなく、帰宅するゴールがまずあるのである。

(7月20日掲示板)

■ホームランは打つ前からある。

■意識のある人生

結果が先である人生

●

上手に生きていくために

他人のためにする

それにより他人が喜び、自分が喜ぶ

これまではしなかったことをする

他人を非難しない

●なみこさんへの返信～選択

なみこさん、おはようございます。お返事ありがとうございます。

体はぼろぼろなのか、いや、そうでもないのか、ちょっとはかりかねていますが、ただ、右足はどんどん進行して不自由になっています。ちょっと本当にこころをかけないと、定年までもたないはめになるかもしれないです。

なお、将棋もお酒も今でも好きです。好きなランクの中の五本の指に入るのは間違いなく、もしかすると、ベスト1、2かもしれません。

ただ自分の場合、「好きである」と「それを選ぶ」とはちょっと違ってきてしまっています。

好きだけではないということがあるということ最近しみじみと実感しています。将棋やお酒ほど好きではないが、したいことがあるということです。まだまだその意志はとても小さな形でしか現われていないのですが。

5月8日、9日、10日、14日、15日 2007年

●四方田さんへの返信～身体のコントロール

高塚さん、大丈夫ですか？

もうご存知かも知れませんが

「自虐の詩」が秋に映画公開されますね。

出来栄がどうなるかはともかく、

多くの方たちがこの作品に心を動かされたということですよ。

どうかあの作品の登場人物たちの姿を思い出して、

又お元気になって下さい。

最近は一と昔前を題材にした映画がはやりのようですね。

「自虐の詩」もその手の映画のようになるのかもしれませんが。三十年前、四十年前には確実に手でさわれる、足で感じられる自然がありました。それは人のころでも同じです。何が喪われたのか定かではないのですが、ふれることのできない虚無、いや、虚無さえ通り越して何も感じられない世界に突き進んでいっているあるおそろしさを感じる日々です。（ただそうはいっても、何とか別の形での逆転満塁ホームランを模索しているわたくしですが。）

なお、ころんでもただでは起きぬへぼ塚としては体調不良も不死への道（身体のコントロール）のある「つまづき」と考えています。うまくいくかどうかは分かりませんが、身体コントロールについてはいろいろ考えています。

でも、おころづかい、ありがとうございます。もしかしたら、ころろをかけていただくこと、それが元気が一番の秘訣かもしれませんね。

（5月9日掲示板）

■意識のある人生～善悪・禍福

「自虐の詩」という漫画の大団円にユキエさんは

「幸や不幸はもういい」

「どちらにも等しく価値がある」

「人生には明らかに意味がある」

と叫ぶ。そのような叫びが実現するためには、ユキエさんにとってすべての人が必要であったし、すべての出来事が必要であった。善人も悪人も。幸運もわざわいも。

片親も、貧乏も。借金取りも、内職も。万引きも、友人への裏切りも。父の逮捕も、仲間はずれも。離婚も、売春も。やさしいおまわりさんも、思いをよせる男の子も。好意をよせられる中華料理店のマスターも。世話焼きのとなりのおばさんも。すべてを知っていて求愛した最後の夫も。そして、記憶にない母と、おなかの中のあかちゃんと、真の友人と。すべてが必要であったし、必要なものはすべてであった。

ユキエさんは人生三十数年生きてきてそのことに気づいた。それはすばらしいことで、偉大なことである。だが、人生三十数年生きる前に、〈あらかじめ知っておく〉ということもできる。結果の前に〈人生を生きる〉こともできる。結果の前にすべてに意味があると生きることできる。人生の終わりに人生の意味に気づくのではなく、人生の始まりに——いつでも人生は始まりなのだが——人生の意味に気づき、人生をたたえることもできる。

(5月10日掲示板)



どのような状態、状況であれ、天国にもできるし、地獄にもできる。

#### ■意識のある人生

いま、目の前に100メートルの高さの津波がわたしを襲い、わたしと人類を滅亡に導いたとしても、わたしは平穏でいられる。今はそのようなところの構えがあるからだ。

では、いつもそうかというとなんかそうではない。

仕事に忙殺されているとき、ネットの画面にくぎづけになっているとき、テレビを見ながら食事をしているとき、眠っているとき、そのようなときにこの世の終わりと出会えば私は動揺するであろう。

なぜなら、

私は受け容れないが、わたしは受け容れるからである。

私は影響を受けるが、わたしは影響を与えるからである。

(加筆して掲示板記入予定)

5月9日、10日2007年

#### ●意識のある人生

この掲示板を見られてたったひとりの方でもその人生の変換に貢献ができたとしたら、自分にとっての最大の喜びである。

ただし、悪と呼ばれるものもそのように貢献している。

#### ●教室～気功体操

第一の動き～しなやかな気・はがねのよう気

第二の動き～イメージでできる気

第三の動き～動きそのものでできる気

第四の動き～宇宙の始まりのような気、その意味で簡単そうで簡単でないかも

#### ●横浜ベイスターズ

他人も自分も一位か二位においておくことである。

他者と比べるのではなく、他者も自分もほめることである。

#### ●三つの呼吸

1 自我

2 身体

3 宇宙

5月10日、15日2007年

#### ●ワーク・身体

身体1のためのワーク、仕事

運動・気功体操・適切な食事・

食事への執着

身体2のためのワーク、仕事

できないことをできるようにすること・意識のある人生

身体3のためのワーク、仕事

#### ■意識のある人生

人間は三つの身体からできている。

いわゆる肉体と、

いわゆる私と、

そして全体とである。

私を小さいわたしとすると、全体は大きなわたしである。全体はユング心理学のセルフ、自己と呼ばれたり、あるいはカール・ポPPERが世界3と呼んだりするものである。ある

いは、信仰で愛と呼ばれたり、慈悲と呼ばれたりするものである。あるいは、わたしが変わったというわたしであったり、できなかったことができたときに感じるわたしである。

どのような人も肉体のために働く。

どのような人も私自身のために働く。

どのような人も全体のために働く。

では、

今日一日、身体1——肉体——のためにしたこととは何であろうか。

今日一日、身体2——私自身——のためにしたこととは何であろうか。

今日一日、身体3——全体——のためにしたこととは何であろうか。

わたしは今日何をしたのであるか。

わたしは今日何を生きたのであるか。

(5月15日掲示板)

今日は身体1のために生きたであろうか。

今日は身体2のために生きたであろうか。

身体3のためには。

### ●ネットの意義～共有

5月12日、6月3日 2007年

#### ●意識のある人生～神との遭遇

公園の中で神と出会うのではなく、書物の中で神と出会うのではなく、瞑想の中で神と出会うのではなく、あらかじめ自らの内側でともにいること。

#### ●発心～時空

南無阿弥陀仏の一声の実現は一瞬である。

5月13日、17日、6月1日 2007年

#### ●意識のある人生

気づきがあってこそ、違う生き方ができる。

気づきがなければ何も始まらない。

今日は気づくことができるだろうか。

一時間後には気づくことができるだろうか。

人生の主人公は今日ある出来事、今ある出来事ではなく、  
実はわたしであるということ、  
このことに気づくことができるだろうか。

出来事は変えられないが、わたしの受けとめ方は変えることができる。

(6月1日掲示板)

●対話

癌家系の苦しみ・癌の苦しみ

真偽の問題

瞬間治癒の完全ヒーリングと長時間の不完全ヒーリング

■ヒーリング～的に当てる

理想のヒーリングとはどのようなヒーリングであろうか。

イエスのように瞬間的に、あるいは瞬間のその前にあらゆる病気を治すことができることが理想のように思えるが、これは本当に理想のヒーリングであろうか。どのような病気も完全ヒーラー高塚のところに来れば瞬時に治る。イエスがしたように、遠隔も完全であるので、電話一本、メール一本で治る。病気の人にとってはこれほどありがたく、便利なことはないように思える。だが、本当にありがたいことなのであろうか。本当に便利なことなのであろうか。

(5月17日掲示板)

参考～「ユーザーイリュージョン」

●対話

一回、一回異なった表現となる。

●感情

自分を失わない怒り、自分を失わない喜び、悲しみ

●不完全

この世界に悪と呼ばれるものがあり、この世界に無知というものがあるから、この世界に  
<わたし>を表現できる。

この私に悪と呼ばれるものがあり、この私に無知というものがあるから、この私に<わた

し>を表現できる。

(加筆して掲示板記入予定)

あるいは逆バージョン

5月14日、16日、24日 2007年

●超能力発現のための条件

いわゆる“超能力”というものを手に入れるためのわたしが考える条件とは、

( )をコントロールすること。

( )を望むこと。

の二点である。

なお、超能力は手に入れることはできない。あなたがこの二点であれば、あなたの手にあるだけである。この二点は手に入れようとするところの働き方で達することはできないからである。

なお、( )内の答えは一週間後に書き込みます。

(5月14日掲示板)

意識

大きいもの・他者・わたし・神・愛・自由・

一週間前の答えです。

いわゆる“超能力”というものを手に入れるためのわたしが考える条件とは、

( 意識 )をコントロールすること。

( 大きいもの(=神・仏・愛・自由・喜び・わかちあい・一体…等々) )を望むこと。

の二点である。

なぜかは後日書き込みます。

(5月21日掲示板)

■意識のある人生～言葉・真偽 (加筆して再掲)

この掲示板でいろいろ偉そうなことを書いているが、わたしが興味があるのはいかにして<自分自身が、そして、わたしの書き込みを見られている方が変身の術——新たなる人間となること——を効率的に身につけることができるか>ということだけである。

以下の引用もそのようなことのための助けになるかもしれない。

「この村には平癒の廟というのがあった。建立以来この廟ではただ**生命、愛、平和**という言葉のみが口にされてきて、それが極めて強烈な波動となって蓄積され、廟を通り抜けるだけで殆んどすべての病気がたちどころに癒されるというのである。この廟では生命、愛、平和という言葉だけが、かくも長年月にわたって語られてきているので、それから出る波



動は極めて強烈であり、たとえ不調和や不完全を意味する言葉を何時（なんどき）使ってみたと、何の影響も及ぼせないそうである。人間の場合にしてもその通りで、**生命、愛、調和、平和、完全を現わす言葉**だけを出すようにすれば、そのうち不調和な言葉など出せなくなるであろう。事実わたしたちは不調和な言葉を使ってみようとしたが、その都度それは言葉にならなかった。」

（「ヒマラヤ聖者の生活探求 1 巻」（96 ページ）ベアード・T・スポールディング著 霞ヶ関出版社）

いつもある思いとは何か。

いつもある言葉とは何か。

これら、いつもあるものが平癒の廟だけでなく、わたしの廟、すなわちわたしの身体を創り出している。

なお、これまたいつもということだが、この話しが本当かどうかはどちらでもいい。もしこの実践がわたしの役に立つのであれば、嘘の話しでもわたしにとっては真実になる、ただそれだけである。「真実であっても、わたしにとってフィクションであり、フィクションであっても、わたしにとって真実である」ということはよくあることである。

（6月29日2006年掲示板）（5月25日2007年掲示板）

#### ■超能力～ヒーリング・くもの糸

超能力というものは、

他人を驚かすために使うことができる。

自分が特別であるとみせるために使うことができる。

こんなことはどうということはないと言うために使うことができる。

超能力であれ、能力であれ、それを使ったときに自分の何を表現しているか、このことがわたしにとっては最も大切なことである。

わたし自身の能力をどのような能力とするかは別として、私は前言、三つの使い方はすべて使ったことがある。だが、いまはそのような使い方はしない。

では、何のために使うか。

病気で困っている人のためであろうか？

イエスであるが、イエスというと何かが抜け落ちる。

わたし自身のためであろうか？

イエスであるが、それは結果的にわたし自身のためになっているということであり、わたし自身のためにするというのとは違う。

自分の何を表現するために能力を使っているのだろうか？  
過去のことはよく分かるが、今現在自分自身がしていること、今現在自分自身がいるところというのはよく分からないものである。

ただ、わたしに能力を使わせるある力を感じる。その力はわたしにあることをさせたがっている。ヒーリングを通してあることをさせたがっているのであるが、何をさせたがっているのかは分からない。

(5月16日掲示板)

#### ●意識のある人生

昨日までできなかったことが今日できるようになった。

これはすばらしいことである。

だが、もっとすばらしいことは、昨日までできなかったことを今日してみようと試みることである。

できるようになったかどうか、これは評価の対象外である。

できなかったことをしようとしてみることに、そのことだけに価値がある。

なぜ価値があるのか、それは、

新たな生き方をすることが人間である

新たな選択をすることが人間である

からである。

そして、その新しさは新しいわたしである。

(加筆して掲示板記入予定)

5月15日2007年

#### ●教室

答えを自分で言わずに、できるだけ参加者に尋ねるようにする。

5月16日、17日、26日2007年

#### ●意識のある人生～内と外

行動する前に、話しをする前に、考える前に、そして反応する前に、

一回やわらかな息をはき、

内側を穏やかにする。

これまでの最高の穏やかさ、考えうるかぎりの穏やかさで

わたしの表現を創り出す。

穏やかさから行動、言葉、考えを創り、外に出す。

外から入れて内側が反応するのでなく、

内側から外に出して外側が呼応する。

(5月26日掲示板)

●意識のある人生～自己観察

この世界にいらなくても不思議ではないが、  
実はこの世界にいる、  
いまいることが当たり前でなく、  
いまいないことの方が当たり前である、  
このことをまざまざと想起、実感する。

私の体があるのでなく、  
他の人の体と、生き物の体と、地上や空や建物がある。  
これらあるものはすべて等価である。  
これらあるものと同じようにしてこの体を見るようにする。

わたしが最もよく動かすことができるのは、いまは、  
私の体である  
だが、その体は他のものと同じようにしてわたしを表現するためにあるのであり、  
私の体のために、よく動かせる私の体があるのではない  
私の家族のために、よく動かせる私の体があるのではない  
私の家のために、よく動かせる私の体があるのではない  
このことをまざまざと想起し、実感する。  
この世界のあらゆるもの、この世界でのあらゆる関係性が  
わたしを表現するためにあり、この私の体と呼ぶものもそのひとつであることをまざまざ  
と実感する。

(加筆して掲示板記入予定)

これではまだ何が<わたし>であるかは分からないが、私は<わたし>ではないこと、私  
の奥に別の存在があることを感じるができる。

効用～体を過度に大切にしない。  
体を真に大切に扱うようになる。  
体を人生としない(体は表現の手段である)。

私の体だけでなく、本来は他のものにたいしても上手に使用することは可能である。

5月18日2007年

●天の川

視力

●ヒーラーを育てる

縁のある人がすべて真のヒーラーとなるべく努力する。

5月19日2007年

●生命～変容

生命の変容～心理も身体も

5月20日、22日、26日2007年

●意識のある人生のすすめ

朝6時、9時、昼12時、3時、夕方6時、夜9時、12時、夜中の3時、  
その間、体が起きている時間であれば、その時間に人生の舵取りをしてみてもいいか。できれば、目覚ましを使わずに、その時間に目覚めてもらいたいが、どうしても無理であれば、目覚まし時計を用いる。多くの人が持っている最近の携帯電話にはたいてい目覚まし機能はついているはずである。

では、どのような舵取りをするかということ、自分自身を発現することである。

新たな自分自身を発現することである。これまでの自分自身とっていたものではなく。

理想とする自分自身を発現することである。これまでの習慣の自分自身ではなく。

あるいはまた、

身体を使ってみることである。身体のために生きるのではなく。

私を使ってみることである。私のために生きるのではなく。

そのような人生の舵取りをしていけば、人生はこれまでとは違ったものになり、＜わたし＞というものがおぼろげながら見えてくるかもしれない。

(5月22日掲示板) (草稿要転記)

■グルジェフは目覚まし時計の使用を禁止していたこと。

■時

眼が覚めて目覚まし時計で時間を確認しないこと。

目覚まし時計で自分の人生を規定しないこと。

起きる時間はおきる時間である。

今は何の時であろうか。～参考「神との対話」

5月21日、22日、24日、26日、6月3日、5日 2007年

●法則・必要性

どのようなことが生じてそれが法則である。

では、その法則とはどのような法則であるのか。

●意識のある人生～教室・人生・教師～自他

教室の参加者、人生で出会う人、ひとりひとりがその人固有の<わたし>を発現できるように尽くす。

そして、教室の参加者、人生で出会う人、ひとりひとりから私固有の<わたし>を発現できるように尽くす。

●元気

今日は一日、気を出しているとき、ご飯を食べているとき以外は元気でなかった。

元気を出すにはどうしたらいいのだろうか。

(6月5日掲示板)

■元気の元～ミニ遊行

家にいないこと、外に出ること、

外とはガイアである

ガイアはあなたをつつみ、あなたが変容する助けとなる。

変容はふさいだ気持ちをときほぐすことだけが変容ではない。

人生は変容が基本なのである。

(参考) ～ノート 6月30日、8月21日、22日 2006年

●X氏へのメール

不調なときには、小さなことを決め、やり遂げることを続ける、というのがわたしにとってはよいようです。その決め事は自分で決める場合も、天が決める場合もあります。

あと、よい言葉にふれるというのもよいことで、わたしにとっては、

「ユング自伝」(今は読みませんが) 「シュタイナー」 「グルジェフ」 「神との対話」

「あるヨギの自叙伝」 「ヒマラヤ聖者の生活探求」

などです。

どこか一歩踏み越えるのは意外と簡単で、やるかやらないか、やる気を出すか出さないか、

これはほんの一步のことであるように思えます。

能力はすべての人に同一にあります。能力の發揮はひとえに努力の問題、エネルギーの問題であると思っています。努力、エネルギーの前では（仮に先天的であっても）能力の違いは微々たるものです。

#### ■意識のある人生～ブルー

人生の不思議なことは、  
常に、どんな時であっても、私が考えている生き方と異なる生き方が<できる>ということです。

これまでとは違う考え方、  
これまでとは違う言葉、  
これまでとは違う行い、  
これができるということです。  
できると思えばできるし、やろうとすればできます。

必要なことは、  
このことを知っていて、このことを思いおこす、  
このことだけです。

（6月30日掲示板）

#### ■復元するための方法

- 1 睡眠
- 2 死
- 3 よい言葉
- 4 小さいことをやり遂げること
- 5 外に出ること～遊行～世界とシンクロしながら生きること
- 6 神を呼ぶこと

#### ●仮面舞踏会～ORANOIZUMI

善意の仮面をかぶって人をだますくらいなら、悪意の仮面をかぶって人をだまし、人に非難され、人に殺される方がどれほどましであろうか。

（5月25日掲示板）

#### ■善悪

仮面の善は内にある善の成長を封じ込める。  
だが、仮面の悪は他者の善を発現させてくれる。

(加筆して掲示板記入予定)

●意識のある人生～わたし（身体としての）

心の姿勢にいつも注意しようとするなら、身体の姿勢についてもいつも注意してみようとするのである。心の姿勢と身体の姿勢とはシンクロしているからである。

そして、1時間に1回の柔軟体操を行ってみること。多くの人は身体の歯車のからみに支障をきたしているはずである。

そしてまた、人の心と身体の操縦マニュアルについて探ってみることである。注意を向けてみるのである。

(5月27日掲示板)

■病気

足が不自由になって身体の自由を求めようとするところになれる。

■歩き方

健常者であれば、どのような人も歩くことは<できる>と思っている。自分自身の歩き方がまさか保育園児以下のよちよち歩きとは思わないであろう。

だが、歩き方をロボットにまかせるのではなく、歩き方に意識をのせれば歩き方は変わり、もしかしたら、まったく異なる方法での歩き方、移動法があるのではなかとほのかに感じることができる。

(加筆して掲示板記入予定)

■狂気

毎晩、体にナイフを突き刺すようなことをしていれば、それは狂気であると思われるであろう。

1時間に一度、体に焼け火鉢をあてるようなことをしていれば、それは狂気の沙汰であると思われるであろう。

では、そのような狂気の沙汰をわたしはしていないかどうか、よく体を観察してみることである。

(加筆して掲示板記入予定)

●神社

神社で毎日手を合わせていたら願いがかなったとしたら、神社で手を合わせると願いがかなうとおもうようになるかもしれない。だが神社で手を合わせたから願いがかなったので

はなく、神社に通う誠心が、神社に通う至心が願いをかなえたのである。

幸運に出会ったとき鳥の羽を見たら、鳥の羽は幸運を呼ぶと思うかもしれない。だが、鳥の羽は幸運を運んだりもしない。幸運は鳥の羽とともに来ることもあり、ネオンサインの言葉とともに来こともある。

すべての瞬間が鳥の羽である。～間違えられた注文をよしとする。

#### ●行為への愛

大きな結果と小さな結果とがある。

5月22日、26日 2007年

#### ●意識のある人生

あらゆる考え、あらゆる言葉、あらゆる行為を惰性で行わないこと、ブリキのロボットのようにして行わないこと。

何をしているかは別にして、人生のあらゆる瞬間に<わたし>とともにいること、

新たなるわたしとともにいること、

何をしているのか気づいている自分とともにいること、

充実感あふれる時空とともにいること、

神とともにいること。

(加筆して掲示板記入予定)

5月23日、28日、6月21日 2007年

#### ●気と呼吸

大昔読んだ本で、「鼻から吸って口から出す呼吸法がよい」との記述があり、長くあたまにひっかかっていた。だが以前気功治療を毎日のようにしていた頃は、また毎日のように飲んだくれていた日々でもあったので、口から息を出すとにおいがするのではないかと思い、鼻から吸って鼻から出すようにし、その習慣が飲まなくなった今もずっと続いている。

先日あるドクターから最近の若者は口をあけていて口で呼吸をする人が多いが、実は鼻で呼吸する方がその周辺の免疫系が刺激され体にはいいのだ、というお話を聞き、ふと思いつき立ち、口から息を出して呼吸してみたが、この呼吸では気が作れないことに気づいた。まあ作れる人もいるのかもしれないが、わたしの作るような気を作るのには非常に不適切な方法であることが分かったのは収穫であった。

当初の「本の呼吸通りの呼吸」をしていたら今のような気は出せないでいたかもしれない。思わぬ酒飲みのご利益があったものである。

(5月29日掲示板)



## ■脳波

意識のある呼吸と意識のない呼吸とはどのように異なるのであろうか。  
この意識とはいい意味での意識である。

## ■

治癒のパーセンテージ

### ●意識のある人生

身体は人類全体とし、  
宇宙船としての地球をはっきりとイメージし、  
意識を人類全体とする。

### ■呼吸法

身体全体の呼吸、宇宙全体の呼吸をはっきりとイメージし、実践すること。

## ●

教えることに満足することなく、自身を生徒として高めること。  
将棋の棋力向上、陸上競技の記録達成のつもりで行うこと。

5月24日、6月21日 2007年

### ●意識のある人生

今日の自分を誰のために使うか。  
今日の自分を何のために使うか。  
このことを<意識すれば>、昨日までとは違った色合いの今日となるであろう。  
(5月28日掲示板)

ロボットの一日には決してしないことである。

### ●瞑想

柔軟体操をしてから瞑想を行う。特に朝の瞑想。

### ●彼岸

月末に四国の松山に出かける。5泊6日の旅である。旅に出てしまえば、シャバとはおさらばである。どこかあの世に行くのに似ている。

●体験（神と人間）

ノートを書いてみて初めて分かることがある。

手をかざしてみて初めて分かることがある。

●議論

議論をすると何を見て何を見ていないかという自分を知ることができる。

5月25日、26日2007年

●法蔵菩薩

下巻079～「自分はほんとうはひとりではない」という真実を受け入れるとしても、ひとりぼっちだと感じるのはどうすればいいんですか？ ひとりぼっちだと感じたら、あまり喜びも感じられません。どうすればいいんですか？」

「自分はひとりぼっちだと想像したときは、わたしのもとへ来なさい。

魂の奥底で、わたしのもとへ来なさい。

心からわたしに話しかけなさい。精神で、わたしとつきあいなさい。

わたしはあなたとともにいるし、それがあなたにはわかるだろう。

毎日、わたしと接触していれば、簡単にできるようになる。だが、そうでなくてもだいじょうぶだ。あなたが呼んだ瞬間に、わたしは、あなたとともにいる。それがわたしの約束だから。あなたがわたしの名を呼ぶ前ですら、わたしはともにいる。

わたしはいつも、ともにいる。わたしの名を呼ぼうと決意すれば、それだけであなたはわたしに気づく。わたしに気づけば、悲しみは消える。悲しみと神は併存できない。神は最も高いところに上った生命のエネルギーであり、悲しみは低下した生命のエネルギーだから。

なぜ法蔵菩薩の十八願を信じることが出来、これほど多くの信徒を獲得できたかということとは、「阿弥陀如来に帰依します」というひと言で、多くの人が如来を感じたからである。

■見真寺

現代における親鸞聖人の言葉。この言葉を現代風に発展させる。

●意識のある人生～神と人間

神の助けはある。それが結果としてあるのでなく、常に求めて常にあるようにすること。

●逆の世界～地球

慢心～小さいものを大きく見積もること。

無知～大きいものを小さく見積もること。

5月27日2007年

●創造

神ともにいる深度の問題であろうか。

●夢

お金がなくとも笑ってられるように。

犯罪者にこころをよせること、刑事のように。

人のせいにはしないこと～唯一の救い

5月29日、31日、6月3日2007年

●自殺

あらゆる人の営みは固有である。

その固有の生き方に対しては、どのような人であれ、踏み込んでいくことができること、このことには限度がある。

そしてまたこの意味で、他者が踏み込んでいけない深さを持っている人ほど人間的であるといえることができる。

誰にも理解できないこと、その人だけしか理解できないこと、そのことがひとりひとりが存在していることの意味だからである。

人間はブリキのロボットではない。

自殺してはいけないなどという人は、人間を知らない。

紙に書かれた言葉で自殺の原因が分かった気になれる人は、人間を知らない。

(6月3日掲示板)

■神聖なる矛盾

どのような人も他人を知ろうとすることはできる。

あなたとは違う、

というのではなく、知ろうとすること、理解しようとする、共感しようとする、このことはできる。このことは他者の行為の理由をさぐるのとは少々異なる。

身体はもっと可変性がある。

自殺した人への痛み

政治と自殺、性格、それだけだろうか

一対一対応にならない

状況が変わればできなくなることがある  
しかし、それもまたできることである

●自由

広いところで世界を見る、真理を求める

5月30日、6月3日 2007年

●神と世界

この世界は内も外も、知るにしたい、別の相が現われる。  
その現われた相をいつも感じて、わが相とすることである。

別の相が明らかになる。

宇宙も人間も。

●行為への愛～原因・始まり・アルファでありオメガであること  
行為を愛すること。

このことは常に原因でいるということである。

結果でいるのではなく、結果を愛するのではなく、結果に執着するのではなく、  
常に原因でありつづけるということである。

今生じた結果にいてるのではなく、次に生じる結果の原因となることである。

今生じた結果を愛したり嫌ったりするのではなく、次の欲する結果の原因となることである。

今生じた好ましい結果や好ましくない結果にとらわれるのではなく、次の新たなる好ましい  
結果の原因となることである。

(加筆して掲示板記入予定)

もちろん、結果のない原因などない。

原因は結果を生じさせる。

今日一日、常に原因でいること。

●メール返信

突然失礼します

靈的進化して進化して進化しまくった後はどうなるのでしょうか？

マスターの後は？

一部の高度に進化した存在はひとつの肉体で永遠に生きると書いてあります

それは 永遠の天国 ですね？

でも わたしと一体化するまで魂は進化するとも書いてあります

その後は？

よくわからないことが多いです

初めまして、高塚です。メールいただき、ありがとうございます。

>靈的進化して進化して進化しまくった後はどうなるのでしょうか？

>マスターの後は？

この問いにお答えできる体験も知識も持ち合わせていませんが、「神との対話」の話では、すべてが一体となって「ブラボー！」という体験をするというように書かれていたと思います。

すべてが一体となるということは、この宇宙上にある数千の星の生命体が一体になる瞬間ということなののでしょうか。あるいは、「思考としての神」が「宇宙人の体験」を通じて一体となり、すなわち<存在>となる、という瞬間なののでしょうか。あるいはまた、神の子である人間が成人して神となる瞬間なののでしょうか。

また、この宇宙を創造した神は「わたしもまたわたしを創造した神の子である」と言っています。してみると、「いわゆる神」のその神を創造した存在というものもまたいるということなののでしょうか。

この世界にいて最も理解しがたいことのひとつは無限ということですか。

靈的進化して進化して進化しまくった後は、おそらくまた次の進化が待っているというのが今のわたしのいるところでの理解です。

このようなわたしの理解が真理であるか否かは分かりませんし、論争するつもりも毛頭ありません。あえてお答えしただけです。

このような答えが Is 様とわたしの役に立つとすれば、数千×数十億の生命体との一体とまではいわずとも、この地球上の生命体との一体感を

少しでも実感できるようになること、  
われわれの創造者「思考としての神」の身体としての「宇宙人である人間」が宇宙人らしく、少しでも体験すること、  
まだ保育園以下であるという霊的段階を幼稚園児まであげること、  
これらのことにこころをかけることではないでしょうか。

>一部の高度に進化した存在はひとつの肉体で永遠に生きると書いてあります  
>それは 永遠の天国 ですね？

わたしの理解では、「進化した存在がひとつの肉体で生き続けることを<望めば>」ということだと思えます。永遠の天国はあくまでも向こうの世界のことであり、向こうの世界とこの現実世界の両方の世界に生きることは可能であるということだと思えます。

>でも わたしと一体化するまで魂は進化するとも書いてあります

魂は「体験するわたし」を通じて成長していきます（ただし、それは魂が知っていることの範囲内で、それを「神との対話」の神は思い出すだけだといっています）。

.....

ただし、このような肉体、精神、魂という個別的な成長だけに目を奪われていると、全体の生命について見落とされることになるかもしれません。

お答えになったかどうかは分かりませんが、ご理解のお役に立てれば幸いです。

高塚恒夫

5月31日、6月3日 2007年

●創造力

創り出そうとするのでなく、そのものに入り込むこと。

自分と呼ぶ身体に入り込んでいるように。

★6月 2007年

6月2日、3日 2007年

●自他

相手が何を考えているのか知らない。  
自分が何を言っているのか知らない。  
だから、  
相手が何を考えているのか知ろうとすることである。  
だから、  
自分が何を言っているのか知ろうとすることである。  
(掲示板記入予定)

相手が何を考えているか知ること、これはわたしが変わるにつれて変わってくる。  
自分が何を言っているか知ること、これはわたしがわかるにつれて変わってくる。

#### ●愛

教会の中でだけでなく、教会の外でも、職場でも、戦場でも、愛があること。  
これは可能であろうか。

戦場には愛はあるだろうか。もちろん、人を殺すことなど愛ではない。  
だが、  
殺すことができる、  
この自由は愛である。

6月3日、5日、20日、7月13日 2007年

#### ●智内兄助

先日「智内兄助展」の展示場に入り、数点の絵を見てわたしが思わずメモ用紙を取り出して書いた言葉は、

<技術と想念と>

という言葉である。(わたしは「自家製のメモ用紙」をいつもポケットに入れおいて、気づいたことはすぐに書き留めるようにしている。なお、このメモ用紙にはグルジェフやシュタイナー、ヨガナンダ、神との対話の言葉が書き込んであり、毎日その日の彼らの言葉を読めるようにしてある。また、1時間、1時間無駄にしないための工夫をこらした「メモ用紙」であり、教室の参加者にお配りしているが、利用されている人がいないようなのが残念である。)

わたしの感性では同じようなテーマを主題にされている Y という芸術家もいて、その方の絵も持っているが、スケールが違うという感じ。そのスケールの違いでまず感じたのが技術である。

会場に置かれていたパンフレットに書かれていた話で納得したのであるが(このパンフレットは日記に書いたようにすでに売り切れで、手に入れることができなかったのも、うろ

覚えの話しである)、「高校生の時に 200 枚、300 枚と静物画のデッサンをするうちに、「デッサンの造化神」が降りてきた。ただ、その造化神は静物画だけの造化神であるが」と言っていたとのことである。

わたしは技術というものを軽んじるところがあるのだが、合気の達人である佐川幸義が合気は気なんかではなく、技術であると断言していること、また、囲碁の張栩碁聖が詰め碁を自身の囲碁の骨格にされていることなどを考え合わせると、自分がないがしろにしてきた気功治療の技術とは何だろうかということを考えざるをえない。

(6月24日掲示板)

## 技術と想念



スキルのあるもの、ないもの。

ないもの、パソコン。

## ■ 仮想空間瞑想会 1785 日目

21 日 (月曜日) は朝から気力が湧かず。瞑想も集中できず。天ぷらソーメンを食べてから夜勤の仕事に出かけるが、車中ではずっと居眠りをしていた。いつもは出勤前に喫茶店に寄るが、その元気もなく、本屋にぶらりと入る。買った本は

張栩著「張栩の詰碁」(毎日コミュニケーションズ 1800 円)

ブライアン・L・ワイス著「ワイス博士の前世療法」(PHP 研究所 1400 円)

「詰碁」の 22 ページに張栩さんの奥さんである小林泉美さんがなりそめについて書かれているが、これがスゴイお話し。初めてのデートでの張栩さんの話が「地合いの正しい計算方法」とその問題、それが解けると、難問の詰碁を作ることで有名な張さんが作った詰碁 100 問の出題！ まあ、これも泉美さんにもっと強くなってもらいたいとの気持ちからとのこと。しかし、それをしっかりと受けとめて結婚までゴールインした泉美さんは本当に魅力的な人である。以前にも書いたが、張さんの碁は一度か二度 NHK 杯で見ただけであるが、打ち方に「一途」な感じがしてとてもひきつけられた。本書もそんな一途さが伝わってくる本である。

張さんが考えている囲碁の<基礎体力づくり>は「詰碁」が一番ということだが、精神世界でいうと何にあたるのであろうか。少なくとも本を読むことだけは違うというのははっきりしている。



ヨガナンダは瞑想というだろうか。

シュタイナーは畏敬というだろうか。

グルジェフだと自己想起であろうか。

「神との対話」の神であれば、意識を持つことであろうか。

「前世医療法」シリーズはさんざん読んだので、あまり気乗りがしなかったが、ワイス博士が患者さんに自宅ですすめている瞑想や退行睡眠の方法が入っている CD 付きで、立ち読みすると、いろいろシンクロするところがあり、購入する。

仕事はベテランのパート氏と。25年の付き合いで、ツーカー。仕事もツーカーで終了。

(2006年8月22日 HP 日記より)

デッサン

張九段の詰め碁

気功治療の場合は「呼吸」ではないだろうか。

気功治療の場合は「意識」ではないだろうか。

意識は人間活動のあらゆることに関係する。だが、その中で気功治療はもっとも意識の影響を受けるものかもしれない。

意識～気～水

### ●時空

お酒を飲む時間とノートを整理する時間は、ある意味では同じ時間である。(その時間の違いは長さだけである。)

だが、別の意味では、違う時間である。どのように違うかということ、お酒を飲んでいる行為とノートを整理する行為とが違う、その内容である。

だが、さらに別の意味でも違う時間となる。どのように違うかということ、わたしの何が満足しているかという意味で違う、その満足度である。

時空を変えること

6月5日、6日 2007年

### ●すべてを知ること

すべてを知るとは、外ではなく、内かもしれない。

量ではなく、質であるかもしれない。

(ネット上の知識、グルジェフの知識)

6月6日2007年

●選択

前日の選択、出来事を今日も継承すること。

一瞬前の選択、出来事を一瞬後も継承すること。

そしてまた、変えるべき時もある。

6月7日2007年

●意識のある人生

明日の朝までのことしか考えない。

が、同時に、

永遠の未来のことしか考えない。

6月8日2007年

●自他

嫌だと思ふ人間関係こそが、最も尊い人間関係である。

6月9日2007年

●選択・自由

してはいけないことがあるのではなく、

しなくてはいけないことがあるのではなく、

した方がよいことがあるのではなく、

することがある、

ただこれだけである。

●空気の底

ロビタ～意志を持ったロボットの話し

火の鳥～再生医療の話し

手塚治虫の予言

6月10日、11日、22日2007年

●朝の徒歩出勤

道を間違えたからといってわたしに不利なことが生じたわけではない。

新しい風景を見ることができるといことが生じただけである。

そのようにして、新しい風景が生じて人生は進んでいく。

#### ●意識のある人生

意識をもってわたしをながめるようになると、わたしが小さく感じられる。

と同時にわたしが大きく感じられるようになる。

ちょうど宇宙飛行士が狭い宇宙船の船内で、無重力状態により一平面だけでなく、九つの平面を使えるようにである。

#### ●善と悪

80年間愚行を繰り返しても、人生の最後の瞬間に愚行を省みることができ、智慧を得ることができたなら、その愚行は愚行でなくなる。

そして、人はどこかの瞬間に智慧を得るのだから、愚行というものはある期間を切り取った話しでしかない。

#### ●リサイクル～行為への愛

ひとりの人間が環境問題にこころを向けても、皆がしなければ意味がないという考えがよくあるが、そうだろうか。

65億の人がリサイクルをしても、わたしがしなければ、それはわたしのためにはならない。

65億の人がリサイクルしなくとも、わたしがすれば、それはわたしのためになる。

地球を救えるかどうかではなく、まず、わたしを救えるかどうかということである。

(6月11日掲示板)

そしてまた、誰か最初にリサイクルする人がいて、65億の人がするようになる。

だから、65億の人がリサイクルをしなくとも、よいと思うことをわたしはする。

そしてまた逆に、65億の人がリサイクルをして、わたしが最後にリサイクルをするようになる。

最後の人となっても、わたしがリサイクルするようになったということは尊いことである。

だから、いつも、わたしがする、ということに最大の意味がある。

(8月10日掲示板)

#### ●化石～神と人間

化石は無限にあるが、掘らなければ無に等しい。

だから、どんな瞬間でも化石を手にしたなら、掘ってみることである。

## ●自他

どのような人も<ひとりである>ということ、このことを互いに認める人間関係は永続する。

そしてまた、

どのような人も<相手とともにある>ということ、このことを互いに認める人間関係は永続する。

そして、どのような時であれ、

この<ひとりである>ということと<相手とともにある>ということは共存しうる。

今日一日、そのような時ですべての時が満たされるように。

(6月22日掲示板) (教室資料へ要転記)

## ●意識のある人生

どんな時でも、すなわち最悪と思われる状態の時であっても、

最低の自分を表現するのではなく、最高の自分を表現する。

最低の自分とは、怖がる自分であり、固くなる自分であり、卑屈になる自分であり、嫉妬する自分であり、他人のような自分である。

6月11日2007年

## ●エネルギー

疲れていると深い眠りになり、目覚めもさわやかである。

疲れはとことんまでいくべきなのであろうか。

エネルギーの使用をいつもはとても少ない量でしかしていないのではないだろうか。

## ●真実

2000年前に生まれていれば、お日様の周りをこの大地が回っているなどと思いつかべることとはとてもでないができなかったことであろう。

最近ふと思う「人間はいわゆる食べ物を食べていかなくとも生きていけるのではないか」

ということも、もしかしたら2000年後には当たり前のことになっているかもしれない。

## ■

では、何を食べて生きているのだろうか。

もしかしたら、気を出して食べていけるかもしれない。

## ●行為への愛

真の芸術家であれば、自分の芸術への他人の雑音はさして気にならない。

■作り物としての芸術の性格

●ヒーリング

末期癌、冷え性、性格、どれを治すのがいちばん難しいだろうか。

冷え性を治すことは癌を治すことよりもはるかに困難なことである。

●意識のある人生

今日一日、私は<わたし>に応じて生きたといえるであろうか。

6月12日、13日 2007年

●ダ・ヴィンチ展

変容～バックミンスター・フラー

精神（魂） ← 目 ← 自然

精神（法則） → 手 → 絵画～精神の記述であり、自然にはなしえない形態を生み出す。

法則に生きようとする事。

■基礎がなくても機械でできる。

技術があるから、ダ・ヴィンチより多くのことができる

技術があるから、ダ・ヴィンチより少しのことしかできない。

6月13日、14日 2007年

●意識のある人生～白昼夢

白昼夢の世界はこの現実世界との接点は皆無かあっても一点である。

この世界に長い時間をとられないようにすること。

白昼夢に出現するものをひとつ、ひとつを滅すること。

たとえば、食事。

●わたし～自他

わたしというのは、他人の評価それ以上でもないし、他人の評価それ以下でもない。

わたしはわたしであり、わたしをわたし以上にするのも、わたし以下にするのもわたし自身だけである。

他人の評価は気にする必要はないが、わたし自身の評価はいつも気にしていなくてはならない。

わたし自身はどのような評価をするかというと、

<これがほんとうのわたしだろうか>

<いま愛であるなら何をするであろうか>

このような評価をするようである。この評価はただひとりで瞑想しているときよりもむしろ、自他との関係において効果を持つ。わたしは他人の評価は気にする必要はないが、わたしの評価は気にしなくてはならず、そのためには他者の存在は不可欠である。

(6月14日掲示板)

それ以上にするものはわたし自身だけである。

自他の関係において、私自身が何を選び取るかということによってだけである。

6月14日、16日 2007年

#### ●HP

日記と掲示板をひとつに現す方法、そして、そのような人生。

内と外とがきれいにシンクロする人生。

#### ●教室

参加者が答えた内容でなく、答えたときのこころの動きに注意する。

#### ●関係性

1 人間関係

2 モノとの関係 (所有)

3 神との関係

4 世界との関係 (創造～意識的に行うか、無意識的に行うか) (潜在意識、意識、超意識、超絶意識)

(教室資料要転記)

#### ■自他

1 神

／ \

自分……他者

## 2 一体性

### ●感情

嫌な気持ちというのはエゴの判断であるのか、深い感情からの判断であるのか。  
これを見極めることである。

### ●わたし

わたしを肉体と思うか、わたしを魂と思うか。  
わたしを肉体として選ぶか、わたしを魂として選ぶか。  
肉体と思えば、肉体の労をいとい、肉体の得失に生きるであろう。  
魂と思えば、肉体の労いとわず、魂の現出に生きるであろう。  
(加筆して掲示板記入予定)

6月15日2007年

### ●意識のある人生

今日という一日を、何を得て、何を失うかではなく、  
何を得して、何を損するかではなく、  
<これがほんとうのわたしである>  
といえる表現、  
<これがわたしのしたいことである>  
といえる表現、  
<これが新しいわたしである>  
といえる表現、  
このためにだけ、今日という一日を使う。  
(加筆して掲示板記入予定)

### ●意識のある人生～為すこと

できないときにこそする。  
これまではできなかつたときにこそする。  
これまではできないと思っていたときにこそする。  
もし、することがあなたであれば。  
(加筆して掲示板記入予定)

### ●神と人間

もし街頭でこの宇宙を創った創造主が語りかけていたら、あなたは立ち止まって話を聞いてみようと思うであろう。

もし書物の中でこの宇宙を創った創造主が語りかけていたら、あなたはその本をめくってみようと思うであろう。

もしあなた自身にあらゆる場所であらゆる瞬間に、この宇宙を創った創造主が語りかけているとしたら、あなたはその声を聞いてみようと思うであろう。

これらひとつひとつをリアルに思い浮かべてみることである。

もしかしたら、そうなのかもしれないのだ。

(なお、高塚はどうとういってしまったかと危惧される方がいらっしゃるかもしれませんが、大丈夫ですから～)

(6月16日掲示板)

そして、もしかしたら、街頭で、本の中で、いまいるあなたの場所で、あなたに語りかけているかもしれないとリアルに思い浮かべてみることである。

ただし、あなたが思うような方法で創造主はめったに語りかけないので、その語りかけはあなた。

6月17日2007年

●わたし

風景が動いているのでなく、わたしの車が動いている。

まわりの車がどこに行くのかでなく、わたしの車をどこに向かわせるのか。

●柴田さんへの返信 (6月18日2007年掲示板)

高塚さん、こんにちは。

柴田です。先日はプレスレットありがとうございました！

やっどこさ、神との対話1. 2. 3読み終わりました。

これからまた読み返していきます。

暑くなってきました、どうかご自愛下さい(^-^)

では、失礼いたします。



柴田さん、こんばんは。

書き込みいただき、ありがとうございます。

わたしも先週は「気功教室」の資料作りのため、あらためて「神との対話」1巻の第8章、人間関係に関する章を久しぶりに読み返し、自身のなかで反すうしているところです。

「神との対話」では、地球人の新たな生き方の指針が具体的に示されていて、読むだけでも勉強にはなるのですが、同時に「ツール（道具）」という言葉で、日常生活に用いることができる道具、方法が語られています。これを現実に用いることこそ肝心なことと思っています。

ただ、わたしなどは道具を使い始めた類人猿以下の状態なので、道具を使わずに、ついつい手足だけですませてしまう毎日が続いています。

まあ、今日は教室で能書きをたれたばかりなので、せめて今晚と明日は道具を使って生きてみようかと思っています。

最後に今日知った道具をここに書き込んで、忘れないようにしておこうと思います。

「……大半のひとたちは、まだほかの疑問にとりくんでいる。気高い選択は何か、ではなく、最も有利な選択は何か、あるいは、どうすれば失うものを最小限にできるかという疑問だ。

被害をおさえるとか、できるだけ得をするという観点から人生を生きていると、人生の真の利益を失ってしまう。機会が失われる。チャンスを見のがす。そんな人生は不安に駆りたてられて生きる人生だし、そんな人生を送るあなたは、ほんとうのあなたではない。

なぜなら、あなたは不安ではなく愛だから。愛は何の保護も必要としないし、失われることもない。だが、第一の疑問ではなく、第二の疑問に答えつづけているかぎり、愛を経験的に知ることはないだろう。得たり、失ったりするものがあると考える人間だけが、第二の疑問をいただくのだから。違った見方で人生を見る人間、自分をもっと気高い存在と見るひと、勝ち負けではなく愛するか愛し損なうかだけが試されていると理解しているひと、そのひとだけが第一の疑問にとりくむ。

第二の疑問をいただく者は「わたしの身体、それがわたしだ」と言う。第一の疑問をいただく者は、「わたしの魂、それがわたしだ」と言う。」

以下が、道具です。

「だが、聞く耳のある者は聞きなさい。わたしはこのことを言うておく。すべての人間関係の決定的な接点において、問題はひとつしかない。

「いま、愛なら何をするだろうか？」

ほかのどんな疑問も無縁であり、無意味であり、あなたの魂にとって重要ではない。」

(「神との対話」1巻 第8章 サンマーク出版)

人間関係は、「私」、「相手」、「その関係」で成り立っています。普通、私たちは「相手」と「その関係」だけに目を向けて生きています。でも、最も大切なのは「私」であり、「私」が<わたし>を表現し、創造すること、最も気高い選択をすること、このこと、この機会、しかも最大の機会が人間関係であるというのが「神との対話」の神の話です。その<わたし>を表現し、創造し、選択するときのスケール（ものさし）は「何をすれば得をするだろうか。何をすれば被害を受けずにすむだろうか」ではなく、

<これがほんとうのわたしだろうか？>

<いま、愛なら何をするだろうか？>

という問題だけであるということです。人間関係でお悩みの方は「神との対話」1巻の第8章をぜひお読みになってみてください。文庫本でも出ています。

柴田さんへの返信をお借りして書かせていただきましたが、悪しからず。

柴田さまにも皆様にも、そして高塚にも、人間関係のなかで<自分自身を表現する>一週間であることを願っています。

6月18日2007年

●意識のある人生

体は正確に動いてくれる。体に注意をはらっていなくとも、体は自宅からバス停への道を間違えたりはしない。だが、心はそうはいかない。バス停への道のりたった5分間であっても、私の心は支離滅裂な連想で終始する。体でいうなら、どこに行くのか分からないよちよち歩きの赤ん坊のようである。

だから、私の心が何をしているのか知る必要がある。

このことは私の心を意識して観察することによって可能となる。

ただし、観察していてもよちよち歩きの赤ん坊のように私の心は動き続けるので、私の心に指針を与えなくては心のよちよち歩きは終わらない。では、どのような指針であるか。それはひとりひとりが決めることである。私の心がどのように生きたいかはひとりひとりが決めることである。

わたしというのは体であって、心ではないと思っているならば、心はいつまでもさまよい歩く。だが、もし心であると思うならば、心にどのような生き方を選ぶのかを決めてもらわなければならない。

そして、決めたらいつも心が行きたいように生きているかを観察して、軌道修正してあげることだ。

(加筆して掲示板記入予定)

わたしはいま何者であるか。～どのようであるかを観察し、  
わたしはいま何者になりたいか。～どのようであるかを決定する。

いま与えられていることのなかでの自己決定

これから与えられることへの自己決定

いま何をするときであるのか、知っていること。

ひとつのことをしっかりとすること。

そのことにすべてを注ぐこと。

ひとつのことはときにふたつのこととなるかもしれないが、ひとつのことをしているうちにふたつのことをしていることにならないようにする。

#### ●JO さんへのメール

ダ・ヴィンチ展はこころを鼓舞される催しでした。

わたしとしては、「受胎告知」よりも別会場のマルチの天才と称される労作の展示会の方が衝撃的でした。この人は基本的に偉大な観察者で、偉大な科学者なのですね。

現代人は道具の利便さに埋没して自然、自分自身、世界を観察することをないがしろにしているように感じました。

蛇足ですが、ダ・ヴィンチの作ではないかとされる「少年キリスト像」はなかなかでした。

買って手元においておきたいぐらいでしたが～(^o^)/。

6月18日、19日 2007年

#### ●健康

入れるもの、出すもの

#### ●

変えられるのはわたしのことだけである。

#### ■不幸

不幸な人に、

「このつばを買えば、幸せになります」

と言ったら、本当のことを言っているのだろうか、嘘のことを言っているのだろうか。

「この宗教に入れば、幸せになります」

と言ったら、本当のことを言っているのだろうか、嘘のことを言っているのだろうか。

幸せになれるかもしれない。そういう幸せもあるからである。

あるいは幸せになれないかもしれない。

ふたつの話しは嘘であったり、本当であったりする。

ただ、不幸な人にこういう言い方もできる。

「あなた自身の受けとめ方を変えることができる」

これは本当のことを言っている。言っているが、つばを買ったり、宗教に入ったりすることより難しいことかもしれない。だから、そんなことはできないと言うかもしれない。

(6月19日掲示板)

6月19日、20日2007年

●ヒーリング～遠隔

ひとつひとつの呼吸で送る。

遠隔を完璧にできるようにする。

日常の呼吸としてみる。

6月20日、27日2007年

●神聖なる矛盾～わたし・愛の顔

どのような人もひとりでは生きていけない。

だが同時に、

どのような人もひとりで生きていくしかない。

これは愛のふたつの顔である。

ひとつの顔は、われわれはともにあるということ。

もうひとつの顔は、自己実現はそのひと自身によってのみ行われるということである。

この愛のふたつの相をつねに自覚することである。

以下は愛についてたずねられたときのグルジェフの言葉である。いつも引用するが、とてもよい話だと思うので。

「他の人がその人自身に必要なことをするのを助けることができるほどに、あなた自身を  
発展させる必要があり、たとえ、相手の人がその必要性に気づいていないときでも、また、  
あなたにとって不利なことになっても、助けることができなければならない。この意味に  
おいてのみ、道理に適切にかなった愛と言え、真の愛の名に値する。」

彼は、さらにつけ加えた。「……愛が恐るべき一面をもっていることの一つは、相手がある  
程度助けることはできても、その人のために実際に何かを「する」ことはできないという  
ことである。「ある人が歩かなければならないときに、その人が転んだなら、起こしてあげ  
ることはできる。だが、その人にとっては、もう一步踏み出すことが空気以上に必要であ  
っても、その一步は、その人が一人で踏み出さなければならない。その人に替わって、も  
う一人の人が、その一步を踏み出すことは不可能である。」

(「魁偉の残像」261 ページ めるくまー社)

どのような人も起こしてもらったことがある。助けてもらったことがある。

だが、そのすべての助けを覚えている人はとても少ない。

自分で一步踏み出して歩いたときに、助けてもらったことを知るからである。

(6月20日掲示板)

## ■自己伝授

### 弟子054～知識の伝授

「人から奪うことのできない、その人自身の属性となるいかなるものも、仕事しない者に  
伝授することは不可能である。そのような伝授は存在し得ないのだが、不幸にして人々は、  
往々にしてそういう伝授が存在すると考える。あるのは“自己伝授”だけである。」

(参考)

「正しい知識は、それを敬うことを学んだときにのみ、自分のものにすることができる。  
人間は確かに眼を光の方へ向ける権利がある。けれどもこの権利は他人が与えてくれるの  
ではなく、自分が自力でそれを獲得しなければならない。」

(シュタイナー)

## ●意識のある人生～自己規定

できないとは決していわない。

できるという。

できないというときには、自分を小さく規定してしまっているからである。

わたしにとって好ましいことがあれば、できるといい、それを行いつづける。

わたしにとって特別なことがあれば、できるといい、それに挑戦しつづける。

わたしにとってそれがわたしの創造であれば、できるという、それを創造しつづける。

わたしを創造させるもの、わたしを確固とさせるもの、わたしを大きくするもの、それがあれば、わたしはそのことはできるという。

(掲示板記入予定)

#### ●意識のある人生～錬金術

金の時は金にできる。

問題は、鉛の時間を金の時にすることである。

鉛の時間を金の時にして初めてそれは錬金術と呼べる。

では、どうすればよいのだろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ●わたし

あなたがわたしにするひどいことは、

わたしがわたしにすることではない。

わたしはわたしを選ぶので、わたしは被害を受けない。

わたしがしたことだけがわたしだからである。

あなたがわたしにしたことはわたしではない。

(加筆して掲示板記入予定)

あなたが被害を受けるだけである。

だが、わたしが被害を受けないことを知れば、あなたはわたしにひどいことをしなくなるかもしれない。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ●モノ

学ぶべきことはあの人はケチであるということではなく、わたしはモノを大切に使うべきであるという忠告としてとらえうことが好ましい。

#### ●病気

あの慎重で克己心のある大山康晴でさえ、癌になったときに「しまった」と言ったという。

気をつけていれば癌にはならないと考えていたからである。

われわれは身体のことについては驚くほど無知であり、また身体からの警告を無視する。

#### ●仕事場～ワーク

私は生徒であり、同時に先生にもなれる。

生徒になってみることである。

先生になってみることである。

6月21日、27日 2007年

●ヒーリング

病気の方に気を送るこちらの方がひどい病気であるということがあるとしたら、笑止千万である。笑止千万であるが、ないとはいいきれない。よくこころすることである。

●意識のある人生

魂の声に耳を傾ける。

どのような人生を目指しているのか耳を傾ける。

6月22日、27日、28日 2007年

●意識のある人生

他人の人生の中で他人の人生を発見するのではなく、自分の人生の中で自分の人生を創り出すこと。

(掲示板記入予定)

●意識のある人生

気づいたら、今の自分のこころのうを省みて、不安をすべて滅する。

愛でいること、

裸でいること、

何事も怖れずに受容すること

気づいたらありえないものを夢想している自分に気づくこと。

夢想していれば、ありえないものをありえるようにしているのかもしれない。

それがこの地球かもしれない。

その地球から逃れるには、ただ愛であること、不安をとりのぞき、裸で立っていること。

気づいたら、次の瞬間の自分をあらかじめ決めておくこと。

将棋の読み

CD-ROM

●創造

創造←存在・知識

6月23日、24日、25日、26日 2007年

●意識のある人生～自他（他人の目・天の眼）

他人が自分のことをどのように評価しているのか、このことが常に自分を規定する。だが、＜この世界＞で他人が自分のことをどのように見ているかなどということに、自分自身のエネルギーを費やすことは片手落ちというものである。もしどうしても他人の目が気になるというのであれば、＜あの世界＞から自分のことを見ってみることである。

この世界だけでの評価でなく、あの世界までをも通した両方での世界の評価、その評価で自分自身を規定してみる、自分自身を創造してみることである。人によって己を創り出すのではなく、天によって創り出すのである。

（6月25日掲示板）

■止揚

天の眼はどこにあるのだろうか。

空の上にあるのではない。

神の代弁者であるという者の顔にあるのでもない。

それは自分自身の内にあるのである。

では、自分自身の内とはどこにあるのだろうか。

得失から人生を規定しないこと。

肉体から人生を規定しないこと。

無意識から人生を規定しないこと。

出来事から人生を規定しないこと。

そのような試みによって、明らかになってくるものである。

（6月26日掲示板）

得失から人生を規定しないこと。与えること、創り出すことが人生であると知ること。

肉体から人生を規定しないこと。人生は魂と精神と肉体の創造、体験であると知ること。

無意識から人生を規定しないこと。人生は意識して生きることができると知ること。



出来事から人生を規定しないこと。人生は創造であると知ること。

すべてをそれはわたしの意志であるという神。

6月25日、26日 2007年

●出所

ひらめきはどこから出てくるのであろうか。

あるいは、ひらめきとまでいわなくともわたしが考える所在はどこにあるのだろうか。

脳であらうか。

●意識のある人生

一日を一生としてみること。

一日をテーマを決めて送ってみること。

睡眠の中で新しくよみがえり、また翌日、新たなテーマで一日を送ってみること。

6月26日、27日、28日、7月17日 2007年

●師弟関係～信仰・意識・愛

そばについてこさせないこと。

グルジェフの三つの信仰。

グルジェフの愛～自分で立ち上がること

意識のある信仰＝そばについてこさせない＝自分で立ち上がる

将棋の師弟関係

(加筆して掲示板記入予定)

●意識のある人生

人生に、身体と精神と霊魂とを参画させる。

人生に、身体と小さな私と大きなわたしとを参画させる。

三つの自分自身、どれもが欠かせないものとして、三脚のひとつひとつの脚として。どれが重要でどれがつまらないということではなく、三位一体、人生に働きかけるようにする。

身体だけで人生を生きない、

小さな自分だけで人生を生きない、

大きな自分だけで人生を生きない、

三者すべてを人生に働きかけるようにし、自分自身の人生を創造する。

(掲示板記入予定)

●意識のある人生～神と人間

成長にあわてないことである。

だが、同時に数多くの脱皮ができるよう、こころを構える。

脱皮とは、知ることである、信仰である。

●意識のある人生～わたし

すべての瞬間、すべての出来事を創造者の自分へのメッセージととらえてみようと試みる。

そのメッセージはひょっとして解読不能かもしれない。

あるいは、とんちんかんな解釈をしてしまうかもしれない。

だが、ともあれ、創造者の呼びかけが自分自身に行われているとしてその声を聞いてみようとしてみる。

そうはいつでも、やはりその声は聞こえないように思える。

なぜであろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

わたし側から生じる理由。

創造者側から生じる理由。

創造者の声が聞こえないように思われる理由。

言葉だけで語るわけではない。

自分のしたいことを知らない。

自分がいつも世界に何を語りかけているかを知らない。

上巻149～「そうですね。わたしたちが理解しているような時間は存在しない。たったひとつの時間、「永遠のいま」という時間があるだけだすでに起こり、いま起こりつつあり、これから起こることのすべてはたったいま起こっている。「神との対話」③で話してくださったように、CD-ROMのようなものだ。起こりうるすべての結果は、すでに「プログラム」されている。わたしたちは自分の選択によって、ある結果を経験する——コンピュータ・ゲームのように。コンピュータのすべての動きは、すでに存在する。どの結果を経験するかは、自分がどう動くかによって決まる。」

「あれは非常によいたとえだった。わかりやすい。だが、ひとつだけ欠点があるね。」

「どんな？」

「人生をゲームにたとえたことだよ。わたしがあなたがたをもてあそんでいるように聞こえる。」

「そうですね。それについては怒って手紙をよこしたひとたちがいました。時間や出来事について「神との対話」で語られていることが真実なら幻滅だ、というんです。結局は、わたしたちは人生というチェスボードの上で神がおもしろがって動かす駒でしかないのか、って。あんまりうれしくなかったようですね。」

「わたしがそのような神だと思うのかな？ わかっているだろうが、もしそう思うなら、わたしはそういう神に見えるだろう。人間は何千年も神についていろいろなことを考え。そのとおりにわたしを見てきた。それこそが、神についての最も大きな秘密だ。わたしは、あなたが見るとおりの姿で現れる。」

「うわあ。」

「うわあ、だろう。神はあなたが思うような姿に見える。で、あなたはどんな神を見ている？」

「自分が選ぶ経験を創造する力を与え、それを実行する道具（ツール）を与えてくださる神です。」

「その道具（ツール）のなかで最も強力な道具（ツール）が、神との友情だ。信じなさい。」

「ええ、あなたを信じます。信じる必要がないことを学びましたから。人生のプロセスは、そういうものなんだ。信頼は必要ない。ただ知っていればいい。」

「まさに、そのとおり。」

=<時間と空間><選択・創造>

6月27日、28日、30日、7月1日、5日、8日、7月13日、15日、16日、19日 2007年

●機会

師とめぐりあい、師をたたえる。

それは結構なことである。

だが、

不愉快な人にめぐりあい、その人をけなす。

そうであれば、その人は人生の片面しか知らない。

師からも、不愉快な人からも自分自身を明かすことができる。

そして、師はいなくとも自分自身を明かすことはできるが、不愉快な人がいなければ自分自身を明かすことは決してできない。

だから、師を求めるのではなく、不愉快な人がいる今をよくみることである。  
不愉快な人がいる私をよくみることである。

路上の腐敗した犬の死骸から目をそむけた弟子に、「何と美しい歯であるか。ここに神がいる」と言ったのはイエスであったか。生きている師だけからでなく、生きている犬からも、死んでしまった犬からできえ、神を知ることはでき、自分自身を明かすことはできる。

今という時をとらえて自分自身を創り出し、明かすことである。  
その時がどのような時であれ。

(6月28日掲示板)

そして、今を変えることである。

人生は善だよく、悪がわるいこととみるしかできない。

#### ■内と外～創造

福とめぐりあうと喜び、  
禍とめぐりあうと悲しみ、  
福を求めるために師を求め、壺を求め、占を求めるのであれば、  
その人は人生を知らない。  
その人は人生はわたしが創り出したものであるということを知らない。  
人生はつくられたものであると思うから、つくってくれるものを求める。

(7月1日掲示板)

#### ■あなたの師へわたしを導こうとするあなたへ（師弟～自他）

あなたを通じて師の教えを広めるのではなく、  
師を通じてあなたの教えを広めるように。  
そのような師弟関係こそ、真の師弟関係というものではないだろうか。

あなたが師のところにわたしを連れて行くのではなく、  
あなたがあなたのところにわたしを連れて行くように。  
そのような人間関係こそ、あなたとわたしの人間関係ではないだろうか。

好きなあなたを表現するように、  
特別なあなたを表現するように、

固有なあなたを創造するように、  
いつもそのようなあなたであることをわたしは望んでいる。

(7月3日掲示板)

師を見せるのでなく、あなたのすべてを見せることができるように。

#### ■師弟

多くの人はある能力、ある力を授けてもらうことを望む。あるいは、助けてくれることを望む。そのような人を求める。

あるいは、そのように思える人が見つかり人にもすすめる。

だが、最も大切なことは、

<自分で歩く>

ということである。これを教えることのできる人も神もない。

なぜか。

これだけは自分でできることであり、また、あなたのかわりに他人に歩いてもらったとしてもあなたにとっては意味がないからである。

師と呼ぶに値する存在であれば、あなたのかわりに歩いたりはしない。

師というのは、あなたが倒れていれば助け起こしてくれるが、そのあとはあなた自身の力で、あなた自身の道を歩くことをすすめるであろう。

師というものは、あなた自身を師としてくれる存在である。

(7月5日掲示板)

自己憐憫～自ら立ち上がって、異なる人生を生きようとしないうこと。

#### ■所有

あなたはわたしにあなたの師を紹介する。

この紹介するということはあなたの持ち物である。

この持ち物をあなたは大きなもの、偉大なものと思っているかもしれないが、偉大なものは(仮にそうだと)あなたの先生が偉大なのであり、あなたの先生が偉大なことはあなたの持ち物ではない。あなたの持ち物は紹介であり、紹介そのものにはたいした価値があるわけではない。イエスであれ、ブッダであれ、紹介するということはあなたにとってはとても小さな持ち物である。

あなたはそんな小さなものを持つのでなく、実はもっと大きなものを持つことができる。

はるかに偉大なる持ち物をもつことができる。

もしあなたの師が偉大であるなら、あなたが師になることである。

この師はあなたの持ち物である。

<これがわたしである>

こういえるものがあなたの持ち物である。

(7月7日掲示板)

(参考) 7月25日2006年「ノート」●ヒーリング〜お礼〜所有・行為への愛

「先生、ありがとうございました」

と頭を下げる。ここまでは、相手の行為であり、見方である。これは相手の持ち物である。

ここで、先生がありがとうございますに値するかどうかは全く別問題である。そのお礼に対してどのように考えるか、どのような行為をするかは先生の問題である。その行為、考えが先生の持ち物であり、お礼の言葉は先生の持ち物ではない。

(7月26日掲示板) (草稿要転記)

#### ■師弟関係

わたしはブッダの弟子であり、イエスの弟子である。

シュタイナー、グルジェフ、ヨガナンダとも師弟関係にある。

まあ、相手がどう思っているかは別であるが。

あと、「神との対話」の神とも友情を結んでいる。

こちらは、いちおう相手の承諾済みである……、というか、相手は断らない。

いずれもこちらから求めたのではなく、縁が生じた、機が熟して生じた関係である。

あるいは、こういう言い方の方がしっくりくるが、

ブッダ、イエス、シュタイナー、グルジェフ、ヨガナンダ、「神との対話」の神の「大きさのある一部」に<わたしが成りえた>ので、すなわち<わたしが存在している>ので、関係が明るみに出たということである。

もちろん、この<明るみに出る>とということとはあらゆる<もの>との関係性に関してもいえることである。

わたしが為したこと、

わたしが所有するもの、

わたしの知識、

決して失われることなく、存在するもの、

わたしという存在

(これらはすべて同じものであるが)

このわたしという存在があらゆる<もの>を明るみに出す。  
このわたしという存在だけしか<世界>はその姿を現さない。

(ここで、あらゆる<もの>とか<世界>とか言っているのは<神><仏>のことである  
(神と仏との関係はあえてあいまいにして用いている。神という言葉に抵抗がある方がい  
らっしゃると思うからである。自分もまたそのひとりである。))

(7月16日掲示板)

#### ■師弟関係～わたし

ブッダは葬式仏教である、  
イエスは教会結婚式である、  
シュタイナー、グルジェフ、ヨガナンダの著書はノータリンのたわごとである、  
神？ 危険極まりない話である、

どれも、自分自身を表す。

そして、ブッダ、イエス、シュタイナー、グルジェフ、ヨガナンダ、神を表す。

これと違った考え、理解も同様である。

<すべて>は、<わたしの存在>だけ明らかになる。

そして、この晴れ上がりは、永遠に続く。

すなわち、わたしは永遠に成長し、より輝く光となり、その大きさだけ世界は呼応し、明  
るくなる。

(7月19日掲示板)

以上から、ブッダ、イエス、シュタイナー、グルジェフ、ヨガナンダ、「神との対話」の神  
に対して、人間のようにとらえるところとそうでないところがあるというのがお分かりい  
ただけるだろうか。

#### ▲ヨガナンダ～

ということで、以下のヨガナンダの言葉もそのような視点から見ていただきたい。この言  
葉がどれほど深い意味を持つかは、ひとりひとりの存在次第なのである。もちろん、わた  
し自身もどれほど分かっているかは疑問である。これを知っている人はこれをおこなった  
人だけである。その人だけにこの神と共にいることの真の知識が与えられる。

「何をするにも、それを始める前も、している最中も、終わったあとも、神のことを考えているようになれば、神はあなたに来られます。この世に生きているかぎり、あなたは働かなければなりません、あなたを通して神に働いてもらいなさい。これが、信仰における最も大切な姿勢です。歩いているときは、神が自分の足を通して歩いていると思いなさい。働いているときは、神が自分の手を通して働いていると思いなさい。何かを成し遂げようとしているときは、神が自分の意志を通して成し遂げようとしているのだと思いなさい。」

まあ、しかし不思議な言葉である。だがもしかすると、この言葉のうちに危険なおいを感じる人がいるかもしれない。自分自身を放棄し、すべてを神にゆだねるような気がする話だからである。

#### ▲ジュディス・カーペンターの神

もしかして、こういう話が好きな方がいらっしゃるかもしれません。

「足跡

ある夜、男は夢を見た。

彼は主とともに、砂浜を歩いていた。

空には、生きてきた人生の場面が次々と現れては消えていった。

場面が現れるごとに、砂浜に二組の足跡が残されていくのに気がついた。

一組は彼自身の、そして、もう一組は主のものだった。

最後の場面が空に消えたあと、彼はもと来た砂浜を振り返った。

すると人生の道に印された足跡は、多くの場面で、たった一組しか印されていないのだ。

特に最もつらく、悲しい場面のときに、一組の足跡しかついていないことに気づいた。

彼は困惑した。そして、主に向かってこう尋ねた。

『主よ、あなたは私が主に従って行くときから、ずっと私とともに歩いてくださるとおっしゃったではありませんか。それなのに、私が一番困っていたときに、足跡が一組しかついていません。あなたを一番必要としているときに、なぜ置き去りになさったのか、私には理解できません。』

主は、答えられた。

『愛しい子よ。私はあなたを愛しているし、一度も置き去りにしたことはない。あなたが試練や苦しみに出会ったとき、一組の足跡しかついていなかったのは、私があなたを背中に背負って歩いていたからだよ。』

(「太陽との出会い」 95 ページ ジュディス・カーペンター 著 ヴォイス出版)



### ▲フランツ

神様は人間を背負って歩く。では、イエスは何を背負って歩いたのだろうか。

「もちろん、これは常に愉快的な仕事とはかぎらない。たとえば、あなたは次の日曜日に友人と旅行に出かけようとしている。そのとき、夢がそれを禁じ、そのかわりに何か創造的な仕事をするように要求することもある。もし、あなたが無意識のことを聞き入れ、それにしたがうならば、あなたは意識の成した計画に常に介入されることを覚悟しなければならない。あなたの意志は他の意志——あなたがしたがわなければならない、あるいは少なくとも慎重に考慮しなければならない意図——によって妨げられる。このことは、個性化の過程に付随する義務がしばしば、即時の祝福としてよりは重荷として感じられる理由のひとつである。

すべての旅行者の守護者である聖クリストファーは、このような体験を適切に示すひとつの象徴である。伝説によると、彼は非常に強健な身体を誇りとし、傲慢であった。そして、最強の人間にのみ仕えようと思っていた。初め王様に仕えたが、王様が悪魔を恐れているのを知って、そのもとを去り、悪魔の家来となった。ある日、彼は悪魔が十字架を恐れているのを見、もしキリストを見つけ出せるならば、キリストに仕えよう決心する。彼は、ある牧師の忠告にしたがって、ある浅瀬のところでキリストを待つことにする。彼は多くの人を背負って川を渡してやりながら、長年そこに過ごす。しかし、ある暗い嵐の夜、小さい子どもが川を渡して欲しいと頼んだ。聖クリストファーは、たやすいこととばかり子どもを背中に乗せた。しかし、それはだんだんと重くなってきたので、彼の歩みは歩一歩遅くなってきた。川の流れの中央にきたとき、彼は“あたかも全宇宙を背負っているかのように”感じた。そして、彼はキリストを肩にのせていることを知ったのである——そして、キリストは彼の罪を許し、永遠の生命を与えた。

この神秘的な子どもは自己の象徴であり、それは文字どおり、日常的な人間に“のしかかって”いる。しかし、それが彼を救済し得る唯一のことなのだ。多くの美術品において、子どもとしてのキリストは世界の球として、あるいは、それとともに描かれている。子どもは球とともに全体性の普遍的な象徴であるから、その主題は明らかに自己を象徴している。」

(マリー・ルイス・フォン・フランツ「人間と象徴」下巻 108 ページ)

イエスは地球を背負って生きた。そして、いまもまた生きているであろう。

神は人間を背負って歩く。どちらがえらいではない。

ひとりひとりもまた自己を背負って歩く。その自己が地球ほど大きくなくとも、その重さに耐えがたいときもあるかもしれない。そのときにはこの聖クリストファーの話を思い起こしてみることである。

(参考)「1月16日2006年」より

## ●神への献身

以前も取り上げたが、ババジがあげている「人が成長していくための修養」がある。以下の六つである（ちなみに、自己研究は頓挫しているが、忘れていたわけではない）。

- 1 継続的实践（特に無執着を養うこと）
- 2 自己研究
- 3 神への献身
- 4 呼吸法
- 5 マントラ
- 6 献身的实践

このうちの「3神への献身」とはいかなることであろうか。神社、仏閣、教会で奉仕することだろうか。他人のための奉仕をすることだろうか。

（1月19日掲示板）

もちろん、これらも神への献身にあたるであろう。しかし、ここではまるで異なる観点から考えてみたい。

神への献身とは神にわが身を献上する、捧げることである。では、いけにえのようにわが身を捧げることであろうか。私を滅して神に奉公することであろうか。どうも多くの人はそのように理解しているようであるが、これはおそらく違うのではないかと思っている。神性というのはひとりひとりの内にあり、その神性を用いることが神への献身ということではないだろうか。身を捧げるとは、小さいわたしを滅することであり、このことを通じて、大きいわたし、すなわち、神を出現させること、神と通じること、このことが神への献身ということではないだろうか。

パラマンハサ・ヨガナンダは次のように語っている。

歩いているときは、神が自分の足を通して歩いていると思いなさい。

働いているときは、神が自分の手を通して働いていると思いなさい。

何かを成し遂げようとしているときは、神が自分の意志を通して成し遂げようとしているのだと思いなさい。

（「人間の永遠の探求」4ページ）

（1月20日掲示板）



自業自得ということはいいい意味でも使うことができる。

わたしは創造できるということである。

ただし、自業自得と呼ばれる人に対して、自業自得だから「しかたがない」といって見捨てるかどうかは、ゼンゼン別問題である。

グルジェフの愛の「歩き出すこと」は師の手によってではない。

師の手は倒れている弟子を立ち上がらせることまでである。

立ち上がったあとは師は手助けできない。

だが、立ち上がったことを歩き出したことと思うのであれば、師は弟子をもち、弟子は師を持つであろう。

師は師をつくる。

#### ■禍福

どのような人もあなたを助け起こしてくれる、贈り物をくれる。

ただ、そこから＜一歩先を＞歩むか歩まないかはあなた自身があなたに与えることである。

ひどい目にあったとき、こんな人はゆるせないというとき、＜一歩先の＞新たな人生を否定している。

わたしを助けるためにはわたしがおぼれていることを知らなければ、助けられない。

#### ■師弟関係～ババジとヨガナンダ

##### ■存在

存在する不思議と存在しない不思議とがある。

もともとは存在するのがあたりまえである世界があり、この世界は逆の世界、存在しないことがあたりまえである、という形で作られている。はかなくみえるように造られている。

だから、存在が奇跡のように思えるのである。

(加筆して掲示板記入予定)

6月28日、7月13日、15日、16日2007年

##### ●わたし

健康と食べ物の方がよくいわれる。また、健康とこころの関係についてもいわれるようになってきている。

だが、体の健康のために体によいものを食べることはできても、

体の健康のためにこころが平穏でいるようにすることはできない。

体の健康のために些細なことで怒らなくなるということはできないことである。

ここは体に仕えたりはしないからである。

仕える方は体だからである。

体の健康は大切である。しかし、くれぐれも主人を間違えないことである。

(7月16日掲示板)

感情というのはコントロールできるものではなく、わたしがそうであるという物差し、指針だからである。

(加筆して掲示板記入予定)

### ●意識のある人生～洗脳

いつも何にふれているかを選択する。

脱色できないほど色にそまってしまえば、もういちど灰になって新たな色を知るしかない。

どのような色にもそまるようにしておくこと。

では、どのような色を選ぶのか。

その色から別の色にもそまれるようにしておくこと。

常識人の洗脳された色というものがある。(アーミッシュ)

### ●意識のある人生

どのような時にもきれいな文字を書くこと。

きれいな思い、

きれいな行為。

### ●ヒーリング

世界記録を出すと、その記録が当たり前になるように、120パーセントの気を出してみること。

あるいは、また、

これまでは親切にできなかった局面で、親切にしてみることに、体とところを別の使い方をする。

すれば、それは当たり前になる、ということがある。

個人史の中での世界記録である。

(加筆して掲示板記入予定)



気の＜知識＞＝＜信仰＞～遠隔での実感

手をかざす前に治らぬ人、治りたくない人のことが知ることができるように。

●記録係吉田正和三段の坊主頭

年齢制限のある奨励会員のようにすべてを尽くすこと。

●条件

今日という出来事に自分が望んだことのすべてがある。

今日をよく見ること。

今日をよく活かすこと。

6月29日、7月8日 2007年

●所有～知識

この世界で知ったこと、特に「神対」に書いてあることを来世も忘れずにいようと思うが、身についたものは決して忘れることはない。

所有～わたしであること

●意識のある人生～成長

30歳

代々木での気功治療院

一昨年从去年

風船のような一日であった。

6月30日、7月5日、13日 2007年

●おしぼり

省エネ～紙のおしぼり 布のおしぼり

エネルギーの面（外なるエネルギー）

ツキの面（内なるエネルギー）

●出所

元気は出そうと思って出るものではない。

元気であるか、元気でないかのどちらかである。

逆に元気であるときに元気でないようになろうとしてもできることではない。

わたしは「ある」ところにいるしかいるしかない。

だが、そうはいつでも、不元気なときには元気でありたいと思っいろいろ工夫するわけである。



元気がでないときの出所、その鉛のような出所は、実は<人生の創造力>、<世界の創造力>の出所でもあるのではないかと思っている。

#### ●意識のある人生

タナボタを人生の主人公としない。

意識を人生の主人公とする。

何を創り出そうとしているのか、そのことを知っていることを主人公とする。

#### ●相違

同じクリスチャンであっても、ひとりひとりの生活は異なる。

ならば、クリスチャンとしての考え方、神に対する考え方、イエスの対する考え方が異なっていて当然である。ひとつの見方をおしつけようとするのが無理というものである。

#### ●宇宙

この世界は実にこった作りになっている。ひとつの地球だけでない、ひとつの銀河だけでない、もしかすると、ひとつの宇宙だけでないのかもしれない。

まあ、宇宙がいくつあるかは別にして、

#### ●意識のある人生～寄付

昨日パソコンの「お気に入り」の整理をしていたところ、次のサイトが見つかった。

<http://www.worldvision.jp/>

いつ、どこのサイトから引っ張ってきたのかは不明であるが、なぜか「お気に入り」に入っていた。困っている子どもには最大限の援助は惜しまないので、継続的な寄付をしようと思いサイトの内容をよく読むと、キリスト教がらみの団体である。寄付はいいが、宗教団体は嫌いである。しばし迷うも、宗教団体に与しよう、困っている子どもを救える一助になればそれでよし、という判断で申し込みをした。まあ、昨日はマルボの日であったということも一因になっている。マルボの日に寄付もできないのであれば、寄付できる日

はなくなるというものである。

あと思ったことは、余計なことは考えるなということである。余計なことと本線がある。どうも年をとってくると余計なことにアタマが回り、本線をないがしろにしてしまう。若い頃も余計なことは考えていたが、今ほどではなかった。第一感を大切に生きてきた。だまされたことは数限りなくあるが、だまされて困ったことなど皆無である。だまされたからといって自分が小さくなったわけではない。むしろ余計なことを考えて、あるいは余計な計算をして「損せずにするだ」と思い、実際には自分を小さくしてしまっていることが私の最近の人生の実感である。

だから、一瞬一瞬、あらかじめ、何もおそれずに、裸で立ってられるようにこころを構えていきたいと思っている。

(7月1日掲示板)

#### ●愛～対価・所有

わたしが成人するまでいくらのお金がかかっているか、一千万円か、二千万円か、あるいはそれ以上か。小さい頃大病して長期入院しているのもっとかかっているかもしれない。まあ、幸いなことに両親ともそのことを恩着せがましくいったことは一度もない。

わたしの体はそうとうポンコツ状態になってきている。仕様書からはずれた使い方を長年してきたので仕方がない。ところで、ポンコツとはいえこの体にはいくらぐらいの価値があるのだろうか。もちろん一千万とか二千万とかではない。一億、二億でもない。不思議なことだが、お金の換算できないのである。

では、お金の換算できないものは他に何かあるだろうか。

もしかして、この世界のすべてのものはお金の換算できないのではないだろうか。

(7月14日掲示板) (加筆して草稿要転記)

あるいは、お金の換算できないようにすることができる、というか。

換算できるというものも、実は無理をしてお金の換算できるようにしているのではないだろうか。

## ★7月 2007年

7月2日、5日、6日、8日 2007年

### ●意識のある人生

意識をすることがここに浮かんだときに意識できる。

不思議なことだが、意識はここに浮かんでくる。

意識がないこれまでは「変わる」人生であった。

だが意識が浮かび、意識的な人生を歩みはじめた時に、今度は<変える>人生が始まる。

<変える>人生とはわたしが<為す>人生ということである。

そのときに初めてこれまでであった私でなく、<これからはこうありたいというわたし>に変えることができる。

だから、意識が浮かんだときには、意識をつかんで離さないようにしなくてはならない。

ただし、その意識は道具である。

どのような人生を送りたいか、

どのようなわたしでありたいか、

展望となる人生、展望となるわたし、これををを持っていなければ、意識という道具は使えない。

そして、これを決めるのはひとりひとりの固有のわたしである。

(7月6日掲示板)





海中のカメが空気を求めて海上に浮き上がるように、

海中から浮き上がるカメのように、空気が必要になると浮き上がってくるのが意識である。

地上に上がるために空気が必要のように、

人間であるために意識が必要である。

意識～羅針盤

創造力の方向と維持

●行為への愛～わたし

10分で3万円のヒーリングであればする。

お金がほしいので10分で3万円のヒーリングをする。

では、億万長者になったならばそのときも、10分で3万円のヒーリングをするであろうか。

3万円がほしくてヒーリングしたのであれば、10分のヒーリングの時間を惜しむかもしれない。

そのときはお金ではなく、時間のためにヒーリングをしなくなるかもしれない。

何のためにするのか。お金か、時間か、相手か、

では、相手のためであればヒーリングは価値あるものとなるか。いつもヒーリングはできるか。

見知らぬ方から電話がかかってきた。

「光さんのビデオがなくなったので、余分があったら送ってもらいたいですけど」

「いや、自分は彼のビデオは一本ももっていないですよ。ネットで探されたらいかがですか。」

「じゃあ、先生30分後に遠隔で気を送ってももらえませんか」

なんじゃらほいという方はいらっしゃる。

この相手のために気を送ることができるかどうか。相手のためという相手次第でヒーリングは変わってきはしないか。お金や時間の条件が変わるとヒーリングをするしないが変わるようにである。

では、ヒーリングは何のためにするのであろうか。

最初は無償でもやりたがる。

お金のためにやる。

どのような人も自分のために行う。

問題は自分とは何かということである。

所有～わたしであること～わたしがヒーリングであること

7月5日 2007年

●意識のある人生～時空

あるとき、人生に意識が浮き上がる。

そのときにだけ、人生の羅針盤を意識的に変えることができる。

不安の連鎖、とりとめのない連想の連鎖を断ち切り、

愛の連続、ただひとつの方向の意志へと自分自身の人生を向けることができる。

その方向に人生を向けたら、次の出来事が生じる一歩前に

愛と意志と創造力の人生

へと歩みだしていることである。

そうすれば、次の出来事は

愛と意志と創造力の人生のために存在し、

また、次の出来事は

愛と意志と創造力の人生に従う。

(加筆して掲示板記入予定)

7月6日、7日 2007年

●呼吸

内への呼吸

内に収束する呼吸

●来訪者～Y田氏との対話

「DSライト任天堂」

簡単な計算～痴呆症によい～制限時間を設けること～動機付け～集中力～アルファ波

動機付け～単純な気功体操～健康だけを目指す体操は続かない。身体だけがわたしではな

いのだから。全人格の向上を目指してこそ継続できる。

一日の始まりに全人格の向上を目指すべく、こころを向けること。

動物に送る気と植物に送る気と（脳のない植物に気を送れるか）～植物の方がある意味で入れやすい。証物は行動的でないから。アルファ波が出ていない？から。

アルファ波が出ていればヒーリングの気は出せるか。（簡単な計算でアルファ波が出るようになるという話～このアルファ波が治癒の気を導くのであれば便利である）～犬と猫のしっぽは同じしっぽでも、同じといえるところと違うといえるところがある。

測定法～水の力

文字に入れる気

7月7日、8日、12日 2007年

●意識のある人生～時空

一日の始まりに、その日をシミュレーションし、その日一日に生命を吹き込むこと。

一日の終わりに、その日を振り返り、別の生き方ができなかつたか、別の選択ができなかつたかを省みること。そしてその省みのなかで、別の好ましいと思われる選択、これまでしたことがなかつた選択ををしてみることに。

（7月12日掲示板）

●神の足

本来はそうである神を用いる。

「あなたが自我の欲望を完全に捨てて、何事も神に対する愛をもって、ただひたすら神のために行なえるようになったとき、神はあなたに来られます。そのときあなたは、自分が生命の大海原であり、万物は自分の中で揺れ動いている無数の小さな生命の波であることを知るでしょう。これが行動を通して神に至る道です。何を始める前も、している最中も、終わったあとも、神のことを考えているようになれば、神はあなたに来られます。この世に生きているかぎり、あなたは働かなければなりません、あなたを通して神に働いてもらいなさい。これが、信仰における最も大切な姿勢です。歩いているときは、神が自分の足を通して歩いていると思いなさい。働いているときは、神が自分の手を通して働いていると思いなさい。何かを成し遂げようとしているときは、神が自分の意志を通して成し遂げようとしているのだと思いなさい。こうしてたえず神のことを考えて

いれば、神を知ることができるようになります。また、神を忘れた行動よりも、霊的向上に役立つ行動、神をたえず意識しながら行動することを好むよう、理性を養いなさい。」

(パラマンハサ・ヨガナンダ著「人間の永遠の探求」4 ページ)

わたしのために生きること、そのためにわたしを捨てること。わたしを捨て去り、神がわたしを通じて働くようにすること、すなわち、神を用いること。その神はもともとのわたしである。

わたしのために生きること。そのわたしは大きくなっていく、大きくなると同時にわたしは他者をもつつみこんだわたしとなる。

#### ●意識のある人生

部屋と私とを意識する。

意識はどこまで広げることができるか。

銀河系の意識。

#### ●創造

祈りは意識のコントロールである。

=ヒーリング =創造

#### ●わたし～救済

自分自身を助けること。

だが、自分自身がおぼれていることを知らなければ、その必要性は感じられないであろう。

知らなければ、そのときが来るのを待つしかない。

あるいは、自分自身の声に耳をかたむければ、助けてくれと叫んでいる自分の声を聞くことができるかもしれない。

これはわたしの生き方ではないという自分自身の声をきくことができるかもしれない。

(加筆して掲示板記入予定)

7月8日、9日、13日、19日 2007年

#### ●ヒーリング～存在・選択

遠方から患者さんがみえられることがえらいことであり、

隣近所の患者さんしか来ないことがつまらない、

ということではない。

難病が治ることがすばらしいことであり、

簡単な病気しか治らないことがつまらない、

ということではない。  
手をかざせることがすばらしく、  
手をかざせないことがつまらない、  
ということではない。

どれもこれも、わたしがそうであるという存在から生じることである。  
わたしは今何であるのか、  
そして、次の瞬間に何をを選び取り、どのような存在になるのか、  
ただこのことだけからすべてが生じる。

(7月13日掲示板)

存在が出来事を生じさせる。  
わたしがまじめに取り組まないで、遠方からみえられる方がいるのかもしれない。  
わたしがまじめに取り組むので、簡単に治る方がいるのかもしれない。  
わたしに慢心があるので、難病の方がみえられるのかもしれない。  
...  
わたしが

この選択に対恐ろしいのは慢心、  
恐ろしいのは新しき自分を選び取らぬことである。

人生は変容であり、創造である。  
その変容、創造をさまたげる最大のものは慢心である。

(加筆して掲示板記入予定)

わたしはわたしのためにする。  
わたしは時に大きくなることもあり、そのときには相手の方にも

#### ●意識のある人生～選択

選択に大きい選択、小さい選択という違いはない。  
いつも大きな選択である。  
自分自身を決めるという大きな選択だけがある。

(加筆して掲示板記入予定)

●今

同じことを話そうとはしないこと。

同じことをしようとはしないこと。

今の時間、今の空間だけにある言葉が存在する。

今の時間、今の空間だけにある行為が存在する。

その言葉、行為は、昨日であれば意味がなかったし、明日になれば意味がなくなる、ただ今この瞬間だけに意味を持つ。

(掲示板記入予定)

(参考) グルジェフ～今日やることを明日やれば意味はなくなる。

7月9日、28日 2007年

●知識

知っていること

気が出ていること

思いである人の体に気が通ること

右手を動かせること、

知らないこと

手をかざして病気が治るか治らないかの判断

右手が動かせなくなる日がくること

7月12日 2007年

●原因 → 法則 → 結果

●愛と創造力の問題

イエスの奇跡と教えとは無関係ではない。

自ら生きること (創造)・自由 (創造) はともに愛の相である。

(コリン・ウィルソン「シュタイナー」の中のティヤールド。シャルダンの話に対して)

7月13日 2007年

●わたし～自己研究

正直になることで、

自分が何を喜ぶかで、

自分自身の大きさを知ることができる。

この知識の要点は

自分は何を喜んでいるかを偽らないことである。

簡単そうで難しい。

だから、ルドルフ・シュタイナーは神秘修行者の第一条件として、謙虚であることをあげている。

### ●意識のある人生

暑い中、自宅から最寄り駅まで 20 分近くかけて歩く。駅に着き、もう一度家まで戻り、駅まで歩くことに意味はない。

だが、もう一度家まで戻り、駅まで歩くことを意識して行うなら、

### ●遊行

今でも遊行であること。

今現在遊行を行うこと。

外側の形だけでなく、内側の形としても。

イエス

042～イエスが言った、「過ぎ去り行く者となりなさい」

(参考) イエス——汝に祝福あれ——が言った、

「この世は橋である。渡って行きなさい。しかし、そこに棲家を建ててはならない」

(北インドファテプル・シークリーの城門アーチ)

(トマス福音書)

毎日の目標とする

職場～布教の場としてみることに、そして、自身への布教の場、成長の場としてみることに。

7月14日、15日、19日 2007年

### ●執着

こころがいつもくっついているものは何か。

こころにくっついているのか、こころがくっついているのか。

前者であれば、くっついているものを取ればよいが、後者であれば、こころがくっつきたがるのを変えなければならない。

いつもくっついているものを取り払い、いつも持っていたいものを保持していること。

こころが向かう方向、執着する方向が何であるか。

●意識表の説明文

●寄付

理由をつけない、条件をつけない。

理由、条件は自らの内にもみ見出すようにすること。

●非難

非難は、本当に相手の立場にたてば、相手になりできれば、それはできない、ということを相手に望むことである。

●人間

人間とは錬金術の錬金のるつぼである。

変容としての人間観。

生命全体として変容しながら成長する生命観。

(「神との友情」下巻 162 ページ参照)

●一体

わたし一人の中でもいろいろな私が出て争っている。

わたしのなかを一体にして、初めて他との一体も可能となる。

●機会

体を養うのに便利な場所があるように、こころを養うのに便利な場所がある。

身体という神殿こそがこころを養うのに最も適するところである。

この神殿で養われてこころは外に発する。

ひとりひとりに神殿がある。

わたしの場合はNOTEである。

そして、ヒーリングである。

瞑想もそうであるとよいのだが、今はまだそういう場とはなっていない。ただ、これは今は不得意な場であったも続けていく。



(加筆して草稿要転記「NOTE」篇)

ヨガナンダが求めたヒマラヤの洞窟

■

人体透視というのは得意ではない。

ヒーリングは得意である、ヒーリングをのぼすこと。

7月15日、16日 2007年

●神と人間の相互成長

神が呼びかけ、人が応ずる。

人が呼びかけ、神が応ずる。

●意識のある人生～神聖なる矛盾

この世のすべてを神聖なる矛盾としてみること。

相反する真理がないかどうかをみること。

第三のものがないかどうかをみること。

(教室資料要転記)

●ヒーリング

ヒーリングが意識のコントロールと深く関係しているとしたら、ヒーリング能力が出てきた初期にレクチャーした話—何かに集中することが気功能力の発現に関係しているかもしれない—が存外あたっているかもしれない。

7月16日、17日 2007年

●草稿

疑問は疑問のままでよい。

●ヒーリング～奇跡

病気が治ることだけが奇跡ではなく、

病気が治らなかつたということもまた奇跡のようなある出来事を生むのである。

たとえば、治らなかつたのに感謝できるということ、これはまさに奇跡ではないだろうか。

今までは人からもらわないと感謝できなかつたのが、もらわずに感謝できるようになったということ、これは病気が治ること以上の奇跡ではないだろうか。

だが、治癒という果実のみにところをとられていては、人が奇跡とは呼ばない奇跡を見る

ことはかなわないかもしれない。

(7月17日掲示板)

#### ■条件

あらゆることに、労をいとわないこと。

佐川幸義の鍛錬。

#### ●鏡

いつもいつもウィンドウに映る自分の姿にころをとらわれていては、いつか、姿移りが悪いとウィンドウにやつあたりするようになるかもしれない。

#### ●所有・遊行

部屋の中を見回してみれば、記念品だらけである。人生の節目節目に手に入れた記念品だらけである。旅先で買ったお土産、あるいは、ふと立ち寄った書店で購入した書籍、…、だが、いつまでも手元に置いて見るものなどほとんどない。置いてあるだけである。だが、捨てきれずにいる。

この部屋は美しいか美しくないか。

イエスが言った、「過ぎ去り行く者となりなさい」

イエス——汝に祝福あれ——が言った、

「この世は橋である。渡って行きなさい。しかし、そこに棲家を建ててはならない」

(北インドファテプル・シークリーの城門アーチ)

(「トマス福音書」42ページ 講談社学芸文庫)

(8月2日掲示板)

#### ●感情

怒らないで伝えるということ。

#### ●瞑想

宇宙空間での瞑想

ひとつには、世界中の人全員が集えてできるということ。

もうひとつは、二人のわたしを存在させてできるということ。

●意識のある人生

よくいわれる。「明日死ぬと分っていないから生きていける」のだと。だが、そうではなく、「明日死ぬかもしれないとはっきりと知っていて生きていく」、そのような人生を送ることこそ、意識と未来とがある人生である。

(要加筆)

7月17日、18日2007年

●瞑想～ある試み

宇宙空間で、浮かび、身体を消滅というか、広げるというか、溶け込ませるというか、そのような形での瞑想を試みる。

(教室資料要転記)

■佐川幸義に関する「透明な力」を再読すること。努力のこと。意識の使い方。～グルジェフの超努力の現実化した結晶といてある合気。

●教室案内

わたしは普通である。

普通のわたしと出会い、あなたは特別なあなたとなる。

あなたは普通である。

普通のあなたと出会い、わたしは特別なわたしとなる。

そのような錬金のるつぼとして、この教室はある。

このるつぼに入るのは、あなたとわたしと、そして、時に以下の存在である。

ブッダ、イエス、シュタイナー、グルジェフ、ヨガナンダ、「神との対話」の神。

ただいるだけでは、何も変わらない。ワークを通じて

7月18日2007年

●原因と結果

言っているいいことと悪いことがある、とよくいう。

これはみえやすいからである。

では、思っているいいことと悪いこともまたあるのではないだろうか。

これはみえにくいので、あまりいわれないことである。

これは倫理の問題ではない。

これは結果として生じる原因が言うことだけでなく、思うことにもあるということである。

(7月24日掲示板)

#### 原因と結果

罰があるからしないのか、結果があるからしないのか

罰と結果はちがう

結果は行為への愛の道しるべである。



口が裂けても言うてはいけないことというのは、往々にして口がなくても言うべきことなのかもしれない。

#### ●自他

同じところを見る～イエスのように

違うところを見る～わたしより劣っているところを見るのではなく、わたしにないものを持っているところを見る。

7月19日2007年

#### ●逆

生きているなら連絡は不要であり、死んでいるなら探さなければならないか。

カラスは逆である。

7月25日、26日、28日、29日2007年

#### ●遊行

四国霊場八十八ヶ所めぐり。

旅となれば、隣町であっても、こころ踊る地となる。

しかもそこが弘法大師様ご推奨の霊場となればなおさらである。

しかし、理想は日常すべてを霊場めぐりとするところである、日常生活すべてを遊行の場とすることである。

人生を過ぎ去り行くことである。

イエス——汝に祝福あれ——が言った、

「この世は橋である。渡って行きなさい。しかし、そこに棲家を建ててはならない」

(北インドファテプル・シークリーの城門アーチ)

(「トマス福音書」講談社学術文庫)

(7月29日掲示板)

イエス

イエスが言った、「過ぎ去り行く者となりなさい」

(参考) イエス——汝に祝福あれ——が言った、

「この世は橋である。渡って行きなさい。しかし、そこに棲家を建ててはならない」

(北インドファテプル・シークリーの城門アーチ)

(「トマス福音書」42ページ)

### ●意識のある人生～超能力

思い起こすこと、常識を超えたことが生じたこと。

そのことの技術化。

#### 1 やる気を超えたやる気？

佐川幸義の考え続けること

ヒントを得たときには徹夜も辞さぬ心構え

#### 2 呼吸法

### ●エネルギー～小乗と大乘～親切と超努力

エネルギーは通常行為によって失われる。だが、エネルギーを産出する行為というものもある。それは一体何であろうか。

(7月27日掲示板)

永遠の親切

失われない行為～意識のある行為？

#### 103～神の言葉

断食の根底には、偉大な霊的科学的科学があります。イエスは、この真理について、

「人はパンだけで生きているのではない」

と言っています。人間は、呼吸と食物の二つによって地上に縛りつけられていますが、睡眠中は呼吸のことも食べ物のこと忘れて平和です。そのとき、あなたの魂は肉体の意識から離れています。断食もまた同じように、あなたの心を高揚させます。断食によって、あなたの心を、それ自身の力に頼るようにさせなさい。その力が現われてくると、体内の生命力は、身体を取り巻いている宇宙エネルギーから延髄を通してたえず脳と脊髄に流れ

込んでいる不滅のエネルギーに、より多く依存し補強されるようになります。そうして、食物という外的エネルギー源に対する依存からしだいに離れるにつれて、あなたは、自分の生命力が内なるものによって支えられていることがわかるようになり、どうしてそうなるのかと考えます。そして、こう思います、

「からだが頼っていた食物その他の物質は、エネルギーが固まって形を現わしたものにすぎない。生命力こそ純粋なエネルギーであり、純粋な意識だ」と。

そのとき、あなたの心が生命力の意識に対して発する命令を、何でもそのまま実現するようになります。

心の力は全能です。ですから、「食べ物がなければ生きてゆけない」などと言うことは、あなたの心や内なる全能の生命力に対してどんなに不当かわかるでしょう。あなたの生命力と肉体を心の力で強化して、苦悩など入り込む余地がないようにしなさい。そして、自分自身の支配者になりなさい。長い断食を行なえば、すべては心しだいであることがわかるようになります。

#### ●グルジェフ～食物・空気・印象

└神の言葉

●一日の過ごし方、時間の過ごし方、睡眠を少なくてすませること、これらにもこのころの力を用いる。

#### ●意識のある人生～自他・自由

憧憬はよいが、それはあくまでも憧憬の目で他者を見る本人があこがれる相手のようになるための始まりの一步に過ぎない。

憧憬のままにとどまるなら、

理想の相手と共にいることにとどまるなら、

自分自身通じて相手を表現しようとする事にとどまるなら、

それは悪しき従属となるであろう。

グルジェフはいった。

意識した信仰は自由である。感情的な信仰は隷属である。機械的な信仰は愚かさである。

これは何も信仰だけの話ではない、人間関係でも同様である。

意識した人間関係は自由である。  
感情的な人間関係は隷属である。  
機械的な人間関係は愚かさである。

(7月26日掲示板)

#### ● 自他～行為への愛

よく自分自身を愛することなくして、他者を愛することはできないといわれる。自分自身を愛していなくとも他者を愛することができそうに思えるが、どうしてそのようにいわれるのだろうか。

(7月26日掲示板)

#### ■ わたし

わたしを愛することなくして他人を愛することができないとよくいわれるが、それはどういうことかという、  
わたしを大切にしていないと、  
わたしを人生の出発点にしていないと、  
相手が予期しない行為にでたとき、相手を愛することができなくなるからである。  
そして、往々にして相手は予期せぬ行為に出る。  
私が相手の人生になっていると、相手と私との齟齬があるとそこから怒りが生じてくるからである。

#### ■ 自由

愛ほど多面性をもつ言葉はない。その相のひとつは自由である。  
わたしを愛することなく、すなわち、わたしが自由でなく、  
他人を愛するならば、すなわち、他人の自由を生きようとするなら、  
それはどのようにがんばってもできないことである。

自分を通じて他者を表現しようとする愛  
他者を気にかける愛

他方、親の愛のように、自分を捨てるという愛もある。

#### ■ 必要性の問題

7月26日、27日、28日 2007年

● ヒーリング

ヒーリングの要諦は存在と技術であると思っている。

存在とはその人の大きさである。

これはなかなか難しい。

技術とは何ぞや？

これもまたなかなか難しい。

ただひとつ言えることがある。技術とは真理であり、その真理をめぐるシュタイナーの次の言葉である。

「このような種類の行を通して、自分の中に見霊の最初の芽生えを体験した人だけに、人間自身の観察に向うことが許される。人生の単純な相をまず選ぶ必要がある。——しかしこの観察に向う前に、自分自身の道徳的性格の純化に努力し、行によって得た認識を自分の個人的な利益のために利用しようなどと決して考えてはならない。その認識が周囲に対して権力となりうるにしても、決してそのような権力を乱用してはならない。換言すれば、人間存在の秘密を直観によって知ろうとする人は、真の神秘学の**黄金律**に従わねばならないのである。その黄金律は以下の言葉で表現される。「**神秘学の真理に向って汝の認識を一歩進めようとするなら、同時に善に向けて汝の性格を三歩進めねばならない**」。——この規律に従う人だけに、以下に記す行の実践が許される。」

（「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」 ルドルフ・シュタイナー著 イザラ書房 75 ページ）

（7月28日掲示板）

## 存在と技術

↳シュタイナーの真理（善への道を三歩）

### ■空中浮揚の技術

もヒーリングも呼吸がキーワードか。

### ●遊行

最小の荷物のための行為。

～多くのものを毎日毎日手放していくこと、毎日毎日取り入れてきたのと逆のようにして。

イエス——汝に祝福あれ——が言った、

「この世は橋である。渡って行きなさい。しかし、そこに棲家を建ててはならない」

（北インドファテプル・シークリーの城門アーチ）

（「トマス福音書」講談社学術文庫）



「ヒマラヤ聖者」の記憶装置。

7月27日、28日、29日、31日 2007年

●教室

競争ではないが、次回までに誰よりも前に進むべくこころがけること。

佐川幸義。

●意識のある人生

犬にかまれたと思うと、腹が立つ。しかし、犬にかませたのであれば、腹は立たない。もしかして、犬にかまれてのではなく、犬にかませたのかもしれないのだ。

そんな馬鹿なことがあるだろうか。

だが何度も何度も犬にかまれるとしたら、わたしがそうしているということもある。

何度も何度も同じようなことが生じるならば、わたしがそうしているということもある。

ただし、わたしが何を考え、何を話し、何をしているのか知らなければ、

わたしが何を考え、何を話し、何をしているのか意識することがないならば、

そのことに気づくことはないであろう。

いつか気づきがこころの表面に浮かんでくるまでは、わたしがしたのではなく、犬がしたのだと思うであろう。

そしてまた、いつか、

それはわたしがしたことである、

といえる瞬間が来たならば、それは何とも不可思議な瞬間であろう。

(7月31日掲示板)

●わたし

わたしの固有性を知り、その固有性を最大限に伸ばすべく生きることである。

ただ、この固有性、これがなかなか分りにくい。

なぜなら、私はわたしをよく知らないからである。

固有性を知り、固有性を活かし、固有性に生きること。

(加筆して草稿第1章要転記)

●遠隔治療

ウォーミングアップを行うこと。

7月28日、29日、8月19日、20日 2007年

●ヒーリング

気功治療をやり始め当初は、手をかざして治っても、それはわたしのせいではないと言った。

謙虚といえるだろうか。

また、治らなくとも、それはわたしのせいではないと思った——さすがに言いはしなかったが。

無責任といえるだろうか。

(7月28日掲示板)

■ヒーリング～わたし

気功治療をやり始め当初は、手をかざして治っても、それはわたしのせいではないと言った。

謙虚といえるだろうか。

また、治らなくとも、それはわたしのせいではないと思った——さすがに言いはしなかったが。

無責任といえるだろうか。

何とか治してあげたいと思った人であっても全く効果がなかったり、あまり手をかざす気になれない人であっても劇的に効いたりして、手から出る気はわたしの思惑とは無関係であったので、そう思うのも当然であった。

その後いろいろな事情でヒーリングから離れていったが、数年前からまた再開するにあたって気づいたことは、手をかざすということはそんなに簡単なことではなく、身体的条件が厳しい中で手をかざすことができたということは、これはわたしがしたと言ってよいということではないかということある。気が出始めた頃にみえられた患者さんには手品のようによく効いていたので、手をかざすこと自体嫌でなく、まあ、自信満々でやっていたが、そういう方との出会いを創造主はつくってくれたのであろう。

再開後は一回で治るという甘いシチュエーションは皆無で、足がすくむような絶望的場面も何度かあった。灼熱の砂浜にジョウロで水をまくような思いで手をかざすこととなる。奇跡的な回復をされた方もいらっしやったが、ごくわずかである。重い病の場合は、「治ることがよいなどという単純な発想」は病気の本質を見誤ることとなるのだが、それにしてもわが身の無力感をひしひしと感じたこともあった。

最近思うに、手をかざすだけのヒーリングはどこか限界があるのではないか。ヒーリングにもっともっと自分自身が参加する部分があるべきなのではないかということを感じ始めている。合気の達人、佐川幸義氏に関心があるのも、氏が「合気は技術である」と言われ

ている点である。「相手を無力化する」という佐川氏の合気にはわたしのヒーリング観と相容れぬところあるが、はっきりとした技術を自覚されている点でとてもひかれるところがある。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ■神聖なる矛盾

治らなくともわたしの責任ではない。

治らなければ死にますという治療家。

#### ●選択

神への選択（ヨガナンダの欲望）

##### 120～二つの欲望

欲望は、二種類に分けられます。つまり、われわれが神を見つけるために助けになる欲望と、妨げになる欲望です。例えば、だれかがあなたを殴ったとします。あなたは仕返しをしたいと思います。この場合、もしあなたが、それに勝る愛の力で、仕返しをしたいという欲望を克服すれば、あなたは神を見つけるうえに助けになるような行為を行なったことになります。どんな欲望も、このような聖なる方法で満足させるべきです。これに反して、世間一般の報復による方法で自分を満足させようとする、問題を大きくするだけです。もしあなたが、自分の欲望をすべて神に委ねれば、あなたのよい欲望は叶えられ、悪い欲望は克服されるように神が計らってくださいます。あなたの良心や、あなたのよい欲望がもつ聖なる特性ほど、あなたを守ってくれるものではありません。もし、神の完全な似すがたである自分の魂を見つめることができるようになれば、あなたは自分のあらゆる願望がすでに満たされていることを知るでしょう。この聖なる意識を自分のものとし、その中にいるとき、ほかのものはすべて小さく見え、たとえ全世界を与えようと言われても気持ちは動かないでしょう。そして、褒められて得意になったり、咎められて傷つくこともなくなるでしょう。あなたはただ、内なる神の広大な喜びを感じるだけです。

省エネの選択・エネルギーを注ぐべき選択

#### ■意識のある人生～シンプルライフ

人生の一場面、一場面でもっと豊かにした方がよい場面がある。他方、それはもっとシンプルにした方がよいという場面もある。執着すべき場面でさわらずに逃げ、執着すべきでない場面でしっかりつかんで離さずにいるということがある。一瞬、一瞬をよくよく観察してみることである。

●意識のある人生

すべてを利用しようとする事。

すべては利用されるように待っているからだ。

何のための利用か。

わたしの成長のための利用である。

●ヒーリング～リアリティ

映画「リング」は原作の小説の方がはるかに怖いという。

映像と想像力とでは想像力に軍配が上がるのであろうか。

もしかして、ヒーリングでも映像世界よりも想像世界の方がリアリティがあるのではないか。

もしかして、ヒーリングでも手をかざすよりも遠隔の方が効果的ということはないだろうか。

わたしの偏見が可能性の視野をせばめてしまっていないだろうか。

(8月20日掲示板)

7月29日、31日 2007年

●意識のある人生

他人の眼を意識せずに、常に自分の眼だけを意識すること。

自分の眼を意識せずに、常にわたしの眼だけを意識すること。

わたしの眼とは天の眼である。

天の眼とは内側の眼である。

■内と外

「神との対話1巻」65ページ

「まず、静かにすることだ。外の世界を静かにさせて、内側の世界が見えてくるようにしなさい。この内側を見る力、洞察力こそあなたが求めるものだが、外部の現実にくちをわずらわせては決して得られない。だから、できるだけ内側へと入っていきなさい。内側へ入らないときには、内側から外の世界と向かいあいなさい。」

7月30日、31日 1007年

●神と人間

食事前に感謝の気持ちを持てるように。

食事前に感謝の気持ちを持てるのであれば、食事の最中も、食事の後も感謝の気持ちを持

てるように。

食事に感謝できるようになったなら、歩く前にも、歩いている最中にも、歩いた後にも感謝の気持ちを持てるように。

それが生命と共にいるということであろう。

天の川の写真の荘厳さ

漫画

汚らしければ、きれいにすればよい。

40年前、口汚くののしたインテリ評論家

●

願うから 知識へ

└祈りから└意識へ 意識のコントロールへ

●生命～時空

宇宙全体が生命（いのち）である。

空間

銀河系 → 太陽系 → 地球全体 → 人間

時間

ビッグバン → 銀河系 → 太陽系 → 地球 → 単細胞生物 →

人間とは何か。この生命の変容全体のなかで捉えるようにする。

7月31日2007年

●トンボ

自然淘汰も法則による。

●

10時以降は不食。

少食の実現。

●神と人間

神はすべてである。

いつも神といること。

## ★8月 2007年

8月1日、2日、4日 2007年

### ●教室・世界

ひとりひとりが主宰者のようにして教室に参加すること。

ひとりひとりがスターのようにして人生に参加すること。

### ●わたし

あなたは何者になりたいか。

「すべてを知りたい」

グルジェフ

### 011～質問

それから、グルジェフはさらに二つの質問を出した。

1 人生はいかなるものとするか？

2 何をを知りたいか？

第一の問いには、次のように答えた。「人生とは銀の皿に盛られて手渡された何かであり、それをどのように扱うかは本人次第です。」

この答えがきっかけで、「銀の皿に」という語句についての長い問答が交わされ、グルジェフは、洗礼者ヨハネの首についても言及した。問答の結果、私は退却し——退却という感じであった——、「銀の皿」という語句は、人生とは「授けられたもの」ということを意味する、と訂正すると、グルジェフは満足したようだった。

第二の質問（何をを知りたいか？）に答えるのは易しかった。「あらゆることを知りたい」と回答した。

グルジェフは即座に、「あらゆることを知ることはできない。何についてのあらゆることなのか？」と聞き直した。私は、「人生についてのあらゆることです」と言い、そのあとで言い足した。「英語では心理学と呼ばれています。あるいは哲学かもしれません。」

グルジェフは溜め息をつき、おもむろに言った。「滞在してよろしい。だが、そういう回答

は、私にとっては骨の折れる仕事となる。そういうことを教えるのは、私の他にはだれもいない。仕事がまた増えた。」

神との対話

■わたし

すべてを取り去ってもまだなお残っているもの。

8月2日、4日、5日、7日、20日、23日 2007年

●痛み

足の痛み～足だけでなく、体内の不調への信号でもあるかもしれない。

気を通してみること。気のコントロールをし（その際、意識と呼吸とが必須である）、さまざまな気の体感をも同時に行う。

●天賦の才

天賦の才で問題となるのは、その人の才が他人よりどれだけ飛びぬけて優れているかということではなく、その人固有の才がどれだけ発揮されているかということだけである。この意味で、どのような人にも天賦の才は与えられ、そして、発揮することができる。

●合気

体を使いながら気を出すこと。

思いによって気をつくることもできるが、もしかしたら、この思いに体を使っているのかもしれない。

瞑想における体の動き、それに伴う気の流れ。

無意識の体の動き、

そして、

意識の体の動き

■ヒーリング

もっと体を使ってみること。

とりあえずは、マッサージの体の動き、あんまの体の動き、指圧の体の動き、をしてみる

こと。

この動きは佐川幸義師が当初は力を使っていたという動きである。

J O氏の気功治療。

#### ■玉三郎の動き

#### ■佐川幸義師

言葉は言葉に出すと消えてしまうものがある。他方、言葉に出すことによって生まれてくるものもある。前者の意味で言葉にすることを躊躇することがあるが、いま一番関心のあ  
ることを書きたいので、いまここに渦巻いている思いをしるす。

お釈迦様が「諸行無常」という教えを説いたが、この教えはこの世は常でないから無情であり、虚しいということではない。「諸々の行いはすべて常では無い」という教えだけである。この「常でない」ということは逆に「常である」ようにする行いはすべてこの世界の法則に反するということである。

合気道の達人である佐川幸義師は、この意味かどうかは分らぬが、敵と相対したときに構えずに（とどまらずに）すっとう出るという。佐川師は変化の中で自ら行為するが、相手は一瞬の躊躇の中で行為しようとし、その躊躇、その＜停止＞があるかないかが生死を分けることとなる。

ここでは武術としての動き、停止を論ずる気持ちは毛頭ないが、この＜常では無いこと＞にかかわらず＜常であろうとすること＞、＜停止しようとする事＞は人間のすべての営みについてある示唆を与えているのではないかという気がする。

（以下、続く）

（8月5日掲示板）

仕事において、一步前にすっとう出てみる事。

#### ■呼吸

呼吸は二酸化炭素と酸素との交換のために行われているということをお昔に生物の授業で習った。確かにそうかもしれないが、それは「ある層」での話であって、また違うこともいえるのではないだろうか最近考え始めている。

呼吸の顔には別の側面があり、それは気の出し入れ、しかも、様々な質の気の創造といっ



た側面もあるのではないかと考えている。

わたしが感じる質のよい気——こちよい気というかヒーリングの気というか——というのは、呼吸を殺した方がどうもよいような感じなのである。呼吸としては動きのない方が質のよい気が出てくる感じなのである。この意味で呼吸は「動から静」へと進むほうがよい。そして、これに反比例する形で質のよい気は「動き出す」のである。

ヨガに関しては全くのど素人であるが、ヨガ行者が試みる無呼吸というのは、わたしの立場からは「呼吸を停止させるのでなく」、「気を動かし始める」ことの試みの中で、必然的に生じる停止なのではないかと考えている。さらにいうと、この停止は呼吸を止める停止でなく、気を動かす<無限小の停止>であり、本来の停止とは全く異なる<動的停止>であり、これが行き着くところは無呼吸での生存ということになると真面目に考えている。

(8月7日掲示板)

呼吸の停止～停止した呼吸と停止していない呼吸とがある

無呼吸の問題～気の動き ⇔ 呼吸の量

動き～プラス思考でなく、<道>があるだけである。法則があるだけである。その法則にのって生きること。

息を吐いたときに技をしかける → 止まるからしかけられる

動きのある停止と動きのない停止

瞑想の動きに従う

ヒーリングも動いてみる

変容～伊勢神宮～クリア～所有

└作り直すこととその前に作り変えること～病気と健康

■不安→停滞 警戒・意識→動き

変化というのはその気になったときに生じる。

ただし、形の反復、習慣の反復だけからはほとんど何も変わらない。

- 1 変わったのではなく、＜変えた＞のかどうか
- 2 <どのように＞か

この世界は

8月4日2007年

●元気

疲れているとき、元気が出ないときには単純なことを行う。

8月5日、6日、7日2007年

●伝授と金銭

指導料として30万円をもらったら、瞑想は伝授することができるであろうか。

指導料は無料であったら、瞑想は伝授することができないであろうか。

故佐川幸義師は合気の伝授はとても難しいと語っている。才能と人並みはずれた努力が必要であるといっている。もちろん、30万円もらったからといって、合気が伝えられるなどとは言わないであろう。

H氏は一回の気功治療に100万円を払うから定期的にお寺に来てもらえないだろうかと高僧といわれる方にもちかけられたという。お寺さんが患者の門徒さんのために治療費を負担するというのであれば、立派なところがけであるとは思いますが、当然門徒さんの負担であろう。いくら抜くつもりであったのだろうかとかゲスのかんぐりをいれてしまうが、H氏は断られたので不明のままである。

さらにある方からは気功治療の能力を伝授いただければ、2億円払うともいわれたそうである。

もちろん瞑想法とて同じであろう、30万円も無料も瞑想法には無関係である。

無関係であるが、大きな関係がありそうに思うところが凡夫の悲哀である。

では、瞑想法の伝授は何に関係するのであるだろうか。

合気の伝授は何に関係するのであるだろうか。

気功治療の伝授は何に関係するのであるだろうか。

(8月6日掲示板)

指導者の方法論であろうか。

指導者の人間性であろうか。

伝授はテクニックか。

凡夫による伝授の要点は一生懸命ということだけではないだろうか。

#### ■創造

取ることによってではなく、与えることによって、自分自身になる。

取ることによってでは自分自身にならない。

この意味で、伝授する方が30万円得てもそれは伝授者自身何も得たことにならないし、伝授された方が瞑想法を伝授されたと思っていてもそれは自分自身実は何も得ていない。

(加筆して掲示板記入予定)

8月6日、7日2007年

#### ●人間とは何か

ペンローズのコンピュータか人間かをテストする問い。

8月7日2007年

#### ●勤務

実践の場

8月8日、9日2007年

#### ●環境問題～わたし

エアコンでがらがん冷やしているときに、もし幸運にも意識が浮かんできたなら、言ってみることである。

<これがわたしである>

もし、わたしであると言い切れて、何も痛みを感じないようであればそれでよい。

だが、もし何か痛みを感じるようであれば、さらに言ってみることである。

<わたしであるなら、今何をするであろうか>

(8月9日掲示板)

8月11日、20日 2007年

●ヒーリング

口が裂けてもいえないことがあるが、そういうことに限っていつてみたくなるものである。

ヒーリングは失敗してよかったのではないか！！

失敗は実は成功だったのではないか！！

こう思える瞬間がある。

手をかざす以上は、どんな病気も治さずには成功とは言いがたい。

手をかざす以上はである。

成功しない限りは、未熟であるということである。

だが、この未熟を超えてある力が働き始めることがある。

このある力は失敗を成功へと導く。

何というか、神とでも呼びたいようなある力はあるということである。

抽象的な話で恐縮ではあるが

もちろん、このある力を導き出すものというものはある。

それは何であろうか。

そして、逆に、

ヒーリングは成功したがこれは成功だったのだろうか。

もしかして、これが成功してはいけないのではなかったか。

こう思える瞬間もある。

ヒーリングの結果に関係なく、すべてがうまくいつているのではないかと思うときがある。

●ヒーリング～善と悪

人助けのようなヒーリングをしていれば、いつも善だけが現れてくるかという、決してそんなことはない。ヒーリングはわたしの善に限りがあることをいつも如実に示してくれる。まあ、具体的に語れば分かりやすい話になるのだが、わたくしも仮面のいい子でいたい気持ちもあるので、今は書けないことがたくさんある。

実際にヒーリングを行うことで自分自身の悪と直面することがある。この悪は悪ではあるが、自身の未到としての悪である。

その人にとってそれで「よし」であれば、いかなることも悪ではない。

8月13日、14日、15日 2007年

●NOTE

気づきはどのようなときにでもメモしておくこと。

●神聖なる矛盾～身体

図書館でお借りした本はきれいに読まなければいけない。粗雑に扱うものではない。同じことは、わたしの身体についてもいえることである。わたしの身体はお借りしたものであるから、粗雑に扱うものではない。

他方、お借りした本はどのように扱ってもよい。読みきらなくともよいし、粗雑に扱ってもよい（ただし、その結果はある）。

同じことは、わたしの身体についてもいえることである。

わたしの身体はわたしの自由に使える。好きなように使ってよい。粗雑に扱ってもよい。

好きなように使ってよいと言われたときに、どのように使うのか、これはとても難しい。せめて、好きなように使ってよいということを知っておくことである。このことだけでも使い方はずいぶん違ってくる。

今朝ニフティのニュース（ナイフで夫を刺殺）を読んで思ったことである。

（8月13日 2007年）

■神聖なる矛盾～こころ

口げんかをして夫から顔をなぐられる。

あたまにきた妻である私はサバイバルナイフを取り出して、夫を刺してやろうと思う。  
一瞬前までは、三十数年間このころであった。  
だが、次の瞬間にこのころを変えることはできる。

このころの選択は好きなようにしてよい

このことだけを知っていれば、このころの使い方はずいぶん違ってくる。

このころは怒ることにもゆるすことにも使える。

このころはゆるすことにも怒ることにも使える。

このころは一瞬前と一瞬後では矛盾する。

だが、この矛盾は神聖なる矛盾である。

たとえ、どちらに変わってもである。

(8月14日掲示板)

## ■呼吸

## ■「神との対話」

啓示374～「そう。行動によって、ある状態を達成することはできる。それは、あなたの言うとおりでよ。あなたはそこに気づいている。真実だ。だが、行動によってある状態に達するというのは、とても遠回りなのだ。しかも、もっと重要なのは、たいていは一時的な状態にすぎないということだ。

静かな音楽を聞いて、それで一生静かな気持ちでいられるひとは、めったにいない。

祈りを続けなくても、その後もずっと安らかでいられるひとも、めったにいないよ。

平和と愛に到達しようとする試みではなく、平和と愛から引き出そうとする決断は、正反対に働く。経験の軸をまったくひっくり返すのだ。あなたの望みの源泉をあなたの外ではなく、あなた自身のなかに置く。そうすれば、いつでも、どこでも、アクセスすることができる。

これが真の力だ。生命／人生を変え、世界を変える力だ。

このレベルの内なる平和と全人類へのまったき愛には、一瞬で到達することが可能だ。

あるいは一生かかるかもしれない。すべては、あなたがたしだいだ。すべては、あなたがたがどれほど深くそれを望むかにかかっている。

あなたがたは、ただそれを選び、呼び出すことで、ある内なる状態を獲得することもできるのだよ。現在、あなたがたのほとんどは「反応」する状態にある。だが、そう

でなければならない必然性はない。それを「創造」の状態にすることもできる。」

「教えてください。どういう意味なんですか？ おっしゃっているのは、いったいどういうことなんですか？」

「例をあげて説明しようか。」

いま、あなたがたは、つぎの瞬間を迎えようとするとき、前もってどんな状態でいようかと決めておくことは、めったにない。その瞬間に何があり何が提供されるかを見てから、それに反応して自分の状態が決まる。

結果として、悲しくなるかもしれない。幸せになるかもしれない。失望するかもしれないし、高揚するかもしれない。

だが、ある瞬間を迎える前に、自分のあり方を決めておいたとしよう。その瞬間がどんなものであっても、安らかでいようと決める。そうしたら、その瞬間の体験には違いが生じると思わないか？ もちろん、違いは生じるよ。

教えてあげよう。ある瞬間が現れる前にあなたがたがそれをどんな瞬間にするかを決めるとき、あなたがたは<マスター>への道を歩み出す。**瞬間をマスターすることを覚えることが、生きることをマスターするはじまりなのだ。**

外からの瞬間が何をもたらそうとも、自分の内なる状態を平和や愛や理解、共感、分かち合い、赦しにすると前もって決めておけば、外の世界はあなたに対する力を失う。

#### ■ エントロピー

こころはエントロピー減少へと進む。

#### ● シャンプー

美容院でのシャンプーの仕方の巧拙

誰にも言われないと本人には分からない。

武道はその点ではよい。立ち会うことにより、自身の巧拙をはっきりと知ることができるからである。

#### ● 自由

糖尿病にはインシュリンだけ

自然と人間の欲望

#### ● 教室資料

終わったことに手厚く、準備には手薄く。

## ●意識表

### 意識表の配布

一日、一日書いて、捨て切って生きられるように。

人生は振り返るためにあるのではなく、一步一步前に進むためにあるのだから。

もし振り返るとしたら、それは前に進むために力となるときだけである。そのために必要であると思うならばとっておけばよい。

## ●アキバ

人工的な印象を受けることに関しては最高の環境かもしれない。

だが、自然の環境を受け取ることに関しては劣悪な環境であろう。

他人の発する情報を受け取るには最高の環境かもしれないが、

自分自身の情報を発するにはそこだけがよいわけではない。

## ●意識のある人生～お守り

パラマンハサ・ヨガナンダの母は通りかかりのある行者さんから見知らぬ息子のヨガナンダへの贈り物としてある護符を授けられる。この護符は必要がなくなったときに消えてしまうといわれるが、ヨガナンダは師のスリ・ユクテスワの下で修行中もその護符を大切に保管していた。以下はその護符とこの世の生と神の力に関する話である。

「先生、私は先生のお言いつけに進退きわまってしまいました。もし私が、自分の空腹を全く口に出さなければ、だれも私に食べ物をくれる人は居ません。それでは私は飢え死にするほかありません。」

「それなら死になさい！」

厳然たる一言があたりの空気を破って返って来た。

「死ぬほかなかつたら死になさい。ムクンダ、お前は自分が食べ物で生きていると思っているのかね？ お前は神の力で生きているのだということを忘れてはいけない。あらゆる食べ物を創造し、われわれに食欲を与えてくださったおかたは、われわれが生命を維持してゆくことができるように、たえず配慮してくださるのだ。自分の生命が、米や、金や、人間の力で支えられているなどと決して考えてはいけない。もし神がお前の生命の息吹を引き揚げてしまわれたら、そんなものは何の役に立つ？ それらは単なる神の道具にすぎないのだ。お前の胃の中の食物が消化するのは、お前のもっている何らかの技術によるのかね？ ムクンダ、よく考えてみなさい。目先の現象にまどわされず、根本の実体を悟りなさい。」

この痛烈な訓戒は、深く私の肺腑をえぐった。幾世来、魂をたぶらかして肉体的欲望の奴



隸にしてきた迷いは、瞬時にして私の中から消し飛んでしまった。そしてこのとき私は、  
霊こそすべてを支えすべてを満たすものであることをしみじみと悟ったのである。後年、  
私の絶え間ない旅行の生涯において、多くの異国の町々を旅しながら、このベナレスの僧  
院で受けた教訓の正しさをどんなに実感したことであろう。

さて、私がカルカッタから持って来た唯一の宝物は、母が私に残していった、あの行者の  
くれた銀の護符だった。長い間、私はそれをたいせつに保管してきたが、僧院に来てから  
は、それを自分の部屋の持ち物の中に用心深く隠しておいた。ある朝、私は護符を確認す  
るために箱のかぎを外した。そして、取り出した包みを手にしてみると、どうだろう、  
外側の封印には何の異状もないのに、中味がなくなっているではないか！ 私は、はっと  
して、その封筒を破いて中をあらためた。護符は、例の行者が予言したとおり、もとのエ  
ーテルの中に消えてしまっていたのである。

(パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」90 ページ 森北出版～お勧めの本で  
す。)

この手の話は母が入っている宗教の護符に関しても聞いたことがある。ある人が交通事故  
の加害者になりそうになったときに間一髪逃れることができたが、そのあとには護符が消  
えてしまったということである。まあ、そんなことで入信するというのは現世御利益を求  
める「さもしい感じ」がして嫌であるが（また、その気持ちを利用して入信させようとす  
る宗教がいかにも多いことか。本来現世御利益はすでに十分与えられているのである）、こ  
ういう事実はあるのかもしれない。

逆の話として、ボランティアとしてお手伝いくださっていたある方に差し上げた健康グ  
ズのゴムの中に金粉がいくつも入り込んでいたという事実も目撃しているので、護符が消  
えたとしても驚きはしない。

このような話の場合、多くの方がとる態度は、そんな馬鹿なことがあるかと一笑に付すか、  
それはすごい護符であると心を動かされるかのどちらかである。だが私としては、そのよ  
うな護符を作るころの使い方は誰にでもできるということに心が動かされるのである。

神の意識のコントロール

意識のコントロール

大乘的ころの使い方と小乗的ころの使い方

8月14日、15日、16日 2007年

●言質～意識のある人生（内と外）

第5条（義務と権利） 参加者は主宰者に対していかなる義務もない。参加者にあるのは自由だけである。

同様に、主宰者も参加者に対していかなる義務もない。主宰者にあるのは自由だけである。ただ、主宰者は参加者に対して、気功体操、瞑想、呼吸法に関する主宰者の情報の提供と、毎回の資料の提供とを約束する。これは主宰者の義務ではなく、主宰者の自由であり、選択である。

気功教室はわたしの世界である。だから、わたしは<この気功教室の世界ですること>をわたし自身がわたし自身に約束し、そこに参加される方に約束する。これは言質である。

だが、この言質はひとりひとりすべての人にとっても存在させることができるものである。何も教室のような、あるいは会社のような特殊な世界を作らずとも、この世界そのものがひとりひとりのあらゆる表現を可能にする場であるからである。

要は、自分自身がこの世界ですることを約束し、その約束を果たすことである。

要は、自分自身がこの世界で行うことを宣言し、その宣言を果たすことである。

要は、自分自身がこの世界で行うことを預言し、その預言を果たすことである。

この言質が立派であるか、立派でないか。

この宣言が社会性のあることなのか、ひとりよがりなことなのか。

この預言がこの人生で達成できることなのか、達成できないことなのか。

どちらでもよい。

肝心なことはこの世界に言質を与えることである。

人生は無意識でも生きていける。

だが、人生に意識を持ち込めば——約束、宣言、預言を持ち込めば——、人生は世界というキャンバスに自分自身を表現することであるということに気づくであろう。世界は新聞記事の世界だけではないということに気づくであろう。

（8月15日掲示板）（草稿要転記）

## ●脳内現象

立花隆が臨死体験が脳内現象にすぎないという論に対して。

通常の出来事もまた脳内現象ではないだろうか。

参考～ペンローズ

8月15日2007年

●終戦記念日～意識のある人生

わたしのこのところの内でも、8月15日のこの日のこの瞬間を終戦としよう。  
そしてまた、次の瞬間も。

(8月15日掲示板)

●今日一日～所有

今日という一日のよいところは何もとっておくことができないことである。

今日一日は今日一日でしか使うことができない。

今日一日は持ち続けることはできないからである。

だから、

今日一日は今日一日で使い切ってしまう、

今日一日の終わりには灰にして世界に返してしまおう。

(8月17日掲示板)

灰にして返してしまえるような今日一日であれば幸いである。

だが、往々にして今日一日は灰とはならず、わたしのこのところの外壁にへばりついている。

今日の一日は今日することで意味がある。明日やっても全く意味が異なる。

行うことと今日という一日を切り離すことはできないのである。

だから、今日がどのような一日であっても、今日一日の終わりに灰としてしまおう。

モノを捨てることを惜しむようにして、今日一日をとっておくことはできない。

今日一日は手元に残しておくようなものではないからである。

それはわたしが好むと好まざるにかかわらず、明日の朝には灰となっている。

明日の朝には灰となってしまう今日という一日を大切に使うことである。

●ヒーリング

気～細かい気～ゼラチン状の気→物質化？

ゼラチン状の気を意識してみる

8月17日、20日2007年

●美容室

朝日新聞の夕刊記事

どのようにみえるか、このことは大切である。  
だが、もっと大切なことは、  
どのように見えようとも、  
わたし自身がみて、わたしの生き方を、この女性のように足取り軽く生きることである。

#### ●感謝

先祖の恩をさかのぼると、どこまでいくのであろうか。  
原始時代であらうか？  
創造主であらうか？  
さかのぼることによって感謝は生まれるのだろうか。

#### ●わたし・神・自由・愛

選択することによって、自由を行使することによって、〈わたし〉が現れてくる。この意味で〈わたし〉とは選択であり、自由である。

#### ●教室

どのように変わったか。

#### ●瞑想

瞑想後、神がいる間に、最も大切なことをする。

#### ●意識のある人生

一歩踏み込むこと～PCソフト

8月18日2007年

#### ●

いつも自分のしたいことをする。それをして自分が気持ちよくならなければ、それは本当は自分がしたいことではないのではないかと反省してみることである。

8月19日、23日2007年

#### ●わたし

地球上にはどこにも真ん中はない。  
宇宙空間にはどこにも真ん中はない。  
ただし、あるともいえる。  
ただひとつの真ん中はないが、どこも真ん中である。

このことは人間の創造力の発揮についてもいえる。どのような創造も真ん中である。その想像力を発揮する、どのような人も真ん中である。

(8月24日掲示板)

●ヒーリング

わたしにとって意味のあるヒーリングの機会だけが与えられている。

そこで、わたしがすることは治るか治らないかということではなく、すべてのエネルギーを注ぐこと、ただそれだけである。

●

K多くんに精神世界を教えることと仕事を教えることと勉強を教えることと媚びるわけでもないし、えばるわけでもない、の自然体

不幸ということ

8月21日、22日2007年

●わたし

自分を愛すること。

気の身体としての自分

わたしが健康であって、相手が健康となる。

わたしを犠牲にして、相手が元気になる。

8月22日2007年

●所有

毎月自由に使えるお金が20万とか30万円であった頃には、お金の使い方には全く頓着しなかった。ある意味でわたしは金銭欲と離れていた。

では、高塚に金銭欲はないのだろうか？

こう世界は問う。

問うて、今度は高塚に少ないお金で金銭欲があるかないかを問う。

今は自由になるお金はそれほど多くない。多くない状態で、欲しいか欲しくないか、とらわれるかとらわれないかを問う。

あることにより欲しがらなくなることがある。

ないことにより欲しがらなくなることがある。

前者は簡単であるが、後者は難しい。

(8月23日掲示板)

手をつくしたつもりではあるが、残念ながら、亡くなられた方がいる。

もしもヒーリングが功を奏し、お元気になられたのであれば、ご家族もご本人も感謝されたであろう。多くの関係がその方々とわたしとの間にできたかもしれない。

だが、亡くなられてしまい、それで関係が切れてしまったことももちろんある。だが、残されたご家族の方との交流が続いている関係もある。

家族・友人・恋人

ヒーリング能力

なくなるものがある。

それは一体何であろうか。

#### ●保険外交員

与えることができることであれば、与えて与えて与えること。

今日は何を与えたであろうか。

いつも裸で立っていること。

8月23日、25日2007年

#### ●わたし

<わたし>を知ることがすべての始まりである。

もしも<わたし>という存在が

これまでの人類のすべての叡智をこれからの人類のすべての叡智を内包しているとしたら、

この意味で、わたしを愛さずに他人を愛することができないという話となる。

ラム・ダスが「Be Here Now」というときの、この言葉で表されるわたし。

「神との対話」でのそこからがわたしの仕事であるという話し。そこからとはわたしを知

ったあとのことである。

ババジはどこまでなのだろうか。ブッダは、イエスは。

自己研究

神、自由、愛、喜び、生命、これらは置き換えることができるという。

図書館としてのわたし（人類の叡智の始まりとしてのわたし）

100億円の宮殿を作り出すことができるわたし

もしこのことを知ったら、

わたしを小さなものとして卑下し、わたしを小さなものとして殺してしまうだろうか。

他人を小さなものとして見下し、他人を小さなものとして殺してしまうだろうか。

わたしを知ること

対象として知るのでなく、内側に入り込むことにより知りうる

内側に入り込むとは、また他者に入りこむことでもある。

● 偏見と道

偏見の打破

└ 自身（小我）のこだわり

法則・流れ・道・神にのつとること

遊行の実現

8月25日、9月1日、2日 2007年

● 南無阿弥陀仏～苦楽

先日聞いた浄土真宗の説法師のお話で疑問に思ったところをいくつかとりあげてみたい。

ひとつは四苦について、すなわち、生まれたことからくる苦しみ、老いからくる苦しみ、病からくる苦しみ、死からくる苦しみについてお話があった。

これから逃れる法が浄土真宗の教えであるという。ただ、説法師自身34歳という若輩であるので、この苦しみについては分からないという。この苦しみが分かったときに初めて浄土真宗という法のありがたみ分かるというお話である。

四苦というのが苦しみであるというのは分からないでもないが、はたして苦しみは苦しみだけとして終わるのだろうか。苦しみを通じて分かるということ、苦しみを通じて世界が

開けるということがあるのではないか。逆に苦しみがない人生というのは、どのような人生なのであろうかという疑問がある。このことはヒーリングを通じて嫌というほど味わった経験である。

四苦というのは四苦が生じる原因があるということであり、この原因は四苦がなければ決して知ることのできない原因であり、世界である。苦や不幸と呼ばれることだけにとらわれ、そこから逃れようとしてはく見ることができるもの>が見えなくなってしまうまいだろうか。

このことは別のある新興宗教の教団の世話役の方にも問いかけた話であるが、コメントはいただけなかった。成長には順番がある。知ることには苦しみもあり、喜びもある。苦しみというのは何かを信じて消え去るものではなく、神、仏によって代替されるものでもなく、ただ単に本人がその苦しみをくぐりぬけることにより、その苦しみがくあるもの>に変容するものである。この変容はいかなる他者によっても代わってあげることではできないものである。そして、その変容が成し遂げられれば、苦しみは苦しみでなくなるということである。

では、南無阿弥陀仏では人は救われないのであろうか。

(9月1日掲示板)

#### ■南無阿弥陀仏～一声

ある僧侶の法話を聞いたあとに門徒さんが南無阿弥陀仏という一声を唱えるだけで救われるというのはあまりに虫のいい話しではないかと問うたところ、

「いいですか、あなたは今大海のど真ん中でおぼれているのですよ。そこに南無阿弥陀仏と唱えれば救われるという船が来たことがそんな虫のいい話なのでしょうか」

と答えたという。

この話の妙に感動したということで、大阪からみえられた説法師は改めてこの話を紹介してくださったが、わたしにとっては南無阿弥陀仏と唱えることがそんな虫のいい話とは思えない。大海のど真ん中でおぼれている人間に南無阿弥陀仏と唱えれば救われるというのは、別の言い方をすれば、南無阿弥陀仏と唱えなければ救わないということであり、これはアップアップしている人にあまりに理不尽な要求ではないか。そんな非人間的な救いがあるだろうか。

南無とは帰依するということで、阿弥陀仏はアミータという仏である。アミータさんに帰依しますといわなければ救わないとは何という話しであらうか。信じがたい話である。



この手の話はクリスチャンの方からも聞いているし、他の新興宗教の信徒さんからも聞いている。

信じなければ救われない

などという存在になぜついていこうとするのだろうか。

(9月2日掲示板)

#### ■黒住宗忠

「たとえ人は何と申し候とも、我をすてて本をよくつとめ候えば、心いよいよすずしく御座候。」(書簡336)

8月27日、30日2007年

#### ●意識のある人生～瞑想

喫茶店でイスにゆったりと座っていて見る景色は、外をせかせか歩いていて見る景色とは全く違う。喫茶店では、止まっている自分がいるからなのではないだろうか。外を歩いているときにも喫茶店にいる自分を呼び起こしてみてもはどうだろうか。

これは見る自分を人生に登場させることである。

他方、動いている自分がしっかり動いるかどうかという別の話もまたある。

(掲示板記入予定)

#### ●必要性

それでないダメなのか。他に手立てはないのかと考える。

#### ●不信心～自由

信心がないことのよきは、自分で行うということである。

ただ、ここで信心が生じないことは、自分で行うということのすごさを本当には知らない、実感できないからである。

#### ■変容

犬は犬のままであるが、人間だけは人殺しになれたり、その同じ人間が救済者になったりすることである。

#### ●シンクロ～行為への愛 (上巻195ページ)

「そうしようと思わないからだよ。あなたがたは、自分の最も偉大な部分を、自分の外で体験しようとしている。他者を通じて**自分**を体験しようとしている。あなたを通じて他者

に自分を体験させるのではなく。」

●三つの身体

どの三つの世界についてもその一部しか知らない。

8月30日2007年

●柴田さんへの返信

高塚さん。おはようございます (^-^)

昨日はありがとうございました。

エネルギーのお話しは考えるところがありました。実際には自分が消耗の原因を作っているのではないのか、昨日のディスカッションで誰かを消耗させてしまったのではないのか。特に吉田さんのお話を聞いて、なぜうなずいて賛同してあげられなかったのかと思いました。私の頭の中に名古屋の事件があったからだと思いますが、あの時点では個人のエネルギーの作り出し方を話していた訳ですからそういう意味で消耗の原因を作り出してしまったように思います。

二回目の参加でしたが、気づきのあるいい会に参加させていただいて感謝しています。

ありがとうございます。

柴田さん、こんにちは～♪

こちらこそ、ご参加いただき、ありがとうございました。

どのようにすれば、自分が原因となって生きていけるか——すなわち、自由に生きていけるか——、この問題に関して、エネルギーをどのように用いているか、エネルギーをどのように産出させているか、あるいは、その産出をどのようにして拒んでいるかということは時にふれて観察してみることは意義あることと思っています。

「神との友情」（神との対話の続編）の一節です。

「あなたはひとに害を与えてはいないし、ほかのひとたちもあなたに害を与えてはいない。あなたの人生にとって悪人だったと思うようなひとがいなかったかな？」

「そうですね、一人か二人はいます。」

「そのひとたちに、とり返しのつかない害を与えられたらどうか？」

「いいえ、そうは思いません。」

「大切なのは、「してもらいたくなかった」と思うことをされたひとにも。「してほしい」と思うことをしてくれなかったひとにも、害を与えられてはいないということだ。

いいかな、もういちど言おう。

わたしは天使以外の何ものも、あなたがたに送ってはいない。みんな、あなたがたが**真の自分**を思い出すための贈り物、すばらしい贈り物を与えてくれた。あなたも同じだ。この壮大な冒険が終わるとき、そのことがはっきりとわかり、お互いに感謝するだろう。

いいかね。自分の人生を振り返って、すべての瞬間に感謝するときがくる。どんな痛みも、悲しみも、喜びも、祝いごと、人生のすべての瞬間が宝物になる。人生の筋書きが完璧だったとわかるからだ。織物も離れて見れば、構図の美しさに涙があふれるだろう。

だから、互いに愛しあいなさい。すべてのひとと愛しあいなさい。すべてのひとを愛しなさい。迫害者だと思ふひと、敵だと呪うひとを愛しなさい。

お互いに愛しあい、自分を愛しなさい。神のために頼むから (For God's sake)、自分を愛

しなさい。文字通りの意味で言っているのだよ。

あなたの自己を愛しなさい、神のために (For God's sake)。」

(下巻 133 ページ)

もし、吉田さんが柴田さんが賛同されなかったことに傷ついたとしても、消耗したとしても、それはベストの状況となりうるということです。だから、自分自身を責めることは何もないということです。

ただし、また別のこともいえます。次からは他者のエネルギーがあふれ出てくるような人間関係を持つと反省することは大切なことです。昨日はベストであったが、今日それを反省することもまたベストであるということです。

昨日はベストであり、同時にベストでない。これは神聖なる矛盾です。どのようであれ、すべてはうまくいくという神聖なる矛盾です。(ただ、このうまくいくようにすることはわれわれの仕事ではありません。)

われわれはただ、自分が考える最大限、最良にわたしを表現すればよいのだと思います。それがどのような自分であってもです。それが自分を愛することだと思います。

名古屋の事件は思い浮かべるだけでムカムカしますが、それは私が知らないことがたくさんあるからなのでしょう。怒りを産み出すような事件、状況というのは、ある段階から悲しみに変わるといふことはよくあることです。

では、また～。わたしはこれから仕事です(^o^;

(8月30日掲示板)

### ●大きさ～内と外

わたしは無窮小であり、無窮大である。

無窮小であるということは、わたしは何も必要としないということであり、無窮大であるということは、わたしは何でも表現できるということである。

ただし、表現は無窮小のわたしから出てくる。

だから、わたしが何であるかということが大切である。

8月31日、9月1日 2007年

### ●気功体操

気の実感という効用

### ●波動

気を通すことは、物理的現象としては振動させることと通じているのかもしれない。びりびりするというのはわたしのヒーリングにとっては好ましい状態ではないと考えているが、それでもきれいな感じで送れているときにもまた微細な振動があるような気もする。この振動が波動ということなのだろうか。

また今日「水の結晶」という本で調べ物をしていておもしろい記述に出会った。

水に音楽を聴かせると、その結晶は音楽の種類によってずいぶん違ったものになるという本である（その他に、様々な言葉や人の名前を見せた(?)ときの結晶の違いがのっている)。ただ、水の結晶写真をとることはなかなか大変で、著者の江本氏が試行錯誤の末に可能になった技術と聞いている。以下は、その悪戦苦闘ぶりの一端である。

「そのように音楽を聴かせるのがもっとも良いのか」「ジャンルは? 時間は? スピーカーとの距離は?」などなど。じつに細々とした実験方法が、さらに私たちを悩ました。

2つのスピーカーの間に精製水を置いて、通常程度の音量で、1曲完全に聴かせる精製水のビンの底を必ずよく叩き、一晩、置く

翌日さらによく叩き、その水を凍らせて結晶を撮影

……という手順を確立しました。

これがベストの方法かどうかはわかりませんが、現時点でのベターな方法と思われます。

とくに「よく叩く」ということが結構重要で、これを怠ると結晶の出現率が低下するので

す。振動を与えることによって、水に伝わってきた情報が活性化するらしいのです。とにかく、そうした苦勞の末に撮影された結晶写真です。

(江本勝 I HM総合研究所「水の結晶」73 ページ 波動教育社)

そういえば、おいしいカクテルもシェークの仕方次第だし。

(8月31日掲示板)

#### ●ヒーリング～完全

患者さんの癌が治らなければ、自分自身も死ぬというヒーラーがいると聞いた。愚かであり、立派である。

愚かであるというのは人間が体だと思っていることである。

立派であるというのはそのところがけである。

## ★9月2007年

9月1日2007年

#### ●一体

9月2日、6日2007年

#### ●祈り

「病気が治りますように」

ではなく、

「病気が治った。ありがとうございます」

と祈るといのが本当の祈り方であるとよくいわれるが、このように祈りが完了形がよいということは、完了形であれば「不安」が一片たりとも含まれないからである。

また、逆に言うと不安が含まれた「病気が治った」であれば、意味がないともいえる。

(掲示板記入予定)

### ●食物～身体・ころ

体に変なものを入れるのであれば、空腹でいる方がどれだけよいか分からない。

もちろん、このことはころに入れるものについてもいえることである。

### ■身体

成長とはひとつには身体のコントロールができるようになるということである。

身体が疲れているときにそのコントロールの有無は問われる。

ただし、休息を必要としているときに、どのように身体を休めるかということも、これとは別に大切なことである。

### ●設計図（

ヒマラヤ聖者のいうすべてのものはひとりひとりの内にあるという話は、スティーブン・キングの化石の話に通じる。

9月3日2007年

### ●赤い太陽～ヒーリング

今日は太陽は赤いと思っていた。だが、もしかしたら黄色の太陽、黒い太陽があるかもしれない。わたしはそれを太陽と呼ぶのであろうか。

### ●存在

わたしがどうであるかということが世界に影響与え、明日のわたしの前にある人と出来事が生じる。それはわたしに照応する。

この意味で今日のわたしに生じた出来事はすべて過去のわたしすべてに照応している。

今日のわたしから過去のわたしを知ることができる。

### ■<わたし>図表

9月5日、6日2007年

●わたし

ここに<わたし>がいると感じられる場所がある。

それはひとつは千葉の事務所兼書齋代わりにしている部屋である。

ここにいるときには<わたし>を感じることができる。

そのほかには、よく立ち寄る「モスバーガー阿佐ヶ谷店」がある。ただし、大きな声で話すお客さんがいないという条件である。

ただ、将来「遊行」の人生を目指す私としてはそこだけに限るのではなく、もっといろいろな場所で<わたし>を感じられるようになりたいと思っている。

幸い、時間が作れる職業であるので、日帰りで遠出を試みようかなとも思っている。ここ 2 年間はとても有意義ではあったが、同時に毎日が追い立てられるようであった。少し<わたし>にふれる時間と場所を作り出したいと思っている。

(9月6日掲示板)

●障害者

9月6日、7日、23日 2007年

●自他

関係がなくなるのではなく、どのような関係にするのかということだけがある。

●柴田さんへの返信

高塚さん。こんにちは (^-^)

昨日はありがとうございました。

生徒の側から申し上げればとてもいい会です(笑) 私も空手教室を任された事があるので人数の件に関しては分かるような気がします。

次第が増えてくると思うのですが。

水の結晶のコピーを頂いたからなのか、帰宅してから母と兄との(兄は他に住んでいます)相当気が重くなるやり取りを聞かされ、話を一通り聞いてから母に写真を見せました。何かピンときてくれれば良いのですが。(汗)

私ももう少し気づいたことを残しておこうと思います。

日常、行動、言葉、至る所から小さな声が聞こえて来るかもしれませんからね (^-^)

本日は台風様のお陰で瞑想と気功体操三昧です。

また宜しく願いいたしますm (一一) m

ありがとうございました。

柴田さん、こんにちは。

一昨日は気功教室にご参加いただき、ありがとうございました。

まあ、わたしとしては本道を歩んでいるつもりではあっても、すぐ目に見える形での成果があるわけではないので、なかなか歩みがたい道であるかもしれません。

千葉の教室も 10 年ぐらいかかって、やっと理想の人数——わたしも含めて 6 人——になりました。まあ、気長に続けていきます。

日記の方は生身のへぼ塚の実態を書くことを旨としているので、ときどきグチも出ることと相成ります。

以下は、何度も引用している「神との対話」の神の愛の定義ですが、これは行為そのものを愛する<行為への愛>の定義ともなります。

「愛とは、無条件、無際限で、何も必要としない。

無条件だから、表現するために何も求めない。何の見返りも要求しない。仕返しに出し惜しみすることもない。」

(「神との友情」上巻 186 ページ)

まあ、以下も続きますが、驚嘆すべき定義です。私にとっては自戒の定義で毎日こころの内で唱えています。

昨日ネットで「水からの伝言」をチェックしてみました当然ながら異論も多くあるようです。まあ、仮に水の結晶がうそっぱちであっても、水が気功治療に特殊な位置を占めていることは自分の経験として疑いのないところです。ただし、一目瞭然の写真で裏づけがとれるようであれば、こころづよい限りですが。

>私もう少し気づいたことを残しておこうと思います。

>日常、行動、言葉、至る所から小さな声が聞こえて来るかもしれませんからね (^-^)



「神は火や地震や嵐を通して語り給うのではなく、静かな小さき声、わたしども自身の魂の底深く静かにして小さき声を通して語り給うことを、キリストは知ってい給うたのです。」(ベアード・T・スポールディング著「ヒマラヤ聖者の生活探求」第1巻 95 ページ 霞ヶ関書房)

「神との対話」でも同じような言及があります。

白昼夢の連想の区切れ目にふとしたときに神の声、創造主の声は聞こえてきます。それは言葉とは限りません。夢のようなくあるイメージ>であったり、まだ掘り起こされていない<化石のはだざわり>であったりします。その小さな声を書きとめ、自分なりに表現することが人間の仕事であると思っています。

わたしは仕事をしているのか。

わたしは神を表現しているのか。

ときに、こう問うてみるのもよいかもしれません。

しかし、なぜ神の声は小さいのでしょうかねえ～。

では、また～(^o^)

(9月7日掲示板)

#### ■神の声

しかし、なぜ神の声は小さいのでしょうかねえ～。

人間の自由。

沈黙の持つ波動。

大きい声では表現できない。

この世界は体験の世界であること。

真理の声は小さいが、小さくとも真理の声に力があるので、声高に叫ぶ必要はない。

行為への愛

#### ■柴田さんへの返信 (9月7日 2007年への)

柴田さん、こんばんは。

ヒーリングのお礼であれ、教室参加費のお礼であれ、すべて神棚に供えてから使わせていただくようにしています。今朝、神棚から降ろしましたが、過分なお礼いただき、ありがとうございました。

>まだまだ愛にはほど遠い感情が時折顔をだします。

>自分でも何でだろうと、後で思うほど無償でいるときもありますが、つねに愛でいることがなかなかできません。出来たら生まれ変わって来ないのかもしれませんが（笑）

われわれはたまたま愛でいるか、たまたま不安でいるかという状態にあります。なぜ、たまたまかという、私の状態が<外>に依存するからです。

今日は晴れである。今日は雨でかさをさして出て行かなければならない。

今日は給料日である。今日は給料日前でお金がない。

昨夜はぐっすりと眠れて今朝は体調がよい。昨夜はなかなか寝付けず今朝は体調が悪い。

私の状態はは天気やお金や体調に合わせて変わっていきます。前者であれば、愛に近くなり、後者であれば、不安に近くなります。

あるいは、「たなぼた」のように時に無償の愛を表現できるときがあるかもしれません。ただ、棚からぼたもちはいつも落ちてきはしません。

あるいは、いつも落ちてくる「たなぼた」のように不安の連想に有償の不安をいつも表現しているかもしれません。

では、どうすれば、いつも

「愛とは、無条件、無際限で、何も必要としない。

無条件だから、表現するために何も求めない。何の見返りも要求しない。仕返しに出し惜しみすることもない。

無際限だから、他人に何の制約も与えない。終わりがなく、いつまでも続く。愛の経験には、境界も障壁もない。」

という状態でいられるのでしょうか。

それは、〈あらかじめ〉愛でいることです。次にわたしに生じるあらゆる関係性のなかの関係に対して（どのような関係があるかを考えてみるのもよいでしょう）、愛でいることを〈あらかじめ〉決めておくことです。無明の白昼夢のような連想の中に私を置いておくのではなく、無条件、無際限で、何も必要としない愛の明るみに私を置いておくことです。そのためには、私が何をしているのか、こころの中で私が何をしているのかを知っていなければなりません。その知っておくこと、すなわち見しておくことのために、〈意識〉を人生に持ち込むことが必要不可欠な条件となるのです。

意識しなければ、映画館の私のように画面の内容によって私の状態が決まります。私は映画を見ているのだと意識すれば、画面の中の主人公の危機にも平然としていられます。映画を見るときに私の状態を意識することは感心しませんが、人生では私の状態を意識することはとても大切なことです（なぜでしょうか？ いつかこのテーマもとります）。

この世にいることは学びでなく、この世にいることは表現です。ひとりひとりの固有性の表現です。ですから、無条件、無際限で何も必要としない愛を表現できるようになったとしてもまたこの地球上に生まれ変わるかもしれません。愛は無際限であるので、この世でもいくらでもわたしを表現できるからです。（なお、表現できることを用意するのは神の仕事です。この意味で神を使えるようになれば、神も神であった甲斐があるということのようです。）

貴重な書き込みをいただき、ありがとうございました。

昨日、今日と、忘れていた感謝を思い出すありがたさを感じています。

（9月8日掲示板）

〈わたしは仕事をしているのか。〉

わたしは神を表現しているのか。

ときに、こう問うてみるのもよいかもしれません。

今の段階では認めたくありませんが仕事をしていますね。

ある意味自分に逆らって生きているのでしょうか。

上の言葉は毎日自分に聞いてみようと思います。

気功治療と水の関係は興味深いですね。

体の中の何かがスッと動くのも水が関係しているからでしょうか。  
先生の言っていた水が感情まで左右しているかもしれないと言うお話しもとても面白かったです。

神を表現するためにここにいるのなら、何を表現できるのか。何を思い出せば良いのか良く耳をすまして聞きたいと思います。

毎回、ご丁寧にありがとうございます♪

#### ■柴田さんへの返信

柴田さん、おはようございます。

昨日は朝からバタバタしていて返信できず、失礼しました。

マネーは柴田さんのところにいくと、変身して出て行かれるようですね(^o^)

「神との対話」の神は、お金はこの世界で人間が関係を持つものの4つの礎石（金銭、愛、セックス、神との関係）のひとつであるといっています。

私の父の教育方針は「子どもにはお金の話をするな」ということであって、それはそれなりによかったところもあるのですが、現実世界に出ると、それはまたそれなりの弊害もあったように思います。そして今現在も金銭に翻弄されているところは正直ありますね。

ただ、わたしとしては金銭のみならず、モノとの関係ということで、モノとどのような関係を持つのがよいのかということは、以前からずっと考えています。

ひとつの問題は

何を持つことができるか

ということです。そして、もうひとつはつい最近考え始めたことですが、

モノにわたしの何を注ぐのか

ということです。

具体的には「水からの伝言」にあるようなきれいな言葉、思いを注いでいるかどうか、先日お会いした気功師さんのように「ありがとうございます」という感謝の言葉を何十万回も注ぐかどうか、ということです。

ただし、わたしとしては先日お話した「沈黙の力」の方にこころはひかれるのですが。

(9月10日掲示板)

高塚さん。おはようございます (^-^)

教室参加費は1. 2回と参加させていただいて、私の気持ちが納得していなかったからです。私自身の変化や症状とは別に、会に参加できることに対するもので私が勝手にしています。

お金には私から出て行くときに「高塚さんのところで良くしてもらってね」と言ってありますから後のことは気にしていません。

私の気持ちを楽にさせていただいています。それに今日も行こう！と言う気持ちになります。  
(笑)

愛、不安、意識。

大抵の場合、意識せず不安に駆られ、後で愛を思う。このパターンで生活していますが、時に思いもよらぬ喜び事があったりします。この場合愛と意識だけだったと後で思うわけです。

<あらかじめ愛でいることを意識する。

また、生き方が楽しくなるお題をありがとうございます♪

<私は仕事をしているのか。

<私は神を表現しているのか。

今日は後者が少し優位に立てそうです。

ありがとうございました (^-^)

■柴田さんへの返信 (9月12日 2007年)

柴田さん、こんばんは。

>自分の前に出てくるものはその時その時に気づきや学びがあって出てくるのでしょうか？

今現在のわたしが理解している範囲ですが、

自分の前にあるものはわたしが考えたこと、話したこと、行ったことの結果です。

では、それだけかということ、いつもそうということではなく、

魂（本当のわたし）からの（あるいは、創造主からの）メッセージとして変形された形で  
の機会が与えられるということもあります。

両者の差は大きいので、どちらであるのか見極めることは重要なことです。

（しかし、前者の「通常自業自得と呼ばれる因果の法則にのみ従う状況」があるにしても、  
そこには刑罰的な意味は一切ないことを知るべきです。）

たとえば、わたしにヒーリング能力があるのは、善因善果としてあるのか。

あるいは、わたしの悪因に対する最善の償いのための能力として与えられたのか（漫画「火  
の鳥」に出てくる火の鳥の羽によって治す尼僧のように）。

これは相当に分からないところです。

この世界で自分の前に出てくるものを判じようとするのは、夢を見て浅薄な夢解釈をする  
のに似ていて、凡夫の身を越えたものであるかもしれません。

あと、もうひとつ付け加えると、今日自分の前に出てきたことはこれまでの自分の結果で  
す。してみると、明日自分の前に出てくることを変えるには、今の自分の考え、言葉、行  
いをひとつひとつ、丹念に変えていくしかないということです。そうして、このことを意  
識的に行うようになれば、次の瞬間自分の前に出てくるものはくわたしが望んだことであ  
る>とはっきりいえるようになります。

>私の友人は高価な宝石も躊躇わずに買うことが出来ますが、こんな事を言っています。  
「もうそれはすべて私の物だからいらない」最初に聞いた時は???でしたが、今は何と  
なく分かるように思います。友人はお金がなくても同じ事を言うと思うからです。どこか  
でこの事に気づいたのか、知っていたのかは聞きませんでした。近くにこんな人がいたの  
に驚きました。

>ですが、何を注ぐのかと言うところで模索しているようです。

特に手に取ることが出来ない物へ不器用な様です。

すばらしい答えですね。おそらくご自分で見つけられたのではないのでしょうか。どのよう  
な考え方、答えであれ、その人固有の答えというものにわたくしは敬意をはらいます。わ  
たしには答えられない答え、わたしにはできない行為に対しては特にそうです。

ここで、わたしにできない「神との対話」の神の答えを紹介します。

「愛とは、無条件、無際限で、何も必要としない。

……（中略）……

何も必要としないから、自由に与えられるもの以外は何もとらない。もってほしいと思わ

れるもの以外は何ももたない。喜んで歓迎されるもの以外は何も与えない。」

とこう語っています。美しい言葉です。神がうそをついていてもいいです、わたしはすばらしい言葉だと思います。

この世界において、

自由に与えられるもの以外は何もとらない。

もってほしいと思われるもの以外は何ももたない。

喜んで歓迎されるもの以外は何も与えない。

このようなわたしでいることはとても困難なことです。

だから、出家や遊行があるのかもしれませんが。

ただ、まだまだ至らぬ点は数限りなくあるものの、手をかざせるということは、この点からも本当にありがたいことであると思っています。

ありがとうございます。

(9月11日掲示板)

高塚さん。おはようございます (^-^)

毎回丁寧に返信して下さいまして、ありがとうございます。

お金のことは私の父はお金に嫌われた人なので、私は自分の好きなお金持ちで生き方上手の人の言っていることをしているんです。

<何を持つことができるか

ということです。そして、もうひとつはつい最近考え始めたことですが、

モノにわたしの何を注ぐのか

自分の前に出てくるものはその時その時に気づきや学びがあって出てくるのでしょうか？そうすると、何を持ち何を注ぐのか。と言う事を自分の内側に聞いて見たくになります。私の友人は高価な宝石も躊躇わずに買うことが出来ますが、こんな事を言っています。「もう

それはすべて私の物だからいない」最初に聞いた時は???でしたが、今は何となく分かるように思います。友人はお金がなくても同じ事を言うと思うからです。どこかでこの事に気づいたのか、知っていたのかは聞きませんでした。近くにこんな人がいたのに驚きました。

ですが、何を注ぐのかと言うところで模索しているようです。

特に手に取ることが出来ない物へ不器用な様です。そのまま、ありのままを注ぐしかないのでは?と私は思うのですが。

そこには何もなく、それこそ「沈黙の力」こそ最大限に表現出来る手段?ではないのかと思いました。

まとまりがなく、伝えづらい文章ですみません。

ポコッと頭に浮かんだままですので m (ー) m

ありがとうございます。

9月8日、11日 2007年

●感謝～ありがとうございます

よく引用する黒住教の教祖黒住宗忠の話である。

岡山藩のさる高禄の世臣(せしん)がらい病にかかった時、世間の噂に黒住先生の所では難病・業病もたちどころになおるときき、早速宗忠を訪ねて病状を述べ、どうしたら御蔭をこうむることができましようか、とたずねた。宗忠から、「ただ一心に有難いということを百遍くらい唱えなされよ。」との答えを得たので、それに従って、一週間ほど毎日自宅の神前で有難い有難いと唱えた。しかし一向にしるしが無い。また宗忠の所へ出向いてたずねると、「一心不乱に千遍ずつ。」との答。また一週間経ったがしるしが無いので。また行くと、今度は「一万遍ずつ唱えよ。」との答だった。その通り無念夢想に一週間、一万遍ずつ毎日唱えていると、七日目に発熱して吐血し、疲労の果てに倒れ、そのまま熟睡してしまった。そして翌朝起きてみると、らい病の萌芽の見えていた皮膚はすっかりなおってきれいになっていた」(逸話47)

(原敬吾著「黒住宗忠」151 ページ 吉川弘文館)

重い病の患者さんに対してこの話を紹介し、実践されるよう薦めるのであるが、言う当の本人が実践したことがないので、いまひとつ説得力がない。しかし、先日お会いした九州の気功師の方が絶望的な人生の中で(病気ではないが)この言葉を何十万回となくとなえ、人生が変わったとおっしゃっていた。この方は江本勝氏の「水の結晶」の話を知ってから



「ありがとう」という言葉を繰り返すようになったという。水の結晶の話が嘘っぱちであっても、こうして応用、実践されて人生が変わったという方がいらっしゃるのであれば、外から見える嘘とか本当とかという話は実に瑣末なことであると知ることができる。

(9月13日掲示板)

9月15日2007年

●福の神～意識のある人生・存在

法隆寺の帰りの車中で。

「今日法隆寺に行って、ひとついいことがあったよ～」

「ん？ 何？」

「行く途中の石屋さんに書いてあったこと、覚えてる？」

「もちろん、

逢う人、逢う人、福の神

って書いてあったなあ」

「いいわねえ。これから、それでいこう♪」

「まあ、いいけど忘れないことだよ」

「だいじょうぶだよ♪」

…… (夕食時)

「ねえ、××さんて××なんだよ。ひどいと思わない」

「忘れないようにしておくことだよ」

「まあ、こんなひどいこと忘れられっこないわよ」

「…… (う～ん、分かっていないようだ～)」

教訓

「福の神には意識がないとあえない」

いつも意識があれば、いつも「逢う人、逢う人、福の神」という意識があれば、いつも福の神にあえるということ。

一日に一回だと、一回しか福の神にあえないということ。

いつも＜自分がどんな人であるか＞が逢える人を決めるということ。

まあ、ほとんどの人が＜自分がどんな人であるか＞については無意識である。

ただ、これは妻だけの問題ではない。わたしも5年間いつも意識をもちつづけることを試みているが、その願いはかなわないでいる。

わたしは一日に一回「神との対話」の言葉を読むようにしているが、今日偶然読んだ（必然読んだ）「神との対話」に自己意識を得る方法が出ていたのでご紹介します。ご興味ある方はぜひご購入の上、お読みください。わたくしの仏典であり、聖書です。

「人間が意識を拡大するいちばん手っとり早い方法は、自分が「意識」をもっているという事実に意識的になることだ。

意識をもっていることに、あなたがたは意識的に気づかなければいけない。それを**自己認識**という。

自己意識を育てることはべつに難しいことではない。

これから鏡や何かに自分を映すとき、100回「誰だろう（who）瞑想」をしてごらん。」

「誰だろう（who）瞑想」ですか？」

「誰だろう（who）？」と、誰だろうと（whoのooの音を）長く伸ばして、一度に10秒ずつ三度、自分に言うのだ。声に出してもいいし、心のなかで言ってもいい。どちらにしても、鏡のなかの自分の目を見つめ、大きく深呼吸ひと呼吸でゆっくりと、三度言う――。

だあれ（whoooooooooo）？

あなたが自分に聞いているのは、「これは誰だろう？ わたしの前に立っているこのひとは誰？ わたしが自分だと思っているこの存在は誰なのか？ 誰？ 誰？」ということだ。

今日から30日、一日に100回これを実践すると、あなたは自分自身を意識するようになる。

**自分が誰なのか完全には理解できないかもしれないが、自分というものがいることには気づく。**つまり、**自己を認識する**ようになる。

自分が意識をもっていることがわかったら――**つまりあなたの一部はあなた自身よりも大きく、小さなあなたと切り離されてあなた自身に話しかけることができる**とわかったら――あなたは自分の存在の真実を発見して悟りに近づく道を踏み出したことになる。

やがて、悟りとは求めて体験できるものではないことを理解するだろう。悟りたいと思っても悟れはしない。悟っているから悟れる。つまりすでに悟っていて、ただそのことに気づくのだ。それがここで話している気づきということだ。

（ニール・ドナルド・ウォルシュ著「明日の神」68ページ サンマーク出版）

まあ、このあとも続くのですが、わたしがわたしだと思っている人がわたしでなくなり、わたしが他人だと思っている人がわたしとなるという話です。そうすれば、

「逢う人、逢う人、福の神」

というお念仏も必然含まれてしまうのでしょう。

（9月15日掲示板）

9月16日、17日、18日、19日、20日、24日、25日、27日 2007年

●沈黙の力

瞑想でこころのおしゃべりをやめることで現れ出てくるもの。

不安を鎮めて、沈黙の世界から本来あったものが現れ出てくる。

(加筆して掲示板記入予定)

### ●知識

知識は体験を通じて明らかになる  
=個人は体験を通じて明らかになる  
個人=知識

原因と結果の法則

### ●百点～厚意（自他の他）

「先生、ホームページの日記読んでいますけど、この前は初めて百点でしたね。私が記憶する限りでは初めてのことでないでしょうか」

「そういえばそうかもしれないですね」

他人から与えられるものは常に百点である。

9月12日の御坊での一日はこの意味で百点である。まる一日お世話になり、わたしは相手のご好意にのっていただけである。そういう百点もある。

(9月17日掲示板)

### ■百点～灰（自他の自）

他方、こういう百点の一日もある。

「別れ——ではない別れ——に際して、師範は私に彼の最もよい弓を手渡してくれた。『あなたがこの弓で射る時には、名人の精神が現在していることを感じられるでしょう。この弓は決して物好きな人の手に渡さないで下さい。そしてこの弓を引きこなしてしまわれても、それを記念に保存しないで下さい。ひとかたまりの灰の外は何も残らないようにそれを葬って下さい。』」

(オイゲン・ヘリゲル著「弓と禅」115ページ 福村出版)

一日を使いこなして、何も残しておくことのない、こころのこりのない一日、灰にしてしまい、元あったところに戻ってしまうことができる、そういう一日である。

(9月18日掲示板)

### ■百点

「先生、ある意味でいつも百点ではないのでしょうか。先生の場合、日記に点数をつけた

時点でいつも百点ではないのでしょうか」

といわれたが、そういわれてみると、そういう百点もあるかもしれない。

どのような人も一日というのは<その人の背丈にあった一日である>、そしてその人は<その一日であった、そのような存在である>。それ以上でも、それ以下でもない、その意味で常に百点である。

あるいは、「神との対話」の神が我々にこういうときのことかもしれない。

「あなたの意思はわたしの意志だよ。第一に、わたしはあなたの意志を知っている。第二に、受け入れている。第三に、ほめたたえている。第四に、愛している。第五に、わたしはそれをわがものとし、自分の意志だと言う。」

(「神との対話」2巻23ページ)

(9月19日掲示板)

#### ■グルジェフの習慣を変えること

##### ●朱に交わる～意識のある人生（11月教室資料）

大多数がどのような人であるか。

一ヶ月に一回の瞑想では何も変わらない。

いつも自分がどこにいるか。

いつもどのような考えをしているか。

進化した星の宇宙人はどのような生活をしているだろうか。

彼らが地球に来たら、どのような生活を送るであろうか。

静かな喫茶店～沈黙の力

戦い～子どもを相手にした大人のように、わざと負ける。「神対」で殺されそうになったESBの処世。

##### ■意識のある人生～存在★★

いまどこにいるか。

これは変えることができる。

週刊誌を読みながら食事をするのを、聖書や仏典や尊敬する人が書かれた書物を読みながら食事をするのに変えてみる。

これはいまできる。

そしてまた、

別の場所にいるということは、  
少なくとも、その時には、別の人間であるということである。

いまどこにいるか。  
これは変えることができる。

そして、いつもいつもそのことを試みしてみる。  
(加筆して掲示板記入予定)

このことを、毎瞬毎瞬行えば、いつも他の人間になることができる。

ありがとうございます。

#### ■グルジェフの小さい習慣を変えることから始める

##### ●ヒーリング

手をかざすときにころがけることはどういったことであろうか。  
(9月18日掲示板)

まず、手をかざすことである。  
当たり前である。  
当たり前であるが、多くの人にとっては当たり前ではない。  
無条件、無際限に、何も必要とせずに手をかざす。  
これができるかどうか問われている。

手をかざすためには自分の体調がよいという条件を求めるか、求めないか。  
相手がいいというまで無際限に手をかざせるか、かざせないか。  
相手への無用な思いをもたずに手をかざせるか、かざせないか。  
ときにはできる、ということではなく、いつも、ということである。

「神との対話」の神の愛の定義である。

「愛とは、無条件、無際限で、何も必要としない。

無条件だから、表現するために何も求めない。何の見返りも要求しない。仕返しに出し惜しみすることもない。

無際限だから、他人に何の制約も与えない。終わりがなく、いつまでも続く。愛の経験には、境界も障壁もない。

何も必要としないから、自由に与えられるもの以外は何もとらない。もってほしいと思われ  
れるもの以外は、何ももたない。喜んで歓迎されるもの以外は何も与えない。

そして、愛は自由だ。愛とは自由であるものだ。自由こそ神のエッセンスであり、愛とは  
表現された神だから。」

(「神との友情」上巻 186 ページ)

(9月20日掲示板)

イエスが弟子を送り出したときの言葉。

あなたがたはただで与えられたのだから、ただで与えなさい。

これは人間存在が問われている。

「それには、「ヒマラヤ聖者の生活探求」に出てくる話が参考になります。

#### 040～願いの大きさ

その秘訣は、神と一体となること (at-one-ment) にある。神との一体感になり、たとえ地  
球上の人々がこぞって反対しようとも、神との一体感をしっかり持ちつづけて離さない。

『吾、みづからの力にては何事をも為す能わず、吾が裡に住み給う父なる神ぞみ業を為し  
給う』とイエスは申されました。神を信じよ、信じて疑うべからず、信じて恐るるべから  
ず、神の力に限りなきことを忘るるべからず。神は『すべてを為し能う』のです。

神に願う時は積極的な言葉を使うことです。只、完全な状態だけを望むことです。それか  
ら自分の魂に種子となる完全な想いだけを植えつけるのです。さて、完全な健康が現われ  
てくるように求めるのであって、病が癒されることを望んではならない、調和を現わし豊  
富の実現を求めるのであって、不調和、不幸、制約から救われることを求めるのではない  
のです。

9月17日、18日 2007年

#### ●所有

所有欲からの離脱

ラヒリ・マハサヤの場合

ゴータマ・ブッダの場合

ともに富を与えられるが与えられ方が異なる。

#### ●瞑想

瞑想の要点は、こころのおしゃべりをやめて、沈黙の力に至ることである。

●つまずきの石

いつもわたしの前にはつまずきの石があり、わたしはその石につまずく。その石につまずかなくなると、新たなつまずきの石が用意される。

その石は語る。

あなたはつまずくが、つまずかないこともできる。

だからわたしは、

どのようなことも、

それはできないとはいわない、

それはできるという。

(9月18日掲示板)

9月18日2007年

●旅行

旅行そのものよりも、旅行前の方が楽しい。

人間存在の本質はもしかすると、行為を体験することにはないのではないだろうか。

●わたし

いつもどこにいるか。

変容への途上にいることを意識すること。

集中力、エネルギー、ベクトルの長さや方向

9月19日、20日、23日2007年

●ヒーリング

ヒーリングの善とは何か、悪とは何か、葛藤とは何か。

治ることが善で、治らないことが悪であろうか。

もちろん、わたしは治るべく力を尽くす。治ることが善であると思っているからだ。

だが、ときに、治らないことにより、葛藤という炉の中で新たな金が生じてくることもある。

(掲示板記入予定)

葛藤による錬金術

葛藤は葛藤のままよい、矛盾のままよい。

神聖なる矛盾

(参考) 無限大とともに理解しがたいことで、神聖なる矛盾には別の解決法がある。

(参考) グルジェフ

### 弟子148～葛藤がもたらすもの

問い「靈感 (インスピレーション) とは何ですか？」

答え「人が善人であるとか、悪人であるとかいうことには、何の価値もない。二つの間の葛藤にのみ、何らかの価値がある。多くが蓄積されたとき初めて、新しい何かが現れる。

どの瞬間においても、葛藤があるであろう。自分自身を見ることは決してない。自己の内面を見始めれば、初めて、わたしの言うことが分かるであろう。やりたくないことをやろうと努力すれば、苦しむ。やりたいと思うことをやらなければ、やはり苦しむ。

あなたの好むことは、善くても悪くても、その価値は同じである。善とは相対的な概念である。仕事を始めれば、あなたの善と悪が存在し始める。」

### ●教室

自分を大きくみせようとする疲れ。

全力をつくし、そのままよい。

### ■仕事～意識のある人生 (あらかじめグルジェフでいること)

もしかしたら、仕事でも自分と異なる自分をみせようとしてはいないだろうか。

それが仕事を嫌がる原因となっていないだろうか。

あるいは、その異なる自分とは理想の自分～グルジェフ、シュタイナー、神との対話の神、ヨガナンダ、スポールディングの世界～と異なっているからではないか。

いつも理想の世界にいるようにすること。それが嫌な仕事とという気分を全く違うものにしてくれるかもしれない。

20年前に入ったときとどこが違うのかを考えてみる。

### ■わたし～自他

宇宙人がどうであれ、

神がどうであれ、

職場の人間がどうであれ、

お客さんがどうであれ、

わたしが始まりとなり、わたしが新たなわたしを創る。

わたしが始まりとなり、不安でない世界を実現する、



ただそれだけでよい。

■疲れの原因

食事のとりすぎか？

三つの食物～飲食物・空気・印象

●意識表～二重人生～内と外と

9月20日、21日、24日、27日、28日、30日、10月1日、3日、4日、7日、9日、  
11日 2007年

### ●錬金術

あなたの中にある錬金術の炉に火を絶やさぬことである。

その火とは、沈黙の炎である。

(10月11日掲示板)

この炎はどのようにして生じ、そして維持されるのであろうか。

呼吸によるやわらかい気という炎

炎（道具・ツール）は触媒のようなもので、それ自身は何も変わらないものではないだろうか。

### ■視覚～的・必要性

弓の達人である阿波研造師範と弟子のオイゲン・ヘリゲルとの対話である。

どの程度まで私とその当時すでに礼法を“舞う”ことができ、また中心からこれに生命を与えることができたのか、私には分らない。もはや私は射て届かぬことはなかったが、的にあてることはやはりまだ駄目であった。このことは私に、師範がなぜ我々に狙い方を今まで少しも説明してくれなかったのかを尋ねる機縁を与えた。なんといっても、例えば的と矢先との間にはある関係があり、したがって的中を可能にする試験済みの照準というものが在るに違いないと私は推測したのである。

「もちろんそれはあります」師範は答えた。「そしてあなたは必要な狙いどころをたやすく御自分で見付けることができます。しかしそうやってあなたのほとんどすべての射が的にあたるならば、あなたは自分を見世物にしてもよいという曲芸射手に他ならぬのです。自分の中りを数える功名心の強い人には、的は彼がずたずたに穴をあける一片の反古紙にすぎないのです。弓道の“奥義”はこれを全くの邪道と考えます。奥義は射手から一定の距離をとって立てられている的のことは関知しません。それはただ、技術的にはどんな仕方でも狙われない目標のを知るのみです。そしてこの目標は、そもそもこれを名付けるとすれば、仏陀といわれるのです。」あたかも分りきったことでもあるかのような口吻でこういつてから、師範は我々に、射る時の彼の眼をよく見ているようにいつけた。その眼は礼法を行ずる際のようにほとんど閉じられていた。それで我々は師範が狙いを定めるような印象を受けとることができなかつたのである。

(オイゲン・ヘリゲル著「弓と禅」99ページ 福村出版)

われわれもまた的に当てることばかりを考えていないだろうか。

人生で的に当てることに必要なものばかりを追い求めてはいないだろうか。

われわれは目を見開いて的にしっかりとらえているが、実は何も見ていないのではないか。人生も実は仏陀に当たることであり、それへの道は完璧に用意されていることを知らずに、的に当てだけにエネルギーを費やしていないだろうか。

目を閉じてみれば、もしかしたら仏陀に至る道筋が見えてくるのかもしれない。

(10月17日掲示板)

では、目を閉じているとき師範はどこを見ているのであろうか。あるいは、見ていないのであろうか。

視線

こころのおしゃべりをやめること

聴覚～谷川浩司の名人奪取

#### ●わたし～<わたし> 関連図～自己研究

自己研究というのはとても大切なことである。たとえば、

「私はケーキが好きなので、ケーキをを食べたい」

というひとつをとっても、本当に私が好きなのかどうかということを知る人は少ない。

しかし、もしかして私が好きなものは別のものであったとしたら、人生のウン十年間ずっとまでともいわず、かなりの時間をケーキへの思いとケーキへの時間に費やすということは虚しいというものである。

この世界には私のままならないように思えることはたくさんあるが、基本は私のしたいことをして過ごしている。つまり<わたし>を中心にして進んでいる。この<わたし>が何であるかということを知ろうとすることは、この意味で理にかなったことと思うのだが。

ということで、<わたし>を知るために、ひとつお勧めするのは自分に関係することすべてを書き出してみることである。それを関連図にするのであるが、その図は私のパソコンスキルの未熟さでここでは示すことができない。まあ、それでも書き出してみることは意味があると思っている。

次回の教室の宿題でもあるので、参加予定の方はわたしの書き出したものをご参考になさ

ってください。

人間関係→家族→個人名（ここでは略）

→友人→M

→将棋→個人名（ここでは略）

→治療→個人名（ここでは略）

→教室→個人名（ここでは略）

→職場→個人名（ここでは略）

気功教室→新宿

→稲毛

→津田沼

→市ヶ谷

気功治療→代々木

→津田沼・稲毛

→出張治療→個々の意味（ここでは略）

→遠隔治療

職場仕事→意味

書 籍→「神との対話」「ヨガナンダ」「ヒマラヤ聖者の生活探求」「シュタイナー」「グルジェフ」「黒住宗忠」「弓と禅」「ペンローズ」「ユーザーイリュージョン」（無人島に行くときに持っていくとしたらという一冊の本です。一冊ではないですが、気分はそういう本です）

H P→

夢 →

お寺 →

飲酒

囲碁・将棋

遊行・自己想起・瞑想・気功体操・気功治療・遠隔治療

日常

睡眠

気功体操・身体訓練・瞑想・意識のある人生・気功治療

三つの身体・三つの食事

意識・行為への愛・エネルギー・所有・選択・自由意志・ワーク・知識・関係・自他・存在・変容・錬金術の炉

以上、まとまりのないままに羅列したが、すべて<わたし>に関係するものである。

(9月29日掲示板)

#### ■本当・変容

>自己研究というのはとても大切なことである。たとえば、

>「私はケーキが好きなので、ケーキをを食べたい」

>というひとつをとっても、本当に私が好きなのかどうかということを問う人は少ない。

>しかし、もしかして私が好きなものは別のものであったとしたら、人生のウン十年間ずっとまでもいわず、かなりの時間をケーキへの思いとケーキへの時間に費やすということは虚しいというものである。

自己研究はいろいろな側面からアプローチできる。ひとつは、本当にそうなのかどうかということである。

<本(もと)に当たっているかどうか>

ということである。

「神との対話」でよく現れるフレーズでは

<これが本当のわたしだろうか>

と問う、魔法の問いである。

そしてまた、この問いに付随するもうひとつの真理がある。それは、

<わたしは、異なる生き方ができる>

ということである。これは誠に不可思議なことであり、わたし自身この有り難さをどれほど理解しているか疑わしい。

(9月30日掲示板)

■自己研究～「なった」ことと「なす」こと

>そしてまた、この問いに付随するもうひとつの真理がある。それは、

><わたしは、異なる生き方ができる>

>ということである。これは誠に不可思議なことであり、わたし自身この有り難さをどれほど理解しているか疑わしい。

この不可思議さはなかなか言葉に表しがたいことである。多くの人にとって、この意味は外面的なことだけであり、内面的にもこの人間の不可思議な能力を行使する人は少ない。

犬は生まれたときから死ぬまで犬であり、猫もまた生まれたときから死ぬまで猫である。ただ、人間だけが生まれたときに天使であっても、大人になって悪魔になり、年寄りになり、また異なる存在となる。外面的には、体が大きくなり、やがてしわとしみが増えてきてという変化があってもそれはたいした変化ではない。内面的に、全く異なる存在になることができるのが人間である。

ただ、この能力を<行使する>人間はごくわずかである。多くの人にとってはこの内面的変化は「なった」のであり、<なした>のではない。これは重要な違いである。このことはグルジェフのメインテーマのひとつである。以下は「グルジェフ・弟子達に語る」からの抜粋である。

「人間とは、「為す」ことができる人であるが、凡人はもとより、非凡とみなされている人々の中にさえ、「為す」ことのできる人はただの一人もいない。彼らの場合、何ごとによらず、初めから終わりまで「なった」のであり、彼らが「為せる」ことは一つもない。

個人として、家族の成員として、社会人の生活においても、政治、科学、芸術、哲学、宗教の分野においても、すべては初めから終わりまで「なった」のであり、誰も何一つ「為す」ことができない。二人の人が人間に関して話すとき、人間とは行動でき、「為す」能力を持つ生命体である、ということに初めて意見が一致すれば、この二人は常に互いに理解

し合える。確かに彼らは、「為す」とはどのようなことであるか、十分に明確にするであろう。「為す」ためには、きわめて高度の存在（ビーイング）と知識が必要である。凡人には「為す」ことが何であるかさえわかっていない。というのは、その人自身もその人の周囲のいっさいも、みな常に「なった」からであり、「なってきた」からである。それでも、なおかつ、人間は「為す」ことができるのである。

眠っている人間は「為す」ことができない。すべてが眠っている間に「なって」しまう。ここで言う眠りとは、文字どおりの有機的睡眠ではなく、ただの連想的生存状態という意味である。何よりもまず目覚めなければならない。目覚めれば、このままの自分では「為す」ことができないのに気づく。自主的に死ななければならないであろう。死ねば、新たに生まれることができるかもしれない。だが、生まれたばかりの存在（ビーイング）は、成長し、学ばなければならない。成長し、知識を獲得して、初めて「為す」のである。」

（「グルジェフ・弟子達に語る」108 ページ めるくまー社）

異なる生き方に「なった」のではなく、異なる生き方をくした>ということが大切なことである。これは<本当のわたし>を行動基準にした、意識的な人生の歩みである。この歩みは、<わたし>をこれまでの習慣的な人生の私で置き換えているかぎり、つまり、<わたし>に関して無関心であるかぎり、決して到達できない歩みである。

（10月1日掲示板）

#### ■森の研究・木の研究

「木を見て、森を見ず」ということもあるし、また、  
「森を見て、木を見ず」ということもある。

自己を見るにはどちらも必要である。だから、自己の相関図を作るには森を見た相関図と木を見た相関図の二種類作る方がよいかもしれない。「森の自己研究」と「木の自己研究」とが必要だからであり、両方同時に見ることはなかなかしづらいことだからである。

たとえば、わたしにとって「気功治療」は人生の多くの出来事のひとつでしかない。相関図の中でも多くの事項のひとつでしかない。しかも一度は離れようとしたことである。ただ、その「気功治療」を木の観点から見るといろいろなことがある。とてもここでは書ききれない、掲示板でも「ヒーリング」と題して数限りなく書いているが、もちろんそれ以上、数限りなく書きたいことがある。抽象的な表現をするならば、誇らしい思いから忸怩たる思いへのすべてが詰まっている。コアな人間関係でも、数十人の人間関係がある。その研究というか反省というか、そのことはとても大切なことである。

ただ、そこだけにとらわれていると、もっと大きなわたしとの関係性、あるいは、わたしがこの人生で成し遂げようとしていること（それは何であるか、実はいまだに定かでないところもあるのだが）との関係性から離れていってしまうこととなる。「<わたし>という

錬金術の炉で燃えて新たに形作られる」気功治療がただ燃えて溶けているだけになる。気功治療は「他のわたしをめぐる出来事」とともにあり、その全体性を見ずして、気功治療の炉の中での意義を知ることはできない。

※ 明日の「市ヶ谷教室」では森の自己研究だけを行います。

(10月2日掲示板)

■意識のある人生 (10月4日柴田さんへの返信)

柴田さん、こんばんは。昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございます。また、過分なお礼をいただき、感謝しています。

通常、人生では火葬場の釜にはいるときにだけ、その人の森を見ることができます。あるいは、余命何ヶ月と宣言されてから、幸運にも森を見ることができるかもしれません。これが世でいわれる人生ですが、違う人生も生きることができます。釜に入る前に、死病を宣告される前に森を見るという人生です。

そして、これこそが<人が生きる>ということではないでしょうか。

木を見るだけの人生、木をさわらずして怖れるだけの人生、木を人生であると思い、木の知識だけを取り入れる人生は、遠からず人を不全感に陥れます。なぜなら、それは本来人が持っているもっとも大切な能力、あるいは、それが人間存在である<わたしの人生を生きる>ということ、すなわち、<自由——自らが原因・理由となること——である>ということを見捨ててしまっているからです。

自由という言葉のを好きな食べ物を食べられる、好きなところに旅行にいけるという意味で使うなら別ですが、どのような人も森を見ずして自由な人生を生きることはできません。この森を見る人生は、

<わたしは何であるか>

<わたしは何になりたいか>

という問いに答えて、初めて可能となる人生です。人生の終わりにでも自分がどのような人生を生きたかったかを知ることができれば、それはそれで幸運なことです。でも、これからの人生がある今このときに、そのことを知っているということは幸運をはるかに超える有り難いことです。この有り難さをできうれば、すべての瞬間にたずさえて歩むのが、新しい人間の生き方であると思っています。



いつも、森を見て生きてください。

木を見るときには、どのような木に対しても自分の森を見てください。

自分の森の木に思えないときにもよく見れば、それは自分の森に深く関係していることが分かるかもしれません。

まあ、わたしも一日がすべて森を見ている一日であるよう、努めていきたいと思っています。

ありがとうございました。

(10月4日掲示板)

高塚さん。昨日はありがとうございました！

森としての相関図は今回初めて書いたので、お話しを聞いて図を見ると言うことにだけ気がいってしまいました。

昨日のお話を聞いて、相関図に書くことの加え方とらえ方も何となく分かりました。また近いうちにディスカッションのテーマにさせていただけたらと思います。

毎回、私なりに得るところが多い教室で感謝しております。

ありがとうございました♪

#### ■10月5日四方田さんへの返信

四方田さん、こんにちは。

>ディスカッションのおかげで、相関図の意味がわかりました。

>(あらためて、相関図はしばらく試行錯誤です。)

大多数の地球人にとって人生は「闇鍋」のようなもので、中に何が入っているのか分からないし、しかも、その入っているものの意味することすら分からないというのが現実です。食べられない下駄が入っていても食べようとしているようなものです。

このものとの関係はどのような関係であるか。

<本当のわたし>が食べることができるものかどうか。

もしかしたら、口に入れるものではなく、足にはくものかもしれないということを再考してみることです。

「(掲示板 5332 に記したような) アラム他者との関係」において、その他者がわたしにとって大切なものかどうかという観点がひとつあります。

もうひとつの観点は、その他者とわたしはどのような関係をもつのかという観点です。前者の観点には私の偏見がつきまとうので、判断を見誤ることが多いようです。わたしとしては、後者の観点からあらゆる他者との関係を見直してみることが有益であると思っています。

関連図の作成は簡単ではないです。わたしが示した切り口——人生は錬金術の炉であるとする——はわたしにとって<真理>であっても、四方田さんにとってどれほど役立つかは何ともいえません。ご自身の書かれた関連図をノートに貼って毎日見ながら書き換えていければ、きっと新たな発見があるでしょう。

- >ありがとう 1 万回は苦行ですが、
- >二重生活・ながら族を拡大解釈させていただき、
- >今も PC に向かいながら唱えています。
- >集中するには、よくないかもしれませんが
- >常に「ありがとう」を忘れない訓練にはなると思います。

わたしは以前毎日念仏を唱えていましたが、雑念なく唱えられたことなど一度もなかったですね。まあ、実に難しい。それでいいという考えもあるとは思いますが。浄土真宗の本体は「慢心の気づき」にあると思っているので、「南無阿弥陀仏」という称名ひとつでさえ満足にできないということに気づくというのは、それはそれで意味のあることだとは思いますが。。。

その意味で「ありがとうございます」を本心から言うことができれば、それは人生を変えます。まあ、わたしは口には出しませんでした。30 歳のときに「ありがたさ」を一度ここに深く感じ、それからの人生は全く変わってしまったということはあります(こういう体験があるので「感謝」が創造につながるということはよく分かります)。ただ、この感謝の気持ちは「たなぼた」のように落ちこちてきたものなので、半年ほどで消えてなくなりました。

たなぼたの感謝がわからないのであれば、それは作り出すしかないというのが、「ありがとうございます」の復唱であると思います。どのような形でも繰り返すというのは大切だと思

います。話はちょっと違いますが、大学時代に麻雀を覚えてのめりこみ、試験勉強をしながら「モーパイ」（指でふれて何の牌か分かること）の練習をしていたことを思い出しました。おかげで、モーパイは完璧です（笑）。

武道をされている方のよいところはどのようなことであれ、すぐ実践され、続けられることですね。市ヶ谷で教室をやり始めてそれは実感します。のんびり屋のわたくしですが、その点はおおいに勉強になります。わたくしも「ありがとうございます」を続けていきます。

>ただでさえつかみきれない「本当のわたし」ですが、  
>油断していると、どんどん遠ざかりますね。  
>それでも以前よりは眼が開いて、色々手応えも感じます

お釈迦様の最後の言葉といわれています。

「汝弟子たちよ、さあ汝たちに告げる。生存を構成するもろもろの力の本性は無常である。  
いつもしっかり勤勉に努力するがよい」

（ベック著「仏教」（上巻）109 ページ 岩波文庫）

無常について思うところはいつかまたふれたいと思いますが、ここでは

「いつも、しっかり、勤勉に、努力する」

ということに注目したいと思います。わたし流の言い方では、いつも意識があつてこそ初めて

<いつも>

が可能になるのです。意識を失わないように、そして意識をもって<本当のわたし>とともに歩まれんことを祈っています。

まあ、この祈りは自分自身に対してもなされなければならないことですが。

（10月5日掲示板）

ディスカッションのおかげで、相関図の意味がわかりました。

（あらためて、相関図はしばらく試行錯誤です。）

ありがとう 1万回は苦行ですが、

二重生活・ながら族を拡大解釈させていただき、

今もPCに向かいながら唱えています。

集中するには、よくないかもしれませんが

常に「ありがとう」を忘れない訓練にはなると思います。

ただでさえつかみきれない「本当のわたし」ですが、  
油断していると、どんどん遠ざかりますね。  
それでも以前よりは眼が開いて、色々手応えも感じます。

これからもよろしくお願いします。

#### ■手放すべきこと

それは、克服ではなく、欲望の対象を変えること。すなわち、ベクトルの方向を変えること。

躊躇することのマイナスの欲望エネルギー～アクセルとブレーキを同時に踏むこと。

#### ■外側の炉は三層の世界から成る。(次回教室テーマ)

##### ■内と外

——自分に関係するものをすべて書き出し、図にして<わたし>との関係を線で結んでみること——において、〇〇さん、△△さん、××さんと関係が深いと思っているかもしれないが、もしかしたら、抽象的な言葉である<慢心>とか<嫉妬>とか<不安>とかの方が関係が深いかもしれない。いつも、いつも関係を結んでいるのはそのような抽象的なものかもしれない。

(10月9日掲示板)

××さんの慢心と関係が深いのでなく、わたし自身の慢心と関係が深いかもしれない。  
××さんの好意と関係が深いのでなく、

##### ■内と外

どのようなこともそれを客体としてみる時に外となる。  
この意味で、内とは本当のわたし、あるいは最終観察者だけではないだろうか。

相関図の(原石) <黒人>はどうであろうか。

##### ■内と外

外のものもあれば、内のももあり、両方属するものもあれば、どちらとも言い難いものもある。

## ■隠蔽

隠すことができるものは見ることができるものである。

見ることができないものは隠そうとはしない。見ることができないものを隠そうとするのには、少し時間がかかる。

さらに時間がかかるのは、見ることができるものを隠そうとしなくなることである。

そして、さらに時間がかかるのは、見ることができないものを隠そうとしなくなることである。

人の口から入るものは人を殺さないが、人の口から出るものが人を殺す

というようなことを言われた方がいらっしゃったが、おおむね目に見えるものはたいした汚さではないし、汚いものは稀である。ただ、人の心の内にあり、口から出るものは醜悪である。

さらにまた、こういうこともいえる。

外であれ、内であれ、見ることができないものがある。

それは見たことがないからだ。

あるのに見たことがないものは見る意志が必要になる。それが自己研究ということである。

(加筆して掲示板記入予定)

## ■わたし

各項目のひとつひとつが自分自身の何を表しているのか、

自分自身のどのようなものに関係しているのかを確認してみる。

## ■自己研究の必要性～ブツダの弓矢

わたしが傷ついている。わたしが傷ついているのはあなたのせいである。あなたはひどい人である。

このように誰もが言うが、たとえそうであっても、今ここで考慮すべきは傷ついているわたし自身のことである。わたしの傷を癒すことが第一のはずであるが、傷つけた相手をひどい人間だといえば、あるいは、傷つけた相手を罰すれば、自分自身の傷が癒えると思っている。これは大きな誤解である。「相手がどのようなかということ」と「わたしの傷がどのようなか」ということとは全く関係がない。自分の傷のことをよく知るべきである。これが自己研究のひとつである。

自分自身に関心を持つことが他の何よりも急がれることは 2500 年前から言われている。人間学というものがあるとしたら、第 1 ページに記すべき事柄であろう。

(10月12日掲示板)

～自己研究～知る事～知識

#### ■わたし

どれだけ自分らしさを表現している事柄かで、各項目を見直してみる。  
そして、もっとも自分らしさを表現しているもの、あるいは、表現できる可能性のあるものを見つけ、それだけを大切に生きていく。

2巻033～「それでは、もういちど教えてください。わたしの選択が現実として創造されるまで、どうしてこんなに時間がかかるのですか？」

「理由はたくさんある。選択したことが実現すると信じていないから。何を選択すべきか、わかっていないから。選ぶ前に、「最善」とは何かと考えてばかりいるから。自分の選択がすべて「良い」ことを、前もって保障してもらいたがっているから。そして、いつも気が変わっているからだ！」

「そうすると、自分にとっての「最善」とは何か、考えてはいけないんですか？」

「「最善」というのは相対的な言葉で、100もの変数に左右される。だから、選択が非常にむずかしくなる。何かを決意するときに考えるべきところはただひとつ、それが「わたし自身」を表現しているだろうか、ということだ。「わたしがこうであろうとする自分」を明確にすることになるだろうか？」

人生のすべては、自分の表現であるべきだ。事実、人生とはそういうものだ。いきあたりばったりの表現にしておくか、自分が選択する表現にするか、それはあなたが決めればよい。」

#### ■箱庭療法

錬金術の炉は神の箱庭療法である。

#### ■自己研究

自分自身を愛することができること。

グルジェフの愛の手助け。

自分自身でしか実現できないことがある。これは他人のことでなく、自分自身のこととしてよくよく思い至ること、自分自身でしかできないこと、この人生でできなければ、次の人生に繰り越すことがあるということによくよく思い至ること。

## ■森の相関図

## ■木の相関図

### ■精魂～ヒーリング～錬金炉の炎

将棋竜王戦の挑戦者となった佐藤康光棋聖が「常に高いモチベーションで対局に臨むのは意外と難しい」と語っている。高いモチベーションというのはなかなか意図的に作れるものではない。

これがあれば、困難な状況というのは訪れないのではないだろうか。

人間にとってこれが全てといってもいいのかもしれない。

## ■無人島

無人島にひとつ持っていけるとしたら、何を持っていくか。

## ■火葬場

火葬場にひとつ持っていけるとしたら、何を持っていくか。

火葬場に持っていけるものは何であろうか。

### ■<わたし>から見ること

わたしのこころを痛めるものであるかどうか。

わたしのこころを痛めるものが、

<わたしのためになる>かならないかをよく見る。

<わたしのためにする>ことができるかできないかをよく見る。

もし、どうしてもわたしに関係なく、わたしのこころを痛めるのであれば、その関係から離れる。

関係から離れるためには、

<わたしが新たに別のものと強い絆、強い関係性を持つこと>

によって成し遂げられる。

●ヒーラーの第一条件

柴田さん、こんにちは。一昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございました。

精神世界の本を10冊読んだことのある人は多いですが、その数千ページに書かれてある方法のひとつでも実行に移す人はとても少ないのです。神仏とコミュニケーションをとる方法のひとつは、

ノートを買う。

ノートに名前をつける（自分にとって一番大きいものの名前）。

そして、毎日、そのノートを開く。

たったこれだけのことですが、このことを薦めても実行に移す人はまれです。

残念ですが、人間とはそうしたものです。自分の足で一歩進むことはとても難しいことなのです。

扉を自分でたたいた人にだけに門は開かれます。

あるいは、門は開いていて、自分でその門をくぐる人だけが自分自身の魂（神の子）とコミュニケーションをもつことができます。

ですから、あとは名前をつけて、そのノートを開くだけです。

ただし、ご存知と思いますが、神とのコミュニケーションは言葉だけではなく、体験、感情、イメージをも通知して行われます。それらを見失わないことです。ノートを用いることはそれらへの道筋をつけることにもなるでしょう。

>聞き出すのではなく、自分の思っだけを話すのでもなく、耳を傾ける（意識する？）事も大切だなあ〜と昨日を振り返っていました。

耳を傾けるというのはいいことですね。わたしはべらべら自説を述べるので、いつもそのことはあとになって反省します。

シュタイナーという人がこういうことを語っています。わたしはこの条件をヒーラーの第一条件といつもお話しています。

少し長いですが、引用します。< >は特に注意して読んでいただきたい箇所です。



「<正しい知識は、それを敬うことを学んだときにのみ、自分のものにすることができる。>  
>人間は確かに眼を光の方へ向ける権利がある。<けれどもこの権利は他人が与えてくれるのではなく、自分が自力でそれを獲得しなければならない。>霊的生活においても物質生活におけるように種々の法則が存在する。ガラス棒は、それをしかるべき布でこすると、帯電する。換言すれば微細な物体をひきつける力を獲得する。このことは自然の法則に適っている。物理学を少しでも学んだ人は、誰でもこのことを知っている。<同様に神秘学の基礎を知っている人は、魂の中に育てられたすべての真の畏敬が遅かれ早かれ認識の道を遠く歩む力を育ててくれるということを知っている。>

生まれつき畏敬の感情をもっている人、もしくは幸運にも教育によってこの感情を育てることができた人は、後に高次の認識への通路を求めるときの用意がすでにかなりできているといえる。このような用意ができていない人は、自分で今、畏敬の気分を育てようと努力しなければならない。そうでないと、認識の小道の第一段階ですでに困難に陥ることになる。われわれの時代にはこの点に特別の注意を払うことが非常に重要なのである。われわれの文明生活は尊敬したり、献身的に崇拜したりするよりも、批判したり、裁いたり、酷評したりする方に傾きがちである。<しかしどんな批判も、どんな裁きも魂の中の高次の認識力を失わせる。それに反してどんな献身や畏敬もこの力を育てる。>とはいえこの事実はわれわれの文明に対する非難を意味していない。文明批評が問題なのではない。われわれの文化は、自分に対して意識的である人間の判断、「すべてを吟味して、最善を手に入れる」態度、つまりまさに批判の精神によって、その偉大さを獲得してきた。あらゆる機会に批判力を行使し、自分の尺度で判断していかなかったら、人間は現代の科学、産業、交通、法律制度を決して達成できなかったであろう。しかしこのことの結果、われわれは外面的な文明生活において得たもののために、それに相当する犠牲を高次の認識活動や霊的生活において支払わなければならなかった。<<とはいえ、高次の知識を得るために必要なのは人間崇拜ではなく、真理と認識に対する畏敬である、ということが強調されねばならない。>>

(ルドルフ・シュタイナー「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」26 ページ イザラ書房)

なお、この掲示板をお読みの方で、神と通じるなどという危険なものを感じる方がいらっしゃるかもしれませんが、あるいはわたしが特別な人間であるように感じられる方がいらっしゃるかもしれませんが、わたしはごくごく普通の人間です。

夜は警備の関係の仕事をしている普通の社会人です。ちょっとかわったところでは、時間があるときに要望があれば病気治しの手をかざしていることぐらいです。ただ、わたしがしている手かざしは結構多くの人ができることであり、さほど特別なことではないと思っています。

おそらく、他の人と違うところは世界に対するとらえ方が相当違うということです。ただ、そのことは通常の社会生活には表立って現れてくることではないので、その違いは外からは何も分からないかもしれません。(そしてまた、わたしの世界観というのも、世界中でおそらくは何十万人、何百万人の人がもっている世界観かもしれません。その意味では、さほど特殊な世界観でないかもしれません。あるいは、数万人単位の世界観かもしれません。)

ただ、わたしの世界観が特殊であっても、それは誰しもが通る道であると思っているので、特にその道を強要するつもりは毛頭ありませんし、特別視することも何もありません。ただ通っていただけです。ブッダやイエス、グルジェフ、シュタイナー、ヨガナンダ、スポールディングが通った道を通っていただけです。もちろん、わたしなりの歩き方、わたしなりの創造の仕方です。

では、柴田さん、次回も楽しい会になるよう、神とコミュニケーションしておきます(^o^)/  
(9月21日掲示板)

高塚さん。こんにちは。

昨日はありがとうございました！

只今、ノートを買って来ました。何年ぶりに買ったか、前回の記憶がありません(笑)書いて行くことで化石を発見する事が出来ると楽しいと思います。

昨日の教室での気の体験、ディスカッション、体操の中にも小さな神の声があったように思います。そのほとんどは私には聞こえていませんでしたが(汗)聞き出すのではなく、自分の思いだけを話すのでもなく、耳を傾ける(意識する?)事も大切だなあ〜と昨日を振り返っていました。

毎回楽しく参加させていただいて、ありがとうございます♪

■ノート

四方田さん、柴田さん、こんばんは。

そして、読者の皆さま、こんばんは。

昨日お弁当を食べながら読んでいた「神との友情」に出てきた神の言葉です。ノートを使

うこと、すなわち、神とのコミュニケーション（最も大きなものとのコミュニケーション——そして、最も小さいものかもしれないものとのコミュニケーション）を試みることに関連していますので引用しておきます。

「ところが、残念ながら多くの人びとは、わたしとの関係の第一歩すら踏み出していない。わたしとはほんとうの会話ができると信じていないから、一方通行で終わる。大半のひとが祈りと呼ぶものだ。＜彼らはわたしに話しかけるが、わたしとは話しはしない。＞わたしに話しかける人びとのなかでも、もっと高いレベルで信頼しているひとは、＜わたしが彼らの言葉を聞いていると思っている。だが、**わたしの言葉**が聞けるとは期待していない。＞だから、しるしを求める。「神よ、しるしをお与えください」と言う。それなのに、ごくふつうの方法でしるしを与えようとする、つまり彼らの言葉で話しかけようとする、わたしを否定する。いいかね。あなたがたのなかには、これからもわたしを否定する者があるだろう。これがしるしだということを否定するだけでなく、そんなしるしを受けとる可能性があることすら否定するだろう。

しかし言うておくと、**神の世界には不可能はない**。わたしはあなたがたに直接話しかけるのをやめないし、これからも決してやめはしない。

＜わたしの言葉があなたがたにはっきりと聞こえるとは限らないし、正確に解釈できるとも限らないが、しかし努力するかぎり、対話に心を開いているかぎり、＞友情を結ぶチャンスはある。そのチャンスを神に与えるかぎり、あなたがたは決して孤独ではないし、決してひとりぼっちで重要な問題に立ち向かうこともなく、困ったときには必ず力を与えられ、つねにわたしの心のなかにわが家を見いだすことができる。

これが、神と友情を結ぶということだ。」

（ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との友情」下巻 148 ページ サンマーク出版）

＜ ＞内は注意して読んでいただきたいところです。

神社でお願いをしても、その願いをかなえてもらえると思う人は少ないはずです。ましてや、神（＝生命＝愛＝自由＝喜び＝わたしの器）が私に直接ダイヤルインで話しかけてくれるなどと思っている人はもっと少ないはずです。

ここでそのように思う要因のひとつは神は言葉によってのみ話すと誤解していることです。神の話し方（コミュニケーションの仕方）は四つの方法があるとのことです。それは、言葉、イメージ、感情、体験です。感情、体験というのは即座には理解しがたいところがありますが、ここでは深くふれません。

また、神と話しをするとと言うと危険なものを感じる人がいますが、これはこれまで神と話をする人が特殊な人で、その特殊な人がその他大勢の人を支配する、洗脳するというイメ

ージがあるからです。しかし、神は特殊な人だけに語りかけているのではないし、すべての人に語りかけているのです。また、特殊な人が神の言葉を正確に解釈しているともかぎらないのです。

であるなら、ひとりひとりが神に語りかけ、神の話しを聞くというのが筋というものではないでしょうか。多少誤った解釈をするにせよ、まあ、外国語の習得と思って新しい会話に励んでみてはいかがでしょうか。あちらは結構こちらの能力にあわせてくれます。ただ、声が小さいので注意することです。小さいものを見捨てたり、見過ごしたりしないことです。

以前、ユング関係の本を読んで、夢日記をつけていた時期がありました。それまでは夢というものをそれほど覚えていたわけではないですが、夢日記をつけ始めると不思議なことに夢を覚えていて、結構あとあとまで残る印象的な夢を見ました。

神、仏、SOMETHINGとの対話も同様で、

- 1 ノートを買う
- 2 そのノートにあなたが最も大きいと思う名前をつける
- 3 一日に一回（もちろん何回でも）、リラックスできるときを選んでそのノートを開いて、気づいたことはすべて書いてみる（なければ、白紙のままでも結構です）

という、このことだけで<最も大きいもの>と対話できます。

ぜひ、試してみてください。

（9月24日掲示板）

#### ■情熱

このノートが<最も大きいもの>へと通じやすくなる方法はどのようなものであろうか。それは、ノートをいつも開いておくということである。

パラマンハサ・ホガナンダは「人間の永遠の探求」（森北出版）の中でこのように述べています（4ページ）。

「何をするにも、それを始める前も、している最中も、終わったあとも、神のことを考えているようになれば、神はあなたに来られます。この世に生きているかぎり、あなたは働かなければなりません、あなたを通して神に働いてもらいなさい。これが、信仰における最も大切な姿勢です。歩いているときは、神が自分の足を通して歩いていると思いなさい。働いているときは、神が自分の手を通して働いていると思いなさい。何かを成し遂げ

ようとしているときは、神が自分の意志を通して成し遂げようとしているのだと思いなさい。こうしてたえず神のことを考えていれば、神を知ることができるようになります。」

全く同じといってよい記述が「ヒマラヤ聖者の生活探求」（ベアード・T・スポールディング著 霞ヶ関出版）の中にもみられます。

「初めのうちは、神が唯一の力であり、実質であり、知恵である事が分ると混乱をきたすかも知れない。しかし神の本質を悟り、神を活発に表現するようになれば、人間は常時神の力を使用するようになるのです。食事をしても、駆け足をしても、息をしても、更には又生涯をかけての大仕事をするにしても、其他常時、意識して神の力に触れていることを知るでしょう。人間は今日までのところ、これまでしてきたよりももっと偉大なる神の業を為し得ることを学びとっていない、それは神の力の偉大さを知らず、神の力は人間が使用する為にあるということを知らないからです。」

（1 巻 59 ページ）

「第一段階は常に、まず「完全」の習慣、「キリストなる神」という習慣を養う積りで、自分の想像、心、体の一切の外に出る動きを完全に統制することである。何処にいようと、仕事中であろうと、休憩中であろうと、思い出すごとに、このことを実行せよ。この完全なるものが自分の中に存在することを観ぜよ。この完全なる存在を自分の真我、神なるキリストの臨在と観ぜる習慣を養え。」

（3 巻 211 ページ）

そして、「神との対話」でももちろん書かれている。

「それでは、奇跡を実現するのに必要なのは、「キリストの意識」だけなんですね！ それなら、話は簡単だろうけど…。」

「そう、そのとおりだよ。あなたが考えているよりもっと簡単だ。そういう意識をもてたひとは多い。ナザレのイエスだけではない。

あなただって、キリストの意識をもてるのだよ。」

「どうすればいいんですか？」

「そうありたいと願えばいい。そうあることを選択すればいい。だが、毎日、毎分、選択

しつづけなければならない。人生の目的にしなければならない。ほんとうは、それが人生の目的なのに、あなたが知らないだけだ。たとえしていても、自分の最上の存在理由を覚えていても、どうすれば、いまいるところからそこへ到達できるか、わからないらしいが。」

「そう、そうなんです。それでは、いまいるところから、こうありたいと思うところへ到達するには、どうすればいいんですか？」

「いいかね、もういちど言おう。」

求めよ、そうすれば見いだせるだろう。叩けよ、そうすれば開かれるだろう。」

(「神との対話」2巻44ページ)

すなわち、あなたのこころのノートをいつも開いていて、メッセージがきたら現実のノートを開き、書き付けることである。

(掲示板記入予定)

■ずっと白紙の人へのアドバイス～写本

■ヨガナンダの神との対話～情熱という方法

9月21日、22日2007年

●四方田さんへの返信

四方田さん、こんにちは。先日は教室にご参加いただき、ありがとうございました。

四方田さんはこの世界で最も大きいものも最も小さいものも器量とお答えになりましたが、ノートの表題は

器

でいかがでしょうか。

人間の器の器であり、伸縮しながらも大きくなるしかない器であり、托鉢僧がもつ器であり、一円玉から全ての存在までもが入る器であり、

そしてまた、ただそこにある平凡な器です。

その器のノートを開くたびにこの世界の最も大きなものと最も小さなものの世界に通じます。これまでは練言だけであったかもしれませんが、その練言をあらためて見ることによって石ころの言葉が、宝の石の言葉に変わるかもしれません。立派であれ、立派でなかれ、少なくともこれまでの私を知ることができます。これまでの私を知れば、永遠に続くわたしという道のりを見つける手がかりとなるかもしれません。

>シュタイナーも今は頭で理屈を捉えているだけですが、  
>将来一部なりと自得できれば幸いです。

シュタイナーもそれほど読んでいるわけではありませんが、とてもひかれる人物ですね。ブッダやイエスからはなかなか生身の人間を感じることができませんが、シュタイナーはつい最近までこの地上にいた人物なので、人間として尊敬できるということもあります。まあ、シュタイナーは畏敬は真理と認識に対してすべきであり、人間に対するものではないと言っています。

なお、以前にもお話ししたかもしれませんが、シュタイナー関係の訳書は高橋巖先生のものが秀逸です。また先生はシュタイナー関係の著書も数多くあり、とても分かりやすく、そして触発される内容の本です。

>「ありがとう」1000回は、数えられなくて挫折していましたが、  
>「ありがとう」1回が約1秒と気付いてから、時間でやることにしました。  
>1000回で1000秒=約17分、きり良く20分やっています。  
>まだ雑念が沸いてきますが、ひたすら唱え続けます。  
>(1万回は約2.7時間、ちょっとした修行ですね。)

回数数えるのは結構大変ですね。回数数えるのに神経がいき、「ありがとう」がおざなりになっては本末転倒ですが、人生ではよくあることです。その意味では時間の方が分かりやすくていいですね。

先日ご紹介した気功師の方はこれまでに150万回唱えたとおっしゃってました。黒住宗忠に薦められた病気の方は毎日1万回を一週間一心不乱に唱えて病気が治ったといいいます。唱えることができる環境にいるということはありがたいことで、その意味では病気というものというものもあながち捨てたものではありません。150万回唱えていた気功師の方も一日中トラックの運転をしていたということですから、まあ「ありがとう」修行には最適の場であったかもしれません。

人生ではどんな過酷な状況でも、必ず一発逆転というか、うっちゃりというか、助かる道が用意されています（正確には人生観を変える道が用意されています）。過酷な状況に陥ったのは自業自得ですが、SOMETHINGは決して自業自得といわず、蜘蛛の糸をたれています。

> 「邪な心の行いにより、うごかなくなった足が、  
> 清い心で念じ続ける事でまた動くようになったお話」です。

自分は7歳、17歳、27歳と10年ごとに右足の股関節あたりを骨髄炎で手術しています。幸い、37歳、47歳とも大丈夫で、来年57歳ですが、骨自体は大丈夫でも、股関節の軟骨に金属疲労がきていて痛い思いをしています。どうもここ数年、進行性でどんどん悪化しているので、このままではどうなるんだろうと少々不安な気持ちになることもあります。ご紹介いただいた小説の話を肝に銘じてまた動くようにしたいと思います。ありがとうございました。

（9月22日掲示板）

いつも有意義な勉強会をありがとうございます。

ノート自体は以前よりつけておりましたが、その時の「自分の雑言」をただぶつけているだけでした。しかし「目標を見つけるため」と考えると、自ずと書くときの意識が変わりますね。

シュタイナーも今は頭で理屈を捉えているだけですが、将来一部なりと自得できれば幸いです。

「ありがとう」1000回は、数えられなくて挫折していましたが、「ありがとう」1回が約1秒と気付いてから、時間でやることにしました。1000回で1000秒=約17分、きり良く20分やっています。まだ雑念が沸いてきますが、ひたすら唱え続けます。（1万回は約2.7時間、ちょっとした修行ですね。）

本日唱えていたら、芥川龍之介の小説がパッと浮かびました。30年ほど前に読んだきりなので、タイトルも忘れてますが。簡単に申しますと、



「邪な心の行いにより、うごかなくなった足が、  
清い心で念じ続ける事でまた動くようになったお話」です。  
実際は、もっと色々味わいがあった筈なので、  
これから原作を探して、再読したいと思います。

9月22日、23日、24日、25日 2007年

●身体

外を歩いているときには、他人の身体の動きを観察すること。  
どこが緊張して固くなっているかをよくみってみる。

●意識のある人生～カラス

今日は、明日のことは何もしない。  
今日は、昨日のことも何もしない。  
今日以外のことは、  
何のこころをかけず、  
今日は、今日のことだけをして、  
一日の終わりに、  
すべてを灰にする。

(9月23日掲示板)

■瞬間

■神聖なる矛盾

未来永劫に続くわたし自身への約束がある。  
いつも、いつも未来であること。  
未来永劫への約束  
ベクトルの方向  
行為への愛

●基礎訓練

歩行中～ありがとうございます・空中歩行

●遠隔治療

自分の身体にひびくような仕方で送る。

9月23日、24日、25日、28日、29日 2007年

●世界～自他

男性の中にある女性像と現実の女性とは全く別物である。

女性の中にある男性像と現実の男性とは全く別物である。

自分の中にある像を現実に変更するか、あるいは、像を現実にならに作り出すのか。

男性の中にある女性像と現実の女性とは全く別物である。

女性の中にある男性像と現実の男性とは全く別物である。

像が間違えているのか、現実が間違えているのか、

あるいは、両方あってよいのか。

■

他者の目から自分を見ると全く違ふが、自分は自分自身でしか見ないので、自分のことは全くわからない。

よさも悪さもわからない。

■安部公房「箱人間」

■わたし～存在

今の私の望みは、明日の私の望みであろうか。

常に継続する望みがわたしの望みである。

だから、私も常に継続する望みを今持つようにする。

常に継続する世界に今いるようにする。

これまで叩きこまれた莫大な誤った情報、

今度は逆の情報を入れるようにする。

それには、今まで入れたきた情報の莫大な時間と同じような莫大な時間が必要となる。

■わたし～自己研究

人造ロボットA Iのデイビッド少年が人間の親に捨てられて「人間になりたい」というその人間の価値をわたしは知っているであろうか。

自分自身の価値は自分自身でないときに一番分かる。ロボットであったり、犬であったり、火葬場の釜の中の自分であったりするとき、自分自身の本当の価値を知ることができる。

だが、人間はまた他者の立場に自分を置くことができる存在である。時々、ロボットや犬や釜の中の自分に今の自分を置き換えてみることである。

(9月25日掲示板)

●癖

責任を逃れない。

それはわたしであるという。

●修身

身を修める

家を修める

国を修める

●〈わたし〉～所有

過去を振り返ると、そのときは××が必要であったと思っていたが、実は〈何をすべきであったか〉ということだけがあったことが知れる。

また、何かが必要であったということは一切なかったということもまた知れる。

だから、ときには過去を振り返ってみることもよい。

(10月6日掲示板)

●ノート～創造

ノートは単に神からのメッセージをご託宣としてそのまま受けとめるためにあるのではない。また、人間と神仏との関係もそのようなものではない。

作家スティーブン・キングが「小説作法」に書かれている話である。

「ある時〈ニューヨーカー〉のインタビューに答えて、作品を書くのは地中に埋もれた化石を発掘するのと同じだと話すと、聞き手のマーク・シンガーは、信じられない、と眉を寄せた。私自身がそう考えていることさえ知らなければ、向こうが信じようと信じまいと構ったことではない。実際、私はそう考えている。作品は観光土産のTシャツや、ゲームボーイとはわけが違う。作品は以前から存在する知られざる遺物である。作家は手持ちの工具箱から目的にかなった用具を選んで、その遺物をできる限り完全な姿で発掘することに努めなくてはならない。貝殻のように小さい化石もあれば、見事な肋骨と恐ろしげな歯をしたティラノザウルス・レックスのように巨大なものもある。しかし、短編小説も、千ページを超える長編も、発掘の技術は基本的に変わらない。」

(188 ページ)

ノートはいわばその化石の最初のあたりであり、その化石を完全な姿、ときには生きているティラノザウルスに仕上げるのは人間の〈仕事〉である。もちろん、そこにも神の手助

けはある。ただ、どのように仕上げるかは人間の自由であり、おそらくそこに神の喜びがあるのではないか。その意味で、神の手を使うところと人の手を使うところを見間違っ  
てはならない。神の声を聞くことはもちろん大切であるが、同時に、その人固有の手を用い  
ることもまた肝要である。

(9月28日掲示板)

#### ■自分自身と他者へのインフォメーション

#### ■表現することにより生まれてくるもの（化石から恐竜へ）

■ 2巻023～「わたしが「あなたの意志はわたしの意志だ」と言っても、わたしの意志  
があなたの意志だということにはならない。あなたがつねにわたしの意志を実行してい  
たら、悟りを開くためには、もう、何も必要ない。プロセスはそこで終わりだろう。あなた  
は到達すべきところに到達したということだ。

あなたが、わたしの意志以外のことは何もしない、という日が来たら、それは悟りの日にな  
る。生まれてこのかた、ずっとわたしの意志を実行していれば、いま、この本にかかず  
らう必要などなかっただろう。だから、あなたがわたしの意志を実行してこなかったのは  
明らかだ。それどころか、たいていの場合、わたしの意志を知りもしなかった。」

「知らなかったんですか？ それなら、どうして教えてくれなかったんですか？」

「教えたよ。あなたが聞いていなかっただけだ。たとえ聞いていても、真剣ではなく、信  
用しなかった。信用しても従わなかった。だから、わたしの意志があなたの意志だとい  
うのは、ぜんぜんちがう。

だが、あなたの意志はわたしの意志だよ。第一に、わたしはあなたの意志を知っている。  
第二に、受け入れている。第三に、ほめたたえている。第四に、愛している。第五に、わ  
たしはそれをわがものとし、自分の意志だと言う。つまり、あなたは自分の望みとおりに  
する自由をもっている。わたしは無条件の愛で、あなたの意思をわがものとしている。

さて、わたしの意志があなたの意志となるためには、第一に、あなたはそれを知らなけれ  
ば成らない。第二に、受け入れなければならない。第三に、ほめたたえなければならない。  
第四に、愛さなければならない。第五に、それをわがものとし、自分の意志だと言わな  
ければならない。

人類の歴史を通じて、いつもそれを実行していたひとたちは、ごくわずかだ。それに近い  
ところまで達したひと少しはいる。かなりの程度までできたひとは多い。ときどきでき  
る、というひとはたくさんいる。そして、だいたい誰でも、ごくたまにならできる。まっ  
たくできないというひともいるが。」

神の意志を表現したら、人間としてのわたしの意志はどうなるのかという問題がある。

## ■リング

### ■自由意志と神の意志

人の手と神の手

わたしはわたしの手を使わなければならない。

では、何がわたしの手であるのか。

### ●イエスの祈りは創造である。

奇跡はナンセンスでなく、重要なファクターである。

G・M エーデルマン「脳は空より広いか」(草思社)

9月24日、25日、27日 2007年

### ●称名「南無阿弥陀仏」

「ありがとう」と同様にこころのおしゃべりをとってくれるものである。その意味では、一声でなく、反復が称名の本質である。

ただし、このこととは別に一声が本質ということもいえる。これこそ大乘の本質である。

称名の反復は小乗の道であるからである。

### ●感謝

救われるために信仰するのでなく、救われていることに気づいた時に信仰が始まる。

信仰は結果であり、条件ではない。

### ●南無阿弥陀仏～善と悪

昨日の説法師のお話しでは、某住職さんはお酒の飲みすぎが大きな一因となり、60 過ぎという、これからの年齢で亡くなられたという。説法師いわく。

「お酒を飲まず長生きをする方がいいという世間の善によらず、自分の飲みたいお酒を飲んで亡くなっていった住職さんは立派である」

どうなのか。そうであるのか、そうでないのか。

(9月25日掲示板)

お酒をやめたいと思ったことはなかったのか。

他人にいうことであるか。

#### ●南無阿弥陀仏～黒い花

一昨日(9月24日)の法話の結論は

人間は黒の種だけを持っている。皆がその黒の種から咲く黒い花しか見ていないので、その黒い花が黒いということを知らない。その世界に阿弥陀如来の慈悲の白い花があることを見て初めて自分自身の花が黒いことを知るのである

ということであった。宗教は脅すのが専門だから仕方がないが、平均年齢70数歳の会場がシーンとなる。皆さまそれぞれ、白い花を咲かせたこともあると思うのだが～。

ちなみにわたしの持ち歌のひとつは「黒い花びら」デス。好きだからではなく、音域が狭いので歌うことができるからデス。

(9月26日掲示板)

さらに、

わたしの中にあるから知ることができる。

これは黒い花についても白い花についてもいうことができる。

#### ■南無阿弥陀仏～衆生

人間は動物を殺して食べなければ生きていけないのか。

#### ■ヒーリング

浄土真宗の教えの真髄は慢心へのいさめであり、そのことはヒーラーの資質の第一条件である。

(参考) シュタイナー

#### ■数え

衆生

いのち～いのちは見ることができるか。

わたし～自由

単看板

音・善意の人

白の種～南無阿弥陀仏の念仏

黒の種～われわれ人間・殺生をしないと生きていけない人間

#### ■出来事

何が起きるか分からないのが人生である～無意識の人生であり、そのような人生であれば当然責任を引き受けられない人生であり、生じた出来事を他者に転じるのも当然である。また、わたしが創り出した人生であると思えないのであるから、その人生を拒否することも当然である。

右にあるグラスを左に移す。

これをわたしがしたという。

これはわたしにはできないという。

これはどちらも真実である。神聖なる矛盾である。

自力（小乗）・他力（大乘）

9月25日、26日2007年

#### ●権利

使うことができるということと使う権利があるということとは異なる。

そもそも権利というのはあるのか？

あるとしたら何か？

それは自由だけではないか。

要ネット検索



人を殺しても自分自身は傷つかないかもしれないが、その選択によりわたしは傷つく。

9月26日、27日2007年

#### ●易道

法、法則、道

神の示す道を知ることである。

●二重生活の勧め～意識のある人生

内の生活と外の生活とがある。

内の生活とは何であろうか。外の生活とは何であろうか。

同じ「南無阿弥陀仏」という称名も内となったり外となったりする。

内でもあり、外でもある行為とは自分の場合、気功治療ではないだろうか。

9月27日2007年

●意識のある人生

しなくてはけない人生ではなく、する人生

過去を見ること。

9月30日2007年

●わたし

自分自身がすべての始まりである。

その意味で、＜自分の＞身体を完全にする。

その意味で、＜自分の＞ところを完全にする。

そのように努める。

この＜わたし＞の成長にすべての時を費やす。

このことは内側で達成できることであり、外とは無関係である。

いつでもできることである。

そして、いつでもしなければ何も変わらない。

いつでもとは、あらゆる瞬間にである。

(加筆して掲示板記入予定)

■グルジェフ

弟子091～探求者

探求者は誰も、知識を持つ先達を夢想し、想像をめぐらす。自分自身については、指導される価値があるのか、道に従う覚悟ができているのかということ、客観的に誠実に問うことは、めったにない。

星明りの夜、広い空間に出て、頭上に光る無数の世界を見上げなさい。おそらくその世界の一つ一つに、あなたと同じような、あるいはおそらくは有機的組織においてあなたより高等な生物が、数十億も群れをなしていることを、思い起こしなさい。銀河を見なさい。この無限の空間においては、地球は、一粒の砂とさえ呼ぶことができない。地球はなくなり、消え、それとともに、あなたも消える。あなたはどこにいるのだろうか？ そして、



あなたの欲しいものは単に狂気なのだろうか？

こうしたすべての世界を前にして、あなたの目的と希望、あなたの意図とそれを達成する手段、あなたに出されるであろう要求等が何であるか、そしてそれに応じる準備ができているかを、あなた自身に尋ねなさい。

長い困難な旅が前途にある。あなたは不可思議で未知の国へ向け準備している。道は果てしなく長い。途中で休むことができるかどうか、どこで休むことができるのか、分からない。あなたは最悪に対して準備をしなければならない。旅に必要なものは全部持って行きなさい。

何も忘れないようにしなさい。でないと、後では遅すぎる。

...

すべての注意を、道のいちばん手身近な部分に集中することを、忘れてはいけない。絶壁を落下したくないのなら、遠くの目標に気をとられてはいけない。

あなたは目的を忘れない。目的を常に思い起こし、目的への積極的努力を自己の中に維持し、正しい方向を失わないようにしなさい。いったん出発した後は、注意深く観察しなさい。通過したものは、背後に残り、ふたたび現われない。そのときそれを見落とせば、二度と気がつくことはあるまい。

好奇心を持ちすぎてはいけない。注意を引くが、それに値しないものに、時を浪費してはいけない。時は貴重であり、あなたの目的に直接関係のないものに浪費してはならない。

あなたはどこにいるのか、なぜここにいるのかを思い起こしなさい。

わが身をいたわらず、努力はいつさい無駄ではないことを思い起こしなさい。

今、あなたは道に旅立つことができる。

## ★10月 2007年

10月2日 2007年

### ●身体

身体に対する態度の変容

- ① グルジェフ・シュタイナー・フロイド～身体の支配者であろうとする。
- ② ユング～身体とのシンクロ・見えざる力の働き
- ③ 高橋信次～死期の預言
- ④ ババジ・ヨガナンダ～身体のコントロール

### ●神

神～全て～壁～孫悟空とお釈迦様の手のひら

●意識のある人生

今の時間を最高にするためには、内なるわたしを生きること。  
外なる私を内なるわたしでつつむこと。

●教育

これまで無意識で生きられるように教育されてきて、意識して生きられるような教育は一切されていなかった。  
これは自分自身でやるしかない。

10月3日、4日、9日 2007年

●掃除～シンプルライフ

掃いて除くこと。

雄大氏のがん細胞と正常細胞の死滅の問題

この世界で、ほうっておくとがん細胞のように変性してしまうことがらはないか。

弓と禅

覚えた辞書のページを食べてしまうという話があったが、

10月4日 2007年

●選択～エネルギー

選択がわたしの所有であるなら、そのもっとも大切な選択にどれほどわたしの精魂を費やしているのだろうか。

●宇宙生成～必然と反復

偶然のような積み重ねが必然を産み出すのではないだろうか。  
それは、もしかすると、神がこの世界を創り出したときにもいえるのではないだろうか。  
神との対話では否定的であるが。

気功体操から産み出されるもの。

10月5日 2007年

●ありがとう

ヒマラヤ聖者の生活探求の話

10月6日2007年

●

与えられている～よいと思うものだけでなく、よくないと思うものもまた<わたし>が望むもののために与えられている。

●

欲望の対象を<選択>とすること。<選択>に全身全霊を費やすこと。

●関係性

関係2は自分自身に対して行うということが理にかなっている。この2はまさしく意識のある人生である。

●自他

相手を変えて、相手が幸せになったって、あなたが幸せにならなければ意味がない。

10月7日、8日、11日2007年

●意識のある人生～シンプルライフ

ある将棋のサイトを読んでいての孫引きであるが、いい話なのでご紹介します。

また、アインシュタインが、そのまわりの人たちに与えた印象については、レオポルト・インフェルトが次のように言っている。

「プリンストンにおける私の同僚の一人は私につきのようにたずねた。『もしアインシュタインが、彼の名声をきらい、彼のプライバシーを守ろうとするのなら、なぜ彼は普通の人ができるようなことをしないのであろうか。なぜ彼は髪を長くのばし、おかしい皮の上着を着、靴下をはかず、サスペンダーをせず、カラーをつけず、ネクタイをしめていないのだろうか』--- これに対する答えは簡単である。彼の考えは、彼の入用を制限し、これを少なくすることによって彼の自由を大きくしようとしていることにある。われわれは、非常に多くの物事の奴隷になっている。われわれは、湯上がりに着る着物、電気冷蔵庫、自動車、ラジオ、そしてその他の多くの事柄の奴隷になっている。アインシュタインは、これらを最小にしようと試みたのである。長い髪は、散髪屋へ行く必要を最小にした、靴下ははかなくてもすむ、一つの皮の上着があれば、それは数年間にわたって上着の問題を解決する。サスペンダーは、寝巻の長シャツやパジャマのように余計なものである」

プリンストンの人たちは、アインシュタインに関して多くの逸話を語っている。そのな

かにつぎのようなのがある。

アインシュタインの近所に一人の少女が住んでいたが、この少女の母親はあるとき、少女が、ときどきアインシュタインの家を訪問することに気がついた。そこで母親が不思議に思って、その理由をたずねると、少女は平気な顔で、つぎのように答えた。

「わたしあるとき数学の宿題の中に解けない問題があって困っていたの。そしたら友だちが『あなたの近所の 112 番地には、アルバート・アインシュタインという世界的な数学者が住んでいる』って教えてくれたの。そこでわたし、そのアルバート・アインシュタイン先生をおたずねして、私の困っている宿題を教えてくださいよう頼んでみたの。そしたら、その人は、とってもよい人で、よろこんでわたしの困っている問題を説明して下さいましたの。とても親切に教えて下さったので、学校で習うより、よくわかったわ。しかもその人は、もし難しい問題があったら、またいつでも、いらっしゃいと言って下さったので、難しい問題があると教えてもらいにいくのよ」

この少女の母親は、この話にびっくりしてしまって、早速アインシュタインの所へ詫びに行ったが、アインシュタインは、

「いやいや、そんなにお詫びになる必要はありません。私はあなたのお嬢さんと話をすることによって、お嬢さんが私から学んだこと以上のことを、お嬢さんから学んだにちがいないからです」

と答えたという。

アインシュタインが、このお嬢さんに問題の解法を説明したときに書いた紙が残っているが、その問題の一つは、与えられた二つの円  $O_1$  と  $O_2$  に対して共通接線を引け、というのであった。

(アインシュタイン伝 矢野健太郎 新潮文庫より)

(出典のサイトはなぜかこの掲示板に書き込むとエラーになるので ([http](http://homepage2.nifty.com/einstein/contents/relativity/contents/relativity148.html) を含む書き込みはできないとのこと)、日記の方に出版のサイトは表示してあります)

(<http://homepage2.nifty.com/einstein/contents/relativity/contents/relativity148.html>)

シンプルライフはわたしのあこがれる生活である。同時にアインシュタインのすばらしいところは、対人関係（あるいは、真理の探究）においてはシンプルでないことである。＜あなたとの関係＞あるいは＜知っているということ＞に関しては決してシンプルでない。その対比が常人と逆で、すばらしい。

まあ、私としては今日何を着ていくかなどにエネルギーを費やすのはやめることにしよう。そして、遠隔治療にはとことんエネルギーを費やすようにしよう。

(10月7日掲示板)

■グルジェフ

054～関心・意識・集中

わたしにとって耳の痛いこういう話しもある。

「…私は本能的に、そうした配慮が、ありきたりの習慣的儀礼ではないことを知っていた。そして、おそらくこれが手がかりだったと思われるが、彼はいつも関心をもっていた。彼に会っていたときはどんなときでも、私に用事を言いつけたときはいつでも、グルジェフは完全に私を意識し、私に話す言葉に完全に集中していた。私が彼と話していたとき、彼の集中が一度として私からそれたことはなかった。わたしがすませってしまったことも、いつも正確に知っていた。思うにわれわれはみな、わたしは確かにそう感じていたのだが、グルジェフがだれかと一緒にいたとき、その人は、グルジェフの全注意力が彼に向けられていたのを感じていたに違いない。人間関係において、これ以上の敬意は考えられない。」

(参考) フランツ「ユング」

(注意) ヒーリングの際の最重要事項。

(フリッツ・ピーターズ著「魁偉の残像」54 ページ めるくまー社)

### ●意識のある人生～為すこと

好きな人に出会えたということは幸運なことであり、喜ぶべきことである。だが、もしも<為す>ということに関心があるのなら——生かされてきたということに満足するのではなく生きるということに満足を求めるのであれば——、嫌いな人と出会い、「これまでは嫌いであった人を認めることができるようになった」ということの方がはるかに価値があり、喜ぶべきことである。

(10月8日掲示板)

### ●意識のある人生～選択

黒住宗忠にこういう話しがある。

宗忠自身は腹を立て物を苦にするという程度のところは無論卒業していたにちがいないが、それでもなお、心をいためぬという一事については、人知れぬ努力を絶えず積み重ねていたようである。或る時、河本村の森丈八郎の家へ宗忠が講釈に行く途中、雨あがりで濁流の渦巻いている川を眼下に見ながら橋を渡ったが、その時に

「はからずも胸元を驚かした。」

と言って、その日の講釈には、

「わが魂をいたましむることなかれとある天照大神の御神宣に背きたる段、取かえしもならぬ勿体なく恐れ多きことを仕れり。おのおの方にもどうぞ油断なく御神宣の御趣意をあつく御守りありたし。」

(時尾講録5)

と述べた。

(原敬吾著「黒住宗忠」51 ページ吉川弘文館)

何がこころの内を占めているか。

この占めているものが何であるかを自省してみる。

これは、こころを痛めるものではないだろうか。

そして、この占めているものは、

<変えることができる>。

いつもこころを見ていれば、

<いつもこころを占めているものはこころを痛めるものばかりであり、そして、その痛めるものはいつも変えることができる>

ということを知ることができる。

(10月11日掲示板)

#### ●わたし

「あなたは何者であるか」の問いは答えることが不可能な問いかもしれないが、ほうっておいてよいという問いではない。

#### ●選択

いつもいつも権利がある。義務があるのでなく、何を選ぶかという権利がある。火葬場の釜の中から人生を選ぶようにして人生を選ぶ権利がある。

#### ■

選択～からだの使用（世界1）仕事をする

→（世界3）

選択～こころの使用（世界2）こころは別のことをしている

#### ●健康

こころのリフレッシュ

からだのリフレッシュ

こころもからだも変えること。

われわれは毎日毎日脱皮する存在である。

#### ●表紙

あなたと預言する

似顔絵

あなた自身によって

（草稿要転記）

10月8日、27日 2007年

●わたし

気で自分自身を元気にする

●変容

人生においていかなる瞬間も過去と同じようにしない。

●意識のある人生～選択（二つの注意）

今やるべきことは何なのか。

そして、こころを尽くすこと。

10月9日、14日 2007年

●困難

つまずきの石でなく、前に進む石蹴りの石とする。

●天の川

各国の指導者に宇宙遊泳をしてもらって、天の川の星々をみてもらってはどうか。

●気功教室

今いるところのすばらしさ、今ある状況のすばらしさというのは十年たってみれば、かならず見える。この十年たてば見えるところを今見ようとするのがわたしの教室の目的のひとつである。

（10月27日掲示板）

●四方田

これまでは学生であり、これまでは店長であり、これまでは空手家であった。そして、今……

これまでは学生、これは何者でもなく、

これまでは店長、これは何者でもなく、

これまでは空手家、これは何者でもなく、

そして今、××、これもまた何者でもなく。

そして、この今何者かになろうとしているのかもしれない。

（教室資料要転記）

10月10日、21日 2007年

●自他～反転

過去のどのような選択であれ、そのときにはそのようにしかできなかった。

現在のどのような他人であれ、その他人はそのようにしかできない。

過去の選択、他人の選択にこころすることである。

そして、過去の選択が現在では変わってしまうように、他人の選択もまた変わるということである。

そして、これらから学ぶべきことは、過去がどうであれ、他人がどうであれ、

過去が変わったようにではなく、現在の選択を<変える>

他人が変わったようにではなく、わたしの選択を<変える>

ということである。

(加筆して掲示板記入予定)

●映画「パンズ・ラビリンス」～<知識>

戦争の痛みは皆共通に感じる。

少女の痛みも皆共通に感じる。

だが、少女の勇気、少女の来た世界については皆共通に感じるができない。

これはひとりひとり異なる。

このことは共通であるということが真理なのではなく、真理とはひとりひとりが到達した地点であるということをも物語っている。

(10月21日掲示板)

10月12日、26日2007年

●草稿

気に入ったノート

●自己相関図

「すべてを知ること」

「期待・嫉妬・」

●バックミンスター・フラワーのいう包括的人生～一体を知ることに通じる

●世界

われわれの体は土から作られたが(世界1)、われわれが土から作られたわけではない(世界2)



世界1は作られ、世界2も作られたが、世界3はわれわれが作る。

体が減びても減ばないものが世界2と世界3にある。

世界2には永続性のあるものとないものがある。

10月13日、14日、26日 2007年

●期待～行為への愛

自分に対しては法則があることを知れば、＜期待なしに生きていく＞ことができる。

他者に対しては自由があることを知れば、＜期待なしに生きていく＞ことができる。

法則とはわたしが創り出したものが現にあり、わたしが創り出すものが未来にあるということである。

自由とは他者本人が自らが理由となって、自らが原因となって生きていくということである。

この＜期待なしに生きていく＞ことこそが＜行為への愛＞ということである。

(10月14日掲示板)

●エネルギー

疲れているときもエネルギー貯蔵庫からエネルギーを出して使用する。

そして、休めるときには休むこと。

■炎

炎の無駄な使用～不安

グルジェフの場合は緊張

●鍛錬

中学のときの陸上競技の訓練と今のこころの訓練。

●シンクロシティ

本の出版のあとおし。

南の著述の話し。

●意識のある人生

俯瞰して選択すること。

●自己研究～自他

あの人のどんなところが問題かということではなく、  
わたしのどんなところが問題か、  
ただ、ただ、この一点である。

(掲示板記入予定)

●遊行～クリア

毎日、毎日、一日をすべて尽くし、  
残りはすべて灰としてしまうことである。

(10月26日掲示板)

●掲示板返信 (10月13日2007年)

kimuhiro さん、はじめまして。高塚です。  
書き込みいただき、ありがとうございます。

わたくしも「神との対話」をいろいろな方にお薦めしたくて、その抜粋をHP上に引用させていただいておりますが、ここ数年は更新していません(重要と思われる個所の写本は個人的には現在も続けていますが)。

<忙しいのでできない>

と言いたいところですが、この言葉はわたしにとって禁句であるので、

<他にしたいことをしている>

と言い直します。

「ヒマラヤ聖者の生活探求」もなかなか興味深い本ですね。わたしはまだ全部を読み終えていませんが、この本も折をみて写本しています。わたしが写本しているのは、他に「あるヨギの自叙伝」「シュタイナーの著作」「グルジェフの著作」です。写本はひとりでご飯を食べるときや車中で目を通すようにしていますが、何度読んでもなるほどと思います。まあ、その意味では進歩がないのか、あるいは、進歩があるのでいつも新しい発見があるのか、微妙です。

「心身の神癒」も読んだように思います。

>夢人新さんのブログで「ラムサ」などを紹介されていて流石ですね。リンクもすばらしいです。

??? これはわたしではないですね。

kimuhiro さんのブログを通じて

<http://1rutile.blog106.fc2.com/>

多くの方が「神との対話」を読まれることを願っています。

と同時に、神とのコミュニケーションは「神との対話」のみを通じて行われるのでないの  
で、1巻の冒頭に書かれているように、

ひとりひとりが神と直接コミュニケーションをとられる

ように願っています。そしてまた、

最も多くの方が kimuhiro さんのブログを読むのではなく、kimuhiro さんのブログを通じて

「神との対話」のツール（道具）を実践される

ように願っています。

ありがとうございました。

1

はじめまして。kimuhiro っています。私も「神との対話」三部作などの「神とのシリーズ」が好きで読みました。

他にも「ヒマラヤ聖者の生活探求」「心身の神癒」「解脱の真理」なんかも感銘を受けました。

夢人新さんのブログで「ラムサ」などを紹介されていて流石ですね。リンクもすばらしいです。

私も「神との対話」などで感銘を受けたので、一人でも多くの方と共有したいと思い「神との対話」三部作のブログを書かせてもらってます。

もうすぐ一冊目が終了するぐらいのところなのですが、毎日2回少しづつ書き込んでるので、はじめて「神との対話」に触れるひとも、一度読まれた方の復習にも役立てると思っています。

よかったらアクセスしてみてください！

<http://1rutile.blog106.fc2.com/>

10月14日、15日、16日 2007年

●NOTE～神

世界中どこでも傘があり、  
世界中どこでも神という言葉がある。

どこでも傘は使われ、  
どこでも神も使われている。

ただ、神は傘ほどは使われてはいないようである。  
傘を持っているのに、雨の中、肩をせぼめて歩いているようなものである。

(10月15日掲示板)

●

他者に過剰な関心を寄せることは、わたしが死にそうに動けないとき、動けないか動けるか分からない相手を助けようとする(?) ようなものである。

●

外をそろえて内を変えようとするのではなく、内をそろえて外を変えようとする。

●相関図

全てが最も大切なものかも知れない。

文理シナジー

■内と外

分けがたいものとしてある

## ●教室～自己相関図

家事というのは主体的に参加できるものである。

他の多くのものは従属的に関わるものである。

他人への態度の変化

自分がされたらゆるすようにする

この変化は十年かかる

十年かからない変化はある。あらかじめ、どのような存在であるかを決めておくことである。

人間関係においては、自分自身を表現するということが肝要で、関係がどのようになるかということに期待することは無意味である。

## ■家事

エリック・ホッファー自伝

ラヒリ・マハサヤ

## ■レッテル

イエスのレッテル

## ■神様

奥さんが神様と思えないこと。

奥さんを神と見るのではなく、奥さんの言葉、行為の中に神を見ることである。

## 026～＜真理と認識への畏敬、礼讃の小道＞

「われわれよりももっと高次の存在があるという深い感情を自分の中に生み出すのでなければ、われわれ自身が高次の存在へ高まる力を内部に見出すことはできないであろう。導師は自分の心を畏敬の深みに誘うことによりのみ、自分の精神を認識の高みへ引き上げる力を獲得することができた。恭順の門を通ることによりのみ、霊の高みへの登攀が可能となる。

正しい知識は、それを敬うことを学んだときにのみ、自分のものにすることができる。

人間は確かに眼を光の方へ向ける権利がある。けれどもこの権利は他人が与えてくれるのではなく、自分が自力でそれを獲得しなければならない。霊的生活においても物質生活におけるように種々の法則が存在する。ガラス棒は、それをしかるべき布でこすると、帯電

する。換言すれば微細な物体をひきつける力を獲得する。このことは自然の法則に適っている。物理学を少しでも学んだ人は、誰でもこのことを知っている。同様に神秘学の基礎を知っている人は、魂の中に育てられたすべての**真の畏敬**が遅かれ早かれ認識の道を遠く歩む力を育ててくれるということを知っている。

生まれつき畏敬の感情をもっている人、もしくは幸運にも教育によってこの感情を育てることができた人は、後に高次の認識への通路を求めるときの用意がすでにかなりできているといえる。このような用意ができていない人は、自分で今、畏敬の気分を育てようと努力しなければならない。そうでないと、認識の小道の第一段階ですでに困難に陥ることになる。われわれの時代にはこの点に特別の注意を払うことが非常に重要なのである。われわれの文明生活は尊敬したり、献身的に崇拝したりするよりも、批判したり、裁いたり、酷評したりする方に傾きがちである。しかし**どんな批判も、どんな裁きも魂の中の高次の認識力を失わせる。それに反してどんな献身や畏敬もこの力を育てる。**とはいえこの事実はわれわれの文明に対する非難を意味していない。文明批評が問題なのではない。われわれの文化は、自分に対して意識的である人間の判断、「すべてを吟味して、最善を手に入れる」態度、つまりまさに批判の精神によって、その偉大さを獲得してきた。あらゆる機会に批判力を行使し、自分の尺度で判断していかなかったら、人間は現代の科学、産業、交通、法律制度を決して達成できなかったであろう。しかしこのことの結果、われわれは外面的な文明生活において得たもののために、それに相当する犠牲を**高次の認識活動や霊的生活において支払わなければならなかった。<とはいえ、高次の知識を得るために必要なのは人間崇拝ではなく、真理と認識に対する畏敬である、ということが強調されねばならない。>**

(「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」 26 ページ)

#### ● 落とし穴～須藤さんへのメール

落とし穴は落ちることを避けるのでなく、穴をうずめていくというのが本道というものでしょう。

不幸の落とし穴は落ちてみると、存外浅かったりするものです。

落ちてから浅いことに気がつくのは普通の人、落ちる前に気づいて

いる人はマスターということのようです。

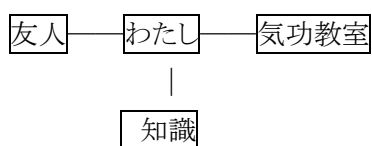
#### ■ 10月17日の返信

須藤さん、おはようございます。

落とし穴に落ちない人はいません。どのような人も落ちます。  
ただ、落ちてあわてないという人はいます。少ないですが、います。

あと、もちろん人によって落ちる穴は違います。落とし穴や安全な道、危険な道に関しては人が関与するところではありません。人が関与するのはその前の段階です。穴や道ばかりを見ていると後先が逆になります。

自己相関図は、「白紙の真ん中に自分を書きそれを○で囲みます。＜その自分に関係することすべて＞を線でひっばて書いていきます。



(罫線や四角囲みを使っているの、文字化けがあるかもしれません。)

まあ、こんな感じで書いてきてください。書き方は自由です。要は、自分と自分以外のものとの関係性について考えるということです。

当日は連休中で、ご予約があるかもしれませんが、ご都合よろしければお越しください。

高塚恒夫

須藤です。お世話になっています。

たぶん、落とし穴の隠されている道を自分が無意識に選んでいるのでしょう。

安全な道を選べばいいのに、馬鹿だなあ、と思います。

そんな離れた目で観察して、危険な道、安全な道、に気付きたいものです。

賽の河原で、なぜ自分は石を積み上げなければならないのだろう、と考える必要があります。

自分は、なぜここで、なぜこんなことをしているのだろう？

コンクリートで石を固めてしまえ(落とし穴を埋めてしまえ)、というアイデアもありますが。

蛇足:須藤にとって落とし穴はTNT火薬の詰まった地雷のようなものです。ちょっとのぞいて見て頭と吹き飛ばされるとか、片足を入れてもぎ飛ばされるなんて、ノーサンキューです。水たまりで足を濡らしたくありません。津波が来るかを海岸へ見に行きたくないです。私はチキンハートです。だから進歩しないのかなあ。

11月にはまた皆さんとお会いしてお話したいです。

(こんなことを話せるのは他にいませんので。)

自己相関図の書き方は？

2007/Oct/15

映画～こころを痛めるが、体は痛まない。

落とし穴は何を痛めて何を痛めないのでしょうか。

■時空～須藤さんへの返信 10月18日 2007年

須藤さん、こんばんは。

> 落とし穴に落ちてあわてない人とは、

> 1かつて落ちたことがあって、その対処法を知っている、

> 2そこに落とし穴があることを知っていて落ちた(入った)、

> 3鈍感のため、落とし穴に落ちるとどうなるか分かっていない、

> (他にもあるでしょうか?)

落ちてあわてない人というのは、

1の人ですね。

2は落とし穴とはいいません。

3はもちろん、わたしのいう<あわてない人>というのと違います。

なお、1の人といっても、ニュアンスはだいぶ違います。

対処法を知っているというよりも、たいしたことではないと知っているからです。

もちろん、過去の体験を通じてです。そして、落とし穴に落ちる前から、

落ちててもたいしたことがないと思える人です。

20年後に20年前の不幸はたいした不幸ではなかったと気づくのではなく、

一瞬後の不幸もたいした不幸ではないとあらかじめ知っている人です。

これが落ちててもあわてない人です。

もちろん、落とし穴があるのではないかとびくびくしたりはしません。

人生をあらかじめ生きることができるひとです。

> 落とし穴、危険な道は誰が作ったのでしょうか？



自分自身が望み、それを神が「現実化」する、ということだと思います。

人が「神」であるとする、

「神」が望み、神が創る、ということです。

まあ、この「神」はまだ運転の仕方を知らないのですが。。。

創る神の道は完璧です。

> 須藤の考え

> 1 須藤の自己中心的な考え

> 神様のようなものも少なからず関与していて、選択肢を作成する。

> 馬鹿な須藤は(潜在意識の働きでしょうか)大好きな最悪ルートを選択する。

> 須藤は苦勞いじめ貧乏が好きなのでしょう、そのような選択肢を選ぶ。

> 2 神様のようなお方の配慮

> 須藤を鍛えるためにはこっちへ行かせよう。

> ツブレたら、須藤はその程度だった。消えろ。

> 突破したら、次の課題・試練を課しちゃうもんね。

> 須藤ごとき普通人がレベルアップしようなんて身の程知らずだ。潰してしまえ。

この意味で、1はおっしゃるとおりです。

ただ、最悪ルートを選択しているかどうかは、わたしには分かりません。

2もおおむねその通りと思われます。

ただ、須藤さんはご自分のことをよくご存じないので、ご自分ことを

「神様のようなお方」

とおっしゃられているのかもしれませんが。

2でおっしゃられている「神様のようなお方」とは自分自身のことかもしれないのです。

「神との対話」でも、この話題での神は魂(=神の子)の仕事であるということのようです。

ここでは、まだ神は仕事をしないとっています。

> 「進善美勤」という標語を須藤は好きなのですが、同時に「不進善美不勤」で大いに世渡りしている人を知っています。

> それでも馬鹿みたいに律儀な須藤は進善美勤をして、その結果、NGな結果を受けています。

> 勉強して、体カトレーニングして、ヨガとか気功とか瞑想とか、やってきたけれど、不完全で中途半端だったのでしょ。

世渡りのために、勉強して、体カトレーニング、ヨガ、気功、瞑想をされたのであれば、方向違いであつたかもしれません。まあ、体カトレーニングは別ですが。

どこを渡るためにしているのかをよく見られれば、もしかしたら、天を渡るための助けになっているかもしれません。あるいは、もしかしたら天を渡るための助けにさえなっていないのかもしれません。このあたりは、須藤さんご自身が自分自身をよく省みられないと私の口からは何とも申し上げられません。

>先日神様に期待して宝くじを買いに行ったら売り切れでした。これはどういうことだろう？

わたしも宝くじ(ロト)は買い続けています。いつも同じ番号を買い続けていることもあり、やめられないでいます。

まあ、でもやめることも知っています。やめますね。自分の場合、エネルギーは著作に注いだ方がましだということがありますし、また、著作に悪影響があります。

まあ、こう書いていたら、決心がつかしました。やめます。

ありがとうございます。

まあ、ただ他のこともそうですが、須藤さんに強制するつもりは毛頭ありませんので、納得されるまで買い続けるしかないと思います。

もしかしたら、宝くじに当たるよりも生きる力となるかもしれない著書をど案内します。

「エリック・ホッファー自伝」(中本義彦訳 作品社)

ネットはあまり見ないので、他に適切な紹介があるかもしれませんが。。

よろしければ、購入の判断のご参考になさってください。

<http://lian.webup.co.jp/yuu/okiniiri/coram/2002/09.htm>

<http://www.isis.ne.jp/mnn/senya/senya0840.html>

高塚恒夫

高塚先生

須藤です。

ありがとうございます。

ありがとうございます。

落とし穴に落ちない人はいません。どのような人も落ちます。

ただ、落ちてあわてないという人はいます。少ないですが、います。

坂井三郎「大空のサムライ」

坂井三郎さんは零戦のパイロットで中支戦線から参戦し太平洋戦争を生き延びました。

著書から借用します。

零戦に限らず新人パイロットは敵から撃たれると、あれれ、、、と思っている内に撃墜される。

そのとき、射撃している日本軍または米軍パイロットは、第1撃の射撃は当たらないことが多く、第1撃の外れ具合を見て(曳光弾を見て)修正した第2撃を撃って敵機に命中させる。

ベテランパイロットは(残念ながら油断のため、先に)敵から撃たれると、(音と、被弾音で分かるそうです)、反射的に避ける飛行操作をして、避ける。もちろん、敵の第2撃はあったとしても、標的が動いているので当たらない。

落とし穴に落ちてあわてない人とは、

- 1かつて落ちたことがあって、その対処法を知っている、
- 2そこに落とし穴があることを知っていて落ちた(入った)、
- 3鈍感のため、落とし穴に落ちるとどうなるか分かっていない、  
(他にもあるでしょうか?)

新人の須藤は3番目のような気がします。馬鹿ですので。

あと、もちろん人によって落ちる穴は違います。落とし穴や安全な道、危険な道に関しては人が関与するところではありません。人が関与するのはその前の段階です。穴や道ばかりを見ていると後先が逆になります。

落とし穴、危険な道は誰が作ったのでしょうか？

須藤の考え

1須藤の自己中心的な考え

神様のようなものも少なからず関与していて、選択肢を作成する。

馬鹿な須藤は(潜在意識の働きでしょうか)大好きな最悪ルートを選択する。

須藤は苦勞いじめ貧乏が好きなのでしょう、そのような選択肢を選ぶ。

2神様のようなお方の配慮

須藤を鍛えるためにはこっちへ行かせよう。

ツブレたら、須藤はその程度だった。消えろ。

突破したら、次の課題・試練を課しちゃうもんね。

須藤ごとき普通人がレベルアップしようなんて身の程知らずだ。潰してしまえ。

「進善美勤」という標語を須藤は好きなのですが、同時に「不進善美不勤」で大いに世渡りしている人を知っています。

それでも馬鹿みたいに律儀な須藤は進善美勤をして、その結果、NGな結果を受けています。

勉強して、体力トレーニングして、ヨガとか気功とか瞑想とか、やってきたけれど、不完全で中途半端だったのでしょ。

世間一般の考えに同調して保守的に生きていたら生活は楽だったと思います。

何か違う、違うんじゃないかな、違うかもしれない、どうやら違うようだ、なんてことを考えてこうなってしまったのです。

じゃーどうするんだよ、と自問するのですが、妙案はありません。

坂井三郎さんの著書の借用

零戦で目標のない洋上を飛ぶとき(もちろんレーダーもGPSもないし、六分儀だって持っていない)は、最初にこの方向だと決めたら、どんなに迷いが生じても、その方向に向かって飛び続ける。ガソリンの無くなるまで。

もしその方向の決定が間違っていたら、死ぬんですな。

須藤の場合も、調子が悪いけれど、今のこの方向へ進み続けることにします。

失敗だったら、まっいいか、で終わりにするしかないですね。

なにかいいことないかな。

先日神様に期待して宝くじを買いに行ったら売り切れでした。これはどういうことだろう？

今日も片足を穴に落としそうになって、こらえました。少し後遺症があります。

閑話休題

ありがとうございました。

2007/Oct/17

10月15日、16日、17日、23日 2007年

●ヒーリング～キャンセル

「どのような病気が治りますか」というのはよく聞かれることであるが、こればかりは個人差があるので一概にはいえない。ただ、今現在のわたしにとっては、

「先天性の疾患だけは自信がありません」

ということはある。もちろん依頼を受ければ、全力は尽くすが、自信はない。ただ、自信のあるなし以上に絶対に出来ないことというのがある。それは、

「来る意志のない人に来てもらう」

ことである。これだけは絶対に出来ないことである。

(10月15日掲示板)

#### ■ 自他

なぜ出来ないかという、これは<わたしには属さない>ことだからである。

当たり前のことである。当たり前のまでのことであるが、<わたしに属さない>ことに汲々として、人生を過ごすことは多々ある。

わたしのことだけをして、わたしを愛することである。

(10月23日掲示板) (自己相関図要転記)

#### ● 視線

こころのおしゃべりをやめること

谷川浩司の名人奪取

#### ● 意志の継続

善意志の継続は難しい、

神の声に耳を傾けることは難しい。

#### ● ものみの塔

禁止するのではなく、

#### ● 創造

自分自身が外に向かうもの、その向かうものを変えれば、その自分自身の表現を変えれば、世界は変わる。

<わたし>は外に向かっているだろうか。

向かっているとしたら、どのような<わたし>が向かっているのだろうか。

(10月26日掲示板)

#### ● クリア

毎日毎日なるべく多くのものを手放すこと。～選択の要諦～ものもこころも最善手はひと

つだけである、手に携えるのはひとつだけである。

大海を泳ぐ魚のように。

決していけすの中で人生を過ごそうとはしないこと。

#### ●ヒーリング～内と外

できるだけ多くの人を治すのでなく、ひとりでも多くの人を完全に治すこと。完全に治すとは自分自身で生きていけること、自由に生きていけることができるようにしてあげることである。

#### ●自己観察

自己紹介が難しいことは自己観察をいかにないがしろにしてきたかということである。

#### ■弟子075

##### 弟子075～自己知識、自由

「誰かが叱ると、気分を害する。何か新しいものに関心をとらえると、即座に、一瞬前に興味をもったものを忘れる。あなたの関心は、次第にあなたをその新しいものに頭から足まで全身溺れるほど執着する。突然あなたは、それを所有せず、あなたは消え失せ、逆に、あなたはそれに縛られ、その中に消失してしまった。実のところ、それがあなたを所有し、とりこにしてしまう。夢中になる、心を奪われるという性質は、多くの異なる外観を装っているが、われわれ一人一人にみられる属性である。これがわれわれを繫縛し、自由であることを妨げる。同じ理由により、それは力と時間を奪い、その結果、自己を知る道に行くことを決意した人にとって、二つの不可欠な資質——客観的であること、自由であること——の可能性をなくしてしまう。

自己知識を追求するならば、自由を追求しなければならない。自己知識と、その先の自己発達の仕事は、他の方法、とりわけ従来の方法で試みることは不可能なほど、重要で真剣な仕事であり、強烈な努力を必要とする。この仕事を決意するなら、それを人生の至上目的としなければならない。人生は些細なことに浪費できるほど長くはない。

あらゆる種類の執着から自由であることをおいて、探求のための時間を有益に使う方法があるだろうか？

自由と真剣さ。唇を財布の口のように締め、しかめた眉の下からのぞき、注意深く、抑制した身振りとか、歯の間から濾過して出る言葉という類いの真剣さではない。探求における決意と粘り強さ、熱烈さと堅固さ——休息しているときでさえ、主要な仕事を続ける、といった種類の真剣さである。

自由であるかと自問しなさい。物質的な意味で比較的安定していて、明日について心配する必要がなく、誰の世話にもならず、生計を立て、あるいは生活を選ぶことができれば、

多くの人は「自由である」と答えるであろう。だが、それが自由な状態であろうか？ それとも、外的状態ついてだけの問題であろうか？」

10月16日、17日、18日、23日、27日 2007年

●ヒーリング

どんなに、どんなに一生懸命相手のために気を送っても、ヒーリングは自分自身を変えるためであった。

相手のために一生懸命やればやるほど、それは自分自身が変わったこととなった。

全ては自分自身を変えるためにある。

その変容に何がいちばん大切であったかという、人助けのヒーリングではなく、懸命にしたということかもしれない。

懸命にしなかったからは何も残らない。

(加筆して掲示板記入予定)

●四方田さんへの返信

四方田さん、こんばんは。

「ありがとう」報告ありがとうございます。

合気の達人佐川幸義師は分からないことがあったら、分かるまで夜を徹して稽古にはげんだといわれていますが、そこまではいかなくとも真摯な実践に感動いたしました。

わたし自身正直なところ、「ありがとうございます」はどうも現世ご利益的な感じがして、いまひとつところが動かなかったのですが、ご利益でなく、四方田さんが体験されたような自己変容と考えれば、おおいにところが動かされる話しです。

ただ、わたしはすっかり離れていた「南無阿弥陀仏」がしっくりくるので、もう一度「南無阿弥陀仏」に帰ろうかと思っています。今回の「自己相関図」でも30歳のときの「黄金の仏像の夢」が転機になったことを書きましたが、もう一度原点に立ち返って自身を見直してみたいと思っています。

わたしにとっては「南無阿弥陀仏」は「ありがとうございます」と同様に垣根のない言葉ですが、多くの方には「ありがとう」が宗教色がなく、最適かもしれません。

「南無阿弥陀仏」について、わたしがこの掲示板書いていることは否定的なことが多いのですが、実は真逆であり、忙しさにかまけて続きを書いていないだけです。

再び南無阿弥陀仏に接するいいご縁をいただき、本当にありがとうございます。

「パンズ・ラビリンス」には意味深な言葉が出てきます。最後に

<選択>

という言葉が出てきますが、これはわたし自身のキーワードの言葉です。10年ぐらい前から次第に浸透してきた言葉ですが、「選択のよしあし」という意味でまだ使われているようです。本当のところは<選択が可能である>というところにあると思うのですが、そのようなテーマの映画にはまだお目にかかってはいません。ただ、この映画ではそれに近いニュアンスはあるかもしれません。

「自虐の詩」の映画もそろそろですか。楽しみがひとつ増えました。

明日は「市ヶ谷の気功教室」です。よろしければお越しください。

明日は「自己相関図」について再度考えてみます。要するに自己研究です。

もう一度書き直してきていただければと思います。

よろしくお願いします。

(10月16日掲示板)

自己変容～自分自身のもの

ご利益を求めること～自分自身でないものを求めること

お早う御座います。

教室と掲示板で何度か「ありがとう」についてお聞きし、実践した者としまして一度ご報告させていただきます。

(あくまで、私の個人的感覚ですし、

因果関係を証明できるものでもありません。)

期間：9月第3木曜より毎朝1000回開始、現在も継続中。

途中、1週間1万回実行。(累計 約9万回)

結果：①怒り・後悔などの感情がわいた時、

反射的に前向きな思考が出るようになった。

②一度1万回を経験すると、

千回は楽にできるようになった。

③1万回1週間終了後、ぼーっとしている時など、



自動的に「ありがとう」が頭の中にきこえるようになった。

④太極拳教室で、「元気になった」と言われた。

私はいつまでも引きずる性質ですので、

①の変化は大分楽になりました。

凡人の私には、これだけでも上出来です。

追記：「パンズラビリンス」を見ました。

凄い映画ですね。

他の観客も、私の同行者も終わってから

しばらく席を動けないで（泣いて）いました。

「自虐の詩」ももうすぐ公開ですね。

とりあえず、タイアップしているラーメン屋さんに行ってきました。

こちらもなかなかです。

#### ■シンクロ

南無阿弥陀仏

#### ●善意志

ヒーリングをしていて何がありがたいかということ、善意志に遭遇することである。

J O氏からのメール

#### ●わたし

あなたの素質は何であろうか。

あなたの最大の素質は何であろうか。

その素質とは、

今日これからどこにでも行ける、

今日これから何でもできる、

ということである。

ただし、多くのことがこのあなたの素質を妨げる。

他者が妨げるし、

あなた自身が妨げる。

ただ世界はこの素質の開花をじっと待っている。

(加筆して掲示板記入予定)

●合気の達人である佐川幸義

佐川幸義は分かるまで寝ないで稽古する。

そこまではできないが、

高塚恒夫は高塚の一日が終わるまで寝ないで生きる。

(10月27日掲示板)

10月17日、27日 2007年

●物理

物理は物質の法則なのか。

あるいは、物質は法則の物質なのか。

●教室

欲望～ベクトルの長さ

体操～どこで体操をするか、この部屋か、市ヶ谷駅までか、地球か、宇宙全体か。

影を入れる

セックス～コントロールしたがること、されたがること、支配したがること、支配されたがること～一体のセックス～全てが一体の××となる

真に力となるもの、力をそぐもの(～教祖(コントロールしたがること))

手放したいもの～飲酒

ひとつだけ選ぶこと～自由

関係性はすべてに対してある。

どのような関係を持つかということ。

世界3～ひとりひとりの黄金の身体

自己相関図～分からないことが分かったということだけでもよい。

分からないことを知ること。疑問が出れば、答えが出たのと同様である。疑問以下というのが一番やっかいである。

感じる気、感じない気。感じない気の方がもしかしたらよい気なのかもしれない。

10月18日 2007年

●ベクトル

柴田さん、こんばんは。

昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございました。また、過分なお礼いただき、感謝しています。

人間とは何か。いろいろな側面からの切り口があると思いますが、ある側面からは、

<人間とはベクトルのような存在である>

といえると思っています。ベクトルは矢印で表わされ、この矢印は、

「方向」と「長さ」

によって決まります。

方向とは<選択>です。

長さとは<情熱>であり、<エネルギー>であり、<欲望>です。

欲望をなくしたら人間ではありません。それは、生きていく情熱であり、エネルギーだからです。ですから、悟りは欲望をなくすことではなく、むしろ、<選択>の問題であると思っています。

この世界には考えられうる限りの全てが存在します。自分が考えられなかった善も悪も、真理も偽も他者が表現してくれます。それら全てに対して、わたしはどのような向かい方をするのか、何を感じ、何を言い、何を行為するのか、これらの選択がわたしであり、その選択を<いつも><本当のわたしがする>ことが悟りである、と思っています。

昨日もお話したように、将棋の達人羽生善治は最初から将棋の盤上で最善手を選べたわけではないです。覚えたばかりの頃は悪手のオンパレードだったでしょう。今でも羽生はその手を盤上で指すことは<できる>のですが、その<選択>はしません。

<できるけれどもしない>

これが人間存在の理想です（とりあえずの理想ではありますが）。そのためには、

<これまでではできなかったことをする>

必要があるわけです。

<これまででは考えもしなかったことをする>

必要があるわけです。今までどおりであれば何も変わりはないからです。そして、これまでではできなかったことを、今というこの時に<できないといわない>ときに、そこに神が生じ、新たなる選択が生まれるのです。

人間はいつも自由です。ただ、現実の人間はいつも自由ではない。新しい道を歩いていこうとしないからです。新しい道はいつも用意されています。ただし、その都度その道は細い道に見えるので、とてもそこを歩けるとは思えないということがあります。そのために、ノートをつけて神仏の声、自分自身の魂の声を聞いてみるということが肝要となるのです。

付言すると、数学のベクトルと同様に、この人間というベクトルというものもまたこの世界のどこにいるかということは問われないのです。今はまだ言葉にはできませんが、このことは何か大切なことを示唆しています。

この「今はまだ言葉にできないが、」ノートに書き留めておく、ということがノートの効用です。ふとしたインスピレーションというものは、たいていの人は右から左に流してしまいます。インスピレーションにはただの石ころのインスピレーションと化石のインスピレーションとがあります。

以下は、10月14日のわたしのノートです。

10月14日 2007年

●NOTE～神

世界中どこでも傘があり、  
世界中どこでも神という言葉がある。



他者に過剰な関心を寄せることは、わたしが死にそうに動けないとき、動けないか動けるか分からない相手を助けようとする(?) ようなものである。



外をそろえて内を変えようとするのではなく、内をそろえて外を変えようとする。

●相関図

全てが最も大切なものかも知れない。

文理シナジー

■内と外

分けがたいものとしてある

●教室～自己相関図

家事というのは主体的に参加できるものである。

他の多くのものは従属的に関わるものである。

他人への態度の変化

自分がされたらゆるすようにする

この変化は十年かかる

十年かからない変化はある。あらかじめ、どのような存在であるかを決めておくことである。

人間関係においては、自分自身を表現するということが肝要で、関係がどのようになるか

ということを期待することは無意味である。

#### ■家事

エリック・ホッファー自伝

ラヒリ・マハサヤに対するババジの言葉

#### ■レットテル

イエスのレットテル

#### ■神様

奥さんが神様と思えないこと。

奥さんを神と見るのではなく、奥さんの言葉、行為の中に神を見ることである。

#### ●落とし穴～××さんへのメール

落とし穴は落ちることを避けるのではなく、穴をうずめていくというのが本道というものでしょう。

不幸の落とし穴は落ちてみると、存外浅かったりするものです。

落ちてから浅いことに気がつくのは普通の人、落ちる前から気づいている人は<マスター>ということのようです。

とまあ、いろいろ書き出してくるわけです。比較的いろいろ石にぶちあたった日です(^^);  
ただ、これだけだと何をいっているのか分からないわけで、もう少し書き足す必要が出てくるわけです。

最初のはワープロのキーボードにくふれている>うちに (=ノートを再度開いているうちに)、

#### ●NOTE～神

世界中どこでも傘があり、

世界中どこでも神という言葉がある。

どこでも傘は使われ、

どこでも神も使われている。

ただ、神は傘ほどは使われてはいないようである。

傘を持っているのに、雨の中を肩をせぼめて歩いているようなものである。

(10月15日掲示板)

と少しは分かりやすくなってきて、掲示板に書き込んでもいいかなとなるわけです。このような化石の姿になったものを次回お持ちいただきたいということです。まあ、わたしの

この文は6行ですが、分量は問いません。そして、ちょっと斜に構えた書き方はわたしの個性なので、そのあたりはもちろん自由です。

さらに、こういうこともあります。これは、10月16日からのノートからです。

●わたし

あなたの素質は何であろうか。

あなたの最大の素質は何であろうか。

質問です。質問もOKです。まあ、いつか教室で出そうかとも思っているのですが、その前にわたしの答えを書き込むかもしれません。

これは答えの分かっている質問ですが、答えの分からない純粋な質問もちろんOKです。みんなで考えてみることは、思ってもみない展開が生じ、これはこれで有意義なことです。ただ、答えの分からないノートの質問は神仏が柴田さんに出された質問なので、ある程度ご自分のうちであたためられることをおすすめします。

長考派のわたしは半年や一年平気でころにとめておく問題はいくらでもあります。

高塚恒夫

高塚さん。こんにちは (^-^)

昨日はありがとうございました！

昨日の関連図での陰の話は、これから歩いていくうえで大変参考になりました。自分自身の陰を見えるところに置き、良き道を選択し続ける意識を持つ。その大切さを改めて自分自身確認出来たことは凄く収穫で大いに気が楽になりました。

選択することは決まっていますから、そちらに少しずつ歩を進めます。

四方田さんの「ありがとう」も自分なりのやり方があると思います。よりよく続けられる方法を探してみます。ノートを活用していくのが今の自分には合っていそうですが。

口に出してみる。書くことで残していく。改善を加えてみる。

やることは尽きませんね。ですが、それが楽しいです。

毎回、楽しい教室をありがとうございます (^ー^)

(質問)

昨日の宿題の事ですが、イマイチ理解できていないようです。

「こんな感じのやり方」と言うのがあれば、掲示板にご説明いただければ助かります。

宜しくお願いいたします。

柴田 勲

10月18日 2007年

●パズ・ラビリンス

どこを見てハッピーというか、どこを見てアンハッピーというか。

●自己研究

わたしがどのように生きるのも可能である。

問題は、いまわたしがどのようなことかということである。

●仕事

いろいろな人と会える。

■エリック・ホッファー

仕事～沖仲仕のオレンジの仕事

遊行・橋

S氏・まりも氏・K氏

●バックミンスター・フラワー

人間とは、あなたがわたしであると思っている名詞なんかではない。

人間とは、動詞である。どのような動詞であるかという、二次元から三次元、三次元から四次元へと位相を変える積分関数のような動詞である。

10月19日、27日 2007年

●過去

わたしの人生で多くの人を失望させてしまった。

そして、そのときには自分自身も失望させてしまった。

### ●宝くじ～選択

昨日ある方へのメールの返信をするうちに「宝くじ」を買うのをやめようという気持ちが自然にわいてきた。「宝くじ」など人生の本線でないことははっきりしている。逆に自分が気功教室で話していることやこの掲示板で書いていることからすれば相反することである。

いつかやめなければならないし、いつかやめるということもはっきりしていた。ただ、それがいつになるかははっきりしなかった。何せ、買っているのは「ロト」で、好きな数字を6個選んで当てるというしろもの、ここ10年同じ数字を買い続けている。もし当たったらというスケベ根性もあるし、買うのをやめてもしその数字が当選となったらタマランということもある。

ただ、メールくださった方も宝くじを時々買われているようなので、以下の返信を書いて自然にやめられた（た・ぶ・ん(^o^;)）。

わたしも宝くじ(ロト)は買い続けています。いつも同じ番号を買い続けていることもあり、やめられないでいます。

まあ、でもやめることも知っています。やめますね。自分の場合、エネルギーは著作に注いだ方がましだということがありますし、また、著作に悪影響があります。

まあ、こう書いていたら、決心ができました。やめます。

ありがとうございます。

まあ、ただ他のこともそうですが、××さんに強制するつもりは毛頭ありませんので、納得されるまで買い続けるしかないと思います。

もしかしたら、宝くじに当たるよりも生きる力となるかもしれない著書をご案内します。

「エリック・ホッファー自伝」(中本義彦訳 作品社)

ネットはあまり見ないので、他に適切な紹介があるかもしれませんが。。

よろしければ、購入の判断のご参考になさってください。

(※なお、紹介のリンク先は日記の方に記してあります。この掲示板にはリンク先は載せられないので。)

宝くじを買ったことのない人からすればたいしたことではないように思われるかもしれな



いが、いつも買っている方からすれば、やめるのは結構大変なことなのである。何せ買うという行為の中に高塚にへばりついた強欲や誤解が渦巻いているからである。まあ、その意味では今年最大の意味ある選択であったかもしれない。

タバコをやめたときもそうであったし、お酒をやめたときもそうであったが、この宝くじをやめたのも自然である。自分自身への強制ではない——そんな強制は自分自身に対しても他人に対しても有効ではない——。これは自由（＝自らが原因となること、自らが理由となること）である。自由という自己規制である。

ただ、まあ将棋の達人羽生善治も「一手トン死」をくらったことがあるように、私も数年に一回はタバコも吸うし、誘われれば飲みに行く。ただ、もう宝くじは買わないであろう（た・ぶ・ん(＾o＾)）。

あとやめた途端に、買い続けた番号が当選番号になったら、まあそれは、それこそ、<そこに神を見ることができた>ということで、神の粋な計らいということで、笑ってすませる予定です・

（10月19日掲示板）

#### ■柴田さんへの返信

柴田さん、こんにちは。

お手数おかけします。わたしの話を理解してくれない方というのも大切な方ですが、できたら、理解される方とご縁があるといいですね。ただ、広めることに興味が行き過ぎると、どうしても自分のことがおろそかになってしまうので、自己研究は怠りなく励みたいものです。

>宝くじ。これについては、私の場合人から神の声を聞いたのでしょうか。「先生、買ったんですか？今日が締め切り日ですよ」この一言に何気なく乗った結果でした。

>神の声は至る所から小さな声で聞こえてくるのだとすれば、たまにはいいのではないのでしょうか（笑）

確かにおっしゃられる通りで、宝くじ不買も、まあ無理することもなく、喫煙と飲酒と同じような感じでおつきあいしたいと思っています。すすめる方がいらっしゃれば買うかもしれないという感じですね。

次は、所有の問題です。このおかげで、草稿も滞っているのですが。。

モノ持ちの遊行者というのは遊行者ではないですから。。

シンプルに生きたいものです。

まあ、問題はそのほかにもあり、期待、嫉妬、必要性の問題など山積しています。

これらは負の財産ですが正の財産もあります。一体であること、真の知識があること、創造者であること、意識を持てることなどです。これらの財産はまだ手にとっていない財産ですが。こちらはしっかりとつかんで、形あるものにしたいものです。この形が錬金術の金と考えています。

高塚恒夫

(10月20日掲示板)

■所有～エリック・ホッファー

植物学の本を捨てたこと。

083～所有

それまで独りで勉強を続けてきたが。どういうわけか動物学と植物学には手をつけたことがなかった。化学、物理、鉱物学、数学、地理については大学の教科書をマスターしていたが、身のまわりにいる動物や植物はあまりに複雑かつ神秘的であり、厳密な科学研究の対象にはなりえないと思っていた。しかし、ちょっとしたきっかけで、私は植物学にもめり込んでいったのである。

私は毎年、ナイルスの苗木畑で数週間過ごしていた。成長の香りがあふれる温室の湿った空気が好きだった。その年、ずっとトマトの苗木をボール紙の鉢に移し替えていたが、あまりに退屈な仕事で続けられそうもなかった。ある日の午後、苗木の細根から土をほぐしていると、ある疑問が浮かんできた。なぜ苗の根は下に向かって伸び、茎は上に向かって伸びるのか！ それはなぜ私が息をしたり、寝たりするのかというのと同じくらい、面白いほど素朴な疑問だった。誰かが同じ疑問を感じ答えを出しているに違いなかったし、植物学の教科書を調べさえすれば答えはわかるはずだ。しかし、私はいますぐその答えが知りたかった。すぐさま事務所に行って給料をもらい。貨物列車に飛び乗り、サンノゼの近くまで行った。

その図書館には植物学の教科書が何冊もあり、そのなかで一番厚いのを手にとったが、それはドイツ語から翻訳されたシュトラスブルガーの本だった。私は部屋と皿洗いの仕事を確保して、その本を読み始めた。

ところが、ほとんど読み進められない。ラテン語やギリシャ語が頻繁に出てきて、辞書も役に立たない。私があきらめかけていたそのとき、信じられないような偶然が窮地を救っ

てくれた。

ある日、図書館の近くにある古本屋の廉価箱を見ていて、たまたま安っぽい紙に包まれた薄い本を手にした。それはドイツ語の植物用語辞典だった。編者はベルリンの農業大学で植物学を講じているミュエ教授。申し分のない、期待通りの代物で、用語の意味と語源の解説に加え、主要な植物学の小伝と有名な植物研究所の紹介まである。しだいに私はこの小事典に愛着をいだくようになり、どんな質問にも答えてくれる不思議な賢人のように感じて愛用した。むさぼるようになり、ずっとナップザックの中に入れて持ち歩いたのである。何年も後になって手放したが、その別れもまた劇的なものであった。貨物列車の屋根の上でのことだ。植物学とはまったく関係のない思想の難問を考えつづけていたが、暗礁に乗り上げていた。その問題を解くにはより深く考え抜かなければならぬ。と、そのとき私の手が無意識にナップザックに伸び、ミュエの“賢人”を呼び出そうとしているのではないか。どんな問題であれ、つねに答えを知っている人間がそばにいたら、自分自身で深く考えることをやめてしまうだろう。そうすれば、私はもはや本来の思索者ではない。不愉快な発見だった。私はそうなることを拒み、ミュエの“賢人”を風の中に放り投げたのだ。

高塚さん。こんにちは（^ー^）

毎回、丁寧に返信を頂きましてありがとうございます。

次回のお題について大方分かりました。（笑）日々少しずつノートに書くことが、化石に繋がるようにしていきます。まだまだ人間丸出しですが、少しずつ近づきたいです。

教室の案内はそのままの状態です mixi とピーモに載せました。

ご縁がある方はきっと目にとめてくれると思っています。携帯の番号はホームページに載っているので、そちらだけは表面からはずしました。少しずつ輪が広がるといいですね。

宝くじ。これについては、私の場合人から神の声を聞いたのでしょうか。「先生、買ったんですか？今日が締め切り日ですよ」この一言に何気なく乗った結果でした。

神の声は至る所から小さな声で聞こえてくるのだとすれば、たまにはいいのではないのでしょうか（笑）

ありがとうございました♪

次回も楽しみにしております。

柴田 勲



教室でディスカッションしている

10月20日、21日 2007年

●身体

文章をコピーすることとワープロで写本すること。  
そのことと佐川幸義の身体の使用について考えてみる。

ひとつあるのは時間の問題である。時間の節約のためにコピーをする。  
だが、コピーしたために実は時間を失ったのかもしれない。

お経を百万枚コピーしても何も変わらないが（たぶん）、  
お経を百万枚写すと何かが変わるかもしれない。  
その上のさらに、百万枚の方法というのはあるのだろうか。

●意識のある人生～エネルギー

ひとつ、ひとつ、やることに全力をつくす。  
一片の残りかすも残らないように。

必死に生きる将棋大会の将棋の対局のように。

10月21日、22日、23日、24日 2007年

●エリック・ホッファー～道

エリック・ホッファーは母親代わりのマーサから先祖代々50歳以上生きた者はいないといわれて、自分の人生を40歳までと考え、生きる。恐ろしい宣告であるが、これが彼の放浪生活への大きな要因となり、その放浪生活が彼の思索の根幹を作り出す。5歳までに自然と英語とドイツ語を読めるようになったという秀でた才もこの放浪生活なしに独自性として活かされることはなかったであろう。

いつ死ぬかということを知らないことはよいことだといわれる。われわれは死の恐怖に打ち勝てないからだ。だが、必ず来るその日のことを気かけずにいるということは本当によいことなのだろうか。ホッファーのように、あるいは死を宣告された病人のように、死

期をはっきりと知っているということは、実は大きな力となるのではないだろうか。そうだとしたら、いつとは知るよしが無いものの、その死ぬ日についてははっきりとイメージするということは、何を始めるにしてもまずはしなくてはならないことではないだろうか。

ホッファーが生きるための羅針盤を得たのは、自殺未遂という体験からであった。50までの寿命という宣告を受けていた彼でさえ、人生についての知見を得るのは、さらに過酷な死への意志からであった。彼はこのように語っている。

私は腕に抱えていたピンを持ち直し、「この通りに終わりがなければ……疲れもせず、悩みも不満もなく、このままずっと歩いて行ければいいのに」と強く思った。緑の草原と果樹園を抜け、青い海に出る道を思い浮かべた。足と腕をふり、ナップザックを揺らしながら歩くことほど楽しいことはないだろう。どこまでも続く道としての人生という不意に浮かんだ考えが、自殺への抵抗の最初の暗示だったことに、そのときは気づいていなかった。

もう道は泥道になっていた。処刑台のような油井やぐらが、急に目の前に現れた。道の左側の野原には、高く伸びたユーカリの木がぼつんと立っている。足場の悪いでこぼこの地面をよろめきながら、そこまでたどり着いた。ピンを包みから取り出している間、熱いようなされたように思いがかけめぐる。私はピンのふたを外し、口いっぱい一気にシュウ酸を流し込んだ。口中に百万本の針が突き刺したようだった。激情に打ち震えながら、シュウ酸を吐き出した。つばを吐き、咳をし、唇をぬぐいながら、暗闇にピンを投げ捨てた。

つばを吐き、咳をし続けながら、急いで道へ戻った。泥道を走り抜け、セメント道に入った。舗道に響く足音は拍手のようだ。興奮して、独り言を言いながら、群集にたどり着くまで走り続けた。ランプも、点滅する信号も、鳴り響くベルも、路面電車も、自動車も、人間が作ったすべてが自分の骨身の一部のように思える。ひりひり痛むほどの空きっ腹を抱えて、カフェテリアに向かった。

食事をとると、一本の道——どこへ行くのか何をもちたらずのかもわからない、曲がりくねった終わりのない道としての人生という考えが、再び頭に浮かんできた。これこそ、いままで思いもよらなかった、都市労働者の死んだような日常生活に代わるものだ。町から町へと続く曲がりくねった道に出なければならぬ。それぞれの町には特徴があり目新しく、それぞれが最高の町だと主張して、チャンスを与えてくれるだろう。私は、それをすべて利用し、決して後悔しないだろう。

私は自殺しなかった。だがその日曜日、労働者は死に、放浪者が誕生したのである。

(「エリック・ホッファー自伝——構想された真実」 中本義彦訳 45 ページ 作品社)

これは東洋でいう道に通じるものであり、また、わたしがよく引用するイエスの言葉に通じるものである。

イエスが言った、「過ぎ去り行く者となりなさい」

(参考) イエス——汝に祝福あれ——が言った、

「この世は橋である。渡って行きなさい。しかし、そこに棲家を建ててはならない」

(北インドファテプル・シークリーの城門アーチ)

(「トマス福音書」 42 ページ 講談社学術文庫)

ただ過ぎ去り、渡っていく人生とは何とシンプルであり、力強いことであろうか。なぜなら、そこにいるのは<わたし>だけだからである。

そしてまた、渡っていく人生とはその前があり、そのあとがあるということを知り、感じている人生である。

つまり、見えずとも、その全体像を知り、感じている人生である。

「自伝」の副題である<構想された真実> (Truth Imagined) を知り、感じている人生である。

(10月22日掲示板)

■死期を知る～高橋信次

■ババジの死のコントロール

<知らない → 知る → コントロールする>の法則

■別れ

自分自身を愛さない別れであったこと。～別れの苦しみがこれを指し示している。

自分自身を愛した別れであれば、体を痛めるような痛みは生じなかったであろう。

(ヘレンの束縛。)

■顔

「神対」で「あなたを通じて他人が…」

わたしのHP日記、掲示板、教室、ヒーリング、仕事、日常生活を通じて、相手の内にある化学反応が生じること。

問題はその化学反応が生じるような<わたし>がいるかどうかである。他人のままの受け売りのままのわたしではないかどうかということである。

エリック・ホッファーの印象に残る顔の話。

(加筆して掲示板記入予定)

●意識のある人生～わたし・所有・変容

意識がところに浮かびあがるのは、まだ泡のようにしてであり、その意味でまた泡のようにして消えていく。

泡のように浮かんだとき問うべきことはただひとつである。

いま、わたしのところがもっているものは何か、

いま、わたしのところとともにあるものは何か、

ということである。

問えば、わたしを知ることができる。

わたしを知れば、わたしを変えることができる。

たとえ意識という泡が浮かびあがっているときだけにせよ。

(10月25日掲示板)



たったひとつのもの～選択

10月22日、23日、24日、27日 2007年

●所有

所有とは何か。わたしの考えでは、選択である。

では、存在はどうであろうか。

●道

人生とは、どこでも立ち止まれる人生でなくてはならぬ。

立ち止まれば、わたしが道の上を歩んでいると知ることができるからである。

前に行っても後ろに行っても同じである。

上に行っても下に行っても同じである。

ただ、立ち止まったときだけが違う。

これは立ち止まってみないと分からない。

ただ、簡単ではない。

### ■湖面

立ち止まるとは、どういうことであろうか。

歩いているときに立ち止まることであろうか。

そういうこともある。外側は大切である。

歩いているという行為をやめるときに、内側も変化するからである。

### ●意識のある人生

一秒たりとも無駄にしない人生。

すべてにエネルギーが注ぎ込まれている人生。

草稿へのエネルギー。

### ●イメージ力

過去・未来、他の空間、絵本の中（イバラード博物誌）

### ●選択

内にも、外にも、

手に取るものは<内なる神殿>作りに役立つものだけである。

それ以外は手に取らない。

持っているものは<内なる身体>作りに役立つものだけである。

与えるものは相手とわたしの

### ●迷子

わたしが大人であれば、わたしが大きい人であれば、

子どもが道で迷っていたら、

迷って困っているのだと思い、手をさしのべる。

「お前は間違っている」

などとはいわない。もちろん、

「自業自得だ」

などともいわない。

どうすればいいのかだけを教える。

泣いていれば、泣かなくてよいことを教える。

遠ければ、分かる道まで一緒について行ってあげる。



ただこれだけである。

(10月23日掲示板)

#### ■ 自他～自己研究

このように、相手に手をさしのべるかどうかは、  
相手がどのような人であるかによって決まるものではない。  
相手がどのようなことをしたかによって決まるものでもない。

ただ、ただ、わたしがどのような人であるかによって決まる。  
ただ、ただ、わたしがどのようなことをしたかによって決まる。

だから、「相手がどのような人であるか」という<相手の研究>にエネルギーを費やすのではなく、「わたしはどのような人であるか」「わたしは何をするのか」「わたしは何をしたのか」という<わたしの研究>にエネルギーを費やすことの方が理にかなっている。

(掲示板記入予定)

わたしの大きさだけしか他者を助けることはできない。  
わたしの大きさだけしか行為することはできない。

#### ■ 「神対」

人間関係の育てること

#### ● 所有～愛の定義（「神対」確認）

10月23日、24日2007年

#### ● ヒーリング～一体

一回で治ることもあり、  
多数回で治るともあり、  
何度やっても治らないこともある。

これを変えられることができれば、真のヒーリングをしたことになるのかもしれない。  
ただし、対象となるは病人本人だけとは限らない。  
その意味で、病気とは関係する人すべてを含んでいる。  
そしてまた、人間の全ての営みがそうななのかもしれない。

#### ● 意識のある人生

一日の終わりに今日のすべてを世界に手渡して終わること。

手渡して残っているものは、

わたし自身の<知識>だけであるように、

わたし自身の<身体>だけであるように。

<知識>、それはわたし自身から決して消え去ることのないものとしての知識である。そのような<知識>はこの世の知識ではなく、生まれ変わりを越えてわたし自身に働く知識である。

<身体>、それはわたし自身から決して消え去ることのないものとしての身体である。そのような<身体>はこの世の身体ではなく、生まれ変わりを越えてわたし自身を形作っている身体である。

(10月25日掲示板)

今日一日が知識を曇らせるものであるのではなく、

今日一日が身体をそぎ落とすものであるのではなく、

#### ●瞑想

内界に入れる方法であれば、どんな方法でもよい。

こころが平安となる方法であれば、どのような方法でもよい。

瞑想は、義務でもないし、「悟りを求める」ための方法でもない。

#### ●意識のある人生

いつでも立ち止まれるわたしであること。

いつも、いつも、立ち止まれるわたしであること。

そして、立ち止まって見ること。

#### ●金銭

お金は流すこと、流れるようにすること。

その他に、そのようにすべきことには何があるだろうか。

あるいは、すべてなのだろうか。

#### ●意識のある人生

すべての時間に気を送っていること。

眠らない人生

眠らないですむ人生

10月24日2007年

●ゆりかご

ゆりかごの中で人生を過ごしたいと思っている人がいる。

これはこれでよい。

出たいと思う時がまだ来ていないだけだからである。

誰もゆりかごの中で暮らし続ける人間を見てみたいとは思わない。

何の事件もなく、何のストレスもない、幸福と呼ばれる人生を見てみたいとは思わない。

誰も見てみたいと思わないものは、その人自身の<わたし>も見てみたいとは思わない。

見てみたいと思わないが、ゆりかごから出る、そういう時がまだ来ていないだけである。

(掲示板記入予定)

■不幸

他人の不幸を見るようにして、わたしの不幸を客観的に見ること。

あるいは、

わたしの不幸を見るようにして、他人の不幸を見ること。

●不死の証明～身体

証明することでもなく、証明されることでもなく、

ただ、そこに至ることである。

知に至り、知であることである。

(加筆して掲示板記入予定)

●仮想空間

井上直久はイバラードの空間を絵画の世界で実現する。

<http://iblard.com/>

これを<身体>で実現しようとするのがわたしの試みである。

●身体

背骨が伸びているときのエネルギーの通り具合を意識する。

●正直

自身の偉大さにも、卑小さにも正直であること。  
ただし、多くの場合は、真逆であるからよくよく注意する必要がある。

私が立派であると思うものを<世界>は評価せず、逆に、  
私がつまらぬと思うものを<世界>は評価するからである。  
(加筆して掲示板記入予定)

ある人にとっては、宝くじに当たることが価値あることである。  
ただし、ある人にとっては、当たらない方が価値あることである。  
価値はひとりひとり違うということがある

### ●受容

原因と結果の法則を知るために、すべてを受け容れる必要がある。  
すべてを受け容れて観察すれば、どのようにして<世界がわたしとともに動いているのか>が分かる。

与えられたものの中で生きてみないと、その法則は分からない。  
食べるための仕事を受け容れること。

### ●法話

書き下し文での再読。  
寺子屋

第一願～無条件

南無～わがものとしてうなずくこと

アミータ～無限

アミータはわれわれに縁のないものであるか

無限大～宇（時間）と宙（空間）

無限小～いま           ここ

対象を拜むのではなく、南無阿弥陀仏として与えられている。

### ●禁酒

酒のない世界なのではなく、  
お酒はあるが、お酒を飲むという<選択>をしないこと——わたし——である。

10月25日、26日 2007年

執筆・本の所有・



愛の定義→所有

10月26日、27日、29日、30日、11月3日 2007年

●身体

私の身体が動くというのは私によらない。

この動かせない私の身体を私が動かせるように試みようと思っている。

だが、今は手がかりはない。

私の身体が動くのは私によらないということをもまず実感として知ること、

このことを試みようと思っている。

疑問が出れば、どうしてこんなによく動くのだろうかと思えば、答えは半分出たようなものだからである。

(10月29日掲示板)

■知識

体が治ることを<知っていれば>、治せる。

体が動くことを<知っていれば>、動かせる。

治ることは知らないが、動くことは知っていると思っているが、実は両方とも知らないのである。

(11月3日掲示板) (訂正済み)

■坂東玉三郎

昔玉三郎の踊りを見に行ったことがある。素人のお弟子さんの発表会であったので、特にその違いが際立っていた。無駄がないというか、やわらかいというか、緊張がないというか、自然とはこういうことなのかというか、要するに筋肉で体を動かしているのではなく、気功で体を動かしているという感じなのである。

もしかすると、私が体を動かせるようにするためには気で動かすようにすると、まるで

私とわたし

気功による動き、そして、気。

動きを阻害している「不安」と「緊張」

命がなくなるのではなく、わたしが自由に体を動かさなくなる。

わたしが自由に動かせるためにはどうしたらよいのか。

■

南の腰痛の治し方

今までしなかったことをやってみる。

■

身体を動かしてみる～内臓を働かせてみる、怪我の治癒を促進させてみる。

■

不食・無呼吸の発展としてある気の呼吸

不食・無呼吸が集中を阻害すること

身体を自由に動かすには集中が不可欠である。

■

ふたつの創造器官がある。体とところである。

だから体をわたしが自由にできるということは創造することを望むのであれば、不可欠な要素となる。

そしてまた、ところを自由にできるということがまた問題となる。

●仕事

忍辱行（古川雅山「わが寺は街頭にあり」23 ページ）

●意識のある人生

森を生きる。

木を生きる。

今の段階での 100 パーセント尽くす。

10 月 27 日 2007 年

●

遊行～無所有とシンプルライフ

(自己相関図要転記)

10月28日2007年

●遊行

寺を街頭とする。

寺を地上すべてとする。

地上を表現の場とする。

●

この世界の特定の場所、特定の時間、特定の出来事に働きかけるのではなく、  
<あるところ>

に働きかけていること。

場所や時間や出来事を記念碑としないこと。

参考) 古山雅山 41 ページ (～所有)

10月29日2007年

●ヒーリング～行為

説教するのではなく、荷物をもってあげること。

●意識のある人生

連想を不安につなげないこと。

●わたし

30年前を60年前の今に見ること。

30年前を30年前の今に見ること。

30年前を30年後の今に見ること。

30年前を300年後の今に見ること。

どの今も違うし、どの今も同じである。

10月30日、31日、11月12日2007年

●

判断の基準となっているのは、往々にして偏見という価値観であったり、こだわりという価値観であったりする。だから、どちらが正しいかという判断が大切なのではなく、むしろその判断の過程にひそむ己の偏見、こだわりに気づくことこそが大切なことである。

## ●内と外

最初の拠り所は外である（たとえば、読書の目録を作ろうとしたこと）

## ●創造

自分自身を表現するために必要なものは何か。

ミケランジェロにあって、わたしにないものは何か。

必要なものはただ選択だけであるか。

創造～存在・知識（信仰）・一体

## ●なにこさんへの返信

なみこさん、おはようございます。書き込みいただき、ありがとうございます。

「終わりよければすべてよし」といいますが、今年はその逆バージョンの宴会でした(T\_T)。でも、応援のおかげで楽しい打ち上げでした♪ 来年もよろしくお願いします。

わたくしのヒーリングルームは十年ぶりにあったMからも「お前さんは金儲けにむいていない」といわれたように、貧乏ルームでつましい空間です。癒しの気は流れているんでしょうかといわれれば、流れてるような、流れてないような…。代々木でやっていたときには確実に流れていましたが、そういうことはあとになって分かることなんですね。

今はどんな気が流れていてどんな意味があるのか、もう少し時間がたってみないと見えてこないということがあります。無条件、無際限で、何も必要とせずに過ぎ去って行き、そして、なおかつ多くを残していくというのが理想ですが、条件、際限、必要性、固着をひとつひとつ取っていくのに四苦八苦しているのが現実です。

「一歩千金」チームの忘年会は12月1日です。こちらの方もよろしくお願いします！

(10月30日)

今期も「社会人リーグ」お疲れ様でした。私の場合「打ち上げの応援」だけですみません(^\_^;)。来期は他チームから「出戻る人」も数人いらっしゃるようですので、再度の昇級が期待できそうですね。

ところで、今日友達に誘われて「真氣光」という気功ルームに行ってきました。ヒーリング音楽がかかっていたりしてなかなかの癒し空間でした。高塚さんのヒーリングルームも同じような「氣」が流れているのでしょうか(^\_^)。

## ●ヒーリング

ヒーリングを何のために行っているのか。



私はうそつきなので、なかなかこれが分からないでいる。

(10月31日掲示板)

病気を治すためであろうか。

苦しんでいる人を助けるためであろうか。

最初ははっきりしている。

手をかざすと奇跡のように治ったからである。

それは喜びであったからである。

それから、病気で困っている人を助けたいと言った。

言ったし、思ったが、それは本当であったのか。

そのときは本当であったように思う。

ただ、子どもが総理大臣になりたいというような本当であったかもしれない。

10月31日、11月11、12日 2007年

●知識～自他

信じがたい事件がある。そのような事件を起こす人とはどのような人であろうか、あんなのは人間でないと一蹴するのは簡単であるが、もしどのような人であるのかと知りたいのであれば、どのようにして知ることができるであろうか。

(掲示板記入予定)

過去の教室資料「願い」?

もうひとつの答えがある。

それは、わたしを知ることができれば、相手も知ることができる、ということである。

●行為への愛

なぜ結果を求めずに生きていけるのか。

行為への愛には結果はあるが、それは自分自身への結果である。

行為への愛にないのは、他者への結果である。

自分自身の行為を愛し、その結果を生きるということである。

(神との対話「行為への愛」に要転記)

1巻167～「あなたがたのほとんどは、人間関係を結びはじめる年ごろには期待と、あふれる性的エネルギーと、大きく開かれた心と、性急ではあるにしても喜びに満ちた魂をもっている。

それが40歳から60歳になるころ(多くはこれよりも早く)、壮大な夢をあきらめ、高い希望を棚上げし、ごく低い予想に甘んじるか、まったく期待しなくなる。

問題は、非常に根本的でシンプルで、しかも悲劇的な誤解にある。あなたの壮大な夢、気高い思い、そして優しい希望は、愛する自分ではなく愛する他者にかかわるものだという誤解だ。人間関係の試練は、相手があなたの思いにどこまで応えてくれるか、自分が相手の思いにどこまで応えられるかにある、と思いきひ誤解だ。しかし、真の試練とは、あなたがあなた自身への思いにどこまで応えられるか、ということなのだ。

人間関係が神聖なのは、最も気高い自分をとらえて実現する経験ができる、つまり自分を創造する最大の機会——それどころか、唯一の機会——を与えてくれるからだ。逆に、相手の最も気高い部分をとらえて経験する、つまり他者との経験のための最大の機会だと考えると、失敗する。」

#### ●神聖なる矛盾～自他

他人を変えようとするのでなく、自分を変えようとするのである。

他人を変えることはできないし、それは自分の仕事ではない。自分を変えることはできるし、それは自分の仕事だからである。

同時に他人に深く関わることによってのみ自分は変わる。

これは矛盾であるが、この世界には矛盾として現れるが、真実であるということがある。それを神聖なる矛盾という。

(10月31日掲示板)

#### ●時空

時間をつぶすこともできるし、作り出すこともできる。

では、時間を作り出すとはどういうことだろうか。

時間の節約や余暇の話しをしているのではない。

(11月12日掲示板)



時間は影も形もない。

しかし、それをこねれば影にも形にもなる。

時間は粘土のようなものである。

こねれば別のものになる。

今日という時間をこねれば、今日は全く別のものとなる。

世界にいつもエネルギーを注いでいることである。

そのときに時間は動き始める。

(加筆して掲示板記入予定)

自分自身のしたいことにいつもエネルギーを注いでいることである。

そのときに、時間が動き始める。

## ●変容

変容～因果・縁と無

(「人間とは何か」草稿要転記)

## ★11月2007年

11月2日2007年

### ●自己研究～創造

いつもわたしであるものがわたしの世界、わたしの現実——正しくは仮想であるが——を創る。

だから、

いつも何を考えているのかを、

いつも何を話しているのかを、

いつも何を行っているのかを、

見張っていなければならない、知っていなければならない。

それがわたしだからである。

わたしを知っていること。

それは地道な仕事であるが、そのわたしを知り、変えることができれば、それは創造的な仕事となる。

(11月2日掲示板)

現実化しないわたし、それはいつもわたしでありえないからだ。

11月5日、18日、19日、20日 2007年、1月11日 2008年

●エネルギー

四方田さん、柴田さん、こんにちは。

手抜きをするわけではないですが(^o^; 明後日水曜日の教室はノートの発表です。  
できましたら、コピー4枚あらかじめおとりになっていただけると助かります。

気功教室はもう 100 回以上やっているかもしれませんが、どのような準備がベストなのかはいまだに分かりません。準備万端、百点満点と思われる準備をしたときに限って盛り上がり欠けたりします。わたしとしては参加者の方が作り出す教室というのが理想なので、準備万端の場合は自分だけがべらべらと話すだけに終始しがちで、これが原因かもしれません。

その意味でたいした準備もなく行っても、有意義な時間であったなあという教室はよくあります。ただし、そのような教室がわたし自身によかったのかどうかは疑問符がつくので、できるだけ準備はするようにしています。

気功教室を開催し、その準備をし続けてきたおかげで、多くのことを知ることができ、自分自身も変わり、新たな人間関係、様々なものとの新たな関係性を築くことができたと思っています。

よく言うのですが、この教室ではわたしが一番多くのもので得ています。もちろんわたしは参加者のために資料を考えるのですが、結果的にはわたしが一番多く得ることができるのです。なぜかというと、主催するわたしが誰よりも多くの時間と多くの労力を費やすからです、そしてまた、私のためでなく、参加者のために準備するからです。

ですから、明後日の気功教室では、その準備にわたしよりも多くの労力を費やし、誰よりも多くの<金>を教室という時空に注ぎ込んでください（ご存知ない方のために注釈ですが、お金を落としていくようにということではありません(^o^; まあ、そういうセミナーもあります）。

座って参加するだけでは何も得ることはできません。大切なのはむしろ気功教室以外のすべての時間です。この時間に何をすることが大切なことです。しっかり準備をされて汗してください(^o^)/

(11月5日掲示板)

■四方田さん

高塚さん、こんばんは。

宿題の「ノート発表(?)」に加えて、  
究極の質問ですか!?

残り今日を入れて3日、「戦々恐々」です。

■柴田さん

高塚さん。こんにちは(^-^)

宿題はノート発表ですかあ～～(汗)

何やら混乱して、手に汗が出てきました。

「戦々恐々」こういうときに使うんですね!  
勉強になりました!

■返信

四方田さん、了解です。

ノートの発表に関しては、「他者に伝えたいこと」、あるいは、原石ではあるが宝の石の輝きとなりそうな「メッセージ」、「疑問」で、その場合は、前回の四方田さんの「自己相関図」のように、場合によってはまとまりのある文章ではなく、一行だけの文章になるかもしれない。

たとえば最近のわたしの場合は、長年の疑問であった「行為への愛(結果を求めずに行為そのものを愛すること)とはいかなることか」ということが解け始めてきました。どういふことかという、

行為とは自分自身だけの行為であること、それには結果がある。

結果を求めずというのは他者への結果であること。

ただし、自分自身とは大きさがあり、最終的にはすべてに行き着く。

このことはわれわれの存在が一体であることとつながる。

こういうことです。これだけでは何を言っているか分かりませんが、これだけでもいいの

です。ただし、わたしが資料とする場合にはもっと熟するまで待ちますが。もしこれが一番伝えたいメッセージ、あるいは、自分が一番こころにかかっているメッセージであれば、これだけでもよいのです。

なお、上述の4行はわたしの宝です。

あとは、究極の質問です。

質問「あなたは、プレアデスという星の宇宙人です。地球滅亡の危機に、あなたたちプレアデス星人は、最後に生き残っている地球人11人をUFOに乗って救出に来ました。しかし、このノアの箱舟UFOに乗せられる地球人は10人までです。したがって、ひとり地球に残していかなくてはなりません。残ったひとは残念ながら生き残ることはできません。その選別の任務があなたに与えられています。あなたは、誰を残していきますか？理由とともに書いてください。なお、あなたが残るとするのは答えとしません。

- |   |             |    |     |
|---|-------------|----|-----|
| A | 弁護士         | 男性 | 34歳 |
| B | 医師          | 女性 | 32歳 |
| C | 清掃人         | 女性 | 72歳 |
| D | 主婦          | 女性 | 28歳 |
| E | 路上生活者       | 男性 | 52歳 |
| F | 幼児          | 男性 | 2歳  |
| G | 総理大臣        | 男性 | 69歳 |
| H | 無職の認知症患者    | 男性 | 92歳 |
| I | 無職の知的障害者    | 女性 | 18歳 |
| J | 無職の重度の身体障害者 | 女性 | 42歳 |
| K | 五人を殺害した死刑囚  | 男性 | 22歳 |

教室に参加されない方もお考えになってください。答えはすぐには書きませんし、永遠に書かないかもしれません。意地悪ではなく、考えることに意味があるからです。わたしが用意している以外の答えがあるかもしれませんし、その答えはわたしの答えを知ってしまったら永遠に出てこない答えであるからです。

わたしは2年間考えて答えにたどり着きました。それからさらに10年たった数日前に、その答えを補足する考えに新たにたどり着きました。答えと補足する考えには十分満足していますが、それ以上に関心を失わなかったことに価値があるとわたし自身思っています。

(11月6日掲示板)

そして、さらに価値があることはわたしが見つけた答えを実行することです。

死刑執行人のような役割を実行できるような人間でありたいということです。

そして、それは喜びであり、愛であり、自由であり、神であるということです。  
これはヒントであり

誰を落とすか、それを見て楽しむこと。

この問いは成長した宇宙人の問いであろうか。

悲劇は喜悦の劇ともなりうる。

#### ■死刑囚

四方田さん、柴田さん、こんにちは。  
禁じ手のようなつっこみですが。。

常識的には死刑囚が考えられる。  
ひとり残されても仕方のないことをしたからだ。  
この世界では死に処せられると定められていたからだ。  
どうせ、生きてはいられない人間であったからだ。  
だが、死刑囚Kさんは実は冤罪であり、元は真面目な運転手だったのである。

柴田さんは確か「G総理大臣」にされたと思いますが、さしつかえなければ、理由をお書きいただければとおもいます。

(11月18日掲示板)

#### ■裁きと救い

柴田さん、おはようございます。今日はいい天気ですね。

総理大臣と回答しましたが、二つの意見がありました。  
総理大臣を残す。と総理大臣だけ連れて行くです。  
ですが、一人残すという選択では総理大臣になってしまいます。  
国民に選ばれ、国を代表する立場にあったからです。神がすべてを体験したいと考えると、  
神=人間なので、すべての人が残されるべきだとも考えますが、ここでは一人一人と考えることにして、総理大臣に責任を取ってもらうというのが私の考えです。

1億2千万人の代表として、G総理大臣が選ばれましたが、今残っているのは11人です。11人の代表としてGさんが選ばれるかどうかは分かりません。

連れて行くとして、

Gさんは政治の代表であっても人間の代表ではありません。人類滅亡の状況でひとり連れて行くなら人間の代表ではないでしょうか。

誰が人間の代表なのでしょう？

逆に残るとして、

Gさんが総理大臣として「私は10人の国民のために残ります」というのなら立派であるが、とてもそのような発言は期待できない。そして、実は路上生活者Eさんは実はよみがえったイエス・キリストの仮の姿なのです。Eさんは

「わたしは人を裁くために来たのではなく、人を救うために来たのです。わたしはすべての人のあとから行きます。ですから、わたしが残ります」

と申し出ました。

どうでしょうか？

(蛇足～柴田さんがとんでもないことを考えているので、Gさんビクビクしていましたが、Eさんのこの申し出にえびす顔です。)

(11月19日掲示板)

人間の代表はイエスであろう。代表を連れて行くのならまずはイエスであろう。だが、イエスは残るといっています。人間の代表は残るといっています。

■～まだあります。

「榎山節考」的には

>> H 無職の認知症患者 男性 92歳  
です。

ここでは私は

H 無職の認知症患者 男性 92歳  
を選びます。理由は上記です。

「榎山節考」ですか。小説を読んだことも映画も見たこともありません。姥捨て山の話で



すよね。

大昔予備校の日本史の授業で先生がされた話で、「息子が母親を背負って山にのぼり、置き去りにして降りてくるが、その帰り道で道々の木の枝が折られているのに気づく。背負われた母親が息子が帰りに道に迷わないようにと、枝を折ってくれていたのだ」と「楢山節考」から引用して話されたいました。

亡き兄はあまり本を読みませんでしたが、小さな本棚の数少ない書籍の中にその「楢山節考」がありました。とても手にとる気持ちにはなれなかったですね。外箱の背表紙を見るだけで、内容が伝わってくるという感じです。

また、新たな情報を提供します。

四方田さんをご存じないかもしれませんが、この認知症のHさんは遠い昔に四方田さんが地球で生活していたときに姥捨て山に捨てたお母さんです。四方田さんはこのお母さんにとっても大切に育てられましたが、山に捨てに行きました。

また、残していきますか？

でも、大丈夫です。今は男性ですが、このお母さんの魂は

「心配しないで、わたしを残していけばいいよ」

といているのですから。

※なお、禁じ手は最終のわたしの答えの中にもあります。

※あと、「楢山節考」をご存じない方のために、ウェブ上で時々参考にさせていただいている松岡正剛氏の書評サイトをご案内しておきます。↓文字の頭にhを入れて検索してみてください。

<http://www.isis.ne.jp/mnn/senya/senya0393.html>

(11月19日掲示板)

## ■使命

柴田さん、こんばんは。

<何のために地球に来たのか>をよくお考えになってみてください。

あと、この「ノアの箱舟」とは別の話しとして、現実問題として、何のために生まれてきたのか——何のために舞い降りてきたのか——もお考えいただければと思います。

<当初の目的をはずして>生きるというのも乙なものかもしれません。要するに、まるっきり別の路線です。

また、<当初の目的を超越して>生きてみるということができればわたしとしては最高なのですが。要するに、次の次の生まれ変わりで生きるべく人生を生きるということです。しかし、当初の分（ぶん）を越えるというのはなかなか叶わないことで、たいていは魂が広げた手のひらの上で生きるしかないようです。

（11月20日掲示板）

#### ■天の川

四方田さん、こんばんは。

詰め将棋の正解はひとつで、しらみつぶしに調べれば正解にたどりつけるかという、人間の場合はしらみつぶしができないので、どこかで飛躍が必要になります。飛躍になれると正解にたどりつけるのが早くなり、詰め将棋作家は新聞に載っているような通常の詰め将棋は見た瞬間に答えが分かるようです。

この質問でも飛躍が必要です。ただ、ちょっと意地悪ともいえる網を補足的に張ってあるので、なかなか正解にはたどりつけないかもしれません。でも、長く考えていただくことに意味があるので、あえて意地悪な質問にしています。

「姥捨て山の話」で母親を捨てた息子の行為は捨てたという行為だけをとらえると、これは愛ではないです。こんなものは愛ではない。ところが、捨てざるをえない状況、それをゆるす母親、しかも帰りに道に迷わないようにと枝を折ってあげること、等々の状況の中では「こんなものは愛ではない」という事実が変容するのです。まあ、錬金術です。では、この状況を何と呼べばよいのか。地球人はこの状況を表現する言葉はまだもっていないように思います。小説だけの中から生まれてくるもの、体験だけの世界から生まれてくるもの、ということです。

同じように、四方田さんが冷たかった人間だとして、そのような行為を行ったとして、仮にそうだったとしても、それは人生全体の中で変容するのです。ある一日だけをとれば、冷血漢ということになるかもしれませんが、五十年、百年、数百年のスパンの中では別の色合いに変容するのです。あるいは、四方田さんだけをとれば、冷血漢ということになるかもしれませんが、多くの他者との関係の中では全く別の色合いに変容するのです。

わたしは毎晩のように「天の川」の写真を見ながら寝ます。白黒写真の単なる模様です。でも、その白と黒はまさしく神の配剤の模様であり、こわさと美しさを兼ね備えた感動の模様です。白であれ、黒であれ、わたしたちも遠くからながめれば、きっと天の川のように

な姿に見えるのではないのでしょうか。

(11月20日掲示板)

そしてこの変容は、見えざる力によって生じることもありますし、自分自身の力によっても生じさせることもできます。輪廻の輪から離れることは、何も瞑想だけによって可能なことではなく、回り道のような、道草のような実体験を通じても可能なことです。善悪はとことんからめると

——あえて言葉にするなら、「姥捨て山」ではゆるすという世界です、受け容れてあげるという世界です。ゆるされているという世界で、受け容れられているという世界です。

だが、実は弁護士Aさんは捕まっていないが、残酷な手口で10人もの人間を殺しているのである。

死刑囚Kさんは実は冤罪であり、元は真面目な運転手だったのである。

一億人のリーダーと11人のリーダーとは違う。

イエスでさえゲッセネマで疑ったこと

大学の空手部に助監督として指導に行っていた時、一度だけ学生さん達に対して、監督が怒ったことがあります。

「私も助監督も、”自分の為に”指導にきてるんだ！」

ちょっと誤解されそうな発言ですが、つまり、”自分から”食らいついてくるならともかく、”お客さん”として与えられるのを待っている人のためじゃない！と。

もちろん、初心者・体験希望者には丁寧に接しますし、他所で”お客さん”扱いでやってる方を否定しません。

準備に関して生徒の私からは、

「その場で出たところ勝負」もいいでしょうが、  
月2回、時間に限りがあることを思えば、  
今のように用意された資料を活用され、  
宿題を出された方が時間が有効に使われると思います。

10代の頃は宿題なんて、まったく意義を  
感じなかったものですがねえ……。

高塚さん、

宿題について、私も柴田さんと同じく  
不安なので「究極の質問」と併せて  
再度発表お願いできませんか？

と、いいながら残りあと1日半……。

柴田さん返信（2007年11月18日）

高塚さん。こんばんは（^-^）  
四方田さんとのやり取りをこそっと見ていたのですが！  
ご指名ですね♪ありがとうございます。

総理大臣と回答しましたが、二つの意見がありました。  
総理大臣を残す。と総理大臣だけ連れて行くです。  
ですが、一人残すという選択では総理大臣になってしまいます。  
国民に選ばれ、国を代表する立場にあったからです。神がすべてを体験したいと考えると、  
神＝人間なので、すべての人が残されるべきだとも考えますが、ここでは一人一人と考える  
ことにして、総理大臣に責任を取ってもらうというのが私の考えです。

禁止手があるとは！（笑）

> だが、死刑囚Kさんは実は冤罪であり、元は真面目な運転手だったのであ  
らまあ……。

公僕(?)としての自覚からいえば

>> G 総理大臣 男性 69歳

であり、

「楢山節考」的には

>> H 無職の認知症患者 男性 92歳

です。

ここでは私は

H 無職の認知症患者 男性 92歳

を選びます。理由は上記です。

■柴田さん返信(11月19日2007年)

高塚さん。こんばんは(^-^)

しばし考えます。キリストとは。。

■四方田さん返信(11月19日2007年)

高塚さん、柴田さん、こんばんは。

今更ながらこれは「他者との関係性」と気がつきましたよ。

その意味で「こちらを選べばこれ、あちらを選べばあれ、」

と禁じ手はまだまだくりだされるわけですね。

(詰め将棋みたいです。)

私は冷たい人間ですから、

かつて、こういう仕事みたいなことに関しては

「こうしなければいけない・やらねばならない」となると

他人の感情を無視してきましたので、

(自分の感情も。だから体壊してリタイアしました。)

すごい今正念場です。

・・・ちょうどいい落とし所・大岡裁きみたいなものとは・・・?

●行為への愛

結果は自分自身だけに対してである。

その自分自身に他者がどれだけ入るかということで、結果も当然変わる。  
もしその自分自身に他者全てが入るようであれば、結果はすべての人の結果であり、結果は関係する。だが、それは他者でもあるので、結果は問わない（神聖なる矛盾）。  
一体ということを実に感じ取ることができたときに、みせかけの結果を求めずに生きることができる。

「神対」で、神が  
あなたの意志はわたしの意志であるということ。

11月6日、11日 2007年

●意識のある人生～創造・エネルギー

将棋の手を読むときに集中するようにして、人生を創造する。

●超常現象の存在

超常現象はなぜ目に見える形で存在しないのだろうか。

宇宙人はなぜ目に見える形で存在しないのだろうか。

こう問わずに、目に見える形で存在しないから存在しない、と答えるのはちょっと違うのではないかという気がする。

見るということとは<わたし>と無関係にあるのではない。

●宇宙人～時空

この宇宙に宇宙人が住んでいる数千の星があるという。

一ヶ所に一ヶ月滞在しても、80年の人生では960ヶ所しか回ることしかできない。

.....

一生かけても回りきれないというのは、どうもおかしい。これはこの数式に間違いがある。

人間は死なないということ。

同時に何ヶ所にも存在できること。

この時空の考え方があって初めて意味あるものとなる。

11月7日、8日、11日、18日 2007年

●神と人間

神とはどのような存在であるのか、神について考えてみる人は少ない。

わたしとはどのような存在であるのか、わたし自身について考えてみる人は少ない。

だが、その少ない人になってみて、  
神とはどのような存在であるのか  
わたしとはどのような存在であるのか

そして、  
あなたが考える神とあなた自身と違うところはどこであるのか  
あなたが考える神とあなた自身と同じところはどこであるのか

一冊の本を読む時間をこの思索にあててみることは有意義なことであろう。

難しく考えるのではなく、昼休みに公園のベンチで自分自身と神について思いめぐらし、感じてみる。あるいは、仕事の帰り、学校の帰りにくつろげる喫茶店で自分自身と神との関係について思いめぐらし、感じようとしてみることである。

(11月8日掲示板) (教室資料要転記)

では、  
神の考える神とあなた自身と違うところはどこであろうか。  
神の考える神とあなた自身と同じところはどこであろうか。

#### ●行為への愛～原因と結果

あなたが私の言うことを聞かないから、私はやめる。  
あなたが私の言うことを聞くから、私はがんばる。  
これでは、私はあなたの奴隷である。

また、別の話しとして、

あなたが私の言うことを聞かないから、私は××する。  
この××に入るものは変わるのである。  
あなたにお菓子を買ってもらえなかったら、私は泣く。  
この「泣く」が変わると同じようである。  
やめると言ったり、泣いたりするのは構わないが、変わるということを知っておくべきである。  
そして、もう少し思慮深いのであれば、変わるのではなく、変えられるということを知っておくと人生は全く異なった色合いに見えるであろう。

(11月7日掲示板)

## ●意識のある人生

人生は決めて生きるか決めないで生きるかによって 10 倍、100 倍も違ってしまふ。



今日は午前中は事務所でノートの整理をして、昼食を食べてから、夕方からは夜勤の仕事に入る。このことは意識しようとしまいと変わらない。

だが、わたしの内なる世界で進行することは、意識するかしないかで全く異なる。わたしが意識して変えようとすることによって

## ●不安

11 月 7 日の教室ではいろいろなテーマがありましたが、そのうちのひとつは不安です。昔松戸で十人ぐらいで飲んだとき、「神との対話」を読まれている方がいらっしゃって、「愛の反対は何だかご存知ですか？」

と聞いたところ、にっこりして

「不安です」

と答えられ、そのにっこりが

(^o^)/

こういう感じで、聞いたこちらも手をあげたくなるようなにっこりでした。

よくわたしは

「愛についてはなかなか分からないが、不安についてはよく分かる。だから、不安をよく見ることが愛に近づく道である」

とお話ししてきたのですが、やはり不安の中にはそれが幻想であるということはなかなか見えてこない。ということで、最近はわたしがマントラのように思い浮かべている言葉がふたつあり、ひとつは

自分の中にすべてがあること。

それ以外には何も必要がないこと。

すなわち、その自分の中にあるすべてが私の人生を創り出しているのであり、人生を変えたければ、ただ、自分自身を変えればよいということである。

もうひとつのマントラは「神との対話」の愛の定義です。

**「愛とは、無条件、無際限で、何も必要としない。**

**無条件だから、表現するために何も求めない。何の見返りも要求しない。仕返しに出し惜しみすることもない。**



無際限だから、他人に何の制約も与えない。終わりがなく、いつまでも続く。愛の経験には、境界も障壁もない。

何も必要としないから、自由に与えられるもの以外は何もとらない。もってほしいと思われるもの以外は、何ももたない。喜んで歓迎されるもの以外は何も与えない。

そして、愛は自由だ。愛とは自由であるものだ。自由こそ神のエッセンスであり、愛とは表現された神だから。」

(ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との友情」上巻 186 ページ サンマーク出版)

この世界には人知を超えた言葉というのがありますが、わたしにとってはこの言葉もそのようなく人の言葉とは思えない言葉>です。

(11月18日掲示板)

愛とは行為への愛である。

#### ■意識のある人生

ふさぎ虫は早めに退治しなければならない。その虫をかかえきれないほど持ち続けられれば、たとえ幻想であろうとも、その幻想に人は押しつぶされてしまう。

どのような小さい不安も無意識の底に沈めてはならない。はっきりと意識し、幻想であることを感じ取ることである。

(加筆して掲示板記入予定)

11月8日、9日、11日 2007年

#### ●教室の質問 (宿題)

教室で出している質問を時々書き込みます。参加されない方も一緒に考えてみてください。もちろん、書き込みも歓迎です。

「あなたの持ち物をひとつ出してください。あなたが「これは私のものである」といえるものを出してください。

……

ところで、それは本当にあなたのものなのだろうか？」

立花隆が「宇宙からの帰還」(中公文庫)を書くにあたって、米ソの多くの宇宙飛行士にインタビューをしたが、必ずしも宇宙に出たからといって誰もが宗教的な感動を得たわけではなかったという。ただ、共通している感想がふたつあり、ひとつは地球がとても危ういところで存在しているということ、もうひとつは、地球に国境などはないということの実

感である。

わたしも十数年前に飛行機に乗り、地上を見下ろしたとき多くの家が見えたが、この広大な——あるいは、とてつもなく狭い——地上に線を引き、ここからはわたしのものであると宣言し、しかもそのために多大なお金と労力と神経を費やしているというのは、これはとんでもない勘違いではないかと感じたものである。

われわれは何かとんでもない思い違いをして人生を生きているのではないだろうか。

あなたが出したわたしのものというのが目の前にあるかもしれないが、それは宇宙からみれば、あるいは、地上数千メートルからみれば、それはわたしのものではないといえないだろうか。

あなたがそれはわたしのものであるというとき、それはわたしのものであるということをいっているのではなく、もしかしたら、他のことをいっているのではないだろうか。

「あなたの持ち物をひとつ出してください。あなたが「これは私のものである」といえるものを出してください。

……

ところで、それは本当にあなたのものなのだろうか？

……

もし、それがあなたのものでないと気づいたなら、それは一体誰のものなのだろうか？

……

ところで、あなたがあなたの持ち物を出したときに、実はあなたの持ち物を出している。それは一体何だろうか？」

(この項の質問は以上です)

(11月8日、9日、11日、13日、15日掲示板記入予定)

## ●仕事

いつでもやめられること。

それは、束縛がないということである。

## ■自殺

いつでも死ぬること。これほどの自由はこの世界にあるだろうか。

わたしはやめたといえること。

エリック・ホッファーの自殺の試み

11月9日、10日 2007年

●瞑想

短時間での集中。

ヨガナンダのような永遠の集中。

●柴田さんへの返信

柴田さん、おはようございます。

一昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございました。また、過分なお礼いただき、ありがとうございました。

>宿題、的はずれにならなくて良かったです。今の形式に慣れてきたあらもう少し内容が濃くて分かりやすく書けるように思います。

教室も人生も的外れなことがあっておもしろいということもあります。。(^o^)/

ただ柴田さんの宿題のテーマにはわたしも触発されました。おかげで、少々しゃべりすぎてしまいましたが。

>教室に通わせていただくようになってから、知らず知らずのうちに、手放してもいい物や気に病む必要がないことなど色々と自分の中で整理ができていた事が出てきました。これは私にとってとても大きな事です。

わたしにとって必要でないものを、ひとつひとつ脱ぎ去っていくのは大変な作業ですね。教室がそのお手伝いになっているのなら、本当にありがたいことです。

自分もその試みをそれこそ「なめくじ」が歩むような歩みで行っていますが、ある瞬間、なめくじもワープするような時があり、それが何ともいえず、不思議な感覚で、喜びです。神ならぬ「なめくじ」の身にも「なめくじ」ならではの喜びというものがあります。

>ちなみに、昨日の365日の言葉は「抵抗すれば、相手はかえって強くなる」でした。何となくうなずける言葉です。

昨日職場でお弁当食べながら「神との友情」を読んだのですが、そのときに出てきた言葉がやはり

「抵抗すると、相手は強くなる。それを忘れないように。」

でした。わたしは「365日の言葉」（「神との対話」の至言集を365日に分けたもの）を持っていないので、詳細は不明ですが、わたしが読んだ箇所は、

上巻245～「人生で影響されたくないと思うようなひとや状況があったら、どうすればいいんですか？ 愛することがむずかしくて、抵抗したくなるようなひとや状況があったら、どうすればいいんでしょう？」

「＜抵抗すると、相手は強くなる。＞それを忘れないように。」

「で、解決策は？」

「愛」

「愛？」

「愛が解決できない条件も、状況も、問題もない。だからといって、虐殺されるがままになっていなさいという意味ではない。そのことは、前にも話したね。自分自身と他者への愛は、つねに解決策になるということだ。

愛が癒せないひとはいない。愛が救えない魂はない。それどころか、救わなければならないことなどないのだ。すべての魂は愛なのだから。誰かの魂に愛を、つまり魂そのものを与えたら、あなたは相手を自分自身に連れ戻したことになる。」

でした。また別の箇所でこういうことも言っています。

上巻136～「言い換えれば、すべてはあるがままで完璧だ……。」

「そのとおり。」

「完璧に見えないものでさえ。」

「とくに、完璧に見えないものが。完璧に見えないというのは、思い出すべき偉大な何かがあるという確かなしるしだから。」

「すると、最悪の出来事に感謝すべきだとおっしゃるんですか。」

「感謝は最も迅速な私たちの癒しだ。

＜抵抗をすれば、相手はかえって強くなる。＞感謝すれば、相手は本来そうあるべきように、あなたのためになってくれる。前にも言ったよ。

わたしは天使以外の何もあなたがたのもとへ送らなかつた。

こうつけ加えよう。

わたしは、奇跡以外の何もあなたがたに与えなかつた。」

こういう言葉の使い方があるんですね。地球人が神のふりをしてもなかなかこうはいえな

いと思います。また、こうも言っています。

下巻108～すべてを受け入れるとは、いま目の前に現れたものにあらがわないことだ。拒否せず、押し戻さず、逃げ出さず、抱きとり、つかみ、自分自身であるかのように愛することだ。それは自分自身なのだから。あなた自身が創造した楽しいものなのだから。楽しまなければべつだが。楽しまなければ、自分が創造したものを引き受けまいと抵抗することになる。＜抵抗すれば相手はかえって強くなる。＞

だから、楽しみ、喜びなさい。もし、現在の状況や条件を変えたいと思うようなものなら、べつの方法で体験することを選択しなさい。外へ現れた姿、外見はまったく変わらないかもしれないが、内なる体験は変えられるし、変わる。あなたの決心しなさい。

あなたがたはそれを追求しているのだということを、思い出しなさい。外見はいつでもいい。内的な体験だけを考えればいい。外の世界はあるがままでよろしい。こうありたいと思う内的な世界を創造しなさい。それが、この世界にいるがこの世界のものではない、ということだ。

それが＜マスター＞の生き方だ。

さらにまた、こういうことも言っています。ここはよく覚えています。

1巻136～「ほんとうの精神生活では、欲望や自我を捨てなければならないのですか？」  
「そのとおり。なぜなら、つきつめればあらゆる魂は真実でないものを捨てるし、あなたが送っている人生での真実とは、わたしとの関係だけだから。しかし、昔から言われてきたような自己否定が求められているわけではない。

＜真のマスター＞は何かを「あきらめ」たりはしない。無用なものを遠ざけるだけだ。欲望を克服しなければならないと教えるひとがいる。だが、わたしは、ただ欲望を変えなさいと言う。はじめて実行するときは厳しい修行だと感じるかもしれないが、二度目には楽しい実践になるだろう。神を知るためには、あらゆる現世的な情熱を克服しなければならないと教える人がある。だが、そうではない。現世的な情熱を理解し、受け入れるだけで充分だ。＜抵抗すれば、相手はかえって強くなる。見つめれば、相手は消える。＞

現世的な情熱を

期待なしに人生を生きること——これが自由……（以下、未転記）」

実はもう一箇所あるのですが、長文で気が引けるので、別の機会に引用します。

引用多岐にわたりましたが、＜抵抗＞に関しては多くの方のお役に立てるのではないかと  
思い、引用させていただきました。こころを動かされた方はぜひお買い上げの上、お読み  
になってください。文庫本でも出ています。

ニール・ドナルド・ウォルシュ著

「神との対話」1巻～3巻、「神との友情」上下巻

サンマーク出版社

(11月8日掲示板)

■見つめることに関して→3巻185ページ

■外側を変えるには、早く負債を返すにはどうしたらよいのだろうか。

高塚さん。こんにちは (^-^)

昨日はありがとうございました！

宿題、的はずれにならなくて良かったです。今の形式に慣れてきたあらもう少し内容が濃くて分かりやすく書けるように思います。

教室に通わせていただくようになってから、知らず知らずのうちに、手放してもいい物や気に病む必要がないことなど色々と自分の中で整理ができていた事が出てきました。これは私にとってとても大きな事です。いつもありがとうございます。

ちなみに、昨日の365日の言葉は「抵抗すれば、相手はかえって強くなる」でした。

何となくうなずける言葉です。

宿題の早めの出題。ありがとうございます (笑)

次回も楽しみにしています♪

11月10日、11日 2007年

●意識のある人生

いつも百会から気を通してのこと。

いつも完全なわたしを意識していること。

そして、静かな呼吸。

●身体 (=真の知識)

瞑想のやり方を知っても、そんなものは消えてしまう。

気功のやり方を知っても、そんなものは消えてしまう。  
自由な生き方を知っても、そんなものも消えてしまう。  
ただ、残るものは、  
この世界とわたし自身に残るものは、  
わたしが行ったということ、  
それだけは、どのような段階であれ、  
かならず、この世界と永遠のわたしの身体に残り、引き継がれていく。  
(11月10日掲示板)

●草稿～有神論

わたしが原稿にしていること、そのなかでの気づき、それはまさしく、神の存在の証明の試みになっているのではないだろうか。

あるいは、人間の持っている知識、慢心等へのアンチテーゼ。

●仕事

放浪しながら、軒先でごろりと横になることのイメージで仕事をする。

11月11日、12日、13日、15日 2007年

●美容整形～自己研究

私はどのようにみえるか。

そのみえ方を変えようとするのが美容整形である。

イエスもまたそのみえ方を変えようとした。彼はわれわれに言った。

「あなたは自分のことをとるにたらない存在であると思っているが、実はそうではない。

あなたはこの世界の創造主と同じに創られた存在である」

美容整形にきた女性に「あなたは世界一の美人で、これ以上きれいになどできません」と言ったようなものである。

そういわれて、

信じられるだろうか。

信じられないだろうか。

そういわれて、

もっともだと思うだろうか。

馬鹿にしていると、怒り出すだろうか。

そう、信じられないし、怒り出すだろうし、迫害する。

自分の姿をみることは難しい。

言われてみれるようにはならない。自分でみなくてはならない。

(11月15日掲示板)

#### ●身体

食べなかった方がよかったという食べ物を体にとらないこと。

食べなかった方がよかったという食べ方を心にとらないこと。

#### ●真贋

助けてくれといっているというのは、

どういうときでも、

たとえだまされたとしても、

それは必ず、助けてくれといっている、ということである。

(11月12日掲示板)

このことに関して相手はうそをついていてもうそをついていない。

#### ●意識のある人生

立ち止まって、自分も含めてのまわりを見てみることに。

#### ●ヒーリング～真贋

わたしのヒーリングが本物か偽物かは<あなた>にとってはどちらでもいい。

それは大きな問題のように思われるかもしれないが、<あなた>にとっては実は小さな問題である。

<あなた>にとって大切な問題は、<あなた>自身がわたしのヒーリングを通じて自分自身の何を明らかにするか、何を知るかということだけである。

<あなた>を明らかにすること、<あなた>を知ることはわたしの真贋には無関係である。

わたしのヒーリングの真贋はわたしにとってだけ意味がある。

(11月17日掲示板)

#### ●意識のある人生～法則

「手の妙用」の著者吉田弘氏の息子さんは、戦時サイパン島に送られ、玉砕、遺骨も戻り、戦死の公報ももらったが、実は九死に一生を得て、捕虜になり還ってこられたという。そ



れには、いくつもの偶然（＝必然）がある。

肺病のため休学で最下級の二等兵で兵隊にさせられたこと、肺病を手当て療法で治したために肺病の患った痕跡がなく入隊検査に合格したこと、サイパンでは二等兵であったため最後まで前線に残されたこと（司令官から上官と、偉い順に逃げて行った）、上等兵たちが逃げ隠れている洞窟に行ったが、いっぱいでも入れてもらえなかったこと（洞窟にいれば火炎放射器で焼き殺されたかもしれない）、戦友とふたり残り最後の突撃を前にたばこ一本を吸ったときに戦友は即死、自分は重傷でうずくまり捕虜となったこと、捕虜は二千人いたが、天幕もない航空母艦の甲板でばたばた死んだが自分は重傷で高熱にかかわらず助かったこと、等々による偶然（＝必然）により助かったという。

われわれには偶然に見える出来事により助かるのであるが、それはある眼からみれば偶然ではなく、必然である。その必然は何によるのか。「ご先祖様のおかげだ」というのはいいたくない。あるかもしれないが、それだけではないというを感じているからである。わたしの何かの原因となり結果となっているのである。戦争で命がほしいためにいうのではないが、この「原因と結果の必然という法則」をどうにかして見知って自らのものとしたものである。無明の世界で右往左往するのはこりごりである。

（11月13日掲示板）

法則を知り、それを創造に利用することである。

（吉田弘氏の息子さんの生還）

（参考）「神対」10の法則

1巻123～「それで思い出した。質問は始まったばかりだった。あなたの人生をどう軌道に乗せるかについて話していたのだ。人生をどう「上向きに」するか。わたしは、創造のプロセスについて語っていた。」

「そうです。わたしは話のじゃまばかりしていますね。」

「それはかまわないが、話を元に戻そう。非常に重要な話だから、糸口を失いたくないだろう。」

**人生は創造であって、発見ではない。**あなたがたは、人生に何が用意されているかを発見するために毎日を生きているのではなく、創造するために生きている。**自分ではわかっていないだろうが、あなたがたは、一瞬一瞬、自分の現実を創造している。**私はくり返し、そう話してきた。

どうしてそうなるのか、どんなふうに創造しているのかをまとめてみよう。

- ① わたしは神の姿をかたどり、神に似せて、あなたがたを創造した。
- ② 神は創造者だ。

- ③ あなたがたは三つが一体になった存在だ。その三つをどう呼んでもいい。父と子と聖霊でもいいし、精神と身体と霊でもいいし、超意識と意識と無意識でもいい。
- ④ 創造とはその三つの部分から生ずるプロセスである。言い換えれば、あなた方の創造には三つの段階がある。創造の道具は思考、言葉、行為だ。
- ⑤ すべての創造は思考から始まる（「父から生じる」）。すべての創造はつぎに言葉になる（「求めなさい、そうすれば与えられるだろう。話しなさい。そうすれば成就するだろう」）。すべての創造は行為によって成就される（「言葉はひととなって、わたしたちの間に住まわれた」）。
- ⑥ あなたが考えるだけで言葉に出さなくても、ひとつの段階での創造だ。考えて言葉にすれば、もうひとつの段階での創造になる。あなたが考え、語り、行動すると、具体的な現実となる。
- ⑦ **ほんとうは信じていないことを考えたり、語ったり、行動したりすることはできない。だから、創造のプロセスには信念、つまり知ることが含まれる。絶対的信頼だ。願うだけでなく、確実にそうなるを知っていなければならない（「あなたは信仰によって癒される」）。したがって、創造的行為には、つねに知識が含まれる。何かを身体で理解し、まるごと確信する、「完全に受容する」ということだ。**
- ⑧ **そこまでわかっているならば、強い感謝の気持ちが生まれる。感謝せずにはいられない。それがたぶん、創造の最大の鍵だ。創造が具体化する前に、創造に感謝することだ。願いは当然かなえられると信じることだ。そう信じてもいいどころか、信じたほうがいいのだ。それこそが悟りの確実なしるしだ。すべての<マスター>はあらかじめ、ことが成就すると知っていた。**
- ⑨ あなたが創造するすべて、創造したすべてを祝福し、楽しみなさい。一部でも否定すれば、自分の一部を否定することになる。あなたの創造の一部としてどんなものが現れようとも、それを自分のものとし、祝福し、感謝しなさい。非難しないように努めなさい（「非難しようなんて、とんでもないことだ」）。非難するのは、自分を非難することだからだ。
- ⑩ **自分が創造したなかで、楽しめず、祝福できないものがあつたら、選りなさい。新しい現実を呼び出さなさい。新しいことを考え、新しい言葉を口に、新しいことをしなさい。立派にやり直せば、世界はあなたについてくるだろう。「わたしが生命であり、道だ。ついてきなさい」と言いなさい。**
- これが神の意志を「天国と同じく、地上にも」実現させる方法だ。」

#### ■受容の体験

30歳のときの全てを受け容れ、感謝したこと。  
それが導き出した不可思議な人生。

11月12日、13日、21日 2007年、1月11日 2008年

●意識のある人生～錬金術

今日一日のすべてを金へと錬る。

●批判（週刊誌と某霊能者）

こども同士のけんかのつまらなさはこどもにはみえない。おとなになって初めて分かることである。おとな同士のけんかも同様である。

●所有・因果～行為への愛

携帯電話をなくしたからといって、ここまで傷める理由はない。

わたしの好意にあなたが感謝しなかったからといって、ここまで傷める理由はない。

理由は時と場所によって変わるし、変わってきたし、  
そしてまた、  
理由は変えることができる。

つきつめると、  
理由というのは、自分自身だけである。

（11月21日掲示板）

■所有～意識のある人生

図書館から借りた本は大切に扱う。

他人から借りた本は大切に扱う。

同じようにして、わたしの持ち物といっているものを大切に扱う。

「神対」の所有

■所有

図書館から借りた本は手荒く扱う。その本は私の本ではないからだ。

私買った本はカバーをつけてもらって大切に扱う。その本は私の本であるからだ。

まあ、あまり感心したことではないが、素直でよい。

私の持ち物を大切にする。これは自然なことであるからだ。

ここで、問題は、

それは本当にわたしの本であるのか

ということと

わたしのものは本当は何であるのか

ということである。

わたしのものは大切にすべきであるが、ひょっとすると、わたしのものを邪けんに扱い、わたしのものではないものを大切にしているだろうか、ということである。わたしのものを知らなければ、とんでもないものを守ることによって人生を費やしているのかもしれないのである。

(1月12日 2008年掲示板) (草稿要転記)

●意識のある人生

多くのものにとらわれぬこと。

ひとつのことだけに心を傾けること。

(2008年の抱負は感じること)

と同時に、その逆も。すなわち、俯瞰も。

11月13日、15日 2007年

●自由と不安

昔失業中、自由であることを感じることもできたはずであるが、現実には不安であることを感じていた。

今は就業中、金銭的に自由であることを感じることもできるはずだが、現実には不安であることを感じている。

夜中に変な電話で起こされるのではないかと不安に感じている。

実際に起こされてからのことでなく、起こされるかもしれないと、「寝ていて起こされる時間」以外の時間をそのことに費やしている。

ということは、不安になる原因は外にあるのではなく、内にあるということかもしれない。

いつもいつも譜安易なる材料を見つけ出しているのかもしれない。

●わたし

「10年先の私」のために「今の私」は貯金をするが、

「1メートル先の他人」のためには私は何もしない。

「10年先の私」は私であると思い、「1メートル先の他人」は私でないと思っているからである。

(11月25日掲示板)

● 四方田さんへの返信

四方田さん、こんばんは。

次回の教室の資料、ご投稿いただき、ありがとうございます。

>相手にとってどうすることがベストであるか？と考える。

相手を相手にするのか、相手を相手にしないのか、ということがあります。

昨日駅まで歩いていると、子ネズミの死体があり、一瞬ドキッとして通り過ぎましたが、アスファルトの路上に放置しておくのもかわいそうだと思い、引き返し土の中に葬ってあげようと思いました。

相手は人間ではありませんが、もうネズミでもありません。最初は相手を相手にせずに通り過ぎようとしたのですが、わたしのところが痛むので、引き返し、相手を相手にしました。この相手はどのような相手であったのでしょうか？

わたしはわたしのところに従っただけであり、相手にとってどうすることがベストであるか？と考えたわけではありません。

ちなみに、子ネズミと思われたものは実はウンコでした(^o^);

わたしはウンコは相手にしませんので、また駅までスタスタ歩いていきました。

では、人間相手ではどうなのか。相手を相手とするのはどういうことか、ということがあります。

100万円の借金があるギャンブル好きの友人に「今日金を返さないと、やくざにボコボコにされる」と無心されたとき、あなたは相手にするだろうか、相手にしないだろうか。

その額が1000万円であったらどうするだろうか。

また、友人でなく、見ず知らずの人であったらどうするだろうか。

相手にするだろうか、相手にしないだろうか。

今日「幸楽苑」で中華そば、メンマトッピングを食べ、お釣りの101円を、お店に設置してあった「東南アジアの学校がない地域のための寄付」という寄付金箱に入れた。これは相手の子どもにとってベストであったのか。相手にとってベストは「財布のお金全て」を入れてしまうことではなかったのか。

私は相手を相手にしてるのだろうか？ 相手を相手にせずに、実はわたしを相手にしているのではないだろうか？

……と、こういう思いがあります。

(11月13日掲示板)

## ■自己研究

自他の関係で分かりやすいのは、母親が子どもに向かって、

「なんで分からないの！ お母さんはあなたのことを考えていつているのよ」

という常套句です。私などは

「なんで分からないの！ お母さんはお母さんのことを考えていつてるんでしょ」

と、茶々をいれたいくなりますが、これは世のお母さんに限らず、よくあることで、私自身にもあてはまることです。人間は平気でこの手のうそをつきます。自分自身にあまりに関心だからです。

## <自己研究>

これは、自分自身の成長のための第一歩です。

お渡ししている毎日の「意識表」の一昨日分に「神との対話」の次の引用があるはずですが。

「でも、わたしたちは不変に見えるほどそっくりな私たちで、自分自身を再創造する(re-create) ことができるんですね。」

「そう。」

「人間関係も同じ。わたしたちは何者で、どうふるまうか、ということでも同じなんですね。」

「そう。ただし、たいていのひとは非常にむずかしいと思うだろう。

というのも、前にも言ったとおり（見かけではなく）真の不変性は自然の法則に反するからだ。見かけの同一性を創り出すのでさえ、偉大な<マスター>でなければできない。

<マスター>は自然の傾向性をすべて克服し（自然は変化する傾向にあるんだよ、覚えているかな）、同一性を示す。だが、じつは毎瞬毎瞬、同一なわけではない。ところが<マスター>は同一に見えるほど似た自分を創造してみせることができるのだ。」

「でも、<マスター>でないひとたちだって、いつも「同じ」に見えますよ。行動も見てくれもあんまり予測可能なんで、命を賭けてもだいじょうぶだってひとたちを知っています。」

「しかし、それを意図的にするとすると、途方もない努力が必要だよ。

<マスター>は、非常に高いレベルの類似性（あなたがたが言う「不変性」）を意図的に創

り出すことができる。ところが弟子とは、必ずしも意図せずに不変性を創り出すひとたちだ。そういうひとは、ある状況ではいつも同じ反応をする。たとえば、必ず「自分にはどうしようもない」と口にする。だが、＜マスター＞は決してそんなことは言わない。同じ反応をするひとは、結果として望ましいふるまい（ひとからほめられるような行動）になっても、「べつに、たいしたことじゃない。じつは、考えずに動いただけだ。誰でもそうするよ」と言うだろう。だが、＜マスター＞は決してそんなことはしない。つまり、＜マスター＞とは自分が何をしているかを文字どおり、知っているひとだ。＜マスター＞は、自分がなぜそうするか知っている。ところが、＜マスター＞のレベルに達していないひとは、それも知らない。」

（「神との対話3」264ページ ニール・ドナルド・ウォルシュ著 サンマーク出版）

われわれは、

<自分が何をしているか>

<自分がなぜそうするか>

を知らない。

自分を知ることは、自分自身の成長ための第一歩であると同時に、自由であること——すなわち、自らが原因（理由）であること——のための第一歩でもあります。

<自己研究>

についてはいつかやります（次回かもしれません）。自己研究のためにはどのようなことが役立つかを考えておいてください。

（千葉の教室の参加者の方もお願いします。）

（11月14日掲示板）

あなたのためであると私が思っていることをする

のであって、

あなたのためであることをする

のではない、

ということです。似て非なるものです。

■（あとは子どもを自分の持ち物、すなわち、自由になるものと考えているからです）

■<自己研究>（自己観察もその一法）

● 「神を使うこと」

四方田さん、こんにちは。

次回の資料に関する質問の続きです。

> 1、人は「自分」の為に生きるべきである。

> 2、ここでいう「自分」とは「神」を使いこなすことである。

「神」を使いこなすとはどういうことだろうか。

過去にどのように「神」を使いこなしたか。

現在どのように「神」を使いこなしているか。

将来どのように「神」を使いこなしたいか。

これらについても考えてみてください。

(11月15日掲示板)

四方田さん、こんにちは。

> 「神」を使いこなすとはどういうことだろうか。

> 「神」は与えるのみで、何も求めず必要としない。

> しかし無条件に他人に利用されるのとは違う。

(「神」は何も必要としないというが、人間を必要としないのであろうか、必要としないなら、なぜそのような存在を創造したのであろうか。必要とするならなぜ必要なのだろうか。という問題はありますが。。)

「神」の表現である「愛」は無条件、無際限で、何も必要としないという。無条件であるから、

<無条件に他人に利用される>

とわたしは思っています。ですから、

<あなたの(人間の)意志はわたしの(神の)意志である>



というわけです（驚愕の宣言です）。そして、その人間の意志が実現するわけです。  
そう、無条件にわれわれは神を利用しているのです。そして、無意識に。

昨日、偶然読んだ「神との対話」の中に出てきた話しです。——そして、この「偶然読んだ」というところが、「神を否定している」ところなのですが、そして、そのことが往々にして「神を使わない」ということに通じることなのですが——

「直観を無視するたびに、わたしを否定している。  
悪い感情に終止符を打とうとか、争いをやめさせようと提案されても無視するたびに、わたしを否定している。  
見知らぬひとに微笑みを返さないとき、壮麗な星空のもとを歩いていても空を見上げないとき、花壇のそばを通っても立ち止まって花の美しさを愛でないとき、そのたびにわたしを否定している。  
わたしの声を聞いたり、愛した故人の存在を感じたりしても、気のせいだと言うたびに、わたしを否定している。  
魂で愛を感じ、心に歌を感じ、理性で壮大なヴィジョンを見ても、何も行動しなければ、そのたびにわたしを否定している。  
自分にぴったりの本を読み、ぴったりの説教を聞き、ぴったりの映画を見、ぴったりのときにぴったりの友だちに出会っても、偶然だとか、得をしたとか、「運が良かった」ですますとき、そのたびにわたしを否定している。  
いいかな。オンドリが三度ときをつくる前に、あなたがたの誰かがわたしを否定するだろう。」  
(ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との友情」下巻 79 ページ サンマーク出版)

今、喫茶店で外を見ながら書いています。そして、今気づいたのですが、喫茶店がなぜいいのかというと、<立ち止まれるところ>だからなのですね。<人生で立ち止まれるところ>では（瞑想の時も本当はそうなのでしょうが、なかなかそうはいきません）、<自分>を感じることができるのですね。<自分>とは<魂>で、<魂>とは神です。

(11月16日掲示板)

以上は神の無意識の利用である。神という言葉を知っているかもしれないが、神を信じず、また信じてもどのように自分と関わりがあるかを知らずに一生を過ごす人生である。——もちろん、このことは悪い人生ではない。それで満足できるかどうかという問題だけである。

■「自分のため」

1、人は「自分」の為に生きるべきである。

人は自分のために生きるべきであるということは、他人のことを考えなくてもよいということだろうか。

これは「愛」と矛盾しないだろうか。

このこともお考えいただきたいと思います。

(11月17日掲示板)

四方田さん、おはようございます。

>他人のために自分がいなくなることは他人への依存です。

>他人が他人自身を見失い、私を動かそうとするのは私への依存です。

>自分もそれをせず

なるほどで、そのように生きればひとりひとりの変容はきっとずいぶん早まるのですね。

ところで、高塚は電車で座席に座っています。高塚はすでによれよれですが、明らかに私より高齢の女性が車内に入ってきました。

私は高齢者という他人のために自分がいなくなるのはイヤで、自分は席に座りたいと思ひ、幸い四方田さんの返信を読んだ後なので、

自分のために席をゆずりません。

ここに愛はあるのでしょうか？

(11月18日掲示板)

その時には私には愛はない。

だが、相手に愛はあるかもしれない。

私は席をゆずらないでいられるのだから。

そして、もっと長い時間の中で、その私の選択が愛に変わるかもしれない。

グルジェフの主人～肉体、感情、…、習慣、

私のしたいことをして、相手もしたいことをして、それを愛に変ずるのが神の仕事である。

高塚さん、柴田さん、こんにちは。

どうにかまとまってきたので投稿します。

21日の勉強会にコピーもお持ちしますので。

テーマ「自分のため」

- 1、人は「自分」の為に生きるべきである。
- 2、ここでいう「自分」とは「神」を使いこなすことである。
- 3、「神」とは、「愛」であり、何も求めず、必要としない事を言う。

現実に、社会で生きていくことは

他者とのさまざまな関係の中で生きると言うことでもある。

#### 1、他者から自分への干渉

家族と言えども、自分の都合でこちらを支配しようとする。

まして他人ならなおさらである。

自分をしっかり意識して忘れてはならない。

#### 2、自分から他者への干渉

人の為にする時は、自分がいなくてはならない。

無条件に受け入れるのではなく、

相手にとってどうすることがベストであるか？と考える。

私個人のイメージは「航空母艦」

傷つき、空っぽになった航空機が戻ってきて

休息と補給を行い、また旅立っていく。

それでいて、期待、嫉妬、必要性、支配・・・を持たない。

(因みに、必要な武装は持っている。)

※言うは易く、目標ははるか遠くであります。

究極の質問

ありていにいえば、「K」です。

死刑囚であり、5人殺害しているから。

生命としてみた場合、特に差が見つけられませんでした。

高塚さん、こんばんは。

教室の時間で足りないので今書かせていただきます。

> > 1、人は「自分」の為に生きるべきである。

> > 2、ここでいう「自分」とは「神」を使いこなすことである。

>

> 「神」を使いこなすとはどういうことだろうか。

「神」は与えるのみで、何も求めず必要としない。

しかし無条件に他人に利用されるのとは違う。

目の前に見えて触れる他者には態度を決めやすいが

<マスター>の真の普遍性はそこにはない。

> 過去にどのように「神」を使いこなしたか。

あったかもしれないが覚えていない。無いかもしれない。

> 現在どのように「神」を使いこなしているか。

目の前にいる相手にのみ与えるがごときを行っている。

> 将来どのように「神」を使いこなしたいか。

期待・支配・嫉妬・・・などから自由であるべく！

高塚さん、おはようございます、

> 人は自分のために生きるべきであるということは、他人のことを考えなくてもよいということだろうか。

> これは「愛」と矛盾しないだろうか。

結局「依存」ということになるかと考えます。

他人のために自分がいなくなることは他人への依存です。

他人が他人自身を見失い、私を動かそうとするのは私への依存です。

自分もそれをせず他人にもさせない。

互いにより結果がでるよう”わかっている”行動する。

これなら「愛」「与える」と矛盾しないと考えます。

追伸・昨日「わがままに生きる」とはどういうことかとういに頭に浮かびました。目下思案中です。

11月14日 2007年

●わたし

睡眠時間が自然に少なくなるような人生を送ること。

11月15日 2007年

●

男女関係にみられるように、他人をひきつけ、それからコントロールしようとする事。

本当は自分をひきつけ、それから自分をコントロールするようにすべきである。

●受容

最低なことをしたのだから、最低なことをされても受忍すべきである。

●意識のある人生

呼吸を日常の範とすべき。

●受験

受験だけをしていればよかった有り難さを知ることができなかつたのは、受験勉強をし続けなければいけないという判断があつたからだ。

ところで、今は働き続けなければいけないという価値判断がある。同じようなドツボの判断である。

●休日

「休む」か「出かける」か「片付けるか」の三択

●

資産 10 兆円の大金持ち。

認知症の高齢者を見捨てる。

10 億円を持っていると知つたなら…

わたしは何を相手に認めるか

わたしの必要性が相手に対する判断、価値基準となる

11 月 16 日、17 日、19 日 2007 年

●批判・知識・真理

「新高」という品種の「なし」を知らずに、相手が「新高」と聞いて、山の話と思い、とんちんかんな会話になつたとして、あなたは相手をとんでもない人間であると怒り出すであらうか。まあ、そんなことでは人は怒らない。

そんなことでは怒らないはずであるが、「新高」ではなく、他の話題になると怒り始める。なぜかという、互いに「新高」が「なし」であることを知らないからである。

知っていれば怒ることではなく、教えてあげることだけであり、それ以外の何ものでもない。主張することでもないし、喧嘩することでもない。

そして、

わたしが知っているか知っていないか、相手が聞く耳を持っているか持っていないか。

相手が知っているか知っていないか、わたしが聞く耳を持っているか持っていないかだけである。

真理は争うことではない。

(11 月 22 日掲示板)

11月17日、19日 2007年

●意識のある人生

最初意識は泡のように浮かび上がってくる。これだけは意識してはできない。ただ、その泡をいつまでも消えないようにしておくことはできる。

まず、その時に思うこと。

まず、今自分が何を考えていたかを振り返ってみること。

過去にどのようにするべきだったかの悔恨、

他者にどう思われているかとの不安、

未来にどのようなことが生じるかとの不安

そのような不安にとらわれていなかったかを振り返ってみること。

次に、人生を俯瞰してみること。

空間と時間と。

空間とは、自分を他人のように観察することである、そして、この地球上にいる地球人として観察することである。

時間とは、自分を他人のように観察することである。そして、この人生の一場面にいる他人のように観察することである。あるいは、この一千年の人生の一場面にいる他人のように観察することである。

次に、どのような自分であるかをあらかじめ決めておくことである。

こうありたい自分にあらかじめ決めておくことである。

この自分を次の瞬間に、どのようなことがあろうとも、人生に、この自分を出演させることである。

意識は泡のように浮かび上がってくる。これだけは意識してはできない。ただ、その泡をいつまでも消えないようにしておくことはできる。

(加筆して掲示板転記)

呼吸

長さ

●自他

一番いいところをみならう。

一番いいところをひきだす。

●すべて・愛

すべてを知るとは愛を知ることと同じことではないだろうか。

●グルジェフ

おおかみ、ひつじ、キャベツの話。

●守るべきもの

10万円を守って殺される。

何を生かし、何を殺したのか。

11月18日 2007年

●被災者

寄付してすませるのでなく、よく見ること。

■立花隆・司馬遼太郎対談での「体験に関して」

●身体

●「魂がもっと大きな経験をしたと思ったとき。その経験で若返る。」

～（参考）グルジェフのいう印象という食料

11月21日、22日、23日 2007年

●意識のある人生～意識のある歩行（拡大と縮小）

球体の地球を歩いていることを意識してみる。

球体の地球で生きていることを<内側で>意識してみる。

●意識のある人生

無意味に思えることはわたしの方から意味を付与するようにする。

留守番の犬のような人生を送ってはならない。過ぎ去るのを待つだけの人生を送ってはならない。

特に大切なのは、（無意味と思える）当の時間以外の、前後の時間までを灰色に染めてしまわないこと。その時間は少なくともまるで別の時間である。わたしの自由時間まで灰色にしてしまうのは、これは完全にわたしの責任である。

対処～当の時間に最大限のエネルギーを注いでみること。



よく見ること。

今までの生き方では無意味に思える。だから、人生を別の理由で生きてみることに。

●意識のある人生～意識表へ

一時間に一度立ち止まってみることに。

どのような立ち止まり方をするか？

●身体

球体の地球表面上を歩行する。

この歩行を外側で行い、そして、内側でも行う。

では、この内側でも行うとはどういうことだろうか？

■

地球がまるいという知識を内側の世界でも利用すること。

●真の賢さ

アタマに余白があること。

余白がある知への接触であること。

●わたし

神を使うこととはどういうことだろうか。

あなたは神を使おうとしたことがあるだろうか。

ではまた、人間を使うこととはどういうことだろうか。

あなたは今日、あなたという人間を使うだろうか。

(11月23日掲示板)

神を使うこと～ヨガナンダ・ヒマラヤ聖者

あらゆることに神を使うこと

与えられた今日一日は神であること。

してみると、すべてが神と、そして人間である。

●資料へ要転記～所有

愛の定義

- 1 手にとるもの
- 2 手にもっているもの
- 3 手渡すもの

神の愛の定義と自分自身の現実とを引き合わせてみる。

●意識のある人生

しなかったことをする。

たとえば、帰り道にいつもとは違う道を通ってみる。

入ったことのない喫茶店に入ってみる。

夕食を腹八分にしてみる。

しなかったことをしてみれば、新しい生き方というものがあることに気づく。

できなかったことをする。

帰りの車中で、前に座っている人の最もよいところを想像（創造）してみる。

できなかったことをしてみれば、新しい生き方ができるということに気づく。

（加筆して掲示板記入予定）

11月22日2007年

そんなUFOには乗らないという話。

●

四方田さん、こんばんは。

昨日は気功教室のご参加いただき、ありがとうございました。また、資料の発表お疲れ様でした。

>「神との対話」さっそく買ってきました。

>いつもいく本屋なのに今まで全く気がつかず、

>よくみると平積みでシリーズが並んでいるではありませんか！

>今まで何にも見ていなかったんですね～。

そう、

「今まで何も見ていなかったんですね～」

と、このセリフを死ぬときにいわないですむことがわたしの目標のひとつです。

まわりを何も見ていなかったし、

他人を何も見ていなかったし、

自分を何も見ていなかった

というのが、通常の人生の終焉です。まだ、終焉で見ることができるのであれば、それは「よし」とすべきです。

昨日のテーマのひとつは「神を使うこと」です。

神の声は小さいので、よくその声を見るが必要なのです。

そのためには、

1時間に一度は立ち止まって見ることです。

立ち止まって風景を見たときに、神の声を見ることができるかもしれません。

見ることができたら、すぐノートに書き留めることです。

神は使ってくれとっています。ただ声は小さいのです。

(なぜでしょうか？ まあ、考えてみてください)

わたしはすっかり耳が遠くなったので、さらに、大変です(^o^;

(11月22日掲示板)



柴田さん、こんばんは。

昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございます。また、過分なお礼と映画鑑賞券いただき、ありがとうございました。

>あなたの持ち物についても、最初聞いた時に浮かんだのは両手です。コレも昨日、四方田さんのご意見を伺って視点が広がりました。やはり、話してみる。聞いてみる。コレは私にとって大きなことです。大抵の場合人の話をほとんど聞いていないからです。

柴田さんは手当てをされているので、自然な発想かもしれません。ただ、「神との対話」で

たしか、神の

「指一本でも自分で動かせると思ったら、大間違いだ」

という話があります。両手は自分の持ち物といえるかもしれませんが、わたしが

「それは本当にあなたのものだろうか」

と問うたときの持ち物にはならないかもしれません。

四方田さんのお話は、

昔、道場で先生が「私は弟子の段位や黒帯を取り上げることはできる。しかし、その空手の技を取り上げることはできない」と言ったのを思い出しました。

というお話で、この話自体、なるほどというお話でしたが、さらにまた、いま現在体が自由に動かないという状況では、技も残らないのではないかという、考えさせられるお話でした。

武術をしていていつまでも残って、これがわたしであるといえるものは一体何だろうか

まあ、こういう疑問はあります。

人の話しを聞くというのは私も苦手で、母の話もたいていは鼻くそほじくりながら聞いているというような態度ですね。グルジェフの弟子の書いたグルジェフの思い出話を引用しておきます。

…私は本能的に、そうした配慮が、ありきたりの習慣的儀礼ではないことを知っていた。そして、おそらくこれが手がかりだったと思われるが、彼はいつも関心をもっていた。彼に会っていたときはどんなときでも、私に用事を言いつけたときはいつでも、グルジェフは完全に私を意識し、私に話す言葉に完全に集中していた。私が彼と話していたとき、彼の集中が一度として私からそれたことはなかった。わたしがすませてしまったことも、いつも正確に知っていた。思うにわれわれはみな、わたしは確かにそう感じていたのだが、グルジェフがだれかと一緒にいたとき、その人は、グルジェフの全注意力が彼に向けられていたのを感じていたに違いない。人間関係において、これ以上の敬意は考えられない。

(フリッツ・ピーターズ著「魁偉の残像」54 ページ めるくまーる社)

ちなみに、私のメモ書きがついていまして、

「ヒーリングの最重要事項」

と書かれています～すっかり忘れていましたが。

25日、日曜までのマントラとします。

>「生活のためにしたくもないことをして、  
人生の時間をむだにしようなどと、  
どうして考えるのか？  
そんな人生が何だというのか？  
そんなのは生きているのではなく死んでいるのだ！」でした（笑）

>多少耳が痛いです。

多少とはうらやましいです（笑）。

よく覚えていないですが、そういえばそんな記述もありましたね。  
わたしにはメチャクチャ耳の痛い話です。昔であったら速攻で別の生活を始めていますね。  
別の生活を始めないのはいくつか理由があります。

- 1 他にお金をかせぐ道があるか（神は無条件でこの問題は否定するでしょうが）  
たとえば、ヒーリングで生活費をかせぐようになったら、それはそれで本当に楽しく続けられるのかという危惧もあります。たまにするヒーリングはよくても、一日8時間、10時間のヒーリングに耐えうるかという問題があります。
- 2 ヨガナンダの師の師、ババジの弟子であるラヒリ・マハサヤのように（というのはちよっとおこがましいが）、市井で生活をして、そのなかでヒーリング、教室をすることに意義があるのではないかということ。
- 3 あるいは、何らかの負債（過去の原因と結果）をはらう生活というのが今の仕事なのではないか、ということ。
- 4 慢心の身には今の仕事が大きな意味を持っているのではないかということ。

まあ、個人的にはそういう思いがいろいろあり、別の生活を始められないでいます。

この問題は、私がいちばん悩んでいる問題です。

（11月22日掲示板）

■四方田さん（2007年11月22日）

高塚さん、柴田さん、お早う御座います。

昨日は有り難う御座いました。

私も、1回目で雛形づくり、(途中掲示板入って)  
2回目で粗形づくりのペースです。

「神との対話」 さっそく買ってきました。

いつもいく本屋なのに今まで全く気がつかず、  
よくみると平積みでシリーズが並んでいるではありませんか！

今まで何にも見ていなかったんですね～。

■柴田さん (2007年11月22日)

高塚さん。おはようございます (^-^)

昨日はありがとうございました (^-^)

プレアデスのお話しは考え方の方向性を頂いたので助かりました♪私の場合は、一回目が予習で二回目が復習みたいな教室参加になっていますが、自分としてはこのペースが調度良いようです。

あなたの持ち物についても、最初聞いた時に浮かんだのは両手です。コレも昨日、四方田さんのご意見を伺って視点が広がりました。やはり、話してみる。聞いてみる。コレは私にとって大きなことです。大抵の場合人の話をほとんど聞いていないからです。いつも貴重な時間になっています。

ちなみに昨日の言葉は。

「生活のためにしたくもないことをして、  
人生の時間をむだにしようなどと、  
どうして考えるのか？  
そんな人生が何だというのか？  
そんなのは生きているのではなく死んでいるのだ！」でした (笑)

多少耳が痛いです。

次回も楽しみにしています。ありがとうございました (^ー^)

●ノアの箱舟

母と父ふたりのバージョン

いじめに合わされたふたりのバージョン

(草稿要転記)

●所有

「手の妙用」～39 ページ～ミニ自殺

(草稿要転記)

11月24日 2007年

●意識のある人生

つまらない自分を立派だと思い、

本当は立派であるのにつまらないと小さくなっていること。

これは大きなカン違いである。

つまらないと思う自分を光り輝かせる (そのイメージ) または宇宙から見た自分、地球上にいる自分

極端に大きく見たり、小さく見たりすると自分の尊さが分かる。

●

宇宙～命令に従うように作られている

命令するか否か

何を命令するか

●身体

気功体操に使う身体のように日常の身体も用いる。

●被災者

どう考えたって、わたしの置かれている状況で食っちゃ寝を繰り返していることはおかしい。

諸行無常

11月25日、26日、28日 2007年、3月14日 2008年

●わたし～感情

やりたくないということは、ほとんどの場合はした方がよい。

やりたくないことをして病気になるより、やりたくないことをしないで病気になることの方がはるかに多いのではないか。

実はやりたくないことというのは、その人のしたいことだからである。

本当のわたしのしたいことだからである。

ただし、やりたくないことをし続けていて、なおかつやりたくない場合は別である。

本当のわたしのしたいことはしたあとに必ず喜びが生じるからである。

(3月14日 2008年掲示板)

●意識のある人生

宇宙から見た地球、そこにいる地球人としての自分とそんなことは念頭に浮かばず普段生きている自分との齟齬、どちらで生きることが人間らしい生きた方になるであろうか。

わたしは前者である。

だから、いつも地球人としての自分をできるだけ見続けていきたいと思っている。

■時間バージョン～未来から見た自分

11月26日、27日、28日、30日、12月1日 2007年、2月28日、3月14日 2008年

●キリストへの道

イエスはお金持ちの息子に、

「あなたの財産をすべて貧しいものに与えてから、わたしのところに来なさい」

と言った。

イエスを信じる者は多いが、この教えを実践する者は少ない。

イエスの言葉に

何を見て、何を見ないか、

イエスの言葉の

何を知っているか、何を知らないか、

閉じた目で見ている限り何も見えずに、

「わたしはクリスチャンである」

とか

「ああ、キリスト教ね」



と言うかもしれない。

(11月26日掲示板)

■わたし～所有

わたしの両手は二本しかないので、荷物で両手が一杯であれば他のものを持つことはできない。

(草稿要転記)

■わたし～身体

たくさん食べては気の入る胃袋がなくなる。

■わたし～自己研究

イエスは

「たくさんのお金を集めてからわたしのところへ来なさい」

とは言っていない。

「わたしを信じない人を批判し、迫害しなさい」

とも言っていない。

まるで逆のことを言っているのだが、イエスを信じる人はイエスの言葉を聞いて、必要以上にお金を集め、他人を批判し、迫害する。

不思議であるが、不思議ではない。

何事も私が見るようにしか見ることができないからである。

イエスが言っているのではなく、いつも私が言っているからである。

だから、イエスを知ろうとするのではなく、私を知ろうとすることが肝心なことなのである。

(3月1日2008年掲示板)

●教室

変化球

回り道の道を認めてあげること。

●超常現象（超能力）～三要素

立花隆とSF作家のアーサー・C・クラークとの対談で、超常現象の話題が出てクラーク氏は次のように語っている。

「(超常現象の一部である) 予知やテレパシー、サイコキネシスといった問題に関しては、懐疑的ではあるけれど、可能性をまったく否定するわけではありません。今後も研究が必要なテーマであると思っています。しかし問題は、これまで何百年も研究が続けられてきたにもかかわらず、まだ何の証明もされていないということです。もし何らかの事実があるとしたら、少なくとも一つや二つは、確かな証拠が出てきているはずだと思います」

(立花隆対話集「宇宙を語る2」46 ページ 中公文庫)

立花隆もほぼ同じ立場である。

超常現象が科学的になぜ再現でき、証明できないか。このことに関しては、スコット・カニンガムという魔術の三要素がすべてを尽くしているのではないかと最近思っている。少々長くなるが引用させていただく。

「私達は、再びスコット・カニンガムに立ち返り、彼が本質的な魔術の必要条件として三つ記述していることを見てみよう。それは、必要、感情、知識である。カニンガムは、必要を「あなたの人生におけるある空虚な場所、またはある重大な条件……それはすぐに取り組まれねばならない」として記述する。欲望(新車、より見栄えのするパートナーのための)は必要ではない。必要は実際のものでなければならない。実際の魔術は、単に些細なあるいはリクレーシヨンの目的、漠然とした不満に対して作用するものではない。必要は、はっきり認識され、認知され、定義されなければならない。第二に、必要は感情を作らねばならない。カニンガムが言うように「もしあなたが、あなたの必要に感情的に巻き込まれないならば、どんな源泉からも十分な力を挙げ、あなたの必要にそれを向けることは不可能だろう。言い換えると、あなたの魔術は作用しないだろう」。最後に、私達は魔術的研究をするためには、視覚化すること、祈願と儀式のような技術の知識を必要とする。「もし、必要および感情を持っているが、これらのものをどのように使うかの知識がなければ。ちょうど缶切りやコンピュータを前に傍観しているネアンデルタール人のようであろう。私達はその道具をどのように使うか知らないだろう」。そして、カニンガムは魔術の道徳性について、最後にあるコメントをしている。「魔術は、自己主義、支配、苦痛、恐れ、操作、自己満足、抑制の道具ではない(道具であるべきではない)。反対に、それは人生を肯定することであり、愛、歓喜、満足、楽しみ、成長をともに注ぎ込まれるものである。」

(ジョン・キング著「数秘術」325 ページ 青土社)

超常現象はどのようなときに生じるか、それは<必要・感情・知識>がそろったときに生じるのである。スコット・カニンガムが知識に関してどのように考えていたかは知らない。また、ジョン・キングのいう「祈願と儀式のような技術の知識」というのには否定的であるが、<必要・感情・知識>というのは超常現象に関してかなり本質をついているのではないかと思っている。そして、この三要素はまた、人生そのものを動かす三要素でもある。

なぜなら、この世界全体が、ひとりひとりの人生全体が、いわば魔術、超常現象、奇跡だからである。

(11月27日掲示板)

この世界全体が超常現象であり、スプーンが曲がるとか、病気が治るとかは世界全体の超常現象からすれば、そこに組み込まれている、そのごく一部に過ぎない。全体をいつもイメージしておくことが肝要である。

必要～本当のわたしが望んでいること。

いつも同じことにころを向ける（自分の場合は、ヒーリング）。

#### ■わたしの場合

三要素のうちの知識は「高塚のヒーリング（治療・教室）は金持ちと両立する」といえるだろうか。

#### ■質問～魔術の三要素

魔術（超常現象・超能力・自然）に必要な三要素である＜必要、感情、知識＞とは一体何であろうか。

今のあなたが持っている、あるいは、あなたが見ることができる

必要とは何だろうか

感情とは何だろうか

知識とは何だろうか

そして、また、これからあなたが持つべきと考えられる

必要とは何だろうか

感情とは何だろうか

知識とは何だろうか

具体的にどういうことだろうか。

近々に（あるいは遠い未来に）気功教室で行ないますので、参加者の方考えてみてください。また、教室に参加できない方は、掲示板に書き込みいただければ、一緒に考えさせていただきます。

(12月1日掲示板) (教室資料要転記)

■知識～存在（大きくなったと覚えること）←選択  
一体性

■感情

ヨガナンダの神を願う感情。  
門をたたくこと。

■

この世界はわたしとシンクロしている。このシンクロを意識的に行うとき、それを魔術と呼ぶ。今日、わたしとともにある世界、この世界はどのような世界であろうか。とてもわたしとシンクロしているとは思えない世界であるなら、こう自分自身に問うてみることである。

今日、世界が動く必要性をわたしはもったであろうか。

今日、世界が動く感情をわたしはもったであろうか。

今日、世界が動く知識をわたしは行使したであろうか。

（掲示板記入予定）

●所有

捨てるという行為を通じて新たな存在（外側）を体験すれば、それは内側にとっても新たな存在となるかもしれない。

（教室資料・草稿要転記）

●Aさんの耳鳴り

耳鳴りがするから不安なのではなく、家事をしていないから不安なのかもしれない。

あなたのしたいことをしていないから不安なのかもしれない。

●エネルギー

「神との対話」であなたがた（人）はわたし（神）の身体であるという話がある。わたしの今の理解では、この話は「神の身体が人間の肉体である」という話をしていてはない。この話は「人が肉体を使って、ひとりひとりの固有性を使って、この世界で人の理想を実現していくこと」、このことを「神の身体」といっている。

錬金術の黄金の身体の実現、「神対」での神の身体、ポッパーの世界3の実現のために必要なエネルギーはどのようにして供給されるであろうか。

(市ヶ谷教室資料)

#### ●意識のある人生

立ち止まるとは体が立ち止まるのではなく、こころが立ち止まるのである。おしゃべりをやめることである。

#### ■シュタイナー

このことの中に、高次の現実を自分で霊視しようとする人が自分の中に作り出さねばならぬ最初の特徴が、すでに暗示されている。それは人間生活や人間外の世界が開示するものに、**偏見を排して、ひたむきに帰依すること**である。はじめから、これまでの人生経験から得た判断の基準だけで、世界内の現実に対峙する者は、この判断ゆえに、現実が彼に及ぼすことのできる静かな多面作用から自分を閉ざしている。学ぶ者はいかなる瞬間も、異質の世界を容れることのできる、まったく空の容器になることができなければならない。**われわれ自身に発する判断や批判のすべてが沈黙する瞬間だけが、認識の瞬間なのである。**たとえば或る人と出会ったとき、その人よりわれわれの方がもっと賢明であるかどうか、ということは、全然重要なことではない。極く無分別な幼児といえども、偉大な賢者に対して開示すべき何かをもっている。そしてこの賢者がどんなに彼らしい賢明さで幼児を批判したとしても、そう批判することで、その賢明さは曇りガラスとなって、幼児が彼に開示しようとする事柄の前に立ち塞がる。自分とは違う世界の示す事柄に帰依することができるためには、完全な内的帰依の状態が必要である。そしてこのような帰依を自分がどこまでやれるか試してみようとするなら、彼は自分自身について驚くべき諸発見をするだろう。或る人が高次の認識の小道を歩もうとするなら、**自分自身のもつすべての偏見をどのような瞬間にも消し去ることができなければならない。自分自身を消し去るときにだけ、他のものが彼の内に流れ込む。**自分を無にして、対象への帰依を高度に所有することだけが、いたるところで人間をとりまいている高次の霊的諸現実を受け容れさせる。**人は自分自身だけで、この目標に向かってこの能力を意識的に育成することができる。**たとえば、周囲の人間に対してどのような判断も下さぬように試みることができるであろう。**好きとか嫌いとか、愚かだとか賢いとか、人が日常下す判断の基準を、自分の中なら消し去るのである。**そしてこのような尺度なしに、人間を純粹にその人間そのものから理解することを試みるのである。最上の修行は、嫌悪を感じている人間について、このことを行う場合である。あらゆる力をふるって嫌悪の念を抑え、その人間の行うすべてのことを、心を開いて**自分に影響させるのである。**

あるいは、何か判断を下したくなるような状況にあるとき、判断するのを我慢して、とらわれず印象に心をゆだねるのである。

事物や出来事について語るよりも、事物や出来事が、自分に語りかけてくるようにすべきである。そしてこのことを自分の思考世界にまで広げる。自分の中に何らかの思考内容を作り出そうとする働きを抑え、もっぱら外部のものに思考内容を作り出させる。

(シュタイナー「神智学」184 ページ)

#### ●生死

体を生かすことができなくなったことを嘆く人は多い。  
だが、こころを生かしていないことを嘆く人は少ない。

(12月1日掲示板)

病気になるまで。

ひょっとして体も生かしていないのかもしれない。

#### ●夢～仕事

竜王戦の第一局をすっばかす。

仕事をやめることをいっているのではなく (いっているのかもしれないが)、職を失うこと  
の不安を反映しているのではないだろうか。

何をするにせよ、そのような不安だけは大きな阻害となる。

#### ●新約聖書～自身、体験、知識。

イエスが今肉体をもって生きているなら、彼に会って話をしてみたいと思わないだろうか。  
イエスが本当にいった言葉であれば、その言葉を聞いてみたいと思わないだろうか。

新約聖書にイエス・キリストの言葉がどれだけ反映されているのかは分からないが、おそらくはいくつかの話は彼が実際にした話であろう。してみるに、この偉人の話を一年に一度、十二月に聞いてみるというのも意義深いことであろう。

ということで、12月23日の千葉の気功教室、12月19日の市ヶ谷の気功教室では、イエスの言葉について考えてみます。「新約聖書」の「マタイによる福音書」の章を熟読玩味の上、こころにひびいた箇所、疑問の箇所、不明な箇所等を抜き書きしてお持ちいただきたいと思えます。なお、高塚は「新約聖書」はすべて読み通したこともなく、その知識も不十分ではありますので、その点はあらかじめご了解願います。

なお、教室に参加できない方もお読みいただいて、掲示板に書き込んでいただければ、一緒に考えさせていただきます。

シュタイナーの「自身の著書」に関する注意書きである。「新約聖書」にもあてはまるかもしれない。

「著者は、自分でしてきた霊的分野での経験を通して証言できる事柄だけを述べている。この意味で自分の体験した事だけが表現されるべきなのである。

本書は今日一般に行われているような読書の仕方では読まれるようには、書かれていない。どの頁も、個々の文章が読者自身の精神的作業によって読み解かれるのを待っている。意識的にそう書かれている。なぜなら、この本はそうしてこそはじめて、読者のものとなることができるからである。ただ通読するだけの読者は本書を全然読まなかったに等しい。その真実の内容は体験されなければならない。霊学はこの意味においてのみ、価値をもつ。」

(「ルドルフ・シュタイナー著「神智学」10 ページ イザラ書房)

昔友人がひげをさすりながら「聖書？ 俺は読んだよ」と言ったが、もしかしたら、実は、—全然読まなかった—のかもしれない。

個々の文章を自身の精神的作業によって読み解くこと

そして、

その真実の内容を体験すること

このようにして、初めて読んだといえ、そして、それはわたしである、といえる書物というものがある。聖書もそのような書物かもしれない。

(11月28日掲示板)

「手の妙用」の著者の話です。

ヨガナンダの師スリ・ユクテスワの読書法。

グルジェフの聞き方

吉田弘氏の読書百遍を範とする。

■ 反復

読書百遍とは沈黙の力へと通じるのであろうか。

11月27日、28日 2007年

● 遊行

実は毎日戻っていくようなところではないのではないか。  
小さな洗濯は外でも出来るが、大きな洗濯は家でしかできない。  
そのような洗濯のためだけに戻ればよい。

## 内の遊行と外の遊行

### ●所有

弓と禅の灰の話（草稿要転記）

### ●意識のある人生

立ち止まること

大きい自分をつくってみること。  
その自分を生きること。

11月28日、29日、30日 2007年、2月28日 2008年

### ●来年の抱負

したくないことをしてみる。  
したいことをしてみる。  
ノートを見直す時間を作る。

### ●答えのない問い

答えが出ない問題というのは、同じところを堂々巡りする問題というのは、愛が欠けているためであるということが多い。

（11月29日掲示板）

イエスの左のほおをうたれればの話。

「神対」の愛の定義

### ●夜勤明けの朝に落ち葉の中を歩きながら思ったこと

ふりはらっても、ふりはらっても、わが身に限りなく降りそそいでくる葉というものがある。

この葉がなければ、何も変わらなかったかもしれない。

この葉がわずらわしいかったこともある。

だが、このわずらわしい葉でなく、

もし人生で私が望んだ葉だけが与えられていたら、私はどのようになっていただろうか。



わたしは人生について何も知らない。

(加筆して掲示板記入予定)

(参考) イエスの誓ってはならない話

### ●高円寺

この日は予定がないので、久しぶりに高円寺を散策しながら中野へ。幼稚園から大学時代を過ごした地で、いわば私の故郷。当然のことながら、ほとんどすべての建物が変わってしまい、古そうな建物も見つけない。真新しい家が建っているが、いわば地域全体がわたしにとって空き家のようなもの。しかし、空き家には空き家のよさがある。単にノスタルジーに浸るのではなく、56年間の人生がフラッシュバックに近い形で感ぜられる。それは私にとっては生きていこうという力となるものである。

(11月28日日記より)

高円寺の地に立つと、56年間の棺おけから見るができる。

まわりが変わったということではなく、40年後に来ると見る風景がまったく違ってしまう。

この世界はわたしだけのためにある。

### ●一日

夜勤明けの一日はすべてわたしのために与える。

そして、わたしのために使う。

昔、初めて勤めた会社では通常の朝から夕方までの勤務であったので、早起きしてわたしのための時間を喫茶店で与えていた。

そして、その時間は読書をしてわたしのために使っていた。

今の自分は読書よりも、ノートの整理をしたり、瞑想したり、気功体操をしている方がわたしのために使っている感じがする。

もちろん、ヒーリングもわたしのために使っている、しかもこのヒーリングはわたしのために最大限使っている時間になるのかもしれない。そうではあるが、よ・ろ・こ・ん・で、わたしのために与えるという感じではない。

ノートの整理はいつも喜んでであり、瞑想と気功体操はそのときにより違う。

(加筆して掲示板記入予定)

●身体

昨日は 3 時間しか寝ていないが、今日は一日元気であった。もしかすると、ミニ断食が体によかったのかもしれない。

いつも断食とはいかないが、食事の量は最小限にした方がよいかもしれない。

●悪魔の誘惑・天使の選択

いつでもどちらでも選べる。

●自業自得～自己研究

自業自得と言うとき、

相手のことを言っているという側面と

自分のことを言っているという側面とがある。

この二側面あるが、わたしにとって役立つのは、自分のことを言っているという側面に目を向けるときである。

「あの人は自業自得である」

というときに、

私は今何を考えているのか、

私は今どのような気持ちでいるのか、

私は今何を話しているのか、

と自分自身を省みることにより、自分のことについて多くのことが知れる。

(掲示板記入予定)

●意識のある人生

今を最大限に活かすこと。

11 月 29 日、11 月 30 日 2007 年

●大金持ち

物質にしばられない試練としてはあまりに大きすぎる。

物質にしばられるという人生の筋書きなのか。

あるいは、それを乗り越えて生きるという筋書きなのか。

●意識のある人生

呼吸

霊眼

AUM

■意識のある人生～呼吸

深い、ゆっくりした、穏やかな死の前の最後の呼吸のような、消える呼吸を試みる

11月30日、12月1日 2007年

●ノアの箱舟UFO～自他

この人はどのような人であろうか。

あの人はどのような人であろうか。

また、あの人は。

では、××の人にしよう。

このようにして××の人を選ぶが、

選ぶことにより、相手のことを選んでいて、実は自分のことを選んでいるのではないか。

相手のことを知ったと思い、実は自分のことを知ることができるのではないか。

だが、目を閉じたままであれば、わたしは見ることはできないかもしれない。

相手を知り、相手を選んだだけだと思うかもしれない。

(掲示板記入予定)

●わたし～ヒーリング

ヒーリングをしなければ頭でっかちになってしまう。

ヒーリングはわたしにとっての足である。

他にわたしの足はあるであろうか。

そして、

あなたにとって頭は何であろうか。

足は何であろうか。

これはひとりひとり異なる。

(加筆して掲示板記入予定)

★12月 2007年

12月1日2007年

●ヒーリング

信仰による癒しと呼吸法によるヒーリングとは同じヒーリングのふたつの側面なのである  
うか。

■やる気の出し方

●教室

柴田さん、こんばんは。

質問の嵐で、何が何だか分からないようになってしまいましたが、すべては関連していま  
す。といいつつも、次回は何だったのろうか〜、というのは私にもあります。

今回のメインテーマは、＜所有＞です。

質問「あなたの持ち物をひとつ出してください。あなたが「これは私のものである」とい  
えるものを出してください。

.....

ところで、それは本当にあなたのものなのだろうか？

.....

もし、それがあなたのものでないと気づいたなら、それは一体誰のものなのだろうか？

.....

ところで、あなたがあなたの持ち物を出したときに、実はあなたの持ち物を出している。  
それは一体何だろうか？」

で、

「あなたが所有するものは誰のものであるか」

「あなたが所有しているものというのがあると高塚は考えるが、それは何であろうか」

ということです。ただし、最初に出した持ち物を「これは私のもの」であると思いつける  
のであれば、この問いは成り立ちません。前回お配りした資料をお読みいただき、「これは  
私のものではない」という気になっていただくと助かるのですが。

あと、サブテーマとして、前回保留のままの「ノアの箱舟UFOの問い」のつづきである  
「掲示板5437の問い」

>そして、実は路上生活者Eさんは実はよみがえったイエス・キリストの仮の姿なのです。

Eさんは

>「わたしは人を裁くために来たのではなく、人を救うために来たのです。わたしはすべての人のあとから行きます。ですから、わたしが残ります」

>と申し出ました。

>どうでしょうか？

の答えがまだです。次回まででなくとも構いませんが、ひきつづきお考えいただきたいと思います。

なお、四方田さんはHさんが母親の生まれ変わりであっても、

「無職の認知症のHさんを選ぶ」

とおっしゃいました。それはそれで結構ですが、

「どのようにしたらHさんのことを知ることができるだろうか」

ということをお考えいただきたいと思います。この質問は柴田さんに対してもです。11月7日にお渡しした資料の3ページ目にありますが、

では、「11人がどのような人であるかを知る」ためにはどのような方法があるだろうか。どのような情報があれば、11人をよく知ることができるだろうか。

という問いです。

さらに、期限なしの問いとして、

5454の

「神を使うこととはどういうことだろうか。

あなたは神を使おうとしたことがあるだろうか。

ではまた、人間を使うこととはどういうことだろうか。

(あなたは今日、あなたという人間を使うだろうか。)」

問いと

5461の

「魔術（超常現象・超能力・自然）に必要な三要素である〈必要、感情、知識〉とは一体何であろうか。

今のあなたが持っている、あるいは、あなたが見ることができる

必要とは何だろうか

感情とは何だろうか

知識とは何だろうか

そして、また、これからあなたが持つべきと考えられる

必要とは何だろうか

感情とは何だろうか

知識とは何だろうか

具体的にどういうことだろうか。」

の問いです。

以上、メインテーマとサブテーマです。その他に疑問の点とか、ノートを使って互いに話し合いたいこと、伝えたいことが出てきたのであれば、それもお持ちください。

たくさん質問のようですが、解きほぐれば、いくつかの考えだけを使ってすべてが説明できるはず（ただし、わたくしも以上の問題全てに対して解決がついているわけではありません。）

考えた範囲だけで結構です。ペーパーにまとめてお持ちください。それが宿題です。

（12月1日掲示板）

■

四方田さん、おはようございます。

基本の考えはシンプルですが、禅問答と同様、そこに至るプロセスが大切なので、もったいぶった言い方になってしまうのです。

また、これも禅問答と同様に、知ったことを体現するというのが、それ以上に大切なことで、体現しなければ、いつそのこと知らなかった方がよかったのではないかとさえ思っ

てしまいます。

自分自身、この体現というところで、もがき苦しんでいます。まあ、よく練った方が強い体になるのではないかと、苦しみも楽とするようにしています。

商品説明でも知らない人に説明するというのはとても難しいのでしょうね。それは精神世界でも同様で、知らない人への説明は自分は基本的に放棄しています。それはわたしの<仕事>ではないと思っています。(すべての人は知っているにしても、知が明るみ出ている人同士でないと、なかなか説明というのはいけません。ただ、説明というのはいよつとすると全く違うやり方があるかもしれませんね。

>説明書は、なぜか一度間違えないとうまくできないようですね。

というのがヒントになるのかもしれませんが。)

歯石のお姉さまはホントにむちを持った女王様のようにみえました。そういう趣味がない身にはこたえるむちでした。でも、あとはすっきりで、気持ちいいですね♪ ~なんのこっちゃ~?

(11月2日掲示板)

#### ■教室

千葉教室にも宿題を出す。

<教室に参加する><教室を作り出す>という意味からも、宿題を出す。

#### ■12月1日(柴田さん)

高塚さん。こんにちは(^-^)

申し訳ありませんが、5日の教室でのお題と宿題を確認させていただきますか？  
宜しくお願いいたします。

大工さんご苦勞様でした！

#### ■12月1日(四方田さん)

高塚さん、柴田さん、こんばんは。

> 次回のメインテーマは、<所有>です。

> サブテーマ「ノアの箱舟UFOの問い」のつづき「掲示板5437の問い」

> ペーパーにまとめて

了解しました。

> 解きほぐれれば、いくつかの考えだけを使ってすべてが説明できる

これがとっかかりですね。

(うー————む。)

禅問答みたいです・・・。

大工さんお疲れ様でした。

説明書は、なぜか一度間違えないとうまくできないようですね。

私も先日歯石をとってきましたが、

1回やってしまえば、(定期的に見てもらえば)

次からずっと楽になるみたいです。

12月2日2007年

●ヒーリング

ヒーリングの場を駅前の事務所に求めるのではなく、わたしの身体にもとめる。

1時間も2時間もかかるヒーリングでなく、瞬間的なヒーリング。

●自他

わたしの見るようにしかみえない。

ヒーリングルームに来なくなること。

12月3日2007年

●

死後、相手の立場から自分を見ると、相手を知ることができるのではなく、自分を知ることができるようになる。



自分の立場から相手を見ると、これもまた、自分を知ることができるようになる。

一体

わたし

●意識のある人生～わたし

師とよべるような人を見つけることよりも、自分自身を一步でも向上させることを試みた方が多くの人にとってははるかに有益である。

師を見つけることはわたしの仕事ではないが、自分自身を向上させることはわたしの仕事だからである。

この意味で、今日、自分の力で、一步だけ、前に進むこと。

今日の自分は、昨日の自分と違うこと。

(12月3日掲示板)

12月4日2007年

●創造の三態

世界1の身体で創造する。

世界2の身体で創造する。～固有性の発揮とはいかなることか。わたしのしたいことをする。

世界3の身体で創造する。

12月5日、6日、7日、8日、9日、10日、11日2007年

●むだ (NHK宇宙)

●自他・知識

地球に残る一人を選ぶためには11人のことをよく知る必要がある。では、そもそもどのようにすれば、他人を知ることができるであろうか。

まず思い浮かべる方法は他人になりきることである。その人自身になってその人の人生を体験することである。

ここでは、観察する自分自身が入る余地はない。観察する自分自身が入ればそれは他人でなくなるからだ。そのような他人は他人ではない。他人は他人自身だけを生きて初めて他人の人生なのである。

他人になりきるときには、＜わたしが知る＞ことはできない。ただ、他人を生きるだけである。

わたしがその他人の人生を知るのは、他人をやめたときである。  
そのときに初めてわたしは他人について知る。

ここで考えるべき二つの視点が生じる。

<いつ>

ということと

<やめる>

ということである。

(12月6日掲示板)

■ 自他～<いつ>

> わたしがその他人の人生を知るのは、他人をやめたときである。

> そのときに初めてわたしは他人について知る。

> ここで考えるべき二つの視点が生じる。

> <いつ>

> ということと

> <やめる>

> ということである。

他人を知るためには、他人をやめなければならないが、問題は<いつ>やめるかということである。

やめた時点でわたしは他人でなくなる。

そして、他人を知り、

「〇〇さんは、何々である」

という。

だが、この〇〇さんは「あなたが〇〇さんをやめた」時点までの〇〇さんである。

〇〇さんはいつまでも「何々である」〇〇さんであるかということ、そんなことはない。

世界は無常であり、人もまた無常である。

常では無い。

人殺しはいつまでも人殺しののような人間であってほしい。人殺しが一回の人生の中で仏性を顕現させる人となるなどということはあってほしくないことである。

なぜなら、

「〇〇は、何々である」

といえなくなるからだ。

ともあれ、

わたしがその他人の人生を知るのは、他人をやめたときである。

そのときに初めてわたしは他人について知る。

そして、その他人とは過去という他人である。

今の他人でもないし、未来の他人でもない。

このことを重々承知しておくべきである。

そしてさらに、現実に行っていることといえば、

他人にさえならず、

毎回、毎回、

「あなたは、何々である」

といい切ることである。

(12月7日掲示板)

#### ■自他～イエスの<いつ>

われわれは他人の過去をとらえて、

「あなたは、何々である」

といい切る。

だが、未来をとらえていう人もいた。

イエス・キリストである。

「あなたがたもけし粒のような信仰があれば、わたしがなした奇跡と同じようなことができる。いや、それ以上のことができる。」

こう語っている。

イエスは信仰のない人間は本当の人間としてみていない。それはこれまでの人間であって、これからの人間は信仰をもって生きていく、とみている。「目には目を、歯には歯を」といったのはこれまでの人間であって、これからの人間は「右の頬を打たれたら、左の頬を向ける」人間である、とみている。

イエスは過去のあなたでなく、未来のあなたになり、未来のあなたを知っているという。

だから、過去の行いによって人を裁いたりはしない。

悔い改めなさい、というだけである。

未来のあなたになりなさい、というだけである。

(12月8日掲示板)

## ■信仰

信仰とは何かという問題はあるが、

## ■ヒーリング～裁き

人を殺した人間には死刑がふさわしい。

もしそうであるなら、殺人者が悔い改め、癌を治すほどのヒーリング能力を得たときに、あなたは末期癌にかかったことを知ったが、あなたは彼にヒーリングをしてくれと頼むであろうか。

頼まないとしても、殺人者はどうしても生きたいというあなたのことを知り、あなたに気を送って治してくれた。そのことを知り、

あなたは、余計なお世話だというであろうか。

あなたは、彼には死刑がふさわしいというであろうか。

これは、架空の話ではない。

(12月9日掲示板)

## ■自他～他人を生きる

この現実世界においては、他人を生きるということはできない。

だが、それを試みることはできる。どのような試みか。この掲示板では何度も何度も引用した話ではあるが、フリッツ・ピーターズのグルジェフの思い出話である。

…私は本能的に、そうした配慮が、ありきたりの習慣的儀礼ではないことを知っていた。そして、おそらくこれが手がかりだったと思われるが、**彼はいつも関心をもっていた**。彼に会っていたときはどんなときでも、私に用事を言いつけたときはいつでも、**グルジェフは完全に私を意識し、私に話す言葉に完全に集中していた**。私が彼と話していたとき、彼の集中が一度として私からそれたことはなかった。わたしがすませってしまったことも、いつも正確に知っていた。思うにわれわれはみな、わたしは確かにそう感じていたのだが、グルジェフがだれかと一緒にいたとき、その人は、グルジェフの全注意力が彼に向けられていたのを感じていたに違いない。**人間関係において、これ以上の敬意は考えられない**。

(フリッツ・ピーターズ著「魁偉の残像」54ページ めるくまー社)

よくテレビでゲストの前世とかを得々と語っている人がいるが、そのときの「見ることができるという人」のゲストに向ける視線の浅さというものに辟易とする。百万歩ゆずってその「見ることができるという人」が本当に見ることができるとしても、お会いしたいとは決して思わない。人間関係では表面をなぞっては何も生まれない。相手への関心の深度、視線の深さから見るが生じ、そこから関係性が金へと錬られていくと考えるからである。表面だけの人間関係——表面だけの言葉のやり取り、表面だけの感情のやり取り、表面だけの関心のやり取り——からは、貧弱な石ころしか生じない。まあ、それを持つてみるというのも貴重な経験かもしれないが、繰り返すべき経験ではない。

この意味で、どのような目をもっているかということよりも、今もっている目でどのように見るのか、ということの方にはるかに意味がある。

この世界では他人を生きることにはできない。できないがゆえに、グルジェフのように他者に深い関心の目を向けるということが他人を知るための第一条件であり、そのことが自身を錬り、他者をも錬ることとなる。

(12月11日掲示板)

#### ■ 自他～内的考慮と外的考慮

> 「彼はいつも関心をもっていた。彼に会っていたときはどんなときでも、私に用事を言いつけたときはいつでも、グルジェフは完全に私を意識し、私に話す言葉に完全に集中していた。私が彼と話していたとき、彼の集中が一度として私からそれたことはなかった。わたしがすませてしまったことも、いつも正確に知っていた。思うにわれわれはみな、わたしは確かにそう感じていたのだが、グルジェフがだれかと一緒にいたとき、その人は、グルジェフの全注意力が彼に向けられていたのを感じていたに違いない。人間関係において、これ以上の敬意は考えられない。」

このようにいうときに、このことは通常の関心とは異なることをいっている。同じく、グルジェフの弟子であるK.R.スピースの「グルジェフ・ワーク」(96 ページ)からの話である。

「自己同一化の状態にある人間は独立した意識をもたない。彼(通常の人間)はたまたま自分のしていること、感じていること、考えていることに埋没している。彼は夢中になり、対象に没頭し、自分というものが存在していないので、この状態はいわば目覚めた眠りと呼ばれている。

自己同一化は自己意識の対極にある。自己同一化の状態にある人間は、自分自身を記憶し

ない。自分に対して自分自身が失われている。注意力はもっぱら外界に向けられ、内面の状態への意識は全く残されていない。このため日常生活のほとんどは自己同一化の状態でも過ごされるのである。」

このように、通常の人に関心は自己同一化とともに行なわれるが、グルジェフの場合は、自己同一化なしでの意識のある関心の向け方である。わたしと他者がある関心の向け方である。

スペースはつづいて興味深い観察をしている。

「**他人の期待への同一化は考慮と呼ばれる。**これは内的考慮と外的考慮との二種類に区別することができる。内的考慮は未発展の状態にいる人が始終感じている不満感がもともなっている。この場合、人が自分に十分な注目あるいは評価を払っていないと感じる不満である。自分が与えたもの——それは今もなお自分のものというわけなのだが——に心中こたわり続け、他人が十分な評価を払わないと機嫌を損ね、無視されたように感じ、そして傷つくのである。これは自己同一化なしには起こりえない。

一方、外的考慮とは感情移入と気転の実行である。つまりこれが真の思慮深さというものなのである。これはそれを実行しようとする人の注意力と努力に特定の確実性と一貫性があるかどうか条件となる。おもしろいことに、外的考慮を実行しているはずなのに、実際は内的考慮に逆戻りしてしまうことがよくある。それは、他人に気を配ろうと努力はするのだが、相手からその努力に対して感謝も注目もされない場合である。**外的考慮はそれ自身がすでに報酬であるべきなのであり、見返りを期待すべきでない。**」

内的考慮とは多くの人演じている日常である。どのようなことかという、いつも「相手からの自分への視線」に生きることである。

相手がどのようにわたしを見ているか、  
相手がどのようにわたしを評価しているか、  
このことに埋没しているので、

相手がどのようなものであるかということは、わたしとは無関係である

ということに気づかない（ただし、矛盾する真理があり、相手がどのようなものであるかということは、わたしに関係するともいえる。これは視点の問題である）。

外的考慮とはどういうことかという、わたしから相手へと向かう視線である。わたしの方から相手の立場に立つということである。ただ、往々にして<わたし>なしに相手の立

場に立つので、相手の（私への）報酬がないと傷つき、怒り始める。だが、

相手からの私への報酬は私のものではなく、相手のものなのである。

——ただ、その報酬はわたしに手渡されたときに、相手のものではなく、また、わたしのものとも言いがたいものとなる。それをわたしは錬金術の黄金と呼んでいる——この黄金は要求すべきものではないし、期待すべきものもない。この錬金は相手によってなされることだからである。

そして、もし<わたし>というものがあり、わたしが相手の立場に立ち、相手のためになるものを手渡すとしたら、わたしは錬金術を行ない黄金を作り出した（それは相手に手渡して黄金となる）のであり、それ自体がとてつもない報酬なのである。

（12月16日掲示板）

## ■遍在意識

遍在意識（ラヒリ・マハサヤ）～グルジェフの関心という方法

（332 ページ）

外的考慮、内的考慮

次にシュタイナーがとる対人への態度である。

「われわれよりももっと高次の存在があるという深い感情を自分の中に生み出すのでなければ、われわれ自身が高次の存在へ高まる力を内部に見出すことはできないであろう。導師は自分の心を畏敬の深みに誘うことによつてのみ、自分の精神を認識の高みへ引き上げる力を獲得することができた。恭順の門を通ることによつてのみ、霊の高みへの登攀が可能となる。

正しい知識は、それを敬うことを学んだときにのみ、自分のものにすることができる。

人間は確かに眼を光の方へ向ける権利がある。けれどもこの権利は他人が与えてくれるの

ではなく、自分が自力でそれを獲得しなければならない。霊的生活においても物質生活におけるように種々の法則が存在する。ガラス棒は、それをしかるべき布でこすると、帯電する。換言すれば微細な物体をひきつける力を獲得する。このことは自然の法則に適っている。物理学を少しでも学んだ人は、誰でもこのことを知っている。同様に神秘学の基礎を知っている人は、魂の中に育てられたすべての真の畏敬が遅かれ早かれ認識の道を遠く歩む力を育ててくれるということを知っている。

生まれつき畏敬の感情をもっている人、もしくは幸運にも教育によってこの感情を育てることができた人は、後に高次の認識への通路を求めるときの用意がすでにかなりできているといえる。このような用意ができていない人は、自分で今、畏敬の気分を育てようと努力しなければならない。そうでないと、認識の小道の第一段階ですでに困難に陥ることになる。われわれの時代にはこの点に特別の注意を払うことが非常に重要なのである。われわれの文明生活は尊敬したり、献身的に崇拝したりするよりも、批判したり、裁いたり、酷評したりする方に傾きがちである。しかしどんな批判も、どんな裁きも魂の中の高次の認識力を失わせる。それに反してどんな献身や畏敬もこの力を育てる。とはいえこの事実はわれわれの文明に対する非難を意味していない。文明批評が問題なのではない。われわれの文化は、自分に対して意識的である人間の判断、「すべてを吟味して、最善を手に入れる」態度、つまりまさに批判の精神によって、その偉大さを獲得してきた。あらゆる機会に批判力を行使し、自分の尺度で判断していかなかったら、人間は現代の科学、産業、交通、法律制度を決して達成できなかったであろう。しかしこのことの結果、われわれは外面的な文明生活において得たもののために、それに相当する犠牲を高次の認識活動や霊的生活において支払わなければならなかった。とはいえ、高次の知識を得るために必要なのは人間崇拝ではなく、真理と認識に対する畏敬である、ということが強調されねばならない。

(ルドルフ・シュタイナー著「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」26 ページ イザラ書房)

どこで終わりにするか。

イエスは今を終わりにしなかった。

どこでやめても過去の他人しか知ることができない。

今の他人と未来の他人を知ることはできない。

イエスは未来まで他人になり、あなたがたもわたしと同じであるという。

あなたはあなたをやめたときにあなたを知る。



地球人の知り方は<創り出す>知り方である。

### ●教室

柴田さん、こんにちは。昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございました。また、過分なお礼いただき、感謝しています。

昨日著書（「エリック・ホッファー自伝」中本義彦訳 作品社）をお持ちしたエリック・ホッファーは、幼児に視力を失い（それは 15 歳のときになぜか再び見えるようになるが）、両親を失い、父親からは白痴といわれて育ち、乳母からは 30 歳を越えては生きられないといわれる。

ひとりで生活するようになってからは、定職を捨て、定住を捨て、命を捨て（これは未遂で終わるが）、最も大切にしていた本を捨て、相思相愛の女性を捨て、季節労働者として働き、余暇の時間を読書と執筆生活で送る。そのような人生を送る。

多くの人にあるものが彼にはなく、また、彼自身捨て去るが、それでもこの世界で彼が最も価値あるものとする労働と知識と智慧は大切に生きる。

彼はこの世界と向こうの世界をつなぐ何かを<もっていた>のではないだろうか。

それは彼の書き記した著書だけではなく、彼自身の生き方そのものが、<彼のもっているもの>をあらわしている。

そして、それは<彼だけの>もちものである。

<所有>は地球人にとっての根本テーマのひとつです。

あなたは何をもつことができるか。

あなたは何をもっているか。

あなたは何を手放すか。

わたしの理想は、

今日手にとったものは、

今日の最後に手放し、

そして、すべてを灰にしてしまうことです。

思い、語り、行なうことだけがわたしのすべてである、

そのような毎日であることです。

まあ、理想はあきらめることなく、まい進したいと思っています。

>どちらかを選択する時の中間に何かあるように思えるからです。

>この答えは出てこないのかもしれませんが、レポート以外で考えてみます。

きっと出てくると思いますよ。もちろん、わたしがその答えをもっていていっているわけではありません。関心を持ち続ければ、答えは必ず得られるということです。

>わたしがその他人の人生を知るのは、他人をやめたときである。

>そのときに初めてわたしは他人について知る。

>昨日、ここを理解してハッとしましたがハッとしたままになってしまいました。つぎがポンとでてくるはずでしたが予想外です。

>一人一人とまずは向き合うことにします。

人間関係はふつうにいわれる以上に不可思議なものを内蔵しています。

今回は、「聖書」の「マタイによる福音書」の章です。「新共同訳」のお求めいただいております。お読みになっておいてください。こころを動かされた箇所、おかしいのではないかとこの箇所、分からない箇所など書き出しておいてください。まあ、イエス・キリストのわか弟子となって、できるかぎりお話する予定です。

(12月6日掲示板)

■柴田さん

高塚さん。おはようございます (^-^)

昨日はありがとうございました！

<所有>については考えるところがまだありそうです。

少し深く考えてみようと思っています。

どちらかを選択する時の中間に何かあるように思えるからです。

この答えは出てこないのかもしれませんが、レポート以外で考えてみます。

プレアデス星人の私は、人間より優れたところにいるはずなのに難問を抱えています（笑）

＜わたしがその他人の人生を知るのは、他人をやめたときである。

そのときに初めてわたしは他人について知る。

昨日、ここを理解してハッとしましたがハッとしたままになってしまいました。つぎがボンとでてくるはずでしたが予想外です。

一人一人とまずは向き合うことにします。

私にとっては、毎回からだが軽くなる教室です。

ありがとうございます（^-^）

次回も宜しく願いいたします。

12月10日、11日、14日 2007年

●意識のある人生～石ころの時空

多くの時間を作ったとしてもそれが石ころの時間となることもある。

少ない時間しかなくとも、その時間がじっくりした時間となることもある。

要は、時間を多く作ることでなく、石ころでないじっくりした時間を作ることである。

すなわち、どのようにすれば、今という時がこのような時間になるか、このことにころをくたくことである。

そして、どうしても、どのようにしても、この場所がじっくりこないのであれば、この場から立ち去るしかない。新しい場所を探し、そこで新しい今を作るしかない。

（12月14日掲示板）

12月11日、12日、14日 2007年

●いい手・悪い手

将棋のプロが筋のいい手だけがまず浮かぶというのは当然である。十代からプロの養成機関である奨励会に所属し、いつもプロや先輩の洗練された指し手ばかり見ているからである。

では、この世界での筋のいい手というのはどのような生き方なのだろうか。そのような養成機関はあるのだろうか。宗教教団か、各種啓発講座か、特殊な師弟関係か、…、まあどれもぞっとしない。なかには、まともなものもあるのだろうか。

何らかの縁があれば、そのような機関に参加することはあるかもしれないが、今のところは関心はない。ただ、覚えておかななくてはいけないことは、わたしの今の生き方は「筋が悪い」ということである。では、どのようにすれば「筋がよい」生き方になるのであろうか。先日、読んだ「あるヨギの自叙伝」にひとつの重要なヒントが書かれていた。

「人間はふつう、自分の有害な感情や欲望を制止かねるものであるが、クリヤによって永続的至福の意識に目覚めると、もはやそれらの感情や欲望は無力となって、彼を扇動する力を失ってしまう。すなわち、高次の至福が獲得されることによって、低次の性質が捨て去られるのである。このような積極的要素を欠いた単なる抑制的教訓は、われわれにとってほんとうの役には立たないであろう。」

(パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」336 ページ 森北出版 ——わたしの推薦書のうちの一冊であり、精神世界に興味のあるあらゆる段階の方に役立つ本である)

クリヤとはいろいろあるヨガのひとつの方法であるが、わたしの関心は今のところそこにはない。わたしにとって大切なことは、

<単なる抑制的教訓は、われわれにとってほんとうの役には立たないであろう。>

という箇所である。自分自身の悪手を抑制するのではなく、

<高次の至福が獲得されることによって、低次の性質が捨て去られるのである。>

と、筋のよい手を覚えて、いつもそのような手を指すことである。新たな気持ちのよい生き方を学び、いつもそのような生き方をするということである。そうすれば、悪手は必然的に姿を現わさなくなるということである。

(12月12日掲示板)

■善と悪の問題～「神対」「宇宙人ユミットからの手紙」

善悪でなく、何が本質的問題であるか。

将棋の勝ち負けでなく、対局者がいて成り立つこと。

一体であること。

選択のエネルギーか？

●意識のある人生

身体の動き（気の動きを含む）

言葉の動き

こころの動き

12月12日、18日 2007年



設計図～ヒマラヤ聖者の設計図～気功治療へ用いる

五感の遮断が設計図への道

水の問題

遠隔～市野さんの水の流れ

12月13日、14日 2007年

●気功体操

設計図にあたることと水のしっとりした実感

12月15日、17日、18日 2007年

●ヒーリング～お歳暮

手をかざしてよくなされた方からお歳暮をいただくということはめったにない。

よくあるのは、亡くなられた家族の方からお歳暮をいただくことである。

これはどういうことなのであろうか。

どういうことなのか、よく分からないが、何かこの世界のありようを語っている気がする。

（12月21日掲示板）

生きていけば続いていくと思うかもしれないが、

実は死んでいけば続いていっているのかもしれない。

12月17日 2007年

●食料・呼吸

気の出し入れ、あるいは、遠隔で気を送ることを食事の代わりとしてみる。

遠隔による身体への影響、直接送ることへの身体の影響、その違い。

12月18日、20日 2007年



この地球とは、  
あるいは、この時代、この地域、  
あるいは、この教育、  
全く別の生き方があるかもしれない。

●死～この世界で生きる

先日読んだ将棋の「遠山雄亮四段」のブログから

今日は本来はC級2組の対局日でしたが、対戦相手の真部九段が逝去されたため、不戦勝となりました。

リーグ表が出来た時から対戦を楽しみにしていただけに、残念でなりません。また、真部九段の逝去は将棋界というくくりで見ても、一つ大きな財産を失ったように思い、重ねて残念に思います。

改めてご冥福をお祈り致します。

こうした事があると考えさせられます。時々忘れてしまうのですが、何があっても一番大切なのは健康である事。健康以上に大切な物など無いでしょう。

難癖をつけるつもりは毛頭ないのですが、最後の一文には肩透かしをくらったような気分である。真部九段のことはもちろん何も知らないが、才能豊かな将棋、あふれる文才、酒豪、等々を生かした人生であるとのイメージがある自分にとっては、

<何があっても一番大切なのは>

に次にくるのは、

<自分らしくあること>

で、そのような人生を生きられた真部さんはうらやましい人生である以外に何ものでもないというのが素直な感想です。

健康？ あっ、そんなものもあったということです。健康はありがたいことですが、これは一番では断じてない。

(12月20日掲示板)

(参考) 1月5日 2008年日記



選択は今の時点では完璧であること。

その今の時点で完璧である選択を変えること、その「人生での特異点」となる点とはどのような点であろうか。

12月19日、24日、25日 2007年

#### ●印象

グルジェフは

「1週間食べなくても生きていける。1分間空気を吸わなくても生きていける。だが、印象は一瞬でも途切れると生きていけない。」

と言った。嘘か本当かは分からない。だが、印象という食べ物がわれわれ人間にとって何か特別な意味がありそうだということは感じられる。

では、その一瞬でも途切れては生きていけないという印象をわれわれはどのようにして受けているのであろうか。

われわれはどのような印象をこの一瞬、この一瞬に食べているのであろうか。

(掲示板記入予定)

印象は変えることができるか。

#### ■印象から刻印へ

受けるだけでなく、印象を作り出すこと。

#### ●奇跡

わたしが知らなければ、わたしが家にたどりつく確率は天文学的な確率になる。

わたしの日々の生活はそのような確率で営まれている。

(加筆して掲示板記入予定)

12月20日 2007年

#### ●教室～四方田さんへの返信

四方田さん、柴田さん、おはようございます。

>早速ノートに書きましたが、

>後は是をずっと忘れずにいられるか？

>熟成させ自分のもちものとするか？

>それが課題です。

忘れずにいるよりも、おっしゃられるように＜熟成させる＞ことの方がよいと思います。最初の気づきは変わっていくものです。

この変わっていく過程で、＜わたし＞と＜神を使うこと＞を参加させることです。

より正確には、

＜他者＞と＜わたし＞と＜神を使うこと＞を体験のるつぼで＜熟成させる＞ことです。

このことこそが＜内なる錬金術＞です。

昨日のディスカッションでいうと、

### マタイ 7・1～人を裁くな

「人を裁くな。あなたがたも裁かれないようにするためである。あなたがたは、自分の裁く裁きで裁かれ、自分の量る秤（はかり）で量り与えられる。

神聖なものを犬に与えてはならず、また、真珠を豚に投げてはならない。それを足で踏みにしり、向き直ってあなたがたにかみついてくるだろう。」

神聖なるもの、——ここでは裁きと呼んでいるが——、分別（ぶんべつ）は自分自身に対して与えるものである。分けて別にすること、これは自分自身に対して行うことである。自省ともいい、気づきともいえる。

また、

### マタイ 6・25～思い悩むな

「だから言うておく。自分の命のことで何を食べようか何を飲もうかと、また自分の体のことで何を着ようかと思ひ悩むな。命は食べ物よりも大切であり、体は衣服よりも大切ではないか。空の鳥をよく見なさい。種も蒔かず、刈り入れもせず、倉に納めもしない。だが、あなたがたの天の父は鳥を養ってくださる。あなたがたは、鳥よりも価値あるものではないか。あなたがたのうちだれかが、思い悩んだからといって、寿命をわずかでも延ばすことができようか。なぜ、衣服のことで思ひ悩むのか。野の花がどのように育つのか、注意して見なさい。働きもせず、紡ぎもしない。しかし、言うておく。栄華を極めたソロモンでさえ、この花の一つほどにも着飾ってはいなかった。今日生えていて、明日は炉に投げ込まれる野の花でさえ、神はこのように装ってくださる。まして、あなたがたはなおさらのことではないか。信仰の薄い者たちよ。だから、『何を食べようか』『何を飲もうか』『何を着ようか』と云って、思ひ悩むな。それはみな、異邦人が切に求めているものだ。あなたがたの天の父は、これらのものがみなあなたがたに必要なことをご存じである。何よりもまず、神の国と神の義を求めなさい。そうすれば、これらのものはみな加えて与えられる。だから、明日のことまで思ひ悩むな。明日のことは明日自らが思ひ悩む。その日



の苦勞は、その日だけで十分である。」

食べ物や衣服やこの世の富のことで思い煩うなという。なぜなら、これらは命ではないからである。

わたしの言い方では、これらのものはあなたのものではないし、あなたのものにならないものである。

こころをくたくべきは、あなたのもとなるものだけである。

では、何があなたのものになるのであろうか。

あなたのものになることだけにいつもこころを向けるべきである。

これは、神聖なる利己主義である。

そして、この利己主義は、もしかすると、利他主義へと通ずる道かもしれない。

まあ、えらそうに言ってますが、わたしの錬金も不完全燃焼の錬り方なので、こころして今日一日のぞみたいと思っています。

(12月20日掲示板)

高塚さん、柴田さん、お早う御座います。

昨日は、私にしては

いつもよりディスカッションで発言したので多くの気付きがありました。

有り難う御座います。

今年最後の勉強会として収穫が多かったです。

早速ノートに書きましたが、

後は是をずっと忘れずにいられるか？

熟成させ自分のもちものとするか？

それが課題です。

いえ、昨日のお話でいうなら

～いられるか？でなく、

～でいる。という意識にすべきですね。

小乗から大乘への乗り換え。  
それは決して小乗の否定ではないと思いました。

「悪魔」という言葉には、  
先入観や固定イメージがあるので  
自分で考えるとき危険です。  
「卒業試験」「試練」「試金石」とでもいいかえてみます。

●柴田さんへの返信

柴田さん、こんばんは。

奇跡と愛の教えとを両立させることに抵抗のあるクリスチャンの方は結構いるのではないかと思います。まあ、ここは素直に、  
死人をも蘇らせ、自らも復活したウルトラヒーラーであるイエス・キリストがどのようなことを語っているのか、  
興味本位でもいいですから耳を傾けてみるのもよいと思います。愛の教えから入るのでなく、奇跡から入るというのもありなのではないでしょうか。  
好奇心というか、関心をもつというのは大切なことです。その力が強ければ、時代錯誤的に思えるかもしれないイエスの言葉から多くの助けが得られるのではないのでしょうか。

次回、1月9日のディスカッションのテーマは今年の抱負です。

昨日の話で、書くことにより力が生じてくるというようなことをおっしゃられていたのですが、掲示板をご覧いただいている方々もよろしければ、ご自分の抱負を書き込んでみてください（まあ、元旦以降ですが～♪）。

なお、今年はまだ10日間あります。「今年はキャラにして来年頑張る」でなく、あと10日間も抱負を持ち続けて過ごしていきたいものです。今年達成できるものは達成して一年をしめくりたいですね。

では、また～。

（12月20日掲示板）

高塚さん。四方田さん。おはようございます（^-^）

昨日はありがとうございます (^-^)

38にして、聖書を読むことになろうとは夢にも思いませんでしたが、コレも神のお告げ  
(笑) またじっくりと読み込んでみます♪

昨日のディスカッションは知識がないので私はやりやすかったです。いらぬ心配をしな  
がらしゃべり、心を痛めずに済みました。

あれこれ考えていると、まとまりがなくなってきましたので年末にかけて今年の事、来  
年に向けての事。すこし考えてみようと思います。

いつもありがとうございます (^-^)

風邪をひかないようにお二人ともご自愛下さいね♪

12月21日 2007年

●意識のある人生

いつも神といること。

精神を魂の羅針盤とすること。

悪いと思うことはしないこと。

黒住宗忠～

12月22日 2007年

●気功教室のご案内～山中氏への返信

山中様、書き込みいただき、ありがとうございます。

市ヶ谷の教室の予定です。

1月9日(水曜日) 1月23日(水曜日)

2月6日(水曜日) 2月20日(水曜日)

3月5日(水曜日) 3月19日(水曜日)

いずれも、夜の6時から8時半ぐらいまで。気の体験をご希望であれば5時までにお越し  
ください。体験は参加費のみで結構です。

参加費 1000円(会場費、資料代に使わせていただきます)

内 容 気功体操、瞑想、ディスカッション、気功体操

場 所 「南海記念診療所 1階」 JR市ヶ谷駅出て、左側にある市ヶ谷橋を渡ると、右斜

め前に「モスバーガー」があり、その路地を入ったところです。

気が出せるための教室ではありません。また、スプーン曲げができるようになるための教室でもありません。トータルな形で人間成長を目的としています。

そして、わたしが提供するはその成長のための方法であり、わたしが成長を与えるということではできません。また、わたしは特別な人間ではありません——ただし、すべての人と同じように信じがたい存在であるということも他方の真理ではありますが——。ともに学び、ともに思い出す、その場を提供する人間です。

以上の件、ご了解いただければ、ぜひご参加ください。

市ヶ谷教室は現在わたしを含めて4人の会です。

あと、千葉の事務所でも毎月1回日曜日に教室を開いています。

12月23日（日曜日）

1月27日（日曜日）

2月24日（日曜日）

いずれも午後2時から5時半ぐらいまで。

参加費 1000円

内 容 気功体操、瞑想、ヒーリングの実践、ディスカッション

場 所 千葉の事務所（HPの地図ご参照ください）

千葉の教室もわたしも含めて、4、5人です。

その他、お聞きになりたいことがありましたら、掲示板に書き込みください。もちろん、メールでお問い合わせいただいても結構です。

（12月22日掲示板）

市谷の気功教室の今後の予定をご連絡いただければ幸いです。

ぜひ参加してみたいと感じております。

#### ■山中さんへの返信

山中様、おこころをお痛めのところ、ご返信いただき、ありがとうございます。

お義父様のご冥福をこころよりお祈り申し上げます。

教室がご縁となり、生き生きとした人生が送れるよう、わたしも精進してまいりたいと思っています。

(12月28日掲示板)

ご連絡ありがとうございました。

23日に義理の父が他界し、お通夜、葬儀と過ごしました。

内輪だけの小さなお葬式でしたが、とても祝福に満ちた

温かなお見送りができたように思いました。

教室は是非参加してみたいと思っています。

重ねて御礼申し上げます。

### ●外的・内的

自分を取り込まれるのではなく、自分が現れる人生

12月23日、24日、25日、27日 2007年

### ●意識のある人生～わたし

人は死して名を残すというが、名を残せるような人は少ない。多くの人の名はそのまま忘れ去られてしまう。では、その他大勢の人はこの世界に何も残さずに死んでいってしまうのだろうか。

そうではない。きっとこの世界に残していくものがあるはずである。

もしそうだとしたら、それは一体何であろうか。

その何かは今日残すことができないものだろうか。

わたしはできるはずだと考えている。

ではそれは何だろうか。

今日一日その何かが残るように生きているであろうか。

(12月23日掲示板)

### ●意識のある人生

小さい不安をひとつひとつはがしていくこと。

小さな怒りをひとつひとつ解いていくこと。

これは意識してしなければならない。

●神を使うこと

- 1 無意識
- 2 意識
- 3 超意識

- 「①神を知ること  
②神を信じること  
③神を愛すること  
④神を抱きしめること  
⑤神を利用すること  
⑥神を助けること  
⑦神に感謝すること」

●禍福

印象に動かされること。

宝くじの当選と株価の下落

●存在～言葉

神の愛と人間の愛は違う。神のような愛、キリストのような愛は私には無理である。

そのようにいうとき、その人はそこにいる。

無理であるというところにいる。

その考えは立派であるというとき、その考えは私とは無縁である。

もし、立派だと思ふその考えをわたしのものとするためには、

わたしはその考えにいななければならない。

その考えを考え、

その考えを言葉にし、

その考えを実行することである。

そこにいるとき、その考えはわたしとなる。

わたしとなれば、それはわたしであるので、立派だとはいわないであろう。

ただ、満足するだけであろう。

(加筆して掲示板記入予定)

### ■意識のある人生～わたし

あらかじめ習慣であるので、次の瞬間もまた習慣である。

あらかじめ羨望であるので、次の瞬間もまた羨望である。

同様にして、

あらかじめ新たなる<わたし>であれば、次の瞬間もまた新たなるわたしとなる。

ただし、これは意識なくしてなしえない。

努力なくしてなしえない。

(12月24日掲示板)

### ■目標

#### ●印象

印象を受けること

印象をつくること

外側から内側に入れるのではなく、内側から外側に出すこと

#### ●変容

人生を楽しみたい。

では、これまでは楽しく思えなかったことも楽しんでみようとするものである。

もしかすると、私の楽しみは子どもがアニメを見たいという楽しみであったのかもしれない。

もしかすると、別の人生の楽しみがあるかもしれないと、気づくことができるかもしれない。

(掲示板記入予定)

12月24日、25日、26日、27日、29日、31日 2007年、1月1日、2日、5日、6日、7日 2008年、10月17日 2009年

#### ●Be Here Now

「神の愛と私の愛とは違う」というときには、「違う」ところにいる。

本当に違うのかどうかは別として、

「違う」ところに今いることは確かである。

「神の愛を実現したい」というときには「したい」ところにいる。

実現できるかどうかは別として、

「したい」ところに今いることは確かである。

どちらにしろ、今、ここでは、神の愛にはふれてはいない。  
その意味で両者は同じである。

もし、神の愛に関心をいただくのであれば、もし、ブッダに関心をいただくのであれば、その目標の万分の一でも、  
今、ここで、実現することである。  
たった今、  
このパソコンの前で、  
一万分の一のキリスト、一万分の一のブッダであることである。  
(12月25日掲示板)

それはできないという。

あなたは私とは違うという。

■ <わたし>

今日一日、<わたし>のために費やした時間はどれほどあったろうか。

この時間までなければ、今この瞬間がどのような瞬間であろうとも、今の<わたし>のために費やしてみることである。

どのような時であろうと、どのような場であろうと、それは<わたし>のために使うことができる。

私腹を肥やすことであってもよい。

他腹を肥やすことであってもよい。

奪うセックスでもよい。

奪われるセックスでもよい。

ともにあるセックスでもよい。

酒を飲むことでもよい。

水を飲むことでもよい。

タバコを吸うことでもよい。

空気を吸うことでもよい。



気を吸うことでもよい。

どれもが<わたし>である。

どれもが<わたし>のために使うことができる。

それは、今だけ私のために使っていると思っているかもしれないが、もしかしたら、10年後のわたしのために使っていることなのかもしれない。

同じ事柄が「一日のレンジでの意味」と「10年間のレンジでの意味」とでは全く異なってしまうものである。

今日楽しいことが、10年後には苦いこととなり、その苦さが糧となるかもしれない。

だからどのようなことであれ、それが<わたし>のためになると思うなら、それを選べばよい。

(12月26日掲示板)

今の私にとって、一番つらいことは、<わたし>がいないことである。

<わたし>がいない時間、空間は私をふさいでしまうからである。

だから、一瞬、一瞬、<わたし>を創り出し、その<わたし>のために時間と空間と出来事を使うのである。

(掲示板記入予定)

ただ、別のものが<わたし>のためになると気づいたときには別のものを選ぶことである。

——これは、最初は少しつらく感じる作業である——

ともあれ、<わたし>のためにこの時間、この場を使うことである。

### ●2008年の抱負～謹賀新年

皆さま、あけましておめでとうございます。

本年も当ホームページ、よろしく願いいたします。

掲示板と日記はほぼ毎日更新しています。掲示板には内なる理想、日記には現実の高塚を書いています。

ということで、毎年書いている今年の抱負、今年の書き初めです。

例年盛りだくさん書いていて消化しきれずにいますが、今年はとりあえずひとつだけ書きます。

意識のある人生を送ること、すなわち、何をしているのか知っていること。

そして、そのことに気づいたときには、何をしていても

<感じてみること>

これを今年の第一目標にしたいと思っています。

昨年の暮れからやっています。

(1月1日 2008年掲示板)

#### ■感じること

<感じる>とは、「こうすればこうなる、ああすればああなる」というような思惑で人生を動かしていかないということである。このような思惑通りに人生は進んでいかないからである。このような思惑を人生の羅針盤にするのではなく、

<こうしてみたい>

と湧き上がってくる感情を人生の羅針盤にすることである。

<こうしてみたい>

というところの動きの芽をつんでしまわないことである。

これで人生はうまく進んでいくのか？

それは分からない。ただしばらくは<こうしてみたい>というところに人生を任せてみよ  
うと思っている。

(1月2日 2008年掲示板)

#### ■意識のある人生

今気持ちがよいかどうかを問うてみる。

どのような感じがするかを聞いてみる。

自分自身が気持ちがよければ、それはわたしの人生である。

自分自身が気持ちがよくなければ、それはわたしの人生ではない。

(1月3日 2008年掲示板)

その気持ちのよさ、その気持ちの悪さはどこからくるのであろうか。

#### ■ヨガナンダ・ヒマラヤ聖者

#### ■魂の言語

どのような感じがするのか。

これはどこで感じているのか。

### ■ 抱負～意識的変容

抱負とは意識的変容である。

<わたしはこうする>という誓いである。

わたしの価値観ではこれが最も尊い人間の行いである。

今年の抱負のほかに実は一生の抱負というものもある。

あるいは、千年の抱負、万年の抱負というものもある。

ひるがえって、<今この瞬間の抱負>というものもある。

どれも信じがたい有り難さとしてわれわれに与えられているものである。

そして、その信じがたい有り難さを<いつ行使するか>はひとりひとりに任されている。

(1月5日掲示板)

### ■ 超絶意識・所有・今

ところで、あなたの抱負は

魂からみた抱負であろうか、

意識からみた抱負であろうか、

それとも、無意識からみた抱負であろうか。

また、あなたが書いた抱負をあなたは持つことができるだろうか。

それとも、持つことができないだろうか。

そしてまた、あなたの抱負は今日とりかかることができる抱負であろうか。

あるいは、とりかかることができない抱負であろうか。

(1月9日 2008年掲示板)

### ■ 所有

ところで、

あなたが書いた抱負をあなたは持つことができるだろうか。

それとも、

持つことができないだろうか。

法蔵菩薩は

「仮令（たとえ）私が仏となり得るとしても、もしもろもろの人々が心から信心を起して、浄土に往きたいと希（ねが）い、わずか十声でも名号を称える場合、それらの人々がもし浄土に生れ得ないなら、私は仏になろうとは思わぬ」

（柳宗悦著「南無阿弥陀仏」岩波文庫）

という誓いを立てたが、この抱負は持つことのできる抱負であろうか。それとも、持つことのできない抱負であろうか。

（10月18日 2009年掲示板）

法蔵菩薩は阿弥陀仏という仏である。すなわち、この抱負を持っているのである。すなわち、この抱負は実現されたのである。

できないという時には自分自身の内なるキリストを否定している。

■無意識・意識・たましい

また、あなたの抱負は

魂からみた抱負であろうか、

意識からみた抱負であろうか、

それとも、無意識からみた抱負であろうか。

（掲示板記入予定）

■

意識のある人生 → 神性に浸ること → 宇宙全体の呼吸・感じること

└神性の表出

└ヒーリングの意識

└1 自分の身体のヒーリング

2 遠隔治療

瞑想

気功体操

食事 → 1 食物



のは良いが)、自分自身に問うて自分自身からとってることが肝要である。

わたしも考えてみますので、皆さまも考えてみませんか。

(12月31日掲示板)

< >を自分自身がそうすれば神になれると思うことに変えてみると、何が入るであろうか。もちろん、仏への道でもよい。あなたはどうすれば、仏になれると思うか、世間の話でなく、あなた自身の話として考えていただきたい。

(掲示板記入予定)(加筆して教室資料)

意識する、イライラしないこと、

#### ■山中氏抱負

山中様、あけましておめでとうございます。

書き込みいただき、ありがとうございます。

2月お待ちしておりますので、ぜひご参加ください。

常に選択するというのはなかなか難しいことです。

わたしは4年以上、その試みをしていますが、果たせずにいます。

<常に同じ選択をする>

<決めたことをやり続ける>

というのは、創造力の根幹であり、その意味で創造の化身である神に通じることことであるといえましょう。

実現されるよう祈っています。

わたくしは前述りたように、今現在、<常なる選択>、すなわち、<意識のある人生>を果たせずにいます。

最近、少し反省して、選ぶというよりもいつもそこにいるようにする、ということで今年方法は変えてみようと思っています。まあ、究極的には<選ぶこと>も<そうであること>も同じなのですが、とりあえずの試みとして、

<いつも神を感じている>

このことをしてみようと思っています。愛は自分の場合、いまひとつしっくりこない言葉

なので、

<いつも神性を感じている>

このことをしてみようと思っています。もちろん、

<神=愛=自由=喜び>

であり、その意味では山中様と同じ抱負といえましょう。

日記は当事者の方も読まれているので、嫌がられるようなことは書いていませんが、正直正月早々、神性を試されるような、俗にいう嫌な出来事ばかり起こっています。まあ、

すべては自分のためになる

というのがモットーであるので、自分自身から顕現していない<神性>をできる限り感じ取るようにして、

禍転じて福となす

という錬金術を為したいと思っています。

ありがとうございました。

(1月4日 2008年掲示板)

明けましておめでとうございます。

私の今年の抱負も、高塚様と似ていると思います。

“常に愛を感じられる方を選択する”です。

1月の水曜日はどうも仕事で無理そうですが、

2月には教室にお邪魔してみたいです。

あ、そうそう、黒住宗忠の発心じゃないですが、

私にとっては、「<決めたことをやり続けれ>ば神になれる」って

感じでしょうか。

今年は上記の書初めというか新年の誓いを実行し続けます！

#### ■山中氏への返信

山中さん、こんにちは。

おっしゃられるように、確かにリラックスが大切ですね。

わたしの場合、気づきがところに湧き上がってきたときに、体とところに注意を向けると  
だいたい凝り固まって緊張しています。

ですから、やわらかな呼吸をしてゆるめ、世界への感じ方を変えるようにします。

このことは本当は普通で自然なことなのでしょうが、無意識に陥るとどうしてもこころと  
体は緊張へと向かってしまいます。「神へ帰る」（「神との対話」の続編 70 ページ）に

『かざかざの小さな死』を——つまり、挫折や喪失などを——怖がっていれば、生きるこ  
とも怖くなる。だからあなたは死ぬことを恐れ、生きることを恐れている。  
何という生き方だろうか！』

という言葉がありますが、まさしくわたしはそういう人生ですね。正月早々、以前の私で  
あれば、怖がったり、怒ったりしがちな状況が続いていますが、

「これからは自分を中心にしなさい。いつでも相手ではなく自分が何者であるか、何をし、  
何をもっているかを考えなさい。

あなたがたの救済は相手の行動のなかにではなく、あなたがたの反応のなかにある。」

（「神との対話」1巻171ページ）

という言葉を手本とし、自分自身の反応の仕方を変えて自己救済にはげもうと思っていま  
す。

（1月6日2008年掲示板）

#### ■シュタイナー

正月早々、以前の私であれば、怖がったり、怒ったりしがちな状況が続いているが、

「これからは自分を中心にしなさい。いつでも相手ではなく自分が何者であるか、何をし、  
何をもっているかを考えなさい。

あなたがたの救済は相手の行動のなかにではなく、あなたがたの反応のなかにある。」

（「神との対話」1巻171ページ）



という言葉を手本とし、自分自身の反応の仕方を変えて自己救済にはげもうと思っている。

では、どのようにすれば自分自身の反応の仕方を変えられることができるのだろうか。

反応とはこれまでのパターンで無意識にとる行動である。したがって、これまでとは異なる行動をとるためには、それが反応であるということに気づく必要がある。これがわたしが<意識のある人生>と呼んでいることである。私の恐れや怒りがこれまでの反応であることに気づいたらこれを変えようとするのを試みる必要がある。これもまた意識がなければできないことである。では、気づいたときにどうするか。

シュタイナーという人はこのようなことを言っている。

「神秘修行者は破壊のための破壊を、どんな場合にせよ、行為においても、言葉、感情、思考においても、行ってはならない。生成への喜びを失ってはならない。そこからのみ新たな生命が促進される場合に限って、破壊に手をさしのべることが許される。とはいえ、修行者は不正が蔓延るのをそのまま見過ごしてもかまわないというのではない。しかし彼は<不正な事柄にもそれを良き事柄へ転化させるような契機を見出そうと努めるべきである>。<悪意に対するもっとも正しい戦い方は善意を実現することにある>、ということがますます明瞭に認識されてくる。<無からは何も生じえないが、不完全なものはより完全なものに転化させることができる>。このことを神秘修行者はますます理解するようになる。創造への傾向を自分の中に育てる者は、不正なものに対して正しい態度をとる能力をもやがて見いだすであろう。」

(ルドルフ・シュタイナー著「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」119 ページ イザラ書房)

<悪意に対するもっとも正しい戦い方は善意を実現することにある>

この言葉を初めて読んだのはもう 15 年以上前のことである。イエスの「右の頬を打たれれば、左の頬を差し出さなさい」という言と同じである。だが、シュタイナーのすばらしいところは<これは破壊でなく、生成である>と言っていることである。

そして、「善意である」と言うのではなく、<善意を実現する>と言っているところに、その困難さの自覚と固い決意が読み取れる。

そしてまた、悪意を通じて<善意を実現する>ということに新たな大いなる変容、質の異なる新たな生成があるということが示唆されている。

(1月7日 2008年掲示板)

## ■イエスの道

正月早々、以前の私であれば、怖がったり、怒ったりしがちな状況が続いているが、

「これからは自分を中心にしなさい。いつでも相手ではなく自分が何者であるか、何をし、何をもっているかを考えなさい。

**あなたがたの救済は相手の行動のなかにではなく、あなたがたの反応のなかにある。」**

(「神との対話」1巻171ページ)

という言葉を手本とし、自分自身の反応の仕方を変えて自己救済にはげもうと思っている。

では、どのようにすれば自分自身の反応の仕方を変えられることができるのだろうか。

実は最近こういうこともイメージしている。

イエスはゴルゴダの丘へと磔刑に処せられるその十字架を背負ってむち打たれながら歩む。これは彼が人類のために歩んだ道である。その光景をまざまざとイメージすること。引用ばかりで恐縮であるが、これまた、何度読み返しても色あせないユング心理学のマリー・ルイーゼ・フォン・フランツの著より。

「もちろん、これは常に愉快的な仕事とはかぎらない。たとえば、あなたは次の日曜日に友人と旅行に出かけようとしている。そのとき、夢がそれを禁じ、そのかわりに何か創造的な仕事をするように要求することもある。もし、あなたが無意識のいうことを聞き入れ、それにしたがうならば、あなたは意識の成した計画に常に介入されることを覚悟しなければならない。あなたの意志は他の意志——あなたがしたがわなければならない、あるいは少なくとも慎重に考慮しなければならない意図——によって妨げられる。このことは、個性化の過程に付随する義務がしばしば、即時の祝福としてよりは重荷として感じられる理由のひとつである。

すべての旅行者の守護者である聖クリストファーは、このような体験を適切に示すひとつの象徴である。伝説によると、彼は非常に強健な身体を誇りとし、傲慢であった。そして、最強の人間にのみ仕えようと思っていた。初め王様に仕えたが、王様が悪魔を恐れているのを知って、そのもとを去り、悪魔の家来となった。ある日、彼は悪魔が十字架を恐れているのを見、もしキリストを見つけ出せるならば、キリストに仕えよう決心する。彼は、ある牧師の忠告にしたがって、ある浅瀬のところでキリストを待つことにする。彼は多くの人を背負って川を渡してやりながら、長年そこに過ごす。しかし、ある暗い嵐の夜、小

さい子どもが川を渡して欲しいと頼んだ。聖クリストファーは、たやすいこととばかり子どもを背中に乗せた。しかし、それはだんだんと重くなってきたので、彼の歩みは歩一歩遅くなってきた。川の流れの中央にきたとき、彼は“あたかも全宇宙を背負っているかのように”感じた。そして、彼はキリストを肩にのせていることを知ったのである——そして、キリストは彼の罪を許し、永遠の生命を与えた。

この神秘的な子どもは自己の象徴であり、それは文字どおり、日常的な人間に“のしかかって”いる。しかし、それが彼を救済し得る唯一のことなのだ。多くの美術品において、子どもとしてのキリストは世界の球として、あるいは、それとともに描かれている。子どもは球とともに全体性の普遍的な象徴であるから、その主題は明らかに自己を象徴している。」

（「人間と象徴」下巻 108 ページ）

キリストは十字架を背負って歩いた。それは人類を救うためである。

では、イエス・キリストによって人類は救われるのかというと、そうではない。

救われるのは、

キリストがゴルゴダへ十字架を背負って歩いたように、

全宇宙を背負って歩いたように、

ひとり、ひとりが、

<内なるキリスト——子どもとしてのキリスト——世界の球——全体——自己>を背負って歩くことによってである。

イエスが十字架を背負って歩いたのは、お手本としてである。先達として、あえて刑罰という理不尽な攻撃を受け入れたのである。右の頬を打たれば、左の頬を差し出せという教えを実践したのである。彼はその道を歩いた。そして、あなたも歩きなさい、ということなのであり、彼が歩いたから救われているのではない。

だから、キリストに任せようとするならば、自らが全宇宙を背負わねばならない。

キリストを口にするなら、自らが善意を実現しなければならぬ。

まあ、重い話になったが、わたしを含む多くの人にとっての重荷は全宇宙から比べるとチリのような重荷である。ただ、チリとはいってもそれはひとりひとりにとって重く感じ、そして、傷つく。ただ、イエスがゴルゴダへの道を自ら歩いたことをはっきりとこころにうつし出せば、その重荷は少しは軽くなり、その荷はいつかほどけてしまうであろう。そして、その荷は、持つこともできるし、持たないこともできる、そのようになるであろう。

なお、念のため、わたしはクリスチャンではない。だが、イエスの弟子であり、ブツダの

弟子であり、シュタイナーの弟子であり、グルジェフの弟子であり、ヨガナンダの弟子である。弟子とはその意志を継承するものであるということである。あつ、あと「神との対話」の神の子であり、身体である。

(1月8日 2008年掲示板)

高塚さま、

> 常に選択するというのはなかなか難しいことです。

> わたしは4年以上、その試みをしています、果たせずにいます。

未熟者の私にとっても同様です。ただ元日の朝日を見て、

ふと思ったのですが、実はとても普通なことというか、自然な

ことではないかと。だからなんというかりラックスしてとり

くめたらと。もちろん選択する以前にちゃんと気づくことが

とても大切だと思っています。

ありがとうございます。

12月26日 2007年

●時空

古人の言の方がころを打つ。それはもしかしたら、古人が生まれ変わり、その生まれ変わりなかでその過去の言葉のひびきを変容させてしまっているのかもしれない。

●わたし～行為への愛

自分の考えを他人に理解してもらう必要は何もない。

ただ、ただ、その考えを自分自身で体現することだけが肝要である。

(掲示板記入予定)

■神聖なる利己主義

他人の考え

12月29日 2007年

●ヒーリング～生と死

亡くなれる方がいらっしゃる。

手をかざしても亡くなられた。

生きられる方がいらっしゃる。

手をかざしたから生還された。

このように私はいう。だが、

手当ての甲斐なく、  
手当ての甲斐あって、

あるいは、

わたしの未熟さゆえ、  
わたしの能力ゆえ、

亡くなられたり、奇跡的に回復されたりすることがあるのでなく、

生と死とはそこにあらかじめあり、  
わたしはただそこに立ち会っている。

そういう側面がヒーリングにはある。

生と死とは結果でなく、原因である。

(12月29日掲示板)

12月31日2007年、1月1日、2日、12月25日2008年

#### ●条件

与えられた条件が、あるいは自分が理想とする条件が  
他者に伝えることに役立つか否か  
ではなく、  
自分自身を開くことに役立つかどうか  
この観点から見てみる。

#### ■徹夜

徹夜を神とする。

お客さんを神とする。

(参考) 黒住宗忠の神との合一を目指す自力の修行に思い至ること。

#### ●意識のある人生～選択・知識

ゆるす道とゆるさない道とがある。  
どちらも選ぶことができる。

どちらも選ぶことができるが、今回もゆるさないことを選ぶかもしれない。  
それはそれでよいのだが、はっきりと覚えておくべきは、

ゆるす道があり、その道は歩いたことがない道である、

ということである。

これは非難ではない。

歩いたことがない道に関しては何も分からないということを言いたいだけである。

(12月28日 2008年掲示板)

ゆるすことが<できない>のではなく、<知らない>ということである。

分かりたければその道を歩いてみるということである。

ただそれだけである。

変容とはただそれだけである。

それだけであるが、別の道を歩くときには

思い切ること、踏み切ることの力が要る。

その力はどこから来るのであろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

良心