

## 高塚ノート 2008年

### ★1月 2008年

1月2日、10日、5月3日 2008年、2月13日 2009年、2月1日 2012年

#### ●質問～負の気分

立ち上がるために倒れている。

そういう倒れ方もある。

否、

立ち上がるために倒れている。

そういう倒れ方しか存在しない。

わたし達はもともと立っている存在なのである。

だから、立ち上がってみることである。

では、わたしにとって立ち上がるとはどういうことであろうか。

あなたにとって立ち上がるとはどういうことであろうか。

(1月10日 2008年掲示板) (加筆済み記入可)

そしてまた、自分が立ち上がってみれば、倒れている人もまたよく分かるということもある。

#### ■意識のある人生～質問

わたしにとっては、これまでの私であれば打ちのめされてしまうような出来事でも、打ちのめされてふさぎこんでしまう心の状態でも、意識して意識して私を変えて、新たな反応、新たな生き方をするということである。

#### ●しなやかさ

年末のたけしの超常現象の番組でのスプーン曲げは実にしなやかであった。

#### ●身体～意識のある人生

書くことだけでなく、身体の創出をこころがける。  
そのための<呼吸>、そのための<感じること>。

(4月19日 2008年掲示板)

1月4日、10日、4月10日 2008年、2月16日 2012年

●将棋・動詞

将棋で一番大切なことは何だろうか。  
勝つことであろうか。

勝つことから生まれることもあるが、  
負けることから生まれることもある。

だから、どのようにして勝つのか、どのようにして負けるのか。  
この<どのようにして>ということだけが実は問われているのである。

先日の囲碁会は1勝3敗で唯一勝った碁は、最後に勝つためだけに打った。最低であった。  
(2月16日 2012年新掲示板)

■他の様相

囲碁で負ける子どもの知的障害者の話。  
楽しむ将棋。  
傷つける将棋。

■勝ち負け

他のことでも同様のことはないだろうか。

■熱意

一生懸命やることから生じるもの。

1月6日、7日、9日、10日、14日、16日、19日、21日、22日、25日、30日、3月6日、3月7日、4月29日、6月2日 2008年、2月16日 2012年

●意識のある人生～キリストの道

傷つけられることに愛をもって進んだ道。

●逆

地球人は悲しむところで、喜び、

喜ぶところで、悲しむ。  
これはこっけいな悲しみである。

結婚式には祝儀袋、葬儀には不祝儀袋であるが、もしかしたらまるっきり逆かもしれない。

●意識のある人生～＜機会＞＜わたし＞

今、この瞬間から、意識が続く限り、  
すべてのことを、  
今日一日生じるすべてのことを、  
自分自身のために役立てること。

神性を感じながら、  
世界を感じながら、  
あるいは、  
習慣性に気づきながら、  
これまでの自分に気づきながら、  
変えられる自分に気づきながら、

今生じているすべてのことを、  
自分自身のために役立てること。  
変化していく自分自身のために役立てること。

(1月14日、6月2日2008年掲示板) (加筆して2月16日2012年新掲示板)

■わたし

今日のすべてを私のために取ろうとするのではなく、  
今日のすべてをわたしのために役立てようとする。

役立てようとする、  
ときには、私のものと思われるものを手放さなければならない。  
ときには、私が傷つくように思えることを体験しなければならない。

だが、意識的に＜自ら手放し＞、＜自ら体験すれば＞、そのことはきっとわたしのために  
役立つであろう。

(1月16日2008年掲示板) (加筆して2月17日2012年新掲示板)

■世界

わたしをめぐるこの世界での出来事は、神がしていることとわたしがしていることがある。

その違いをよく見ることである。

他人がしていることはないのか？

う〜ん、微妙で言葉にできない。

とりあえず、自分の役に立てることとして、これはわたしがしたことなのか、神がしたことなのかと、問うてみることである。

(1月18日 2008年掲示板)

#### ■利己主義

他人を批判しない。

なぜか。

人徳者だからではない。利己主義者であり、合理主義者だからである。

他人を批判しても己を利することがないからである。

(1月19日 2008年掲示板)

#### ■利己主義（宣言）

「あなたが死刑になるのは自業自得である」

という。あるいは、何でもよい。

「あなたは〇〇である」

という。このような判断が正しいかどうかで人は争う。

だが、このように他者について判断するとき、その内容とともに、

<それはわたしである>

ということがある。つまり、

<わたしは「あなたが死刑になるのは自業自得である」というわたしである>

ということがある。

何も死刑廃止論者になれとすすめているわけではない。ただ、他者について何かを宣言するときには、それは自分自身を表現しているということを忘れてはならないということである。

他者に対して思うこと、

他者に対して話すこと、

他者に対して行なうこと、

それらすべてを自分自身を知るために利用することである。

相手がどのような人であるか、それが真実であるかどうかは別として、＜相手に対するわたし＞、それは＜わたし＞を知ることの大いなる手がかりとなる。

(1月21日2008年掲示板)(草稿要転記「自己研究」)

▲＜わたしが何者なのかを決める＞

「自分自身を創造している。多くの人びとには、それがわかっていない。自分たちは創造しているのだと思っていない。それどころか、それがすべての「生」の目的だということを知らない。それを知らないから、すべての決定がどれほど重要で、どれほど影響の大きなものかについて気づかない。

あなたがたがする決定はすべて、何をするかを決めるのではなく、あなたが何者なのかを決める。それがわかり、理解できれば、すべてが変わる。人生を新しい目で見えるようになる。すべての出来事、事件、状況は、ここに来た目的を遂行するチャンスになる。」

(「神との友情」上巻105ページ)

■感情

難しいことをいわずに楽しいことをしていればいいのだ、という考えがある。それは全くその通りである。

ただ、ここで注意すべきは、

＜楽しいことで、自分を知ることができる＞

ということがある。これは正邪の判断ではない、単に自分を知ることができるということである。

もうひとつは、

＜楽しいことは変わる＞

ということである。さらにいうと、

＜楽しいことは変えることができる＞

ということである。

そうなると、楽しいことをしていればいい、人生は楽しめばいい、というのはちょっと言い方が変わってくるかもしれない。

ともあれ、

今は楽しめないが、過去わたしが楽しめたこと、

今は楽しめ、現在わたしが楽しんでいること、  
今は楽しめないが、将来わたしが楽しめそうなこと、  
この楽しさを基準にすることはわたしを知り、わたしを変えることに役立つ。  
(1月22日2008年掲示板)

苦しいこと

出口がみえる苦しいことと出口がみえない苦しいことがある。

#### ■愛と不安

自分自身のこころの中を振り返ると、ほとんどが不安で占められている。

#### ■エネルギー

多くの場合、エネルギーを節約するよりも、つまらないことがらに思えても最大限のエネルギーを注ぐことの方が気持ちが良い。気持ちがよいということは、わたしの物差しでは自分自身の役に立っているということである。

<エネルギーを注ぐことが自分自身の役に立つ>という、このことは人間存在が何であるのかを考える手がかりとなるのではないだろうか。

(3月7日2008年掲示板)

#### ▲二つの側面

対象を変容させるのではなく、自分自身を変容させる。

対象自体にエネルギー量が反映される。

一体であること。

エネルギーはどのようにして使われるものであるか。

すべての人が取ろうとすると最後に世界は動かなくなる。

すべての人が与えようとするといつまでの世界は動く。

いとこの光さんの

「気を出していないと、下痢をしてしまう」という話。

自分自身の身体の健康

#### ▲ハトホルの書

020～エネルギー・視野

そこでまず本書では、あなたがエネルギーであるという解釈から入っていくことにしましょう。わたしたちがエネルギーの話から始める理由は、現時点の地球では、あなたがたの意識が三次元の現実（リアリティ）と呼ぶところ、つまりあなたがたの身体的感覚によって見たり触れたりできる物質界に固定されているからです。しかしながらエネルギーのスペクトル、すなわち地球の物理学者がまだ解明していない電磁スペクトルのなかでは、そこに存在するもののうちあなたが見ることのできる範囲は1パーセントにも満たないのです！ この宇宙で人類が把握していない無数の領域と同様、わたしたちもまた、人類がまだ知覚していない残りの99パーセントのエネルギーのなかに存在しています。

#### ■意識のある人生～二つの目的

今、この瞬間から、意識が続く限り、  
すべてのことを、  
今日一日生じるすべてのことを、  
自分自身のために役立てること。

自分自身の何のために役立てるのか。

それは、

- 1 自分を知ること
- 2 自分を創り出すこと

のためにである。

（6月6日2008年掲示板）

#### ■

今日、気に病むことは何か。

今日、こころを傾けることは何か。

#### ■仕事

苦情電話をヒーリングの時間とする。

#### ▲ハトホルの書

#### ■神との対話（1巻154ページ）

「だが、精神的な美だけを追求する者はそうしたことにわずらわされない。パンと水をたずさえ、粗末なワラ床でやすみ、祈りと瞑想と神性を思い巡らすことにすべての時間を捧げる。そういう環境なら神性を見ることはどれほど簡単だろう！ 務めはどれほど単純だろう！

しかし、配偶者があり、子供があつたら！ 午前 3 時にオムツを替えなければならない赤ん坊に神性を見る。毎月一日に支払わなければならない請求書に神性を見る。配偶者を襲う病に、奪われた職に、子供の発熱に、親の苦痛に神の手を見る。それができたら聖者だろう。

あなたが疲れるのはよくわかる。苦闘にうんざりしているのもよくわかる。教えてあげよう。わたしに従えば、苦闘は終わる。神の場で暮らせば、すべての出来事が祝福になる。」

1月7日、8日、14日、30日 2008年

●わたし

布置——今、わたしのまわりに何があり、誰がいて、どのような出来事があるか——は相手を決定するのではなく、わたしを決定する。

今、ここに、おいしいごちそうがあろうと、腐敗した生ごみがあろうと、  
今、ここに、善人がいようと、悪人がいようと、  
今、ここに、わたしへの賞賛があろうと、わたしへのののしりがあろうと、

いつもそこにあるのは、<何を選びとるか>だけであり、  
いつもそこにあるのは、<わたし>だけである。

(1月30日 2008年掲示板)

■相対性・善と悪

ごちそうがあること、善人がいること、賞賛があること、  
わたしはそれらを求める。当然である。

しかし、不思議なことに、

これらはわたしのためになるのだろうか

ということがある。

まったくもって不思議なことであるが。

(1月31日 2008年掲示板) (2月12日 2012年新掲示板再掲)

■ハトホルの書

●所有

縄文時代の部屋にあるもの、そして、日々人々は何を願っていたのであろうか。



1月9日、16日、17日、30日、4月29日、10月2日 2008年

●感じる能力

五官以外の能力、思考外の能力として、＜感じる＞ということがあるのかもしれない。

無意識の使用、意識的な使用。

●見る

新聞をとっている。

テレビをみている。

ネットをみている。

週刊誌をよんでいる。

でも、安いラーメンを食べ、  
百円ショップで安い買い物をし、

得をした

と知っているようでは、何も見ていないに等しい。  
そこに＜わたし＞はいない。

旅行に行き、美しい景色に見とれる。  
聖なる書を読む。  
あるいは、信じる宗教の聖堂へ行く。

そこで満足しているなら、  
そこに＜わたし＞はいない。  
(加筆して掲示板記入予定)

●意識のある人生

怒らない

イライラしない

不安にならない

このような試みは無意味とまではいわないが、割に合わない試みかもしれない。  
なぜなら、否定語であるからだ。

否定は

怒ってから怒らないようにする  
イライラしてからイライラしないようにする  
不安になってから不安にならないようにする  
からである。つまり、一度は怒り、イライラし、不安になるからである。  
だから、意識のある人生では肯定語を範とすべきである。  
人生を肯定語とすべきである。つまり、いつも、

<わたしは何々である>

とするということである。

(1月15日 2008年掲示板) (草稿要転記)

●わたし

何を選んでいるのか知らない。

何を創り出しているのか知らない。

「神との対話」ではこれは贈り物であるというが、できれば、この贈り物の中身を知って  
いたい。

●感じる～ヒーリング

感じながら気を送ること。

●わたし

私はうそつきである。

私は自慢しない。

●教室

この世界は神様の文章である。

その文章をしっかりと読み取るためには、わたしのメガネのちりをぬぐわねばならない。

ハトホルはアセンションをいうかもしれない。

●わたし・所有

「神との対話」の本ではなく、自分自身の中に「神との対話」を読み取ること。

●神との友情 (下巻)

108～<受容><選択・創造>

1月10日、11日、17日、3月3日 2008年

●柴田さんへの返信

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す。また、過分なお礼いただき、感謝しています。

<思い>、<言葉>、<行為>を通じて人間は創造します。

抱負はその意味では、<思い>、<言葉>の段階でしょうか。もちろん<思い>、<言葉>というのも創造行為なので、思いから言葉にされた文章、言葉として発せられた語はそれ自体で様々なものを呼び出し、創造へと向かいます。

ただ、教室での時間、空間だけがその創造への手助けではないので、今日一日、明日一日、そして次回まで、そして、何十年経ようがそれが実現するまで、ご自分の創造行為の手助けとなるものをよく見てみることです。

そして、もちろん、いつも、いつも抱負を思い起こすことはもっと大切なことです。

昔、友人が「俺って触媒みたいな存在だなあ。俺は変わらないが、俺を通じて皆変わっていつている」というような話を半ば冗談に、半ば本気で話していました。

まあ、同じような意味で教室はよき触媒とお考えいただければと思います。どのような人もその人固有の仕方に変容していくわけですが、教室での実践、ディスカッションを通じてその変容が早まるような役目を果たしていくことができれば本望です。

そして、また、そのことはわたし自身についてもいえることなのであり、わたしが教室を開くことで「持ち出し」になったとしても、それはそれで構わないことなのです。ただひとりも見えられないと化学反応ならぬ人間反応にならないので困るのですが（笑）。

そしてまた、この人間反応には不必要な人というのはいないのです。ですから、仮に劣等生と思われるような人がいても、その人は人間反応には不可欠な人であるということをお忘れにならないようにしていただきたいと思います。肉しか食べようとしないのは子どもだけではありません。大人も同じです。何人かの人は野菜は食べたくないといってやめられていきました。

さらにまた、多くのものを費やした人だけが多くのものを得ることができます。霊学の数学というのがあるのですが、

$$1 - 10 = +10000$$

この世界の目でみると。高塚は10という時間、10という労力を失ったといえるかもしれませんが、霊学の目でみれば、高塚は10を費やしたのです。ですから、高塚は多くのものを得るのです。この世界では「 $1 - 10 = -9$ 」ですが、ここに目をうばわれて、高塚が参加者の方から「+9」を回収しようとする、+10000は雲散霧消してしまうのです。

もちろん、自然に

$$+10009$$

というのもありですから、よろしく～(^o^)/

ということで、旬な答えではありませんが、昨日の別れぎわの

「高塚さん、この参加費でよくやる気になりますね」

という質問の答えです。

次回、1月23日（水曜日）は「新約聖書」の「マタイによる福音書」です。よろしくお願  
いします。わたしも「12月に一回やっているから、たいした準備しなくていいな」などと  
考えず、10しっかり費やします(^o^)/

（1月10日2008年掲示板）

高塚さん。こんにちは（^-^）

昨日はありがとうございました（^-^）

抱負はどれを取っても、ひとつでも実践できればいいのかな？とも思いますが、好きなことを好きなだけ望んでいいと言うこともありますので、なるべく大胆に行きたいとも思います。

あまり人のことを気にせず、やはり自分の心が喜ぶ方へ行きたいです。

もう一度自分の抱負に目を通して、手をつけていきます。

教室は答えを求めに行くところだと思っていましたが、その考え方にも変化があります。

自分の思っている答えが出てこないかぎり納得しないままで、同じ所をグルグル回るだけになってしまうからです。

取りあえず自分の思っていることを口にだす。

あまり答えに重きを置いていないと言うところです。

口に出しておくことで、後々答えが巡って来るようにも思っています。まあ、旬な答えでないときもありますが（笑）

なかなか普段は話さないような事柄から俗っぽい話、もちろん大真面目な話まで（笑）私としては毎回実りある教室で感謝しています。

ありがとうございます（^-^）

次回も宜しく願いいたします。

#### ▲「神との対話」の愛の定義

「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。」

#### ■四方田さんへの返信

四方田さん、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。また、貴重な参加費いただき、感謝しています。

>日々の流れの中で置き忘れないよう気をつけねばなりません。

確かにその通りですね。

今日実現できない抱負は抱負ではありません。

絵に描いた餅です。

今日、抱負の何を実現したか。何を行為したか、何を言葉にしたか、何に思いをはせたか、毎日毎日振り返ることです。もちろん、できれば一瞬一瞬に実現し続けることをこころがけたいですね。

>また「神の声はそこかしこにあるのに気がついていない」事も

>1つ2つ。「なんだ、すでに聞いていたじゃないか」と。

この世界はいわば神がかかれた本です。神はその意志を世界のすみずみまでかかれていて、

その言葉、その息吹が抜け落ちている場所、時間などありえません。余白はないのです。いつ、どこでも、そして誰でも神の言葉を読むことはできます、神の息吹を感じることはできます。

ただ、できるはずだが、できない。

これが現実です。問題はわたしたちに聞く耳があるかどうか、見る目があるかどうか、感じるころがあるかどうかです。もちろんひとりひとり、言葉、息吹に同調できる耳、目、ころはもっているのですが（——このこと自体が驚異であります——）、いつも閉じてしまっているのです。では、どうすれば開けるのでしょうか。それが教室での目的のひとつです。〈わたし〉は私と参加されている方に様々なレクチャーをしているのですが、最終的にはそれぞれが自分でつかみとるしかないことです。

>参加費のことですが、

>私の道場の師匠が弟子が独立して道場を開くとき

>「他に収入を得るように」と言います。

>そうしないと「お金のために」

>自分の道場をやらなくてはならない事態になることをさけるためです。

師匠はご立派な方ですね。

わたしの場合は、さらにまたやっかいなことがありまして……

もしわたしがヒーリングで身を立てようとする、患者さんがいるということが大前提になるわけです。

患者さんがいなくなれば、わたしはヒーリングで暮らしていけなくなります。

わたしの目指すヒーリングは地球上すべての人がわたしのヒーリングを必要としないということであり、ヒーリングで身を立てようとするのはわたしのヒーリングの趣旨に矛盾するのです。

その意味で、やはり何もいただかないというのが理想なのかもしれません。わたしも当初はそのような気持ちでいましたし、そのようなことを実行していましたが、長く続け、またいろいろな方とお会いし、また、己の至らなさや様々なことがミックスして、今は困難なことになっています。当初のあの理想はどこにいったのかということですね。

イエスが弟子たちに病気を治す力を授け、弟子たちを布教に送り出すときにこういいます。

「あなたがたはただで得たのだから、ただで与えなさい」

まあ、わたしは光さんからただで得たので、ぴったりとこの言葉があてはまるわけですが、10万円とか100万円とか払ってできるようになった方はこの言葉はあてはまらないかもしれません。ただ、理想の高塚はあなたが始まりとなり、ただで与えなさい、というかもしれません。

まあ、グダグダと書きましたが、この件に関してはわたし自身相当グダグダしていることの証です。このことは食べるための仕事をつづけるか、やめるかということにも通じ、ここ何年か同じところを堂々巡りしています。

う～ん、山奥とはいわないまでも、どこかお金がかからないところに引っ込んでシンプルに生きたいですね。あるいは、遊行ですかねえ。

>>次回、1月23日（水曜日）は「新約聖書」の「マタイによる福音書」

>了解しました。

>あらためてピックアップしてくるのですね。

これはピックアップだけでなく、気にかかる箇所を引用していただいて、イエスは何をいいたかったのかをヨモダ・キリストになって話していただきたいということです。

その他、理解しがたいところ、間違っているのではないかとということもありましたら、そのような箇所も取り上げてください。

私は新約聖書を読み込むというよりも、今回は「ヒマラヤ聖者の生活探求」を読み込んで、聖書のバックアップとしたいと思っています。この本には現代によみがえったキリストがいろいろ語っている場面があるのです。そのことだけをとらえればトンデモ本と思われる方も多いと思いますが、中身はトンデモ本と批判される方のお話よりはるかにまともなことが書かれています。ただ、全5巻なので、かなり汗しないといけないかもしれません。

では、また～。

（1月11日2008年掲示板）

高塚さん、柴田さん、こんばんは。

「抱負」は1人で考えてるより、

昨日のように教室でディスカッションした方がいいですね。

日々の流れの中で置き忘れないよう気をつけねばなりません。

昨日の瞑想・気の体験で得た「気付き」はまだ今も続き  
穏やかな心の状態を保っています。

「ああ、あの時の自分の感じ方は小さい自我だったんだな。」

とかいう感じで1人で笑ってしまいます。

また「神の声はそこかしこにあるのに気がついていない」事も

1つ2つ。「なんだ、すでに聞いていたじゃないか」と。

高塚さんに言っていたいただいた一つの

「何を忘れて、何をわすれないか」（言葉は変わっていますが）始め、

柴田さんのお話、山田さんのお話、

多くをいただきました。

参加費のことですが、

私の道場の師匠が弟子が独立して道場を開くとき

「他に収入を得るように」と言います。

そうしないと「お金のために」

自分の道場をやらなくてはならない事態になることをさけるためです。

実際には、その通りにやる人も道場だけでやってる人も両方います。

>次回、1月23日（水曜日）は「新約聖書」の「マタイによる福音書」

了解しました。

あらためてピックアップしてくるのですね。

#### ■達人

人生のすべてをわたしのために役立てる。

#### ●意識のある人生～感じる

私はどうしても何をしているかに目を奪われてしまう。

しかし、

何をしているかということだけでなく、

どのようにしているか、



ということもまた肝心なことなのである。

皿洗いも、床みがきも、パソコンの打ち込みも、  
どのようにしているか  
によって、瞑想と喜びになりうるのである。

では、どのようにしているか。

これはひとりひとりご自分で考え、試みてみていただきたいことであるが、わたしの場合は<感じる>ことを試みている。そして、感じるためにまずはこころを空っぽにしようようにしている。

(3月3日 2008年掲示板)

#### ■意識のある人生～エネルギー

他方、空っぽとは逆にすることもまた

エネルギーを注ぐこと。

自分のために役立つこと。

1月11日 2008年

#### ●意識のある人生～時空

多くのことを短い時間で行うこと。

時間は縮めることができる。

早く移動すること。

空間は縮めることができる。

そして、ときにはゆっくり見ること、感じること。

あるいは、これがコツであるのか。

これに適う正しい身体の使い方とは。

#### ■市野

人間が好き (守田談)

1月14日、16日、25日、11月15日 2008年、4月14日 2010年、2月25日、27日 2011年

#### ●イエス

イエスの場合 神～イエス～人間

高塚の場合 神・イエス・ブッダ・…～高塚～人間

ある意味では同じである。

ある意味ではとても違うかもしれないが。

#### ● 自他・選択

人間関係で、わたしの意図が果たされなくともよい。もっと尊いものがあるからである。

それはあなたの選択、あなたの自由意志である。

わたしの意図は果たされなくとも、あなたの意志は果たされた。

これより尊いものはない。

(掲示板記入予定)

これより尊いものはないが、これを見ることはまれである。

多くの人は私にしたがうからである。

(掲示板記入予定)

#### ■ 自他・犠牲

そして、これは多くは神の仕事であるが、相手の意志がわたしによって果たされたなら、これは何よりも尊いわたしの意図となるかもしれない。

1月15日、17日、18日、25日、4月30日、5月12日、19日、11月14日、15日、17日、18日、20日、24日 2008年、10月16日 2009年、4月14日 2010年、1月21日 2011年

#### ● 所有・使用・創造

モノを使い切るということはどこか創造に結びつくところがあるのではないだろうか。

そしてまた、

<モノを使い切る>とはどういうことであろうか。

<モノを使い切る>ということはあるのだろうか。

(5月19日 2008年掲示板) (草稿要転記「所有」)

モノを使い切るとはエントロピーの増大か減少か？

灰にするほどエントロピー増大となるものはないが、もし灰になるほど使い切った時には、それは別の形でエントロピー減少となっていないだろうか。世界の秩序化にどこか貢献したのではないだろうか。

連続性・原因と結果

新たなる始まり、すなわち、創造

ホワイトホールのようにである。

#### ■所有・使用

> モノを使い切るといことはどこか創造に結びつくところがあるのではないだろうか。

だから、使い切れるモノ以外は持たない。

そして、持っているモノは使い切る。

(11月15日 2008年掲示板)

#### ▲使用・管理・灰

だからまた、持っているモノは気持ちよく使えるよう、管理する。掃除をする。片づけをする。

そして、使い切ったならば、燃やして、ひとつかみの灰とし、元にもどしてあげる。

以下は、オイゲン・ヘリゲル博士の著書からの引用である。戦前「東北帝国大学」に哲学と古典語の講義のために来日され、5年余の月日を過ごすのであるが、禅への深い関心をいただいていた博士は、禅に多少なりとも関係がありはしないかということで、芸道として「弓道」を習うのである。帰国に至るまでの修行ぶりについては同書をお読みいただくとして、以下は、帰国が決まったときの阿波研造師範のヘリゲル博士に対する話しである。

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。ひとつか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)

ここではモノがテーマであるが、以前ふれたように、灰にすることはモノだけとは限らない。今日一日もまた、「全てを使い切り灰にするように生きる」ことができるし、「燃え切らずに水をかけて終わらせた木片のように生きる」こともできる。

(11月16日 2008年掲示板)

#### ■身体

持っているモノで一番身近なモノは

<身体>

である。

では、この身体を使い切るとはどういうことであろうか。

(11月18日 2008年掲示板) (教室質問)

▲筆ペン人生 (2011年1月21日)

今日一日、

身体を使い切ってみること。

(掲示板記入可)

■グルジェフの身体

もしかしたら、使い切るということと手放すということは紙一重のことかもしれない。

1924年11歳のフリッツ・ピータースは家庭の事情で「人間の調和的発展研究所（通称ブリオーレ）」に入所し、指導者グルジェフのもとで100人以上の生徒と共に共同生活を4年間送る。その後家庭の事情で退所するのであるが、その4年間での出来事が「魁偉の残像」という書に記されている。以下は、その一節である。

「人間が自然より劣るという前提を認めるならば——そして私はこの前提を否定する立場になかった——、なんらかの解決があると仮定してではあるが、グルジェフも人間である以上、必ずしもすべての回答を握っているとは限らないという可能性について、何の躊躇もなく考えさせられた。当時の年齢において私が理解した彼の哲学には、異論なく人を惹きつける魅力があった。それ以上の何かであったのだろうか？ すべての「神秘的」概念は、神秘的であるということ自体、あるいは何かの点で謎めいているというこの上なく単純な理由で、詮索好きな人にとっては魅力的である。

こうした疑問はやっかいであり、自信を喪失させ、人間の「存在理由」を根本からおびやかさへする。生そのもの、人間の存在理由についての疑惑と疑問は、同心円を描くクモの巣のように連想反応を起こし、つまるところ、グルジェフを鍵を持つ人として認め得るか、または認めるかという問題に尽きた。彼のいるところで暮らしているという単なる理由によって、他の宗教や、生に関する概念の説く「信条」や「信念」に隠遁（隠遁という言葉は必ずしも適切ではない）するのは不可能であった。私は、宗教、哲学、またはもっと現実的な活動であってさえ、組織化された活動というものを拒否した彼に惹かれただけでなく、彼が、個人の真実、行動を支持するよう見えたことに、さらに強く惹かれたのである。だが、私が恐ろしいと感じたのは、個人としても、集団としても、人間の生は無

益であるという考えに帰着したことであった。檜の木のだんぐりの話は、子供であった私に強烈な印象を残した。人間の生が有機体のたんなる一形態である——発達するかもしれないし、しないかもしれない——という概念は、聞いたことがなかった。だが、グルジェフのワークが現実的に「檜」に成長するための適切な方法であったのだろうか？ 彼が何者であろうと、私は彼が好きだったし、確かに心を奪われていた。そうであっても、私がたった一度だけ真剣に自殺しようと試みたのが、その年のことだったということは、今でも深い意味を持っている。私は、心を苦しめてやまない疑問に呻吟し、なんらの回答も見出せないまま、それ以上容赦なく問い続けることができなくなるほど苦悶した。私にとっては、明らかに、回答を握っているただ一人の人がグルジェフ自身であるかもしれないように思えたが、悪漢でもあり得たかもしれない彼に、直接聞くわけにはいかなかった。私は小瓶に入ったメチルアルコールを飲んだ。表面的にはあまり断固とした企てではなかったが、真剣に意図した企てであった——瓶には「毒薬」と書いてあり、私はそのまま信じた。だが、特に劇的な結末には到らなかったのである。胃がむかつき始めただけで、吐剤を飲む必要さえなかった。

自殺を試みたのは夜であり、翌朝、いつものコーヒーを持ってグルジェフの所に行くと、彼は私をちらっと見ただけで、どうしたのかと聞いた。私は、私のしたことを話し、すぐに体がおかしな反応を示したことを、やや恥じらいをもって話した。その時私は、もう彼が悪魔かどうかということは気にかけなかった。彼は、間違いなく自殺するには、心から意図しなければならぬと言っただけであった。なぜそうしたのかということは聞かなかった。あの朝、一対一で彼と向かい合っていた私は、互に、まったく公平に赤裸々であるという奇妙な感覚を持ったのを憶えている。」

(フリッツ・ピーターズ著「魁偉の残像」191 ページ めるくまー社)

著者のフリッツは子供であり、しかもグルジェフの身の回りの世話をする従者のような役割を課せられている。当然ながら川の流れの「川上 (かわかみ)」と「川下 (かわしも)」の立場である。すなわち、川上のグルジェフから川下のフリッツにすべては流れてくる。しかし、自殺を試みたそのときに限り、その川の流れは止まり、同じ川の中に立つふたりとして対峙するのである。

グルジェフは入所したばかりの 11 歳のフリッツに庭にある檜 (かし) の木を指差し、

「あの檜の木のだんぐりはいくつあると思うか？」

「数千はあると思う」

「では、その数千のだんぐりのうち、いくつが檜の木になると思うか？」

「おそらく、五つか六つだと思う」

「いや、たぶん、たった一つ、たぶん、たった一つもならない」

と言い、人間もまたあのどんぐりと同じであり、そのままではどんぐりのまま土地の肥料となるだけであるという。ほとんどの人間は自然の肥料となるだけのために人生を費やしている。自然はどんぐりに樗の木になる可能性を与えてくれる。人間にもまた<人>となる可能性を与えてくれる。だが、人間がどんぐりのまま人生を送るのでなく、樗の木になるためには努力しなければならないという——どんぐりはは善悪の葛藤を通じて樗の木になるという——。

この話しは入所したばかりの11歳のフリッツに強烈な印象を与える。プリオレでの生活はこのようなく印象>を体験を通じて得ることを目的としている。ただ、その体験、その印象は「グルジェフの意図」の体験、印象であり、その意味で、川の流れなのである。

しかし、その流れがフリッツが自殺を試みた翌朝だけは止まってしまった。

どんぐりを使い切ること、身体を使い切ることというのは、どんぐりを捨てることとは違う。

ただ、違いが同じところがある。それは、どんぐりは使うこともできるし、捨てることもできる。このことを知り、現実に体験するということである。

異なるところを強調すれば、自殺をすると天国にいけないという話しになり、同じところを強調すれば、それは人の人らしい初めての営みであるということになる。

(11月24日2008年掲示板)

どうして止まってしまったかを私はうまく説明できない。ただ、止まったというだけでよいとも思うが、あえて蛇足の説明を試みる。

どんぐりを使い切ることはどんぐりを捨てることとは違う。

#### ▲創造・灰

お金は出すと入ってくるという。

呼吸も吐くと入ってくるという。

お金を出して、ない当座は苦しい。

息を出して、吸わない当座は苦しい。

しかし、入ってくるのである。

モノも私の人生も同様である。

完全に使い切って、新たなわたしが私に入ってくる。  
これが創造である。

だから、  
私を完全に使い切ることである。

だから、  
今を完全に使い切ることである。

(4月14日 2010年掲示板)

(参考)「神対」1巻 123 ページ

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、選びなおしなさい。新しい現実を呼び出しなさい。新しいことを考え、新しい言葉を口にし、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。」

1月16日、2月17日、5月12日、6月6日、11月15日 2008年、5月8日、9月29日、  
30日 2009年、2月25日、27日 2011年

●意識のある人生～呼吸 (加筆して再掲)

息を吸って、息を吐く。

また、

息を吸って、息を吐く。

もちろん、無意識にであるが、そのことはここではふれない。

問題はそのときに何を吸い、何を吐いているのかということである。

どのような思いを吸い、どのような思いを吐いているのかということである。

もし、その思いを別のものにしたら、わたしの人生は変わるのではないだろうか。

ふとそうしたことを思ったりする。

(1月17日 2008年掲示板) (2月27日 2011年) (草稿「所有」要転記)

## 神性の呼吸

### ●意識のある人生～エネルギー

エネルギーは費やしても疲れるし、費やさなくても疲れる。  
しかし、その疲れ方は似て非なるものである。

さらにそのエネルギーの費やし方もこれを意識して費やそうとするのか、意識しないで費やしているのかでは天地の違いがある。

〇〇をしようと思っでするのか、〇〇を機械的にするのか、〇〇をさせられてするのかとでは三者三様の大きな違いがある。同じことをしたのに、使用したエネルギーは全く別のものようである。

モノはあっても疲れる、なくても疲れる。  
しかし、その疲れ方は似て非なるものである。

意識的にエネルギーを費やすこと、すなわち、これをしようと思っで費やす分には相当の量を費やしても消耗はしない。最後の最後まで費やしても心地よいものが残る。  
だが、これを無意識的に費やすとそうはいかない。

同じようにモノを持たないということも、意識的に自ら持たないとするのか、持つことが出来ずに持たないのかは天地の差がある。

意識的か無意識的か。

自分が参加しているか、参加していないか。

このことがエネルギー問題の根底にある。

(9月29日2009年掲示板)(教室資料要転記)

### ●所有

どれだけ熱心に読んでいるかは別として、「神との対話」はわたしにとっては聖書、仏典のような書であり、いつまでも手元に置いておきたいし、これなくして生きていくことは途方もないまわり道となると思っでいる。

また、ノートは10年以上のわたしの気づきを書いてあり、何度も何度も読み返して、わたしの人生に実践していくものと思っでいる。

しかし、究極的には「神対」も「ノート」も不要である。

必要なものは何もない。



わたしだけがあればよく、わたしはいつもある。  
(加筆して掲示板記入予定) (草稿要転記～所有)

#### ■H氏の火事

#### ■わたし

わたしがなくとも世界はあるが、  
わたしがなければ、世界はわたしにとって意味はない。

50年前の世界、40年前、30年前、20年前、10年前の世界、それぞれの世界の意味は全く違う。

なぜなら、それぞれの年齢にいたわたしが全く異なるからである。

わたしがなくとも世界はあるが、  
わたしがなければ、世界はわたしにとって意味はない。

では、今日のわたしはどのようなわたしであるのだろうか。  
(加筆して掲示板記入予定)

(参考)「ヒマラヤ聖者の生活探求」2巻 22 ページ

#### 022～真の知識の獲得

.....

オシリス、仏陀、イエスの教えを学んでみると多くの共通点のあることが分ります。事実、時には同じ言葉の使われていることに気づきます。これは一体、三名の誰かが他のものを写し取ったのでしょうか。もろもろの教えは彼らに外から内へ至る道を示したのです。その時彼らは単に教え(られ?)ること、写すことを一切やめ、進歩した筈なのです。三名の内誰にせよもし自分が見たり教えられたりしたものを只写し学ぶだけで、すべては実に内在の神より発するものであることが悟れなかったら、彼らは依然として学ぶだけにとどまり、その言行が後世にまで記録されて残ることはなかったでしょう。これら三人共耳を貸そうとせず、何れも「吾が国は物質の世に非ず、霊の国なり」と同じ考え方を殆んど同じ言葉で表わした点において、同じ経験を経てきているのです。にも拘わらずオシリスの場合、後世の年代記作者達はとうとう彼を極端にもエジプト王にしてしまうという愚を演じてしまったのです。

ここで話は一旦終り、わたしたちは廟の方へ歩いて行った。下の部屋に着くと、師は再び語り出した。

### ■意識のある人生

小学生、中学生、高校生、大学生、二十代、三十代、四十代、五十代、すべて、その時の年齢の自分から世界を生きた。

だが、世界はまるで違った形で生きることもできたのである。

同様に、六十歳の今もまた、世界をまるで違った形を見て、まるで違った形で生きることもできるのである。

この意味で、世界はわたしに従うのである。

### ●わたし

どのようなときにも、私が他人にどのようにみえるかということにはころを向けない。エネルギーを浪費させない。

どのようなときにも、私が過去どのようにであったかということにはころを向けない。エネルギーを浪費させない。

どのようなときにも、私がこの世でどうなってしまうのかということにころを向けない。決してエネルギーを浪費させない。

わたしのころを向けるものは、  
わたしが今何をしようとしているのか、  
ただこの一点である。

ころはここに向き、  
意識はここに向き、  
エネルギーはここに流れる。

(掲示板記入予定)

### ■自他～神聖なる矛盾

対人関係においては、

どのようなときにも相手が何をしたいのか、相手がどのようにすれば一歩前に進めるのかにころを向ける。エネルギーを費やす。

囲碁将棋、賭け事、

1月19日、20日、5月12日 2008年

●神を感じることに

瞑想による沈黙

神を使うこと～ヨガナンダ

無意識の使用

意識の使用

魂の使用

感じることは愛に根ざしているか、不安に根ざしているかのどちらかである。

不安の神も愛の神もどちらも神である。

1月20日2008年

●意識のある人生

いつも目を覚ましていなければならない。

1月21日、3月4日、5月12日2008年

●エネルギー

すべてのエネルギーをひとつのことに注ぐこと。

どうも分散は結果も分散のようである。

■梅田望夫

先週金曜日に親知らず(最後の一本)を抜いた。抜いたあと数日はリラックスして過ごせ、一週間はアルコール禁止とのことで、この一週間で何かまとまったことをやってみようと思った。じつは齋藤孝さんとの対談で、勉強法の話になったとき、「ある時期はこれと決めて、たった一つのことだけを朝から晩まで徹底的にやる」という方法を、齋藤さんは実践されてきたのだ、と教わった。

僕はある程度そういう勉強法を意識したことはなかったのですが、よし、この「親知らず」抜き後の一週間は、仕事も完全に休みにして、徹底的に将棋の勉強をしようと思い立った。僕の場合、将棋の勉強と言っても、指すこと(強くなること)には興味がないので、現代将棋を観るため、味わうための勉強である。

「趣味は将棋鑑賞」などと公言していながら、二十歳のときから四十歳までの二十年間(1980年代、90年代)は、自らのサバイバルに没頭し、好きな将棋や、その他の趣味と呼べるようなものはすべて封印したため、その間の将棋の進化についての知識が明らかに不足

している。これを一気に埋められないかと、この一週間は、「将棋世界」バックナンバー、棋書、数々の棋譜とともに、将棋盤の前にずっと坐っていた。

たしかに齋藤さんの言うとおりに、たった一つのことだけを徹底的にやると、一週間でかなりのことができるものだ。そう感じた。

<http://d.hatena.ne.jp/umedamochio/20080208/p1>

### ●健康～世界3

AUM

ハトホルは愛と音のマスターであるという。

1月22日、24日、5月12日2008年、9月30日、10月23日2009年

### ●働く人

汚物をリサイクルする微生物がいる。

トイレの掃除をする人がいる。

クリスマスに料理を供する人がいる。

いつからか、私は働かなくなってしまった。

### ■変容

汚物を分解し、リサイクルに供する細菌がいる。

一億回の細菌人生を送れば、違った生き物になれるのであろうか。

分からない。※

ただ、人間の場合はそうである。

クリスマスに一億回料理を供すれば、違った存在になる。

(加筆して掲示板記入予定)

### ■

一億回、いやいや料理を供すること。

一千回、喜んで料理を供すること。

違いは歴然としている。

だが、日常生活や、日々の仕事においてはこの歴然の差は見過ごされてしまっている。

## ■ハトホルの書

4つの礎石のひとつ四大の貢献

ひとつひとつの最小単位のモノに意識があるという。

※ハトホルによれば、違った生き物になるということではないだろうか。

1月23日、24日、26日、27日、29日、3月22日、23日、4月6日、5月14日、17日、  
18日 2008年

## ●わたし〜場

あなたは今どこにいるのだろうか。

部屋にいる、などという話ではもちろんない。

ここは今どこにいるのだろうか

ということである。

(1月23日、25日 2008年掲示板)

## ■内なる日記

わたしはどういう因果かHP上で日記を書いている。どういう日記かはお読みいただければお分かりいただけるが、ブログで書かれている多くの方とある意味で同じである。どういう意味で同じかという、<外のこと>を書いている。どこにいたとか、何をしたとか、まあ、ときには何を考えていたかということもあるが、ほとんどはわたしの外の記録である。たまには、<内側の記録>を書いてもよさそうなものであるが、これはほとんど不可能である。どういう意味で不可能であるかという、前後の脈絡がないので、将棋を覚えただけの初心者の将棋と同じで再現不能だからである。

わたしは偉そうに書いている「掲示板」とのバランスをとるために「日記」を書き始めたのであるが（書き始め当初は飲んだくれ人生であった）、本当は内側の記録をできるだけ再現すれば、もっと掲示板とのバランスもとれるかもしれない。1時間瞑想していても、こころの居場所は瞑想とはほど遠いところにいることが知れるからである。

(1月27日 2008年掲示板)

## ■神国

神国

今、ここはどこにいるのだろうか。

こんなことを考える人がいる。

今、神とともにいよう。

危険なヤツだと思われるかもしれない。他方、

今、テレビとともにいよう。

こう考える人にはほっとするであろう。だが、どちらが安全でどちらが危険かは、わたしが何を望んでいるかによって逆になるかもしれない。

(3月24日 2008年掲示板)

#### ▲黒住宗忠

黒住教の教祖黒住宗忠は次のように語っている。

「人は万物の霊と申候えども、何になりとも相成るものと存じ奉り候。心を神に仕え、神の行をすれば神なり。仏にして仏の行をすれば仏なり。鬼の心になり鬼の行をすれば鬼なり。畜生の心のようになる心は畜生なり。いま何なりとも心の内に拵（こしら）え候もの出来る物なり。神道の執行は、心に神をこしらえ神の行をすることこそ神道なり。望み次第に成れる人と存じ奉り候。」(真蹟未見書簡8)

黒住宗忠は

神の行をすれば神となる

仏の行をすれば仏となる

鬼の行をすれば鬼となる

畜生の行をすれば畜生となる

と喝破している。行とは、心をどこにおいているかということであり、その心の居場所、そこでの心の行いにより何なりも——神、仏、鬼、畜生——となることができるという。

これまでわたしは何の行をしてきたのであろうか。

そして、わたしは何になったのであろうか。

今日、わたしは何の行をしているのであろうか。

そして、わたしは何になりたいのであろうか。

神、仏、鬼、畜生、よく自分を見ることである。

(5月18日2008年掲示板)(草稿要転記)

こころの居場所、こころの器

意識的にいるか、無意識的にいるか

グルジェフの信仰の定義

■力

外から働きかけられて、こころの居場所が変わる。

内から働きかけて、こころの居場所が変わる。

同じ変わることでも似て非なることである。

(1月29日2008年掲示板)

黒住宗忠～こころを痛めぬこと。

■わたし～場

あなたは今どこにいるのだろうか。

部屋にいる、などという話ではもちろんない。

こころは今どこにいるのだろうか

ということである。

今は、この掲示板の言葉が働きかけた世界におそらくはいるであろう。

では、今日はこれまでどのような世界にいたであろうか。

また、これまでの人生でどのような世界にいたであろうか。

あなたのこころがこれまでいた世界を書き出してみてください。

そして、それぞれの世界の特徴、色合いを考えてみてください。

これが次回の「市ヶ谷教室」のテーマです。

参加できない方は、この掲示板に書き込んでいただければコメントさせていただきます。

(3月23日 2008年掲示板) (教室資料)

意識のある人生・意識のない人生  
意識が居場所を確定する・無意識に居場所にとどまる  
作られる世界・作る世界  
愛の場所・不安の場所  
他人の目、過去の目、未来の目  
「Be Here Now」という場

#### ■意識のある人生

内から働きかけるとはどういうことか。

外→無意識のこころの反応→出来事

内→意識的なこころの働き→出来事

1巻105～「まず、最も気高い、こうありたいと思う自分を考えなさい。そして、毎日そのとおりに生活したらどうなるかを想像しなさい。自分が何を考え、何をし、何を言うか、ほかの人の言動にどう応えるかを想像しなさい。

そんなふうに想像した姿と、いま自分が考え、行い、言っていることが違うのはわかるだろうか？

いまの自分とこうありたいと望む自分の違いがわかったら、**考えと言葉と行動を気高いヴィジョンにふさわしく——意識的に——変えようと決心しなさい。**

それには、とても大きな精神的、肉体的努力が必要になる。一瞬も怠らず、つねに自分の思考と言葉と行為を見張っていなくてはならない。つねに——意識的に——選択を続けなければならない。このプロセスは、意識的な人生への大きな一歩だ。そう決意すると、人生の半分を無意識のままに過ごしてきたことに気づくだろう。結果を体験するまで、自分が思考と言葉と行為をどう選んでいるか、意識しなかったということだ。しかも、結果を体験しても、自分の思考、言葉、行為がそれと関係があるとは考えられない。

**これは、そんな無意識の生き方はやめなさいという呼びかけだ。あなたの魂が時のはじめからあなたに求めてきた課題なのだ。」**

＝<魂><選択・創造力>

#### ■意識の拡大・内と外

明日068～「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を意識的にすることだ。

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（whooooooooo）？

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、自分というものがあることには気づく。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。

ここで偉大な秘密をひとつ教えてあげよう。あなたは自分の外に見ないかぎり、自分のなかの何かに気づくことはできないし、自分のなかに見ないかぎり、自分の外の何かに気づくこともできない。」

「それじゃ、にっちもさっちもいかないじゃないですか。」

「そんなことはないさ。両方をいっぺんにやり遂げる方法があるし、つねに両方いっぺんになし遂げられる。

**外の世界に自分を開くとき、まわりのすべてに気づきの目を向けなさい。ものごとをはじめて見る目で見なさい。一瞬一瞬を瞑想にきなさい。道端の割れ目、木々の葉、花びら、人びとの顔を見なさい。そのすべてを自分として見る訓練をきなさい。**

そこに、自分自身を見るのだ。自分はいそいで何をしているのだろうかとか、どうしてあそこにいるのだろうかとか、どうしてあそこにいることが可能なのだろうかなどと自問せず、ただそこに自分を見る。それを自分自身と呼ぶ。

「ほら、神の恵みがなければ、あれが自分だった」と思うのではなく、「ほら、神の恵みのおかげで、あそこにわたしがいる」と考えなさい。

「ほら、あそこに一文無しの路上生活者であるわたしがいる。あそこの野原に花のわたしがいる。あそこに威張りんぼの配偶者であるわたしがいる。あそこに国民を弾圧している外国の独裁者であるわたしがいる。あそこに草の葉であるわたしがいる。」

あらゆるところにただ、自分を見なさい。そしてそこに自分を見たら、自分がそこにいる、そこにいるのは自分だと知って、微笑みなさい。

つぎに毎日時間をつくって、自分自身のなかの世界に入っていくなさい。この内なる世界を通るときには、外の世界のあらゆる考えやイメージを捨てなさい。心をからっぽにしながら、深呼吸をして、自分の呼吸に意識を集中しなさい。呼吸をマントラに——自分を自分自身のなかに連れていくマントラにしなさい。

つぎに両目のすぐ上の、額の中心部分に意識を集中しなさい。内なる目でそこを「見つめ」なさい。何もない暗い場所を見つづけていると何かが「見えて」くるから、呼吸に意識を集中しながら。それを見つめなさい。深く見つめなさい。そこに何かを「置いて」はいけない。すでにそこにあるものがあなたの意識に見えてくるのを待ちなさい。

ふいに何かが表れる。多くの方は踊る炎のように見える。その炎が見えるだけでなく感じられる。その感じが身体全体にひろがる。その感じをあなたは「愛」と呼ぶかもしれない。あなたは優しく、穏やかな涙にくれるかもしれない。それなら涙があふれるままにしておきなさい。そして——あなたの魂に「こんにちは」と言いなさい。」

「へえ、そんなに簡単なんですか？」

「そうだよ。誰にでもできる。だが試してみたひとはとても少ない。あなたはどうすればいいかわからないと言った。だから簡単な方法を教えてあげた。やっごらん。そうすればあなたは自分が気づいていたことに気づくだろう。あなたは自分の意識を意識するだろう。」

つぎにあなたが内なる世界で体験したこの自分のヴィジョン、感じを外の世界にもって行って、すべてのひと、すべてのものに重ねなさい。まもなくあなたはすべてのひと、すべてのものと恋に落ちるだろう。そうやって、あなたの世界は文字通りひっくり返るだろう。」

「信じられないな。こんなにシンプルな説明はいままで聞いたことがありません。そういう体験をしたあと、わたしはどうなるんでしょう？」

「あなたは知っているすべてに、そしてあなたという存在のすべてにアクセスできるようになる。行動の選択肢がひろがるということだ。選択肢が増加する。以前は考えもしなかったことを考え、以前には決して言わなかったことを言い、以前は決してしなかったことをする自分に気づくだろう。あなたは「この世界にいて、だがこの世界のものではない」体験をする。

あなたの現実のなかですべてが変わり、あなたが創造する現実のなかですべてが変わる。そうやってあなたは世界の変化を加速する。世界があなたにふれる部分は、決して以前とは同じではないし、世界全体も同じではない。あなたの影響はあなたが想像もしないところまで届く。」

＝< 一体 > < 内と外 > < 呼吸法 > < 瞑想 >

## ●情熱

望む、信じる、知っている

熱意（佐川幸義・ヨガナンダ・イエス）

あらゆることに精力を注ぐこと（歩いているときには～ヨガナンダ）

ベクトルの長さ・太さ

#### ■熱意

将棋のA級プロに1万局指してもらえばプロになれるだろうか。

老化はぬきにしての話である。

1億局であれば、おそらくは今のプロのレベルに達せられるのではないか。

#### ■教室～柴田さんへの返信

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す。また、お礼いただきありがとうございます。

自分にじっくりこない記述、体験こそ、思い出すべき何かが、忘れてしまっている何かがあるのかもしれませんが。特にいらだちや怒りがわいてくる体験こそそうだといえそうです。だから、そのような体験のときこそ視点を変えるべきなのでしょうね。

変えれば、違った意味が世界から読み取れるということです。

イエスの体験、そして、その改ざんされた記述も、視点を変えることによって、わたしの側からの体験、記述とすることができるということなのでしょう。

（1月24日 2008年掲示板）

高塚さん。こんにちは（^-^）

昨日はありがとうございます（^-^）

新約聖書なかなかです。視点を切り替えると面白いディスカッションになるかもしれませんね（^-^）また少しずつ読んでみます。

たまには、フリーズ現象もあります。そこから何か出てきますから、次回も楽しみにしています。

いつもありがとうございます（^-^）／

#### ■四方田さんへの返信

四方田さん、こんにちは。

- >勉強会の場もそうですが、
- >こうしてみなさんとやり取りすることで
- >自分が当たり前だと思ってスルーしている事に
- >改めて目を向ける事ができることを喜んでいきます。

確かにそうですね。人間関係は本当に不思議です。

自分だけでは決して見る事ができないものが見えてくるんですね。

その見えかたは直接的な場合も間接的な場合もあります。直接的に教えてくれる、示してくれる場合でも、見ることはなかなかかなわないですが、間接的な場合はもっと難しいですね。間接的な場合とは、苦手な人間関係、耳に痛いことを言われる人間関係ですね。ここから、自分自身に役立つことを見るというのはとても難しいです。

- >「一体」についても今回のプリント8ページは
- >いいヒントとして読めるようになりました。
- >最初はちんぷんかんぷんでしたから（笑）

<一体>についてはわたしにとっても手におえない考え方です。まあ、それでもほんの少しずつ明らかになってくるところが不思議ですね。分かってくる、明らかになってくる、というのは本当に不思議なことです。（教室のご参加いただいてない方のために別枠で「プリント8ページ」については書き込みます。）

この世界で大切なことのひとつは<不思議さを感じる>ことではないでしょうか。不思議さは超常現象だけにあるのではなく、日常の出来事にもあります、というか、この世界自体が超常現象です。それを<実感する>ことができれば、人生は全く違ったものとなるでしょう。ありがたさの感謝の気持ちが湧いてきて、人生はより創造的になるはずですよ。

- >例によって「化石」は目の前にあるのに
- >見えてないのかもしれない。

作家のステイブン・キングが作品を書くことは化石の発掘と同じであるといっていることですね（何度かこの掲示板にも書き込みしましたが、ご存じない方は下記をご参照下さい）。小説を書かれる方で、このような実感を持たれている方は結構いらっしゃるようですが、人生もそれと同じであるとわたしは思っています。化石はどこにもあります。化石でない人生はありません。でも、どうせなら自分が好きな化石、ひとりひとりに固有の化石

を発掘し、肉付けし、生きていきたいですね。

(参考) スティーブン・キング著「小説作法」188ページ

「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ってもらえれば、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。」

高塚さん、みなさん、お早う御座います。  
先日は有難う御座いました。

いただいたプリント目を通し終わりました。

勉強会の場もそうですが、  
こうしてみなさんとやり取りすることで  
自分が当たり前だと思ってスルーしている事に  
改めて目を向ける事ができることを喜んでいきます。

「一体」についても今回のプリント8ページは  
いいヒントとして読めるようになりました。  
最初はちんぷんかんぷんでしたから(笑)

とはいえ、まだ門にいたる道でぐるぐるしてますし、  
さらに実生活の中で「私」をあらわせねば!です。

掲示板の質問

「今どこにいるか」

「心は今どこにいるか」

これにあわせて考えるならば

自分でいられる事（やりたい事）・それができる場所  
（仕事とプライベートの両面で）  
を、発掘する途中にいます。

例によって「化石」は目の前にあるのに  
見えてないのかもしれませんが。

だんだんいい感じで復活しつつあるので  
あせって失敗したくないとも思っています。



小説の世界、白昼夢の世界、……

そして、神の世界でさえいることができる。

だが、そんな場所にしようとする人は神を信じる者のなかでさえ少ない。

一番簡単なのは白昼夢の世界、そして不安の世界にいることである。



「サタンよ下がれ」

イエスの痛いところをつかれたのではないだろうか。

揺れ動く心。

ゲッセマネのイエスの祈り。



創造＝神＝愛＝自由＝喜び

└─一体性

1月24日、3月16日、18日、19日2008年、11月15日2010年

●新約聖書

昨日の教室では取り上げ切れなかった聖書の中のテーマ（感動・疑問等々）について、この掲示板で考えていきたいと思います。わたしは教会に行ったこともないし、聖書について学習したことも特にないので、トンチンカンな書き込みとなるかもしれませんが、それはご勘弁ください。

基本的には、イエス・キリストの意をくみつつ、その他の先達の知恵をお借りしながら、日々の成長のヒントとなるような書き込みを目指します。

市ヶ谷の教室、千葉の教室にご参加いただいている方以外の方も思うところがございましたら、書き込んでいただければ幸いです。

とりあえずは、以上の前書きだけです。

(1月24日 2008年掲示板)

■四方田さんの「プリント8ページ」に関して～神を試すこと

次に、悪魔はイエスを聖なる都に連れて行き、神殿の屋根の端に立たせて、言った。

「神の子なら、飛び降りたらどうだ。

『神があなたのために天使たちに命じると、

あなたの足が石に打ち当たることのないように、

天使たちは手であなたを支える』

と書いてある」

イエスは、

『あなたの神である主を試してはならない』とも書いてある」と言われた。

(新約聖書マタイ福音書4・1)

<なぜ『あなたの神である主を試してはならない』のであろうか。>

これが皆さんに考えていただきたいわたしの質問です。

わたしとしては決定版とも思える答えがあるわけではないですが、考えるヒントとして引用している記述のひとつが「神との対話」の話しです。ここでそれを引用するのは簡単ですが、まずはご自分で考えていただきたいと思います。

まあ、わたしの正直な気持ちは、

「かたいこと言わないで、試してもいいんじゃない」

という気持ちと

「試すというのはどこかひっかかるところがある」

という気持ちと両方あります。後者の気持ちはもしかすると神様を恐れているからかもしれません。

(1月27日 2008年掲示板)

スプーン曲げ・高校生のときの跳び箱～躊躇・信じようとする事・真の知識（存在）

あなたが悪魔だと思っているものは何であろうか。

あなたが怒り始めることは何であろうか。

■＜一体性＞と＜創造力＞

> 次に、悪魔はイエスを聖なる都に連れて行き、神殿の屋根の端に立たせて、言った。

> 「神の子なら、飛び降りたらどうだ。

> 『神があなたのために天使たちに命じると、

> あなたの足が石に打ち当たることのないように、

> 天使たちは手であなたを支える』

> と書いてある」

> イエスは、

> 「『あなたの神である主を試してはならない』とも書いてある」と言われた。

> （新約聖書マタイ福音書 4・1）

> <なぜ『あなたの神である主を試してはならない』のであろうか。>

> これが皆さんに考えていただきたいわたしの質問です。

> わたしとしては決定版とも思える答えがあるわけではないですが、考えるヒントとして引用している記述のひとつが「神との対話」の話しです。ここでそれを引用するのは簡単ですが、まずはご自分で考えていただきたいと思います。

この引用箇所をお待ちいただいていた方がいらっしゃるかどうかは分かりませんが、教室で取り上げた「神との対話」（サンマーク出版）から引用させていただきます。感じるところがある方は是非ご購入の上、お読みになってください。ページはハードカバー本のページですが、文庫本も同じ出版社から出ています。

本文のテーマは＜一体性＞ということです。わたしが考える「この世界のキーワードになる言葉」はいくつかありますが、＜一体性＞というのは、＜愛と不安＞、＜意識のある人生＞、＜選択・創造力＞、＜所有＞、＜行為への愛＞とともになかなか実感しがたく、それゆえ現実に応用しがたい考えです。

ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」2巻 40 ページより引用

「でも、それでは自分は飛べると信じて高層ビルから飛び降りる人間みたいじゃないです



か？

「過去の体験」や「他人の体験の観察」を無視して、「ぼくは神だぞ！」と叫びながら、ビルから飛び降りる。あんまり利口には思えないな。」

「それでは、言おう。人類は空を飛ぶよりも、もっと偉大なことをなしとげてきたよ。病人を癒してきた。死者をよみがえらせてきた。」

「それは「ひとり」だけでしょう。」

「あなたは、物理的な宇宙で、そういう力を与えられたのがひとりだけだと思うのかね？」

「でも、実際にその力を示したのは、ひとりだけでしょう。」

「そうではないな。紅海を二つに分けたのは誰だった？」

「神さまです」

「そうだな。だが、神に頼んだのは誰だった？」

「モーセでしょう。」

「そのとおり。それでは病人を癒し、死者をよみがえらせてくれとわたしに願ったのは誰だった？」

「イエスです。」

「そのとおり。それでは、モーセやイエスにできたことが、あなたにはできないと思うのかね？」

「だけど、モーセやイエスが、「した」んじゃないですよ！ 彼らはあなたに「頼んだ」んだ！ それとこれとはちがうでしょう。」

「よろしい。それではきみの言い方に従おう。あなたは、同じ奇跡をわたしに頼むことはできないと、そう思うのかな？」

「それは、できるでしょうけど。」

「で、わたしはその願いをかなえるだろうか？」

「わかりません。」

「そこが、あなたとモーセのちがいのだよ。そして、イエスとのちがいのだよ。」

「イエスの名において神に願えば、かなえられると言うひとも、おおぜいいいます。」

「そう信じているひとは、おおぜいいるね。彼らは、自分には力がないが、イエスの力は見た（あるいは見たひとを信じる）と思って、彼の名において願う。だが、彼はこう言ったではなかったか。「どうして、そのように驚くのか？ こうしたことも、いやもっと多くを、あなたがたもするだろう」。

ところが、ひとは信じなかった。いまにいたるまで、多くのひとは信じていないね。

あなたがたはみんな、自分に価値がないと思っている。だから、イエスの名において願う。

あるいは、聖母マリアの名において。「守護聖人」の名において。あるいは、神の子の名において。あるいは東洋の聖霊の名において。誰かれかまわず、**いろいろな名を使うけれど、自分の名だけは使わない！** だが、いいかね。**願えば与えられるだろう。求めれば見つかるだろう。叩けば、開かれるのだよ。**」

「ビルから飛び降りれば、飛べるっていうんですね。」

「空中浮揚した人間はいるよ。信じないのか？」

「ええ、聞いたことはありますけれど。」

「それに壁を通り抜けたひともいる。身体からぬけ出したひとさえ、いるんだよ。」

「ええ、そうらしいですね。でも、わたしは、ひとが壁を通りぬけるのを「見た」ことはないし、誰かにやってみろという気もないですね。ビルから飛び降りるのだって、やめたほうがいいと思うな。身体によくありませんよ、きっと。」

「たとえばある男がビルから落ちて死んだのは、彼が正常な状態で飛べなかったからではない。ひととはちがった自分を示そうとしても、神性示すことはできないからだ。」

「もう少しわかりやすく、説明してできませんか。」

「ビルの屋上の男は、誇大妄想で、自分はほかの人間とはちがうと想像した。「わたしは神だ」と宣言したのが、そもそも間違いだったのだ。彼はひととちがう自分、もっと大きい、もっと力がある自分を望んだ。それは利己的な行動だった。自分はひととはちがう、ばらばらの個人だと思えるエゴは、決して一体性を生み出すことも、ひとつであることを示すこともできない。」

ビルの屋上の男は自分が神であることを示そうとして、すべてのものとの一体性ではなく、分裂を示してしまった。神性を示そうとして非神性を示してしまったから、失敗したのだ。ところがイエスは、一体性を示すことで神性を示した。どこでも（誰とでも）すべてとの一体性、統一性を見ていた。そこで、彼の意識とわたしの意識とがひとつになった。そうならば、彼が「現われよ！」と呼びかけるものなら何でも、その神聖な瞬間に、彼の神聖な現実のなかで実現する。」

「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んだよ。」

「どうすればいいんですか？」

どうすればいいのか、関心のある方はご自分でお考えになってみてください。そして、「神との対話」第2巻でぜひご確認になってください。答えはシンプルです。

<なぜ『あなたの神である主を試してはならない』のであろうか。>

こういう言い方はクリスチャンでないわたくしにはいまひとつしっくりこない。したがって、わたしは次のように言い換えています（わたしにとっては、<創造＝神>なのです）。

<なぜ『わたしの神である創造力を試してはならない』のであろうか。>

試すときに生じているところのうちには、<差異性>があり、この<差異性>はどういうわけか創造力を減じさせるものなのである。

「わたしは神とは違う」

「わたしにはできないかもしれない（創造力と違うかもしれない）」

というところが微塵でもあれば、<創造力=神>は発揮されないのである。

ただ、この「神との対話」の引用箇所では、全く異なった差異性についてふれている。それは、

<わたしはあなたとは違う>

というこの差異性が人の内にある創造力を閉じ込めてしまうということである。言われてみれば、この世界の基本構造である、神の基本構造である

<一体性><愛><創造力><無所有><神=あなた>

がすべてリンクしてくるのが垣間見えてくる話しである。

(3月18日2008年掲示板)

#### ■理

こういう話し方は好きではないが、こうもいえる。

わたしが神(=あなた)を神と認めなければ、神は発揮されない。

神(=創造)を認めていないのだから、神(=創造)は存在しない。

#### ■話がそれますが～博愛

「あなたがしてもらいたいことを他の人にしてあげなさい」

とか

「右の頬を打たれば、左を頬を差し出さなさい」

とかいう博愛主義は、立派そうに思えるがどうも実行はおぼつかない。なぜかというと、それだけでは

「そのように動けない」

からである。なぜ動けないかという、私と相手とは身体的に隔絶されて存在であるという厳然たる事実が私の中にあるからである。その私の事実にとどまるかかぎり、<無条件に他の人のためしてあげたり、無条件に他の人をゆるしたりする>ことはできない。

ただ、その事実を超える話が

<あなたとわたしとは一体である>

という知識である。その知識が本当の知識となったときに——その知識がわたしとなったときに——、博愛は新たなる現実となる。

(掲示板記入予定)

#### ■宇宙人ユミット

イエスはすべての地球人にコンタクトできた。

1月25日2008年

#### ●愛・一体・創造力

目を三角にするのではなく、

目を丸くする人生。

違いを示すのではなく、一体を示すテレポテーション。

1月26日、3月4日、5月17日、18日、6月6日、9月13日2008年、9月30日2009年、4月14日、15日、17日2010年、9月27日2012年

#### ●自由意志

イエスがゴルゴダの丘に行くにしろ、ババジがこの世界に肉体をまとして残るにしろ、そのことは自分の自由意志でなければおかしいのではないだろうか。神性の最も大切なところを互いに犯してしまっていることにならないだろうか。

#### ●アーミッシュ〜<必要性><所有><印象と表現>

いつも、足りない、足りない、と言っているが、実は、取り過ぎているのではないだろうか。

足りないのはモノではなく、

足りないのは条件ではなく、

わたしから出すもの、それが足りないのではないだろうか。

(9月13日2008年掲示板)(加筆して9月27日2012年新掲示板)

いつも、足りない、足りない、と言っているが、実は、自分自身の愛（真善美）が足りないのではないだろうか。

### ■所有

手に取るものを間違えてはいはしないだろうか。

ブリキのロボットのように教え込まれたものだけを手に取ってはいないだろうか。

わたしがこの地に下りて、初めてふれるもの、ふれようとするもの、

そのようにして、この世界のものを手に取ること、

成人という人と成って、初めて世界をみて、世界をきいて、世界にふれてみること、

そして、そこでわたしがすくい上げ、手に取ること、

それを手にした感動だけがわたしの所有である。

今日手に取るもの、それを手に取る前にしばしところに問うてみることである。

タルコフスキーの映画のような人物の動き

三億円宝くじが当たっても、30歳の時の発心の喜びには及ばないであろう。

### ●意識のある人生

いつもいつも何をしているかというところを傷めている。

このことに気づくこと。

気づいたら、「世界、他者へ対する視点」を変え、こころを養うこと。

（4月15日 2010年掲示板）

次の瞬間こころを傷めないこと（否定語ではあるが）。

=愛であること

愛であろうとするより、こころを傷めないようにすることの方が分かりやすいかもしれない。

黒住宗忠は濁流に驚く。

アーミッシュの少女に驚く。～現場に立ち会うように感じられればどうであるか。

こころの動きは似て非なるものである。

驚きから生まれてくるものが違う。

■黒住宗忠

■南無阿弥陀仏

空念仏とののしられて初めて知ること。

空念仏をののしられて自分を傷つけていたことを知らず、そう言った相手を非難し、傷つけること。

1月27日、2月25日、5月18日2008年、9月13日2010年

●感じること・神を使うこと～意識のある人生

正しい説法であるかどうかでなく、その場にあった説法であるかどうかである。

同様に、世界がわたしにフィットするように、神を使う。

ところで、今は何の時であるのか。

■<直観>

コミュニケーションで大切なことは、

正しい話しをしているかどうかではなく、その場にあった話しをしているかどうかである。

<今は何の時であるのか>

その時（Be Here Now）を感じることである。

（9月13日2010年掲示板）

▲直観

直観とは直接に観ることである。

過去の計算、過去の損得に捕われないことである。

●意識のある人生

今日一日のすべてをわたしのために使う。

今日一日のすべてをわたしのために利用する。

1月29日2008年

●意識のある人生～所有・わたし

この人生の最後には「神との対話」も必要なくなる事、道具（ツール）すべてを自分自身のものであること。

そして、＜今日一日＞も今日の終わりにはすべて必要なくなる事。

そのように＜今日一日＞を用いること。

1月31日、2月17日、2月22日、23日、25日、5月25日2008年

●知識～存在

「一日10分の座禅入門」（高田明和著 角川 one テーマ 21）に＜調身、調息、調心＞という話が出てくる。もう何十年も前であるが、この件については別の本で読んだことはあるから、その言葉は知っている。知ってはいるが、その何十年前に＜身体をととのえる、呼吸をととのえる、こころをととのえる＞ということは一度としたことはなかった。この言葉を読んで知っていることより、知らなくとも二度でも三度でも実際に行くということの方がどれだけ価値があるだろうか。

精神世界の言葉の知識はちまたにあふれている本で、ほとんどの人にとっては必要かつ十分である。ただ、新しい本を手にとって、「このことは知っている」というのは＜真の知識＞にとっては必要十分ではない。不十分である。一度でも二度でも、そして、できたら常住坐臥、実生活で実践することによって、＜このことは知っている＞というところに到達することができる。

まあ、そのときにはそんな言い方はしないであろうが。わたしが人間であるときには、わたしは人間であるとはいわない。わたしは人間であると言うときには、人間であるための何かはわたしに欠けている場合だけであるのと同じように、私が「このことを知っている」と言うときには、知っているための何かはわたしに欠けている場合だけである。わたしがそうであるとき、すなわち、わたしがその存在であるときには、ただそうであるということだけがあるからである。

（2月17日2008年掲示板）

■山中さんよりの返信～わたしの

高塚さま、

いつもありがとうございます。

知識の畏には私もはまっています。知っていることが偉いって、ずっと自我さまが思い込んで生きてきました。頭でっかちです。

今は、自分の研鑽のため、日々こつこつと、たとえば日の出とともに起きること、たとえば瞑想、たとえば気功体操とかを続けてゆくことがどれだけ大切なことか分かりかけてい

る、ってなかんじでしょうか。実践のなかで自分自身を見つめてゆく、意識的に生きるというのそういうことかと。

一つ一つのことを、それこそ呼吸を、それこそ挨拶や受け答えを、それこそ歩くことを、ひと時に一つのことを丁寧に意識的に行うことが大切だと心から思うようになりました。知識は、この世的な確率の積み重ねみたいな側面がありますから、そのことを知った上で役にたてたいです。

とりとめもないことを、失礼しました。

山中さん、皆さん、おはようございます。

> 今は、自分の研鑽のため、日々こつこつと、たとえば日の出とともに起きること、たとえば瞑想、たとえば気功体操とかを続けてゆくことがどれだけ大切なことか分かりかけている、ってなかんじでしょうか。実践のなかで自分自身を見つめてゆく、意識的に生きるというのそういうことかと。

> 一つ一つのことを、それこそ呼吸を、それこそ挨拶や受け答えを、それこそ歩くことを、ひと時に一つのことを丁寧に意識的に行うことが大切だと心から思うようになりました。

座右の言葉としたいような志ですね。

知識に関して初めて気づかされたのがグルジェフの次の一文です。

「最高の教育を受けた学者が、無学ではあるが知識を持つ羊飼いにくらべ、まったく無知な人間であることを立証することさえあり得る。矛盾しているようだが、本質を理解することに、学者は長い年月をかけて細心に調査するが、羊飼いは一日の瞑想中に、比較できないほど充実した度合いで理解するであろう。それは考え方、つまり、“思考の密度”の問題である。」

(「グルジェフ・弟子たちに語る」52 ページ めるくまーる社)

読んだのは 25 年ぐらい前でしょうか。“思考の密度”ということは何を言おうとしているの判然としないところもありますが、今でもここに残っている言葉です。

万巻の仏教書を読破しても、仏陀になれるわけではない。片田舎の下駄職人の方が仏陀への近道であるということもある。つまらない仕事、つまらない上司、同僚の環境の中においても<知識>を得ることはできる。環境は苦悩と同様に毒にも薬にもなる。それは関わる



本人の姿勢の問題である。世界を受け入れ、関わりを持つという意思があれば、世界から多くの<知識>がわたしに流れこむ。

また、もし環境が、苦悩がわたしにとって無意味となれば、かさぶたが傷口から離れていくように、わたしから離れていくであろう。なぜなら、「わたしがふれる世界がわたしにとって無意味である」ということはありえないことだからである。

(2月18日 2008年掲示板)

■<これがわたしである><畏敬の念>

高塚さまの生き方にこそ、丁寧に一つ一つを積み重ねている“実践”を感じます。思考の密度に関しては私もさっぱり何のことかわかりません。私には「思考」に対する固定観念ができてしまっているようです。思考と妄想は紙一重みたいな。没頭するっていうのも、字の通り「いつも気づいている」からはほど遠そうだし。。。「受け入れる」ことは、人間関係では許すことであり、また、ものごとをありのままに見る、先入観なしに見るということに繋がると思います。感じる、感受、ということは、もしかすると考えるということよりも今の人にとっては大切ではないかと思います。

山中さん、皆さん、おはようございます。

謙譲の美德というものがありますが、いつかそのような美德は卒業し、これはわたしであるとはっきり言うことができるようになりたいですね。「神との対話」からの引用です。

「<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。」

(ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」3巻 265ページ サンマーク出版)

わたし自身、これは<神性の働きかけがあった＝神を使った＝わたしは神の子である>という時もあるのですが、そのようなことを言うよりも、今は慢心の芽をいかに摘むかということの方が大切だと思い、そのような発言は極力避けています。でも、いつかはっきりと<これはわたしである>という道を毎瞬毎瞬歩けるようになったら、立派なことをした

時にも謙遜することなく、〈それはわたしである〉と言ひ、間違つたことをした時にも隠すことなく、〈それはわたしである〉と言へるようになると思います。

「思考の密度」ということでグルジェフ自身ははっきりとつかんでいる何かを表現しているのか、あるいは単に集中力、熱意などに類することを表現しただけなのか、そのあたりは定かではありません。まあ、わたしとしては後者の意味合いでとりあえずは理解して、実生活に役立てたいと思っています。

思考、こころの働かせ方は、

1 ページの経典を知っているからといって、1分で読み過ぎるか、

1 ページの経典を知っていても、30分かけて書き写すか、

1 ページの経典を知っていても、半日瞑想してこころを傾けるか、その用い方によって全く違ったものとなります。

1 万ページの経典を浅く知っているよりも1ページの経典を深く知っていることの方が仏により近づくことであるのは明らかで、それには、ひとつのことにより多くの時間を——広がりではなく、深度として——費やすこと、その時エネルギーは不完全燃焼することなく、燃え尽きひとつのことは灰となり、そのようなこころの使い方はグルジェフのいう密度の高い思考ということになるのではないかと今は理解しています。

もちろん、このことは日常生活にも生かすことができることです。

物事に没頭するというのは決して悪いこととは思えないのですが、確かに意識のある人生とは違うように思えます。没頭して教室の資料作りをしている、没頭して精神世界の本を読んでいるというのはわたしのためになっていると思うのですが、それは確かに意識のある人生ではなさそうです。でも、この矛盾点は早晚明らかになるのではないかと自分では感じています。

「ものごとをありのままに見る」ということに関してはありのままが何かという問題がありますが、それはさておき、シュタイナーの格調高い指摘をご案内しておきます。長文で恐縮です。〈 〉は高塚が大切だと思うところです。

「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ってのみ、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。>

誰でもよくわきまえておかなければならぬ点がひとつある。今日の外面的な文明の中にひたって生きている人が超感覚的な諸世界を認識できるようになるのは非常に困難だということである。余程精力的に自己への働きかけを行うのでなければ、それはほとんど不可能である。物質生活が簡素だった時代には霊的高揚も容易に達成されえた。崇拜すべき聖なる対象は世俗的環境の中で際立って存在していた。ところが批判の時代になると、理想的なものがひきずり下ろされ、人々の心の中で、別の感情が尊敬、畏敬、崇拜、讃仰の代わりを占めるようになった。その結果、現在畏敬の感情はますます背後においやられ、日常生活の中では非常にわずかな程度にしか働こうとしていない。だから超感覚的認識を求

める人はこの感情を自分で自分の中に産み出す努力を重ねなければならない。

<そして自分の魂をこの感情で充たさねばならない。>

<このことは勉強によっては達成されない。その達成は生活を通してのみ可能となる。>

したがって、神秘学徒たらんとする人は畏敬の気分に向けて真剣に自己を教育しなければならない。<そして賛美と崇敬の対象となりうるものを、環境や体験のいたるところに探し求めなければならない。誰かと出会い、その人の弱点を非難するとき、私は自分で自分の中の高次の能力を奪っている。愛をもってその人の長所に心に向けようと努めるとき、私はこの能力を貯える。>神秘学徒は常にこの点に留意し、この指針に従うことを忘れてはならない。繰り返し、繰り返し、あらゆる事柄の中の優れた部分に注意を向けること、そして、批判的態度を控えること、このような態度がどれ程大きな力を与えてくれるか、このことを熟達した神秘学者はすべてよくわきまえている。しかしそれが外的な生活規則に留まっているのでは、何の意味もない。それはわれわれの魂のもっとも内なる部分で有効に働いていなければならない。人間の自己変革は内なる思想生活の深みの中で遂行されなければならない。或る存在に対する敬意を態度に表しただけでは不十分である。<この敬意を「思考内容」として持たねばならない。まず第一に畏敬の念を思想生活の中に受け容れること、それが神秘学徒の出発点である。自分の意識の中にある不遜な、破廉恥な思考内容や軽蔑的な批判の傾向によく留意し、まさに畏敬という思考内容を育てることから始めなければならない。>

<世界と人生とについて判断する際に、軽蔑したり裁いたり批判したりしようとする自分の態度の中に何がひそんでいるのか。それに注目しようとする瞬間は常にわれわれを高次の認識へと近づけてくれる。>そしてこのような瞬間に、われわれが意識の中の世界と人生についての思考内容を賛美、敬意、尊敬で充たすような場合、われわれは特に急速な進歩を遂げる。このような瞬間に今までまどろみ続けてきた諸力が目覚める。このことは修行を積んだ者によって常に経験されてきた。霊眼はこのことを通して開かれるのである。それまでは見ることのできなかつた事物が自分の周囲に見えるようになりはじめる。人はそれまで周囲の世界の一部分しか見ていなかったことを悟りはじめる。自分の前に立ち現れてくる人間が以前とはまったく異なった形姿を示すようになる。この生活基準だけではまだ、たとえば人間のオーラといわれているものを見るようにはならないであろう。そのためにはもっと高度の修行が必要である。しかし高度の修行の段階に至ることは、その前に**精力的に**畏敬の行を修めておかなければ、不可能である。」

(ルドルフ・シュタイナー著 高橋巖訳「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)

最近、シュタイナーの本は読んでいませんが、「神との対話」の本の語調がやわらかすぎて合わないという人にはこちらがおすすめかもしれません。シュタイナーの訳本はいろいろ出ていますが、個人的には高橋先生が訳出された本をお薦めします。

逆にまた、シュタイナーの語調が固すぎて合わないという人には、高橋巖先生の著書が何冊も出ているので、こちらをお読みいただければ、シュタイナーの考え方がご理解いただけると思います。

(2月19日 2008年掲示板)

## ■ありのまま～機械言語・パソコン上の画面・設計図を書いた人の思惑

### ■お墓参り

少し話がそれるが、神と人間の関係について付言しておく。誤解を生みかねないからである。

30年近く前の話である。よく通っていた池袋のスナックのママが39歳の若さで亡くなり、お墓参りに行ったことがある。場所は身延線の内船という駅である。今のようにネットで簡単に調べられる時代でなく、時刻表にうとい私は友人と新宿からとりあえず切符を買って乗っていった。まあ、ほどほどの時間で着くのだろうと思っていたが、これがまたえらい辺鄙(へんぴ)なところある。新宿から甲府、甲府から特急電車なるものに乗るのだが、この特急電車があまり特急という感じでなく、甲府から1時間半以上もかかってやっとお目当ての「内船駅」に到着。しかも、改札から出ると開いているお店など皆無で(お店自体もあったかどうか)、自動販売機があるのみ。タクシーが一台あって助かったが、地元のタクシーの運転手も知らないようなお寺にあるお墓である。無線で教えてもらった運転手さんは何とかたどり着くが、山間にある小さなお寺である。そこのお寺は行く前に職場の同僚の奥さんのお墓があると聞いていたが、何とそのお墓はスナックのママのお墓のまん前、真向かいにあるお墓である。

<まあ、何たる偶然か>。

そして、真夏のお墓参りに小さなへびがによろよろと出てきて、ママのお墓の横には背の高い野の花が一輪咲いている。見渡せど、花など咲いているお墓などまるっきりない。そういう場所ではないのである。まるで、友人とわたしのお墓参りを歓迎してくれている<かのような>。

さらにまた、友人から写真をとってもらったが、そこには真っ赤な光の玉が写っていた。  
<そんなことがあるんだ。>

これらのところを動かされる体験は今のわたしの言葉では、

<神性の働きかけがあった＝神を使った＝わたしは神の子である>

ということになる。わたしの当時の働きかけは意識的ではなく、無意識的であるが、

<神性の働きかけがあった>

ということである。無意識的ではあるが、

<神を使った>

ということである。これらの体験は誰にでもあることで、それをどのようにみるかということである。あるいは、どのようにみえるかということである。

このような体験は誰にでもあることであるが、どういうときそういうことになるかということ、わたしの現在理解する範囲では、

<労をいとわず、したいことにエネルギーを費やした時である>

わたしにとっては、聖書の言葉

「求めなさい。そうすれば与えられる。探しなさい。そうすれば、見つかる。門をたたきなさい。そうすれば開かれる。だれでも、求める者は受け、探す者は見つけ、門をたたく者は開かれる。」

の意味とまるで同じである。門をたたくかどうかである。神の門はあらゆるところにある。

あと、もうひとつ条件があると思っているのだが、いつかまたふれる機会があると思う。

再度確認すると、

<神性の働きかけがあった=神を使った=わたしは神の子である>

というのは、わたし独自のことでなく、誰にでもあることである。その体験に何を見るかということである。

そして、わたしが目指しているのは、<なぜか幸運に神性の働きかけがあった><神をたまたま使っている><わたしはたまたまこの瞬間神の子のようである>ということではなく、意識的に、必然的に、わたしの意志によって<働きかけを受ける><神を使う><いつも神の子である>ということである。

(2月23日 2008年掲示板)

■9月9日 2006年仮想空間瞑想会 1803日目

瞑想はお休み。

9日(土曜日)は朝から和歌山の「御坊」へ。初めて伺ったのが半年前、重い病であるのは承知していたが、車中必ず治すとの固い決意であった。それが半年後にお葬式のために伺うことになるとは。

お通夜は10日であるが、自宅にいても落ち着かないし、一刻も早くご両親とお話したこともあり、出かける。御坊駅から依頼者の方(=亡くなられた方のご近所の方)のお車で送っていただくが、途中橋の上からまん前に広がった空にきれいな虹がかかっていた。思い込みといわれようが構わない。わたしには亡き中二の少女がわたしのためにかけてくれた虹であるのがはっきり分かった。至らぬヒーリングであったが、この虹を見てすべてが救われた。

ご両親とお話しをして弔問先を辞し、依頼者の方ご家族、もうひとりの患者さんのご家族の方と一緒に夕食をごちそうになる。大人5人、子ども5人のにぎやかな食事であった。これでよいと思う。

■知識の<伝授>・<わたし>

これまた何度も取り上げた話しであるが、グルジェフの名言である。

「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 めるくまーる社)

他者に何も伝授できない。他者から何も伝授されない。

これが「この世界にいるのはあなただけである」という一面である。

あなたは他人と関係があると思うかもしれないが、<あるレベルでは>全く関係がない。

<この世界で、あなたはあなた自身とだけしか関係がない。>

<あるレベルでは>

<この世界にいるのはあなただけとなる。>

だから、あるのは“自己伝授”だけなのである。

(2月25日2008年掲示板)

ヒマラヤ聖者

■知識～＜所有＞

与えるとわたしのものでなくなるものは元々わたしのものではない。  
与えてもわたしのものであるもの、否、与えるともっとわたしのものとなるものがわたし  
のものである。

では、知識の場合、そのような知識とはどのような知識であろうか。

(9月18日2008年掲示板)(教室資料転記済)(草稿要転記)

■

今日ある出来事のすべてを自分のために使うこと。

今日わたしのいたいところにいること。

ただ、わたしのいたいところは、私のいたいところではないというところが往々にしてあ  
る。これがやっかいである。

■

知識

神秘修行者の第一条件

知識の伝授

所有～特許権

慢心

■居場所

ラヒリ・マハサヤの読書と海難事故へのテレパシーとの関係～シュタイナー流の読書は結  
局は「神対」の「ホームレスの話」と通じることなのだろうか。

★2月2008年

2月1日2008年、9月3日、8日、9日2009年

●エントロピー・モノ

何も作ることはできないが、使うことはできる。

何も作ることができず、使うことだけができるだけである。

(9月9日2009年掲示板)



何も持つことはできず、使うことだけができる。

人間が作っているというのは使っているだけである。  
作っているもとも、作っている力も使っているだけである。

作ることができるのは、選択だけである。  
このことをよくよく知り、作る力を使うことである。

(加筆して掲示板記入予定)

### ●時空

熱意と時間の相関関係

2月6日、7日、8日、10日、11日、12日、24日、6月8日、9月21日 2008年、4月20日、9月2日、3日、10日、13日、14日、17日 2009年、4月15日 2010年

### ●教室～人間とは何か

多くの人は人間をあまりに小さく見積もっているが、実は人間はもっと大きい存在であるとみていた人がいる。

イエスは

「あなたがたもわたしと同じである」

と言った。イエスは人をおとしめて、

「おまえらだって、同じじゃないか」

と言ったのではない。＜自分自身を高めて、信仰心と創造力を見せて、＞

「あなたがたもわたしと同じである」

と言ったのである。

だが、イエスを信じる人は

「イエス様だけは特別である」

と言う。自分自身をおとしめる。入ることができない小さな箱の中に入ろうとする。イエスが示した大きな器を自分自身としない。

そしてまた、イエスは

＜同じである＞

と言った。「あなたとわたしは違う」と言ったのではない。

＜同じところを見ることができたのである＞

「あなたとわたしは違う」と言うとき、わたしは小さくなる。

「あなたとわたしは同じである」と言うとき、わたしは大きくなる。

そして、

「違う」ことから小さなものしか生まれない。

「同じである」ことから大きなものが生まれる。

ところで、今日、かの人、内なるキリストにあなたは何を見るであろうか。

それは知らない、

それはわたしではない、

と言うであろうか。

(2月24日 2008年掲示板) (改変済み掲示板記入予定)

■わたし～名詞と動詞～気功教室資料 (9月21日 2008年) 2 (再掲)

多く人は人間をあまりに小さく見積もっているが、実は人間はもっと大きい存在であるとみていた人がいる。

現代のレオナルド・ダヴィンチといわれたバックミンスター・フラワーという人もまた人間とはもっと大きい存在であるとみていた人である。出典本が見当たらないのであるが、確か次のようなことを言っている。なお、フラワーは「宇宙船地球号」という考えを提示した人である。

人間とは何か。

それは分からない。

だが、確かなことがある。

人間とは名詞なんかでは絶対にない。

人間とは動詞のようなものである。

人間とは積分関数である。

バックミンスター・フラワーはこのようにいっている。このようにいっているが、

あなたが名詞であるとしたら、

あなたというその名詞に何ができるだろうか。

あなたというその名詞に何をしてきたであろうか。

もし、あなたが動詞であるとしたら、

あなたというその動詞に何ができるだろうか。

あなたというその動詞に何をしてきたであろうか。

そして、今日していること、今日しようとしていることは、名詞のあなたに対してであろうか。それとも動詞のあなたに対してであろうか。

(3月8日2008年、9月17日2008年掲示板)(教室資料)

#### 動詞～生命のプロセス

生命のプロセスに任せるべきこと、介入しないこと。

エリック・パールの意図しないヒーリング

イエスの明日の食べ物、明日の衣服の心配をしないこと

だが、自分自身を大きくすることだけでなく、自分自身を小さくすることもまた、

信仰心～自分自身を信じ、自分自身を仰ぎみるころであり、そのことは創造へと通じる。なぜなら、自分自身とは自由だからである。自由とは自らが理由となることであり、すなわち、創造だからである。

人間を小さく見ている

人間を大きく見た人がいる

↳ フラー、ブッダ、イエス、ヨガナンダ、シュタイナー、30歳の自分自身の体験(～自分のもともとはとても偉大な存在である)

フラ～動詞

ブッダ～

イエス～あなたがたもわたしと同じである。

ヨガナンダ～歩くときは神が歩いているように…

シュタイナー～行為への愛

- 1 大きな人
- 2 自由
- 2 意識のある人生
- 3 選択・創造力
- 4 愛と不安
- 4 一体
- 5 行為への愛

瞑想は、内なる世界に入ることは大きな自分になるということではないだろうか。大きな

自分をイメージすることではないだろうか。

ヒーリングにおいて、病気治癒などという小さなことを願わないこと～「ヒマラヤ聖者の生活探求」

#### ●ヒーリング～わたし・仮想と実相

以前、気功治療をやっていて一番奇跡的に治ったのはどんなことですか、と聞かれたことがあった。何と答えたかは忘れてしまったが。。

大嫌いな人の十数年来の病気が数分で治ったことがあった。

何とか治してあげたいと心底願って手を限りなくかざしたが、治らなかったことがあった。

聞かれた方は後者の話には全く興味がないであろうが、わたし自身にとっては後者の話の方がはるかに大切なことである。そして、おそらく聞かれた方にとっても後者の話の方が大切だと思う時があるであろう。

(9月2日 2009年掲示板)

#### ■所有

どんな病気が治ったかではなく、わたしが何をしたかということがわたしには大切である。

なぜなら、

<病気が治ることは(今の)わたしには属さない>

しかし、

<わたしがどのように手をかざすかということは(今の)わたしに属する>

からである。

(9月3日 2009年掲示板)

#### ■行為への愛・観客

治った、治らないはどちらでもよい。

どのような形でご縁が生かされたかということだけがわたしにとって大切である。

そして、患者さんにとっても、ご家族の方にも。

ただ、観客の方は違うかもしれない。

では、ご縁を生かすのはどのようにして可能かという、

ただ手をかざすことだけである。

本当にこれだけなのである。。と最近しみじみ思う。

(9月4日 2009年掲示板)

■ヒーリング～わたしの悪魔と天使

十年以上も前のことであるが、これまでで一番奇跡的に治ったのはどんなことですか、と聞かれたことがあった。何と答えたかは忘れてしまったが、得々として答えたような記憶がある。

聞いた彼は悪魔である。

彼はわたしの慢心を助長させる。

聞いた彼は天使である。

彼はわたしの慢心を気づかせてくれる。

今日会う彼は、今日会う彼女は、悪魔であろうか、天使であろうか。

(9月18日 2008年掲示板)

■存在

もし話すときがきたなら、前者が<わたしとなった>ときだけである。

悪魔の誘惑～飛び降りてみよ～と関係ありやなしや。

●感じる

もっと感じて、もっと深く感じて、その感じを実行すること。

損得計算よりも、その感じの方が頼りになるかもしれない。わたしのためになるかもしれない。

感じることを捨ててしまわないこと。

(9月3日 2009年掲示板)

●教室～神の気づき (山中さんへの返信)

本日はありがとうございました。

人間とはなにか？

心身魂一魂のもとめているものは？

一人ひとりやはり魂の思い、かなえないことってあるような気がします。そしてどこかでそれを覚えているのではないのでしょうか。

だからこんなにも自分を知りたいと思う。

ちょっとそれですが、愛と恐れ話を聴いていました。

すくなくともこの世は相対の世界。陰と陽、暗いと明るい、光と影、そして究極は見るものと見られるもの。存在自体は本来存在を見ることはできない。それはなんとなく分かる。そのものなんだから。だから神は自分を見るためにヒトをつくった、とはよく言われること。まさにその通りに感じる。見られるものをつくらないと見れない。ベーダの哲学はこの辺をよく説明している。リシ（見るもの）、デーヴァータ（見る過程）、チャンダス（見られる対象）に分かれることで、やっと自分を認識できるという説明だ。見る過程が識だとすると、リシは悟りであり、チャンダスは迷いかもしれない。そう思うと、世の中すべて、善い悪いもないソノモノがあるだけで、その認識がある時は善いといいある時は悪いという、相対の世界。

そのからくりを正しく見るためにはいつも気づいていることが必要だということだとおもう。瞑想で心や体に気づき、気功で心や体に気づいていることがやはり大切なのではないかと思ったりする。

魂の思いを実現することはそれぞれの個性で神性を表現すること。だから仰っていたように、問い続けることはとても大切だと思う。どこかで覚えているはずでし。

まともありませんが、そんなことを感じました。考察をススメます。ありがとうございました。

山中さん、おはようございます。

ご参加いただき、ありがとうございました。

> ちょっとそれですが、愛と恐れ話を聴いていました。

> すくなくともこの世は相対の世界。陰と陽、暗いと明るい、光と影、そして究極は見るものと見られるもの。存在自体は本来存在を見ることはできない。それはなんとなく分かる。そのものなんだから。だから神は自分を見るためにヒトをつくった、とはよく言われること。まさにその通りに感じる。見られるものをつくらないと見れない。ベーダの哲学はこの辺をよく説明している。リシ（見るもの）、デーヴァータ（見る過程）、チャンダス（見られる対象）に分かれることで、やっと自分を認識できるという説明だ。見る過程が識だとすると、リシは悟りであり、チャンダスは迷いかもしれない。そう思うと、世の中すべて、善い悪いもないソノモノがあるだけで、その認識がある時は善いといいある時は悪いという、相対の世界。

柴田さんがご紹介くださったこの日の「神との対話」の言葉は

『正しい』とか『間違っている』ということはない。ただ、あなたにとって有益なことと、そうでないことがあるだけだ。」

でしたが、確かにこの相対世界には善も悪もなく、ソノモノがあるだけなのでしょう。——でも、神の眼にみえるソノモノとはどんなものなのでしょうかね。ブツダの眼にみえたソノモノとは。キリストの眼にみえたソノモノとは。——

コリン・ウィルソンが確かこのような趣旨のことを言っています。

「廃屋の工場にある壊れた工作機械を見て、その機械のことを知らない一般人はそれを見ても単に一瞥するか、機械そのものよりもそれにまつわる経営者とか働いていた機械工に思いをめぐらすとか、そういう形でしかその機械を見ることができないであろう。だが、その機械を使える機械工がその機械を見たなら彼が思い描くものは全く別の世界であろう。その使われなくなった機械からもっと生き生きとしたイメージ、その機会がどのように使われたかということを確認に思い起こすこととなろう」

また、イエスは道端の犬の死骸に弟子が目をそむけたときに、その腐敗した犬の歯の美しさに神の御業のすばらしさを見ます。

同じものを見ても見る人によって全く違うように見えるというのは、当たり前のことですが、見落としがちなことです。特に、それが善悪の問題になると、工作機械や犬の歯のように簡単ではないですね。ですから何か事件があったときに、

「そんなことはとんでもないことだ」

「あんなやつは死んだほうがいい」

と言い切り、いまだにリンチまがいのことが行われるわけです。そして、それは一人ひとりのこころの内にも存在しています。わたし自身も

「それは助けてくれという叫び声である」

「単に道を間違えただけだ」

とは、なかなかいえなくて、短絡的に反応してしまう自分がいまだにいます。その反応をしないためには、反応せずに

<見ること>

ができるためには、おっしゃられるように、

> そのからくりを正しく見るためにはいつも気づいていることが必要だということだとももう。瞑想で心や体に気づき、気功で心や体に気づいていることがやはり大切なのではないかと思ったりする。

ということなのでしょうね。

<いつも気づいている>

それが出発点でしょうね。二本足で立つための、すなわち、人間であるための——心・身・魂——三位一体である人間であるための。(ところで、気づいているとはどういうことなのでしょうかね。)

しかし、自分(神)を見るために、自分を体験するために、自分を成長させる・変容させるために、この相対世界を考え出した神の発想はすごいですね。——何も知らない(でもすべてを知っている)自分の分身を創造して、この分身を通じて自分の姿を見よう(感じよう)とするのですから。——まあ、この世はすごいことだらけなので、これだけではないですが、でも、きっとこの相対世界の創造を思いついたことは、きっと神にとっても思わず手をたたきたくなるような<気づき>だったのではないかと思ったりします。

どうなんですかね、神様!

(2月7日 2008年掲示板)

■柴田さん

高塚さん。みなさんこんにちは(^-^)

昨日は、ありがとうございました!

ほんの4~5年前なら、「人間とは何であるとかんがえるか?」などと問われたら「どうでも良いから働いてくれ。」と言っていたでしょう(笑)ですがそんなことを言いながらもどこか角の方では「なんだろう」と思っていたのかもしれませんが。

改めて考えてみる機会があることは、出るべくして出た問いかけでと思えるようになっていますが、言葉や文字にすることは難しいですね(笑)

神が自分を体験、体感したくて人間を創ったなら「神様、この位の経験ならもうお済みで



はないですか？（笑）」と言いたくなるような日常だったりもしますが、「すべてを」と言われると神の精密さに従わざるをえません（汗）

自分できめてこの世を選んで、やることもすべて決めて来ている。

その割には、あまりにも忘れすぎですね。

<いつも気づいている>

この言葉は妙にしっくりきます。

また、ポンと出たら書き込みます♪

ありがとうございます（^-^）／

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。

> ほんの4～5年前なら、「人間とは何であるとかんがえるか？」などと問われたら「どうでも良いから働いてくれ。」と言っていたでしょう（笑）ですがそんなことを言いながらもどこか角の方では「なんだろう」と思っていたのかもしれない。

私も含めて、多くの人は最も大切なものを奥に隠して生きています。もちろん、隠している自覚はないので、正しくは最も大切なものがススに覆われたまま生きていると言った方が正確かもしれません。ただ、このススは何かの拍子に薄くなり、人生を振り返りたくなる機会となるのです。

何かの拍子とは、普通に言われることではあまりかんばしくない出来事です。事故とか病気とか死とかいうものです。まあ、わたしとしてはかんばしくない出来事が訪れる前に何とはスス払いをしたいというのが願いであるのですが、一進一退の状況です。

> 神が自分を体験、体感したくて人間を創ったなら「神様、この位の経験ならもうお済みではないですか？（笑）」と言いたくなるような日常だったりもしますが、

神は人間が選ぶことができる悪行しか用意していない。つまり、人間が選んだ悪はすべて用意されている、つまり、選んだからといってとんでもないことをしたとは言わないわけです。とはいえ、確かこんな問答が「神との対話」にあったと思います。

「紙と鉛筆だけでどうやって神様とコミュニケーションできるんですか？」

「何と愚かなことを言うのか。あなたが今していることがそうではないか。」

とまあ、こんな珍問答もあるわけで、神様の用意した体験を超えてトンチンカンな体験をするのが人間のようです。まあ、私もトンチンカンではひけをとらない人生を送ってきましたが、トンチンカンもそろそろ疲れたので、人間高塚をあまりコースアウトせずに運転していきたいと思っています。

> 自分できめてこの世を選んで、やることもすべて決めて来ている。

> その割には、あまりにも忘れすぎですね。

> <いつも気づいている>

> この言葉は妙にしっくりきます。

山中さんが使われたこの<いつも気づいている>というのはいいい言葉ですね。わたしも意識のある人生というよりこちらの言葉の方がしっくりきます。

では、また～。

(2月7日 2008年掲示板)

■山中さんへの返信～<いつも気づいていること> (意識のある人生)

高塚さん、みなさん、ありがとうございます。

> そうなんです、気づいているってどういうことなのでしょう！

> まさにそこなんです。言葉で言えば、たとえば見られている自分と見ている自分をちゃんと認識していることとか、意識がどこに向いているかちゃんとわかっているとか、全体を見ながら一つの細部も分かるとか、細部を見ながら全体もわかっているとか、う～ん、トータルなものなんではないかと。ヴィパサーナ瞑想なんかはやっぱり気づいていることをとことん押し進めるものなのでしょうか？表面は波立っていても、深くでは平安である心の状態みたいなものをちゃんといつでも意識しているとか。今・ここだけに存在するか。学んで、経験してゆきたいと思っています。よろしくおねがいします。

山中さん、みなさん、おはようございます。

どのようなことでもそうですが、そこに至る方法にはいろいろな方法があると思いますが、わたしが試みていることは、

意識がここに浮かび上がってきたとき、すなわち、気づきがここに浮かび上がってきたときに、

<わたしがいまいるところはどこであろうか>

と、問うことです。居心地がよければ、それでよし。居心地が悪ければ、

<別のところに行く>

ということです。もちろん、簡単ではありません。いまいるところ——白昼夢の世界、過去の悔恨、他人の思惑、未来への不安——にすることに慣れっことなってしまうので、気づくとたいいそこにあります。別のところに行ったとしても、意識がないとまたすぐに元いたところに戻ってきてしまいます。

(では、どこに行くのか。これは一人ひとりが決めることであり、わたしが関与することではありません。)

別のところいき、そこにずっといるためにはどうしたらよいか。

ただくいつも気づいている>

このことだけです。このことがないと、わたしはどこに行くか分からないということです。わたしがどこにいるか、どこに行くのかをいつも知っていないと、とんでもないところにいつづけてしまうということになるわけです。実際にわたしの人生はそうです。

気づき、すなわち、意識のことを確か心理学者のカール・グスタフ・ユングは「意識とは、暗闇を進んでいくためのカンテラのようなものだ」と言っていたと思います。光なしでは、われわれは道に迷わずに進んでいくことができないのです。だから、

<いまどこにいるのか>

このこと知っている。そして、

<これからどこに行くのか>

このことを知っている、ということはこころの道をたどって生きていくと決めた人にとっては初歩中の初歩、そして、肝心要のことなのです。(だから、われわれは二本足で満足に歩けない保育園児レベルであるということなのです。)

<いつも><わたしがどこにいるかを知っている>

そして、居心地が悪ければ、「神との対話」風にいえば気高い自分にそぐわなければ(人間は本来気高い存在であり、そうでない生き方をすると苦しい生き方になる。つまり、居心地が悪くなるということです)、

<これが本当のわたしだろうか>

<いま愛なら何をするだろうか>

と自分自身に問いかけ、新たな道を歩んでいくということです。

その行き着く先のことについては、いろいろな話があるようですが、わたしはそこにはあまり拘泥しません。ただ、この<いつも意識のある人生>、<いつも気づきのある人生>とともに

> 細部を見ながら全体もわかっているとか

> 表面は波立っていても、深くでは平安である心の状態

> 今・ここだけに存在するとか

といったことは付随的に生じてくるものと思われます。

※ この掲示板では「意識のある人生」についてはずっと取り上げています。教室ご参加の方のみならず、ROMされていらっしゃる方も<いつも><意識のある人生>、<いつも><気づきのある人生>に挑戦されてみてはいかがでしょうか。

(2月8日 2008年掲示板)

#### ■ 「神との対話」から

「神との対話」シリーズの本はこころに残った箇所をワープロで写し、見直すようになっています。ブラインドタッチができるわけではないので、写すのは結構時間がかかりますが、それでもスローで写すことの価値はまたあります。読み飛ばしては気づかなかったところに目がいたりするからです。

その「神との対話」から<意識のある人生><気づいていること>に関係するところをい

くつか抜き出してみます。最初に出てくる話しです。

「まず、最も気高い、こうありたいと思う自分を考えなさい。そして、毎日そのとおりに生きてらどうなるかを想像しなさい。自分が何を考え、何をし、何を言うか、ほかの人の言動にどう応えるかを想像しなさい。

そんなふうに想像した姿と、いま自分が考え、行い、言っていることが違うのはわかるだろうか？

いまの自分とこうありたいと望む自分の違いがわかったら、**考えと言葉と行動を気高いヴィジョンにふさわしく——意識的に——変えようと決心しなさい。**

それには、とても大きな精神的、肉体的努力が必要になる。一瞬も怠らず、つねに自分の思考と言葉と行為を見張っていないてはならない。つねに——意識的に——選択を続けなければならない。このプロセスは、意識的な人生への大きな一歩だ。そう決意すると、人生の半分を無意識のままに過ごしてきたことに気づくだらう。結果を体験するまで、自分が思考と言葉と行為をどう選んでいるか、意識しなかったということだ。しかも、結果を体験しても、自分の思考、言葉、行為がそれと関係があるとは考えられない。

**これは、そんな無意識の生き方はやめなさいという呼びかけだ。あなたの魂が時のはじめからあなたに求めてきた課題なのだ。」**

（「神との対話」1巻 105 ページ ニール・ドナルド・ウォルシュ著 サンマーク出版）

人ごとのようですが、「一瞬も怠らず」というところがすごい。

<つねに>

<意識的に>

<選択を続ける>

そんなことができるのかと臆する気持ちとそのように人生を送ってみたいという両方の気持ちがあります。

さらに、目からウロコは

<結果を体験するまで、自分が思考と言葉と行為をどう選んでいるか、意識しなかったということだ。>

要するに、あとで気づくということだ。こんな結果になったのはわたしのせいだと。まあ、自らを省みる気づきがあるのはまだましで、

<しかも、結果を体験しても、自分の思考、言葉、行為がそれと関係があるとは考えられない。>

そう、無意識に生きているから、体験が自分と関係していることが分からないという悲劇です。当然ながら不幸の原因は他人に転嫁されるということになるわけです。

(2月10日 2008年掲示板)

■山中さんへの返信〜<あらかじめ存在していること>

山中さん、皆さん、おはようございます。

> <つねに>

> <意識的に>

> <選択を続ける>

> ということで、常に愛を選択して、愛溢れさせて過ごすというのが

> 私の今年の目標なんですけれども、現状、気づくたびに常に愛を選択しているか心に問うを続けてゆくだけです。20点という感じの毎日です。

われわれはどうしても愛の反対である不安におおわれているので、何か出来事があると、つい不安に基づいた反応をしてしまいます。ご存知かもしれませんが、この対処の仕方について「神との対話」では次のように言っています。ちょっと長いですが、著者と出版社さんにはご勘弁いただいて引用させていただきます。

「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つき愛には、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。」

「そうだと、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、それで「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と、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と、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と、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。>」

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

すなわち、

<愛へと行動するのでなく>、

<愛へと反応するのでなく>、

<あらかじめ愛で在る>

ということです。

<愛は到達点でなく、始まりであり>、

<世界がある前に、わたしがあり>、

<世界がある前に、わたしの愛がある>

ということです。

まあ、このアドバイスとて、容易な道ではないですが、同じ意識を用いるのであれば、この<あらかじめ>というところを忘れずに用いることの方が近道であるといえるでしょう。しかし、すばらしい発想です。



あと、愛というのは日本人にはしっくりこないという方もいるのではないかと思うので——かくいうわたしもそうですが——、そういう方は自分にしっくりくる感じの言葉におきかえてみるのもよいと思います。

——あと、「神との対話」での〈愛〉というのは、通常とは違った意味合いで使っている場合があります——

最後に点数ですが、わたしの場合、理想から遠く離れていても今日できる範囲でのことを100としているので、あくまでもその100に対する点数です。

今日一日の終わりにすべてが灰になっていれば、それは100点です。

今日一日をすべて使い切ることに、これがわたしの理想です。

(2月11日 2008年掲示板)

■山中さんへの返信〜〈熱意〉

高塚様、ありがとうございます。

まったくその通りだと思います。

愛から始める、至福から始める、静寂から始める。

そこからの意識でないと、愛の選択はできないと思っています。

瞑想はその愛・至福・静寂との絆を強めてくれるような

気がしています。思い出させてくれるというか。

そして気づいているとはもともと私たちはこの愛・至福・静寂そのものであることを、なのでしょね。

2月は仕事の関係で出れませんが、

掲示板等で学びを続けさせていただきます。

ありがとうございます。

山中さん、皆さん、おはようございます。

再度、同じ箇所を引用しますと、

「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。＞」

＜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。＞

この熱意がすべてでしょうね。

この熱意があれば、＜世界＞の助けがあり、＜神＞を使うことができる、すなわち、＜本当のわたし＞を使うことができる。

熱意とはマグマのように熱くもあり、深い湖の底のように冷たくもあり、その二面性を兼ね備えて、一過性の爆発で終わるのではなく、静かにいつまでも続いていくものです。

2月のお休み、了解しました。

教室の時間も、仕事の時間も、日常の時間も、瞑想の時間も、すべてにこの熱意が通っていて、すべてが一人ひとりの新たなる存在への時間となることを祈っています。

(2月12日 2008年掲示板)

#### ■愛と自由

不安にとらわれていて不安に基づいた反応をしてしまう。

これは愛ではない。

過去の自分にとらわれて過去の損得に基づいた反応をしてしまう。

これは愛ではない。

他人の目を気にしながら他人の生き方に基づいた反応をしてしまう。

これもまた愛ではない。

愛とはこれがわたしであると、わたしが満足できる宣言であり、行動である。

すなわち、自由である。

「ちょっと待ってください。相手に何の制約も課さないで、踏みつけにされずにすみませんか？」

「＜相手に制約を課すのではなく、自分自身に制約を課すのだ。＞自分がどんな経験を選ぶかを制限するのであって、相手に認める経験を制限するのではない。＜この制限は自発的なものだから、本来の意味では制限ではない。それは、自分が何者であるかという宣言だ。創造だ。定義だよ。＞

神の王国ではいっさい制約がない。愛は自由以外何も知らない。魂もそうだ。神もそうだ。

これらの言葉は入れ替えることができる。

**愛——自由——魂——神。**

どれもがほかの面をもっている。どれもすべてである。あなたは現在というすべての瞬間に、自由に自分を宣言できる。実際にそうしているのに、気づいていないだけだ。だが、誰かが何者であるか、何者であるべきかを宣言する自由はない。愛は決してそんなことはしない。愛のエッセンスである神もしない。」

(「神との友情」上巻 217 ページ)

愛と不安～怖れること＝黒住宗忠

<つねに>～あらかじめ

<意識的に>～1 計算的 2 感じている

<選択を続ける>～ひとつの選択

#### ■ソノモノ

でも、神の眼にみえるソノモノとはどんなものなんだろうかね。ブッダの眼にみえたソノモノとは。キリストの眼にみえたソノモノとは。

波動だけなのか。

コンピュータの世界の機械言語の世界 (ユーザーイリュージョン)

あるいは、仏教の極楽浄土

あるいは、神との対話でいう究極的にはすべて愛である

この世界にいてみること、感じること。

#### ■人間関係の創造

> 存在自体は本来存在を見ることはできない。

他者との関係の中で自分を見ることができる。

#### ●人間とは何か

名詞ではない～身体ではない

身体+精神でもない

身体+精神+魂である、ここで、動詞となる。

動詞とは意識的創造である、超絶意識の創造である。

●わたし

本や新聞、雑誌を読むのではなく、自分自身を読む時間を作る。

車中での時間や信号待ちの時間まで本を読んだり、無意味な連想にふけていては、自分自身の出番は覚えていない夢の中だけになってしまう。

ところで、自分自身を読むとはどういうことであろうか。

(9月10日 2009年掲示板)

■気づきと意識の発展

自分自身を読むとは、

自分自身の気づきの旅、自分自身の意識の発展の旅をすることである。

それはは宇宙中の知性体共通の気づき、意識の発展でもあり、ひとりひとりの固有の気づき、固有の発展でもある、そのような旅である。

自分自身を読むとは、本や新聞、雑誌の中、あるいは、映画の中、ネットの中に自分自身を置くのではなく、別の世界である知性と感性の世界へと旅立つことである。

その旅立ち、その世界はその人自身の内にあるのであり、

その人自身の内を通して初めて、異次元へと旅立つことができる世界である。

その旅はきっと、宇宙旅行にも劣らぬ素晴らしい旅になるであろう。

(加筆して掲示板記入予定)

ハトホルのいう意識と気づきの旅。

●

願いの一回性と多数回性

2月8日、12日、27日、3月16日、9月21日 2008年、1月14日、9月4日 2009年

●<いつも気づいていること> (意識のある人生)

いま愛なら、<わたしに対して>何を行うだろうか。

わたしはどこにいるのか。(どこにでもいれる。あるところの働き。トゥインビーの過去のビジョン)

わたしは何を感じているのか（魂の羅針盤）

取り込まれないことが第一。

何を考えているか見張っていること、そして、自分自身の最も気高い考え方に変えること。

いま何の時（とき）であるのか。

あらかじめどのような人間であるかを決めておくこと。意識は突然ここに浮き上がる。

浮き上がったら、沈めずにいること。

モノを奪われても何も失わないが、どこにいるかによって失われてしまうようにみえることがあるかもしれない。世界がどのようなものであってもわたしはわたしであることである。では、そのわたしはわたしであるというわたしはどのようなわたしであるのか。いつも白昼夢にふけるようなわたしであれば、逆の意味で世界がどのようなものであってもわたしはわたしであるというそのわたしであろう。

失われたのか。それとも得たのか。

この世界にはいつもわたしが得ることができる機会だけがある。

得るために見方を変える必要がある。そして、それはできる。

いつも必要なものはすべて与えてくださっている。そのことに必要以上にこころをくだかぬこと。

いまの段階では、自分がどこにいるかを気づいていること、それだけでよい。

その居場所を変えることができないか。

本当はそこはいたくない場所なのではないか。

わたしにとってもっと居心地のよい場所はないか。

#### ●意識のある人生～アームストロング船長

*That's one small step for (a) man, one giant leap for mankind.*

これは一人の人間にとっては小さな一歩だが、人類にとっては偉大な飛躍である。

意識のある人生の意識の一歩のような言葉である。

人類が月にいかなくなってからどのぐらいになるか。

これもまた、私の意識のある人生のようである。

お月様を見ているだけである。

（加筆して掲示板記入予定）

月面着陸は割りのあわない事業であるが、軍需産業は割のあう事業である。

●意識のある人生～意識の魔術（損得・所有）

「得る」ことができれば、よしとし、  
「失う」ことがあれば、よしとしない。

しかし、ここに意識を持ち込み、

<意識をもって失うこと>

すなわち、

<与えること>

を行うと、それは<得る>ということとなる。

（9月21日2008年掲示板）（草稿要転記）

参考～「神対」の愛の定義

参考～呼吸に意識をのせること。

他に意識をのせることで変容することはないか、考えてみる。

●意識のある人生～世界とわたし

朝起きて思うこと。

気持ちが高揚している朝も、沈んでいる朝も、起きて思うこと。

今日一日のすべてをわたしのために使おう。

今日一日のすべてはわたしのために与えられているのだから。

今日一日のすべてはわたしが使うことを待っているのだから。

（9月5日2009年掲示板）

では、そのわたしとは何であろうか。

今日のわたしはどのようなわたしであろうか。

（加筆して掲示板記入予定）

●意識のある人生

いつも気づいているとは、いつも魂といるということである。

(意識表裏面転記済み)

■魂

元気が出ないときというのは、魂のしたいことをしていないときである。  
だから、そのようなときには魂のしたいことをしてあげることである。

魂はひとりひとり違う。  
あなたの魂のしたいことは何であろうか。

わたしの場合は何か。

瞑想か？

瞑想は嫌いではないが、あまりにへたくそで、楽しいという感覚は稀薄である。

囲碁将棋か？

飲酒か？

実は最近気がついたのだが、ノートの整理が一番やりたいことである。

(意識表要転記)

睡眠～魂の休憩～目覚めが悪い

2月9日、11日、27日 2008年、9月4日 2009年

●意識のある人生～自己想起

いつも、いつも、立ち止まって見てみること。

立ち止まってまわりを見てみること。

そのまわりには自分自身も含めてである。

そして、大きな呼吸を、静かな呼吸を、深い呼吸を一度してみる。

それから、どのようなわたしでいるのかを決める。

意識がつづくかぎり、そのわたしでいること。

(加筆して掲示板記入予定)

2月10日、22日、23日、24日、25日、28日、3月16日 2008年、4月20日、8月10日、11日、9月8日、17日 2009年、7月10日、26日、28日 2010年、2月16日、3月5日、6日、8日 2011年

●意識のある人生～ジミー大西

以前新聞で画家としてのジミー大西氏の記事を読んで感銘を受け、ネットでいろいろ検索

したときに見つけたものから

明石家さんまが運転手としてジミーの面倒を見るようになってからは、さんまによって才能を引き出され、数々の一発ギャグを身に着けていく。さんまと出会った当時のジミーは吉本興業からは半ば見捨てられている存在であった。吉本社員の「売れるわけがない」と云う発言は彼ら二人の、特にさんまのモチベーションに繋がった。この運転手時代に料金所で車の窓を開けるのを忘れて手を窓に思いっきりぶつけて手を骨折してしまったというエピソードがある。特に、人から決まった言葉を振られた後に返すタイプのギャグが有名。「ジミーちゃんやってる〜?」と振られたあとの「**やってる、やってるう〜**」や、「ジミーがんばれよ」と振られたあとの「**お前もがんばれよ!**」、股間を触られたときに発する「**ふるさと〜**」または「**エクスタシー**」など。これらのギャグが評判となり、天然ボケ芸人として全国的に人気を博した。（やってる、やってるう〜のギャグ誕生当時は手を股間付近で動かしていたが、明石家さんまにそれはまずいと言われ、顔の付近で動かすようになった）。芸人として絶頂期を迎えていた1996年頃に、後述するテレビ番組の企画によって芸術の才能を見出され、芸術家の道を歩むことになった。松本人志は引退に際し、「もったいないな！あいつには誰も勝たれへんで！他に辞めなあかん奴いっぱいおんのに」とジミーの才能を絶賛していた。またビートたけしもさんまのフリに確実にギャグで返すジミーに対し「パブロフの犬の様な条件反射すごいな！」と絶賛している。

萩本欽一に「このボケが意図的であればチャップリン以来の天才喜劇役者だ」と言われた。しかし個室で2人きりで話をして部屋から出てきた萩本の第一声は「天然だったね…」というがっかりした声であった。

（ウィキペディア フリー百科事典より引用）

まあ、愉快的な話しである。愉快ではあるが、ひとつ間違えると悲劇の話ともなりかねない。喜劇となって笑えるか悲劇となって落ち込むかは紙一重である。その紙一重を決めるのは、何であろうか。「神との対話」の神であれば、＜それは視点の問題である＞というであろう。もちろんそうであるが、どうすればその視点を変えることができるであろうか。わたしが考える有効な方法は

<自分を他人と同じようにして見てみる>

ということである。自分の視点を自分自身の中に置くのではなく、外に置き、「自分と他人と出来事」を観客のようにして見るということである。これは空間的な拡大である。あるいはまた、



<自分をあの世へ行ってからの視点でしてみる>

ということである。自分の視点を自分自身に置くのではなく、未来という視点に置き、自分にまつわる出来事を過去のようにして見るということである。これは時間的な拡大である。

この時空の拡大を用いて、あなた自身の悲劇をジミー大西のような喜劇に、ジミー大西のような楽劇に、変えてみてはいかがだろうか。

(2月20日 2008年掲示板) (草稿要転記)

■山中さんへの返信

高塚様、

お誕生日おめでとうございます。

皆様こんにちは。

> <自分をあの世へ行ってからの視点でしてみる>

っていうか、どちらかというと、表現的には、あの世から見ている自分が本当の自分ではないかと、真面目におもっています、私。

ジミー大西とは関係ないコメントですみませんでした。

当初は自分は、「大きい自分」、「小さい自分」というように区別していましたが、そのうちに「わたし」と「私」と区別して使うようになり（おおざっぱですが）、今に至っています。前者「大きい自分」「わたし」というのは「神との対話」でいう「魂」に近いニュアンスで、あの世からの視点ともいえることです。

<わたし>、<魂>というのはこの現実世界の表舞台に登場せず、黒子のような存在でフォローしてくれているようなものなので、堂々とこの現実世界で姿を現して活躍してもらうためにはどうしたらよいのかというのが今の自分の大きな課題のひとつです。

ただ、「小さい自分」、「私」、「自我」が本当の自分ではないかということそのあたりも微妙なところがあります。適切とは言いがたいとえですが、考えるヒントにはなると思うので。。

「プレーボール」（ちばあきお著）という漫画があります。ちばあきおさんは自殺されたのですが、そのことはここでは直接関係はありません。とてもいい漫画です。自殺され方を貶めるためにいっているのではなく、また、現実のちばあきおさんも知らないのですが、

「プレーボール」の登場人物は生きているのか生きていないのか。この生きているというのは比喩ではありません。もちろん、通常の意味での生きているとも違います。

作者自身と登場人物とどちらが本当であるか。

と、こういうことも思ったりするわけです。

(2月22日 2008年掲示板)

名詞、動詞でいうと、

名詞の観点からは

「ちばあきお」さんの方が名詞である。

動詞の観点からは

「プレーボール」の主人公の方が動詞である。

■意識のある人生～<動詞>

人間とは動詞である。

わたしはこの体の中にある名詞ではない。

生命を吹き込む存在としての動詞である。

吹き込む生命は、一枚の絵であったり、一筆の手紙であったり、一局の将棋であったり、  
一晩の食事だったり、

そして、名詞のような私自身であったりする。

だから、何をするにせよ、それから生命が満ちあふれてくるように、

思い、

語り、

為すことである。

(9月26日 2010年掲示板)

人間とは動詞である。

わたしはこの体の中にある名詞ではない。

一話の小説の中で悲しみ、一枚の手紙の中で勇気づけられ、一局囲碁の中で心をかきむし  
られ、動き出す、

そのような動詞としての存在である。

だから、この体の名詞にころをくだくのでなく、いつもどのようにして動くかということにころを使うことである。

(加筆して掲示板記入予定)

人間とは動詞である。

わたしはこの体の中にある名詞ではない。

- 1 作品・芸術・……の中で動き出す存在。
- 2 作品・芸術・……に生命を付与する存在。

漫画の主人公に生命を吹き込む。

その主人公は生命を吹き込むことにより、ある意味でわたしを越える。

彼、彼女はわたしを越える。

そして、生命を吹き込んだわたしもわたしを越えて、わたしとなる。

グルジェフのいう無尽蔵のエネルギー貯蔵庫を顧慮する。

#### ▲動詞～バックミンスター・フラワーの生命

人間とは名詞ではない。

人間とは動詞である。

だから、名詞ではなく、動詞のように生きたい。

手に触れるものに生命を感じたい。

詩人が感じるように。

そして、それ以上に。

手に触れるものに生命を吹き込みたい。

彫刻家が石に刻むように。

そして、それ以上に。

わたしは、

今日、何に生命を感じ、

今日、何に生命を吹き込むであろうか。

そして、どのようなわたしになるのであろうか。

(7月26日2010年掲示板)(加筆済み)

▲自分自身に息を吹き込むこと。  
自分自身もまた小説の主人公である。  
息を吹き込めば生きる。

■神聖なる矛盾・リアル

月は光っているが、本当は岩石のかたまりである。  
月は岩石のかたまりであるが、本当は光っている。

真実は前者であるが、どちらも人を感動させる。  
あるいは、どちらも人を感動させない。

感動させる時というのは、岩石にしる月光にしる、  
そのリアルにふれた時である。

わたしは感動のない人生は無意味であると思っているので、真実でなく、リアルにただただふれたいだけである。

(記入可)

どちらも、神聖なる真実であり  
どちらも、人を感動させる。

真実でなく、リアルが人を感動させる。

(加筆して掲示板記入予定)

岩石のかたまりのリアル、  
月の光のリアル、  
そのリアルに生きることである。

■ヴィットゲンシュタイン

孫引きではあるが、



パスカルの動詞～知ること

知ることはアインシュタインの動詞でもある (4月14日 2009年 なみこさんへの返信)

「神との対話」「ハトホルの書」での〈プロセス〉もまた動詞である。

▲「NOTE 2006 年 1 月 1 日」参照

■抱負

名詞としての抱負でなく、動詞としての抱負をいただくこと。

●人生

- 1 体験すること
- 2 方法論としての成長・道具（ツール）の獲得・意識のある人生の獲得

床みがきだけの人生（「神との対話」の「奉仕は最大の瞑想である」）

自分の場合、ヒーリングをしながら（すなわち、体験しながら）、集中力、所有、自他、等々の、方法論としての人生をも獲得するということ。

この二輪が相俟って進んでいくこと。

この二面性を意識すること。

■人生のすべてに優先すること、それは意識のある人生を送ること。

■意識のある人生～ひとつには神と共にいること⇔神を使うこと

体のセンサーとともにいる人生。

神といるとは体をもった友人といることではない。

■意識のある人生～わたし

意識のある人生とは、

神に服従する人生ではなく、

他人に服従する人生でもなく、

怖れに服従する人生でもなく、

ただ、ただ、わたし自身に従う人生である。

それでは、

<わたし自身とは一体何であろうか>

分かっているようで分かっていない話しである。

なぜなら、ほとんどの人にとっては、わたし自身とは、服従の私であり、教えられて私であり、無意識に反応する私であり、レッテルを貼られた仮面の私だからである。

(3月6日 2011年掲示板)

好きなことをしてみれば、わたし自身に近づいていくことができる。

### ●意識のある人生～身体

<無意識に>行われる身体の修復、逆の身体の病気化、身体の成長、逆の身体の老化、これらは<意識的に>どちらの方向でもコントロールできるのではないだろうか。

眠ると元気になる。当たり前のような話しであるが、よくよく考えてみると、何らかの力が働いているから元気になるのである。眠るのは死ぬのとは違う（もっとも、死体でさえ、ある力が働いて別の形になる）。この働きにこころを傾けることである。

そして、この働きを自分自身によって行うことはできないかと考えてみることである。

(8月10日 2009年掲示板)

一日がバラバラになってしまったと感じられる一日もある。

一日で何かを成し遂げたと感じられる一日もある。

前者はエントロピー（乱雑度）増大の一日である。

後者はエントロピー（乱雑度）減少の一日である。

ただ、どのように一日を散らかしてしまっても、睡眠によって翌日はリセットされる。

これはある力が働いたからである。

ただ、リセットは睡眠に頼らなくともいつでも可能なはずである。

これは自分の力を使うことである。

片翼飛行で地上に落ちこちてしまいそうな時には、新たな翼を出して再度上昇飛行を試みってみることである。

## 眠ることによる<エントロピー減少～秩序の増大>

プロセス

ハトホルの四大元素

「神との対話」で、睡眠は体が休みためではなく、魂が休むためであるというが、そうすると、起き続けていると疲れてしまうのは魂の疲れなのであろうか。

そうした場合、体が朽ちてやがて使うことができなくなるというのは、また魂に関係していることなのであろうか。

### ■選択

身体の最後の選択は生か死である。

あらゆる死について、浅はかな考えはいだかぬことである。

身体の最後の選択は生か死かでありたい。

これはコントロールができてこそ可能なことである。

### ●心身～意識のある人生

同じところにおいて、同じことをしている。

こころと体をである。

こころと体をともにである。

この及ぼす効果について体験、検証してみることに。

体・呼吸・気（創造者としての気）

### ■気功体操

### ■自己ヒーリング

### ■グルジェフの無尽蔵のエネルギー貯蔵庫

### ●答えがまだ分からない質問

2月11日、23日 2008年、9月4日、7日 2009年、3月5日、6日、8日 2011年

### ●ヒーリング

お世話になったこと全貌がみえていない。

このことの無知を自覚すること。  
(加筆して掲示板記入予定)

■わたし（私）・視点・感情  
過去の全貌がみえていない。

自分自身の過去を無味乾燥な歴史の教科書のようにしてしまわないこと。

全く違う視点から見てみること。  
(3月7日 2011年掲示板)

●自由・ころ・黒住宗忠

自由とは「自らが原因（理由）となる」という意味で、自己を規定するということであるが、この自己規定は、黒住宗忠が言っているようにころを傷めると自由でなくなる。傷めると、ころは縮こまり、自己規定に足かせをして、自由度もまた狭められるからである。自由はころが豊かであってこそ達成されることである。

だから、

いつもころを養うことである。  
いつもころを養い、いつも豊かな気持ちを持ち、見晴らしのよい場所にいることである。

黒住宗忠はこう和歌にしている。

姿なき ころひとつを 養うは  
かしこき人の 修行なるらむ  
(3月8日 2011年掲示板)

●草稿

百人だけのための本  
その百人が変容する本  
その百人にぴったりするように全身全霊で書く。  
著書に生命を吹き込む。  
(草稿「仮想空間」要転記)

■専心



ヒーリング、教室に関しても同様である。  
あるいは、瞑想も。

2月12日、13日、27日 2008年、9月5日、7日 2009年、3月5日、8日 2011年

●ヒーリング

不安を食べ物にしてはいけない。  
希望があるヒーリングを行うこと。

●視点・自由・愛

視点を変える＝選択をする＝自由＝愛  
どれだけ自由であるか  
どれだけ幅広い選択ができるか  
どれだけ視点を変えられるか  
それが愛である存在であるか否かということである。



「神との対話」3巻文庫本 119 ページ  
「視点……思考……創造」

■愛と自由

愛も自由も知っていると思うかもしれない。  
だが、  
「神の王国ではいっさい制約がない。愛は自由以外何も知らない。魂もそうだ。神もそう  
だ。これらの言葉は入れ替えることができる。  
愛——自由——魂——神。  
どれもがほかの面をもっている。どれもすべてである。」  
（「神との友情」上巻 217 ページ）

このような愛、このような自由は果たして知っているだろうか。  
このような愛、このような自由を感じたことがあるだろうか。  
（2月13日 2008年掲示板）

愛としての自由であったことがあるか。

■山中さんへの返信～コミュニケーション  
言葉は時として不便ですね。

ある感情を哀しいという単語で表現したとたんにもうひとり歩き、  
それぞれの哀しいがあるわけでもんね。

愛、神、生命（イノチ）、自由、宇宙意識、無限の可能性、

そんな感じでしょうか、私としては。そしてこれこそが本来の人間だと思っています。

瞑想のときもあるのかもしれませんが、はっきりとしているのは、大自然と共に在るとき  
に何度か感じたことがあるように思います。

山中さん、皆さん、おはようございます。

- > 言葉は時として不便ですね。
- > ある感情を哀しいという単語で表現したとたんにもうひとり歩き、
- > それぞれの哀しいがあるわけでもんね。

神と人間とのコミュニケーションの方法でも言葉は最後に来るようですね。「神との対話」冒頭のやりとりです。

「そこで、まずわたしが長いあいだいだきつづけてきた問いから対話を始めることにしよう。神はどんなふうに、誰に語りかけるのか。そう聞いたときの、神の答えはこうだった。」  
「わたしはすべての者に語りかけている。問題は、誰に語りかけるかではなく、誰が聞こうとするか、ではないか？」

「興味をそそられたわたしは、もっと詳しく説明してくれと頼んだ。すると、神はこう言った。」

「第一に、「語る」ではなく、「コミュニケーションする」ということにしよう。神とのコミュニケーションは、言葉よりもすぐれた、言葉よりずっと豊かで正確なものだからだ。言葉で語りあおうとすると、とたんに言葉のもつ制約にしばられることになる。だからこそ、わたしは言葉以外でもコミュニケーションする。それどころか、言葉はめったに使わない。いちばん多いのは、感情を通じたコミュニケーションだ。

**感情は魂の言語だ。**

何かについて、自分にとっての真実を知りたいと思ったときには、自分がどう感じるかを探ってみればいい。

感情というものは、なかなか見つからない。自覚するのはさらにむずかしい。だが、最も深い感情のなかに、最も高い真実が隠されている。要はこの感情をつかむことだ。どうす

ればいいか教えてあげよう。もちろん、あなたが知りたければね。」

「わたしは、知りたいと答えた。だが、その前に最初の質問にもっとていねいに答えてほしいと言った。すると、神はこう答えた。」

「わたしはコミュニケーションの手段に思考も使う。思考と感情は同じではないが、同時に生まれることがある。思考を通じたコミュニケーションには、イメージや画像が使われる。だから、単なる言葉よりも思考のほうが、コミュニケーションの道具としては効果的だ。

感情と思考のほかにもうひとつ、経験という、偉大なコミュニケーション手段がある。感情と思考と経験のすべてが失敗したとき、最後に言葉が使われる。言葉はじつは、最も非効率的なコミュニケーション手段だ。最も曲解されやすいし、誤解されやすい。

どうしてか？ それは言葉の性質のためだ。言葉はただの音にすぎない。感情や思考や経験の代用だ。シンボル、サイン、しるしでしかない。真実ではない。ほんものではない。言葉は理解の助けにはなる。あなたがたはものごとを、経験によって知ることができる。しかし、経験できないこともある。だからわたしは、知るためにほかの手段を与えた。それが感情と呼ばれるものであり、思考と呼ばれるものである。

さて、皮肉なことに、あなたがたは神の言葉ばかりを重視し、経験をないがしろにしている。

経験をないがしろにしているから、神を経験しても、それが神について教えられていたことと違くと、たちまち経験を捨てて言葉のほうをとる。ところが、ほんとうは逆であるべきなのだ。」

(ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」1巻14ページ サンマーク出版)

これはひょっとすると人間でも同じなのかもしれません。人間同士でも、

何を感じられるのか

何がところに浮かんでいるのか

この体験はどのような体験なのか

このようなことがまずは問われるべきことなのかもしれません。相手が何を言ったかではなくです。

——しかし、実はわたしはこの地球上では、この言葉を駆使して右往左往しながら表現するというのもありかなとも他方では思っています。

詩人が数行で哀しみを現わし、

小説家が百万字で哀しみを現わし、

宗教が六文字で救いを現わすようにです。

そして、わたしもまた、この掲示板の言葉で自分自身と読まれる方に新しい生き方への気づきが生まれてくることを願っているわけです。——

- > 愛、神、生命（イノチ）、自由、宇宙意識、無限の可能性、
- > そんな感じでしょうか、私としては。そしてこれこそが本来の人間だと思っています。

そうですね。わたしもそう思います。

たぶん、神様も答えとして百点満点の答えであるといってくれるでしょうね。

ただ、それを生きるとなると途端に難しくなる。

まあ、それも当然で、答えを知っているとはいっても、神の子としての人間にとってくその答えの〈体験〉は初めての試みである〉からです。

だから、卑下することなく、非難することなく、自分を小さくみることなく、用意されているすべてのわたしのうち、わたしがわたしであるという道を歩いていけばよいのだと思います。

ただ、〈わたしがわたしである道〉とはどのような道であるかという大問題は残ります。

（2月15日 2008年掲示板）

#### ▲障害児のこどもの年賀状の話

#### ▲体で感じること・胸で感じること

#### ■言葉

自分自身が満足すること。それを表現していること。

鮮度の問題。（～体の感覚の問題と関係しているか）

└時空の問題。Bere Here Now

表現することによって現われること、逆に表現することによって消えること。

#### ■人間関係

こういう人から離れなさい～どのような人がそうであるのか。そして、自分はどうかであるか。

#### ●存在

人間の創造主はいる。

その創造主を創られた創造主もまたいるとのことである。

そのことは初めて聞いた話しで、すごい話しであるが、そこまではここではふれない。

ただ、ただ、〈わたし〉がこのように〈いる〉ということは一体どういうことであろうか。

そんなことはどうしたら可能になるのでしょうか。

質問が間違えているのでしょうか。

わたしがあの世にいけば当然のこととなるのでしょうか。

だが、たとえそうであっても、この奇跡のような存在の感動は感動する価値がある感動である。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ● 神を使うことの二面性

神を使うことには二面性がある。

神に頼むことと

自分自身を使うこととがある。

どちらも神を使うことになる。

これはどちらも、「人が神の身体である」ことからくる。

両者はこの側面からは同じである。

(3月9日 2011年掲示板)

#### ■ 小乗と大乘

#### ■ わたし

どのような人も神をだますことはできない。

どのような人も自分自身をだますことはできない。

このことは、人が神の子であることからくる。

#### ● 意識のある人生～わたし・身体

カサとカサがくっついている。

体と体がくっついている。

同じことであるが、私にとっては違ってしまう。

2月13日、27日 2008年、9月7日 2009年

#### ● 瞑想

瞑想に時間を置いたりしてはならない。

(掲示板記入予定)

瞑想に昨日を置いたりしてはならない。

2月15日、23日、29日 2008年、9月5日、17日 2009年、3月5日、8日 2011年

●意識のある人生

すべてに違う側面から見てみる。

わたしはわたしであるという見方から見てみる。

仕事で電話を受けるときにもすべてその側面から電話を受ける。

身体も電話もその側面から用いる。

●自他・教室・仕事

まず、自分がそうである。

次に、相手もそうであると見る。

あらゆる批判に際して思い起こすこと。

イエスのしたように。

わたしもあなたである。

あなたもわたしである。

●IN and OUT

世界3図書館からの引き出し

世界3図書館への蓄積

そのIN and OUTが人間らしい営みである。

このことが

人類への奉仕であり、

地球ガイアへの奉仕であり、

宇宙・神の身体への奉仕であり、

そしてわたし自身への奉仕である。

(加筆して掲示板記入予定) ~世界3の説明を加筆

■世界とわたし

人類の英知が蓄積されている図書館に行き、本を読んだのであれば、次には<世界>に向いてわたしを蓄積する。

これは人の義務である。

人類の知識が蓄積されているネット上で知識を得たのであれば、次には<世界>に向いてわたしを蓄積する。

この仕事は人の義務である。

(9月5日 2009年掲示板)

### ■世界3

もし人類の英知が集約されている図書館に行って、本を読んだのであれば、次はわたしが図書館に英知を蓄積すべきである。人はそのような義務を負っている。

もしネットに蓄積されている知識にアクセスしたのであれば、次はわたしがネット上に知識を蓄積すべきである。人はそのような義務を負っている。

この<わたしの蓄積>は今でなくともよい。今生でなくともよい。ただ、わたしの蓄積、わたしの創造、わたしの仕事というものが人に課せられているということ——世界から印象を受けとるだけでなく、世界へと自分自身のわたしを表現すべきであるということ——、このことにわたしは気づくべきである。

(掲示板記入可)

### ▲双方向性がないものについては

ただし、決して<わたしの蓄積>というものがありえないものもまたある。このようなものについては、峠の茶屋として考えるものである。休むところは居続けるところとは違う。

2月16日、17日 2008年

### ●美点

智絵さんからヴァレンタインデーのお菓子をいただく。いただき物を見ていつも思うことであるが、彼女の美点は、

<労を惜しまない>

ということであろう。

わたしもこの美点を見習い、仕事に余暇に治療に教室に、すべての行いの範としたい。

2月17日、23日 2008年、9月5日、7日 2009年

### ●世界とわたし・リアル・旅

この世界は生き物である。空の雲のように同じ世界はない。だから、ひとつひとつの世界に同じ言葉はありえない。どのような立派な説法も、どのような効果あるヒーリングもすべての局面に有効なわけではない。一回一回別の言葉があり、一回一回別のヒーリングがある。

だから、

こころをくたくべきは、

<今の、この瞬間の世界にフィットするわたし>

この<わたし>を表現する

という、このことのみである。

今は何の時であるのか。

ヒーリングの時にはヒーリングを

休む時には休みを

仕事の時には仕事を

食事の時には食事を

運動の時には運動を

片付ける時には片付けを

どのような時であれ、そのことだけを、

一意専心し、深く、

しかも、一回一回違うやり方ですることである

一回一回世界は違うのだから、わたしもその世界に応じて違うやり方ですることである。

(9月20日2009年掲示板)(草稿要転記)

#### ■時空

何の時であるかというのは簡単ではない。

なぜなら、昨日の私が今は休む時だと思っけていても、今日の私は今は手をかざす時だと思  
うからである。

自分自身の小さな声を感じることである。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ■息・呼吸・生命・リアル

こころをくたくべきは、

<今この瞬間の世界に>わたしを表現する<生命>を吹き込む

ということのみである。

(9月8日2009年掲示板)

2月18日、23日2008年、9月11日2009年

●イエスの癒しとバーナード・ショーの批判



プロセスの一環として癒しを必要としたから癒した。

癒しは信仰の条件ではなく、信仰の結果である。

#### ●後悔

蓄積すべき時期があり、  
蓄積すべきことがある。

ただ、神はあるものすべてを、あなたが入れたゴミ箱の鼻紙までをも使って世界を表現する。

だから、どんなことも後悔しないことである。  
どのような過去も時期が来ればそれを生かすことができる。  
(9月11日 2009年掲示板)

2月19日、23日 2008年、9月11日、28日 2009年

#### ●生死の選択

途中から人生をやり直しているのではないかと思える時。  
踏み切り  
交通事故  
自殺  
飲酒

#### ●楽

人生は楽しむこと。  
楽しみには、楽しまされることと楽しくさせることとあるが、楽しくさせることを意識すること。  
自分が主体、原因となって楽しむこと。そして、そのことが他人をも楽しくさせることであること。

#### ●意識のある人生

<すべての時間を>自分自身の成長と他者の成長とに費やすこと。  
このことを意識的に行うこと。

2月20日、21日、25日 2008年、9月7日、11日、16日、17日、20日 2009年、3月6日、13日 2011年

●意識のある人生～仕事～電話（02202008）

別次元のコミュニケーションである愛のコミュニケーションを試みる。

このコミュニケートのためには、まずは自分がそのような存在であることが必須の要件である。

月を見て存在が変わったようにである。

（2011年3月12日の日記より）

帰り道で時々、物乞いをしているホームレス氏に出会う。日記には書いていないが、実は出会うたびに千円渡している。この日はお金を入れる入れ物を置いていなかったの、そして、妻が「今日はいいんじゃないの」と言うので、やり過ごす。

しかし、少し歩いたところで見上げるときれいなお月様が出ているではないか。思いなおし、引き返して手渡す。

「ありがとう。助かります」

という言葉。。。というか、感情、こころ、、思いなおしてよかった。お月様のおかげである。

■意識のある人生

感情と必要性と法則のあるコミュニケーション。

世界1と世界2と世界3があるコミュニケーション。

●悪人正機説

イエスのいう金持ちとは浄土真宗でいう善人と近いかもしれない。

●知識

自分をもうこれ以上太らせる必要はない。

（9月17日 2009年掲示板）

■神聖なる矛盾

私は何も知らない。

(9月20日 2009年掲示板)

今の私を太らせないこと。別の私となること。

■悪魔の誘い

新約聖書からの引用である。

次に、悪魔はイエスを聖なる都に連れて行き、神殿の屋根の端に立たせて、言った。

「神の子なら、飛び降りたらどうだ。

『神があなたのために天使たちに命じると、

あなたの足が石に打ち当たることのないように、

天使たちは手であなたを支える』

と書いてある」

飛び降りたら、知識であり、

飛び降りなかったら、<知識>である。

だが、多く的人是飛び降りる。

そして、多く的人が飛び降りる人を見たがる。

飛び降りない人は少ないし、

飛び降りない人を見ようとはしない。

(9月28日 2009年掲示板)

「あるヨギの自叙伝」

慢心

～カニングガムの法則

▲カニングガムの法則

なお、カニングガムの法則は全ての選択に対してあてはまる。

感情のある選択

必要性のある選択

法則のある選択である。

必要性とは道である。その人の道であり、固有の道である。  
また、その道は全体へと通じる道である。世界3へと通じる道である。

●明かすこと

わたしにとって気の実証し、信じてもらうことよりも、自分自身の〈本当〉を明かすことの方がはるかに大切である。

●意識のある人生～ヒーリング

一回目で治るまで送る。……治らない。

二回目で治るまで送る。……治らない。

三回目で治るまで送る。……治らない。

気持ちを切らせないこと。

わたしの知らないことがある。

(9月16日 2009年掲示板)

●夢～所有

小さい頃から変わらずにある独占欲。

●シンクロ

シンクロは意識のある創造に含まれてしまう。

ただ、創造は〈創造される〉という側面がある。この意味では、意識のある創造はシンクロに含まれてしまうともいえる。

●意識のある人生～仕事

正の字で気を入れた回数をチェックする。

一回一回の電話に気を入れる。

●想像外

想像できないことというのはどういうことであろうか。

■教室質問

この世界にできないということはない。

できないと言った時には、実はできることへの道が開かれた時なのである。

だが、ここでも神聖なる矛盾がある。

実は、できないことがある。

それは一体何であろうか。

(掲示板記入予定)

答え～成長しないこと。創造しないこと。愛でないこと。

●動詞である

「BE HERE NOW」にはIはない。名詞はない。

ここでは、存在をいつている、自由をいつている、創造をいつている。

存在も、自由も、創造も名詞はない。一体であることによって生じることだからである。

■神仏観、人間観

人間とは動詞であるとは、プロセスのことである。

●死のシミュレーションの反復

デミアンは何も怖れないこと。

イエスの橋

●身体

しゃべった時には、しゃべった分だけ体を動かさなくてはならない。

どのようにしゃべれば、どのように体を使えるだろうか。

(3月13日 2011年掲示板)

おしゃべりは体の使い方を規定する。

ここはおしゃべりを規定する。

晴耕雨読

2月22日、25日 2008年

●四方田さんへの返信

高塚さん、みなさんこんにちは。  
昨日は有難う御座いました。

今日記を拝見しておりましたら、  
高塚さんはお誕生日だったんですか！  
知らないとはいえ失礼しました。

改めておめでとう御座います！

瞑想に関してはお手を煩わせて申し訳ありません。  
私はもともと違う角度から参加させていただいている事もありまして・・・。  
とはいえ、山田さんのお言葉のように  
「勉強会に参加している人はそれだけで高塚さんの影響を受けている」  
実感はあります（私の記憶ですので、言葉は正確でないかもしれません）

「赤ちゃんが無限の可能性を持つ」  
お話では「プレアデス星人が誰を救うか？」  
という問を思い出しました。

とりあえず今回はここまでで、またお邪魔させていただきます。

四方田さん、山中さん、お祝いありがとうございます。

わたしの誕生日は2月23日です。  
皇太子殿下と同じです。  
シンガーソングライターの中島みゆきとも同じです。  
漫才の内海好江とも同じです。  
何か共通点はあるのかな？  
将来祝日になるのがうれしいですが、考えてみれば、その頃は定年退職、毎日が祝日のよ  
うなものなので、あんまり関係ないかなあ〜と（笑）。

- > 瞑想に関してはお手を煩わせて申し訳ありません。
- > 私はもともと違う角度から参加させていただいている事もありまして・・・。

瞑想に関しては、毎回、毎回気をぬかずに懸命にやるしかない。  
ただそれだけです。  
下手なうえに手を抜いてはしようもないですからねえ。

- > とはいえ、山田さんのお言葉のように
- > 「勉強会に参加している人はそれだけで高塚さんの影響を受けている」
- > 実感はあります（私の記憶ですので、言葉は正確でないかもしれません）

高塚がどうのこうのということではなく、興味深い指摘でした。  
もちろん、誰もが、あらゆるところで、あらゆる人から影響を受け、あらゆる人に影響を与えながら存在しているわけですが、見過ごしてしまっていて生きているというのが実感ですね。ただ、山田さんが指摘されたときに「はっとした」感覚をこの掲示板で再現するのはなかなか難しいですね。

- > 「赤ちゃんが無限の可能性を持つ」
- > お話では「プレアデス星人が誰を救うか？」
- > という問を思い出しました。

この前お話ししたように「赤ちゃんは2千年前に行っても、2千年後に行っても適応できるが、成人は適応できない」ということがあります。  
ただ、全く別の話として、**成人であれば、**

**<次の瞬間に全く別のわたしである>**

**ということが可能である、**ということもまたいえるわけです。赤ちゃんであればこうはいきません。

「プレアデス星人は滅亡寸前の地球上の人間を助けにやってきます。宇宙船には10人しか乗せられませんが、11人の人がいます。」

- > 「プレアデス星人が誰を救うか？」

もちろん、ここでは、

「あなたは誰を救うのか」

ということが問われています。この問いはいつも有効です。

「あなたは何をするのか」

このことは

「あなたは誰であるか。あなたはどのような存在であるか」

ということをお話することになるのです。

(2月22日2008年掲示板)(加筆して草稿要転記)

この成人は意識のある人ということである。

原因と結果～あなたは何者であるかを決定する。～「神との対話」

●意識のある人生～シンクロ

大きなシンクロだけでなく、小さなシンクロにも気づくことができること。

- 1 意識して知っていること。
- 2 あらかじめ知っていること。

小さな波のシンクロが大きな波をつくりだす。

●ヒーリング

わたしが虹を見て気づいたように、亡くなられてから手かざしを信じるようになること。

2月23日2008年、9月7日、11日2009年

●意識のある人生～呼吸・存在

一回、二回、三回深い呼吸をする。

「い～ち、に～い、さ～ん」と。

あるいは、四回深い呼吸をする。

「エ～ル、カ～、リ～ム、オ～ム」

(エルで大地を、カーで太陽あるいは火を、リームで海を、オ～ムで大気あるいは宇宙



空間を思い浮かべながら)

それから、次の瞬間の自分を定める。反応する前に、どのような自分であるかをあらかじめ決めておく。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ■意識のある人生

一日をすべてにあてる。

学習するための。

ひとつのことだけを一週間行う。

ひとつのことだけを一日間行う。

ひとつのことだけを一時間行う。

ひとつの考えだけを一分間行う。

どれもできない。できないがする。

2月25日、28日、3月5日 2008年、9月7日、11日 2009年

#### ●意識のある人生～選択

すべての次の瞬間にわたしにとっての適切な条件が用意されていることを知ること、感ずること。

すべての次の瞬間にわたしの望むすべてのことが用意されていることを知ること、感ずること。

そして、この瞬間に常に二つの選択肢がある。

これまでと同じような反応をする選択。

これまでしたことのないような生き方をする選択。

どのような瞬間も、

この瞬間は当たり前でない選択が常にできる、

これまでには考えたことがない選択が常にできる、

そういう瞬間である。

(9月11日 2009年掲示板)

#### ●ソウエル

浄化と自己ヒーリング

浄化～荒塩を入れたお風呂

仕事に大切なものは何もない。体験として受けとめて、すべて捨て去ること。

引き出しに入れすぎである。空っぽにすること。

肝臓が異常に硬い。感情表現を豊かに行うこと。大きな声で話すこと。

職場をやめるまでは1年半ぐらいに準備が必要である。

ヒーリングは一線を画して行うこと。ここからはあなた、ここからはわたしと。

人間が行うことは交換によって成り立つ。ヒーリングもボランティアで行わないこと。

父親は「ヒーリングの決意が固まるのが遅い」と言っている。

天使～特殊な役目ではなく、灯台

釈迦

前世で僧侶だったことがあり、写本をしていた。

小松さん～約束していた。エネルギーを受け入れられなくなる。

瞑想～10分間、何も入れないことから始める。

感じることを大切に計算しない。

#### ■意識のある人生

天使とお釈迦様の援助をイメージして不安を一掃すること。

その援助を最大限に受けるためになすべきこと。

それは、熱意と聞く耳。ただ、それだけではないだろうか。

2月26日、28日2008年、3月7日、13日、4月12日2011年

●柴田さんへの返信～<今を生きる><コミュニケーション>

高塚さん。みなさん。こんにちは（^-^）

先日は教室ありがとうございます（^-^）

高塚さん。お誕生日おめでとうございます♪

私から見ればいい人生を送っておられると羨ましいかぎりです。

まだまだ寒い日が続きます。どうかご自愛もお忘れなく（^-^）

先日の教室での課題の事をあれこれ考えていたら、書き込みが遅くなりました。

今を生きている立場の人間として、「人間とは何であるか」を考えるのはほんとうに大変な作業に思えます。無限の可能性や経験。これを意識的にどれだけ行えるかが日常での課題になるのでしょうか？そうだとしたら、あまりにも意識をないがしろに日々を送っているのが現状です。

今年の初めに、宝地図の作成をするというのが自分の中にあったのですが、ようやく取りかかることが出来ました。どうなりたいのか、なっていきたいのかを視覚化することで（意識する）と言うことの助けになるように思います。あれこれやってみるこれもいいかなあ〜と思っています。

課題は今後も考えていきますね（^-^）

ありがとうございます（^-^）／

柴田さん、こんばんは。

先日は教室にご参加いただき、ありがとうございました。また、お礼ありがとうございました。

お誕生日のお祝い、サンキューです。v(^o^)v

昨日「スピリチュアル・カウンセリング」に行き、1年半後が転機のようなので、その時期をメドにしてところを入れかえて精進したいと思っています。

> 私から見ればいい人生を送っておられると羨ましいかぎりです。

そうですか。ありがとうございます。満足しなければいけない人生ですが、満足しないで送っています。よくないですね。

まあ、希望があるのだと言っておきましょう。

> 今を生きている立場の人間として、「人間とは何であるか」を考えるのはほんとうに大変な作業に思えます。無限の可能性や経験。これを意識的にどれだけ行えるかが日常での課題になるのでしょうか？そうだとしたら、あまりにも意識をないがしろに日々を送っているのが現状です。

<今を生きる>、<BE HERE NOW>というのは、とても大切なことですが、<今を生きる>ことは見方によって変わってきます。

わたしは名詞であるとして生きるのか、動詞であるとして生きるのか。

あそこにいる犯罪容疑者と同じでないとして生きるのか、あそこにもわたしがいるとして生きるのか。

他人の目から人間を生きるのか、自分の眼から人間を生きるのか。

等々、見方によって<BE HERE NOW>は大きく変わってきます。だから、人間とは何であるのか、人間としてのわたしとは何であるのかと、時に考えてみることは大切なことです。

> 今年の初めに、宝地図の作成をするというのが自分の中にあったのですが、ようやく取りかかることが出来ました。どうなりたいのか、なっていきたいのかを視覚化することで（意識する）と言うことの助けになるように思います。あれこれやってみるこれもいいかなあ〜と思っています。

「宝地図」ですか！！ 楽しそうですね。斉藤一人さんの本に出てきそうな話しですね（笑）。わたしは何でも言葉にしていますが、視覚化は確かに大切ですね。わたしも作ってみようと思います。

そういえば、昨日「前世を信じていらっしゃるかどうかは分かりませんが、高塚さんはお坊さんであったことがありまして、何をされていたかというと、お経を一生懸命に写して写本を作っていたのですね。その写本で多くの方が救われると思い、念じて一生懸命写していたのですが、写本は写本であり、写すだけでいいのです。ヒーリングも同じようなところがあり、どこか一線画して行なっているんですよ」ということをカウンセラーの方から話されました。一線画するというのは全面的に受け入れられないところがあるのですが、そこはまあ聞く耳をもって、自分なりに咀嚼してやっていこうと思っています。その方がいうには、わたしに関してかなり重要なアドバイスのようなので。

それはそれとして、前世で写本していたという気質というか影響というか、そういったものはこの人生でも強く感じますね。今もまた、「神との対話」を初めとして、書き写している本は数限りなくあります。——これは他人のためというよりも自分のためなもので、そのあたり、進歩しているのかどうか微妙ですけどネ (^o^; ——

言葉によるコミュニケーションでなく、イメージ（≒視覚化）によるコミュニケーション、感情によるコミュニケーション、体験によるコミュニケーションにもこの人生では試みてみたいと思っています。

では、また～。

（2月26日2008年掲示板）

>お経を一生懸命に写して写本を作っていたのですね。その写本で多くの方が救われると思ひ、念じて一生懸命写していたのですが、写本は写本であり、写すだけでいいのです。ヒーリングも同じようなところがあり、どこか一線を画して行なっているんですよ」ということをカウンセラーの方から話されました。一線を画するというのは全面的に受け入れられないところがあるのですが、

最初のヒーリングはそうであった。初心にかえること。

同時にまた、治そうとする気持ちがなければ前に進めないのではないかという気持ちもある（神聖なる矛盾）

あるいは、またこういうこともある。ただただ、感情があればよい。手をかざすだけの感情とは一体何であろうか。

#### ■意識のある人生～<Be Here Now>の動詞性

「もっとも、どれぐらい長く努力してきたかは重要ではない。いま努力しているか、それだけが問題だ。」（「神との対話」1巻154ページ）

この「いま」とはたった今、この瞬間（Now）のことである。この瞬間とはこの場である、HEREである。この瞬間とはBE、存在である。

この<Be Here Now>には私はいない。名詞としての私はいない。

<Be Here Now>とは動詞だからである。

いま努力しているか、ということは、いまだれほど動詞であるか、ということである。

（加筆して掲示板記入予定）

いま、どのような存在であるか、このことを意識していることが「いま」である。

2月27日、28日2008年

●なみこさんへの返信

お誕生日おめでとうございます。定年まであと3年とは羨ましいです。私が仮に「定年」まで働くとしたら高塚さんのウン倍の年月があります(>\_<)。

今後の生き方に迷っていらっしゃるようですが、良いスピリチュアルカウンセラーに巡り会えたようで良かったですね。HPも拝見させて頂きましたが、その中の「カラーセラピー」は私も別の場所で受けたことがあります。今度お会いしたときに「カウンセラー情報」を交換しましょう。

なみこさん、お祝い、ありがとうございます。

あと3年たてば年金生活ということであれば、うれしいのですが、年金がおりるのはその5年後なので、まださらに5年間は働かなくてははいけません。ということで、60になって万歳というわけではなく、もしかすると、職がなくなってバンザイとなるのかもしれませんが(T\_T)

「ソウエル」のカウンセラーの方のお話しでは、いろいろな方にご支援いただいているようですが、そのうちのひとりに亡き父がいるということで、父は

「(ヒーリングをすることの決心が) 遅い!!!」

と言っているとのことでした(笑)。まあ、ここ十年まるっきりやる気なかったですからね。言われても仕方ないですね。

父は肉体の痛みの治療をすることに期待をしているとのことなのですが、それとはまた別に<何とかという方>もご支援くださっていて、その方は灯台のような役割(メンタルな導き)をするようにわたしに指導してくださっているようです(う〜ん、書きながら危うい話になっているが〜、まあいいか)。

わたしにとって、手をかざしたとたんに病気が治ったという体験をしてから(今はそんなことはないですが)、当初は肉体の治療のみにこころを傾け、こころの手当ては一切断っていましたが、いつとは知らずに、それが逆転したような感じになり、そして今は両方ともにこころを向けることとしているので、「亡き父のアドバイスも<何とかという方>のアドバイスも両方ある」というのが合点がいくわけです。

日記にも書きましたが、カウンセリングは本当に充実した1時間半でした。うまく表現できないので、誤解を受けたら残念ですが、怪しげな体験でも、怪しげな思い込みでも何でもありません。

ただ、手をかざすことも、ヒーリングという言葉も、啓発講座という言葉も、オームという言葉も、神という言葉も、……精神世界の言葉が何かから何まで危うい言葉になってしまった現代日本では、誤解をさけて言葉で表現するというのはできない相談かもしれません。（＜何とかという方＞もさすがにこの掲示板では表現することをためらってしまい、匿名にしています。＜何とかという方＞ご支援いただいているのに、スママセン〜♪）

一昨日の夕食の会話

私「具合が悪いのであれば、気を送ってもいいけど、〇〇さんは僕がそういうのやってるの知っているのかな」

母「いやあ、知らないと思うよ」

私「じゃあ、まあ、負担にならないような言い方で話してはどうかな」

そこで、ニュース

「××では、ヒーリングとか癒しで痛みをとるとかいっていて法外なお金をだましとって……」

妻「やっぱり、いま言わない方がいいよ」

母「そうだねえ。まずいよねえ」

私「……（無言）」

この世界はこういうことばかりである。まあ、そこで無言のわたしもわたしであるが。

そういえば、カウンセラーの方、

「もっと、大きい声で話した方がいいです」

とおっしゃられていましたね。あと、

「感情表現を豊かにするように」

とも。

まあ、これは誰が見てもそうですが〜(^o^)/

（2月28日 2008年掲示板）

●ヒーリング

ひとりひとりへの完全なヒーリング

参考～真の教師とは（「神対」）

●

霧を晴らすこと～真理を見ること

2月28日、29日 2008年

●柴田さんへの返信～＜神と人間＞＜意味＞＜原因と結果＞  
以前の高塚さんの日記です（^-^）

これって、神の声かなあ～と思って気になってました。

＜食後5分ほど横になってから、夜勤の仕事へ。「新検見川駅」まぐで徒歩、途中すれ違いざま私に向かって何か怒鳴っている人とく出会う。

＜「どうしたんですか」

＜「右か左かはっきり歩け！」

＜「それはすみませんでした」

＜「あんたみたいな紳士は右か左かはっきり歩かなきゃあだめくくだ！」

＜「そうですか、失礼しました」

＜何かわけのわからない会話であった～。私がヨロヨロ歩いていくるので、弱いものいじめしたくなつたのであろうか？ あるいくは、パチンコでも負けたのであろうか？ あるいは、クスリでくもやっているのではあろうか？ まあ、わけのわからない人であつた。

＜昔はこういうことがあるとショックを受けるのだが、苦情電話くで鍛えられてからは、この程度のことは全く意に介さなくなつてしまった。パンチドランカーということか。

なぜか、ふと思ったので。

失礼しました。

柴田さん、おはようございます。

2月15日の日記「未知との遭遇」ですね。

災難に関してどのような人間でいるか、これはこころの道を歩もうと決めた人にとっての大きな試練だと思えます。以下は、わたしの現在での（この世界に対する）理解であり、将来は変わるかもしれません。

この世界に無意味なことはない。そのような意味で災難は無意味ではありません。偶然ではないし、必然であります。

では、どのような意味があるのか。どのような必然で生じたのか。

もちろん、わたしにとっての意味と必然です。

ただ、これは相当に解き明かし難い問いです。なぜかという、無意識に生きているので



——すなわち、結果の原因が無意識のため——、その結果だけから原因の把握はとても困難だからです。

では、どうすれば、解き明かしができるのでしょうか。

大切にしていたコーヒーカップが割れてしまった。一瞬前のことも、1分前のことも、覚えていないので（こころの人生とはそういうものです）、なぜ割れたか分からない。その状態でなぜ割れたかをどうすれば知ることができるでしょう？

もし、関心があれば考えてみてください。もちろん、コーヒーカップのことではなく、人生の災難についてです。

話しを戻して、災難は

わたしにとって意味があり、必然です。

ただ、だからといって、わたしに災難を及ぼした人の行いが神性であるかどうかは全く別問題です。

SOMETHINGはわたしの人生に対して、ゴミ箱に捨て去ったティッシュまでも使います。あらゆることをくわたしの人生の原因と結果（必然）とわたしの人生の意味>に関して用います。もちろん、他人の傍若無人な行ないをもです。

わたしをののしった人の行ないには神性はありませんし、それは神の声ではありません。ただ、神はそのような行ないを使うということです。神が人を使って高塚に怒鳴らせたのではなく、怒鳴らせた人間をも使うということです。ここを見誤ると、悪行をたたえろどこかの信者となってしまいます。

だから、「おかしいことはおかしい」でいいのです。

ただ、<この判断は変わる>ということもよくよく心得ておくべきことです。

では、

わたしの悪因が災難を招いたのか、

わたしの善因が災難を招いたのか、

あるいは、日記のネタ切れを補充してくれたのか、

笑いのない2月15日に笑いを与えてくれたのか、

相手が考えもしない反応をわたしがすることを選ぶ機会を与えてくれたのか、

等々

これは相当分からないことです。こころの道を歩む人は、まずは一番目の理由を考えるか

もしれませんが、人生はそれほど単純ではないということです。

でも、貴重なご指摘ありがとうございました。おかげさまで、いろいろ考えることができました。

しかし、あのおっさん、またあったりして～。パチンコ勝って、余りの景品くれたりしたら最高ですけどね。

(2月29日 2008年掲示板)

■下巻079

## ★3月2008年

3月1日 2008年

●なみこさんへの返信

高塚さん、ご心配なく。私自身は何の誤解もしておりません。

そして私も俗に言う「カウンセリング・ルーム」にお世話になっている人間の一人です。

4年前にメンタル系の病気を発病して以来カウンセラーさんにはお世話になっております(^\_^)。

数年前に送って頂いたパワーストーンのブレスレットも愛用しております(^o^)/。

>手をかざすことも、ヒーリングという言葉も、啓発講座という言葉も、オームという言葉も、神という言葉も、.....精神世界の言葉が何から何まで危うい言葉になってしまった現代日本では

スピリチュアルやヒーリング、癒しという言葉も精神世界の話も決して危うい言葉ではないと思います。何より人がそれを求めているのですから。

ただし最近の「スピリチュアルブーム」に便乗してかなり怪しげ・・・どころか危険な思想の団体もかなりの数存在するようですね。まあ私が思うに「オーオの泉」に登場するあの方と訴訟の耐えない木子あたりが「癒し業界」への誤解を煽り立てている気がします・・・。

なみこさん、おこころづかいいただき、ありがとうございます。

> ただし最近の「スピリチュアルブーム」に便乗してかなり怪しげ・・・どころか危険な

思想の団体もかなりの数存在するようですね。まあ私が思うに「オー○の泉」に登場するあの方と訴訟の耐えない○木○子あたりが「癒し業界」への誤解を煽り立てている気がします。……。

両番組とも母のお気に入りの番組なので、時々見させていただいています。

「泉」は出演者に救われているという感じがしますね。人生によくあることですが、先生はどちらかということです。

もう一方の「先生」は時々いいことをおっしゃられるのですが、「どんなもんだい」という表情をされると、わたくしはへなへなとなってしまいます。まあ、威張るのはご本人の問題なので、わたしがとやかく言うことはないのですが、苦手ですね。ただ、「素」を出されている分だけ、こちらの先生の方が好感はもてます。

こういうカウンセラーあるいは人を導く方を見分ける一番のポイントは、

<わたしを自由にさせてくれる>

人であるかどうかだとわたしは思っています。

いそうでいないものです。巧妙に束縛させる人、巧妙に従属させる人はとても多いですね。

では、また～。

今日はこれから宴会です(^o^)/

(3月1日 2008年掲示板)

3月2日、5月25日 2008年、9月14日 2009年

●意識のある人生

30分ごとに気を送る。

意識してあらゆる時間に<気をコントロールしている>。

●意識のある人生

絶対にしないこと。

絶対にすること。

そして、それらの中間がある。ここが一番の問題である。

自己規定としての人生では、ここが一番の要である。

(掲示板記入予定)

3月4日、6日、10日、11日、5月25日2008年、8月28日2009年

●わたし

これをしては<わたし>ではなくなる。

これをしなくては<わたし>ではなくなる。

そのようなことを具体的にあげてみて下さい。

(3月4日2008年掲示板)(教室資料要転記)

■四方田さんへの返信

高塚さん、昨日は失礼しました。

どんな一歩でも踏み出さないと始まらないので  
書き込ませていただきます。

>1、 これをしては<わたし>ではなくなる。

(今の自分を変えたい・私を無くしたいということもあるのですが...)

- ・だらしない=物事を突き放す・放り出す
- ・他人の意見をまったく聞かない・意志の強制をする

2、 これをしなくては<わたし>ではなくなる。

- ・「道場」という場をもたない

四方田さん、こんにちは。

昨日はお会いできなくて残念でした。

「だらしない、他人の意見を聞かない」というのは実は偉大なことへの一歩です。

私は小学校6年まで算数の通知表はずっと5段階の「2」でした。ところが、中学に行き、勉強するようになって、「4」に上がり、高校の時には数学のテストはほとんど100点でしたし、「全国模試」でも2番になったこともあります。では、私は数学ができるかという、確かにできるのですが、ただ上には上がって、そのようなレベルの人から見ると、私は赤

子のようなものです。

私は赤子のようなものですが、数学的センスのよい人にはないよいところがあります。もともと数学はできなかつたので、できない人の気持ちがよく分かるということです。そして、どうすればできるようになるかも分かるということです。もともと数学ができる人にはできないことが私にはできます。

このことはどのような不得手なこと、あるいは欠点についても同じです。

「だらしない、他人の意見を聞かない」

というのは、いつか成長した時に「だらしない、他人の意見を聞かない」人を理解し、ゆるし、成長させてあげる術を知ることができるということです。＜理解し、ゆるし、成長させてあげる術を知っている＞ということは、ある意味で「きちんとしている、他人の意見を聞く」ことよりも偉大といえることではないでしょうか。

#### > ・「道場」という場をもたない

これはすばらしい。文字通り、＜素で晴れている＞ころですね。

無条件というのは、

何も持たないというのは、

わたしだけが原因であるというのは、

この世界を生きていくための基本です。

何度も何度も引用しますが、また、思いだしたので、

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)

これはきっとイエスの言葉ですね。わたしはそう思います。

(3月6日 2008年掲示板)

#### ■元ネタ

> これをしては<わたし>ではなくなる。

> これをしなくては<わたし>ではなくなる。

> そのようなことを具体的にあげてみて下さい。

この質問の元ネタは、

<http://d.hatena.ne.jp/umedamochio/20080212/p1>

です。この掲示板ではどういうわけか **http** の入った文章は書き込み出来ませんので、アドレスの冒頭に **h** を入れて検索してみてください。

梅田さんの意見はおいておくとして、単に「しないことリスト」に「することリスト」を付け加え、さらに<わたし>をアレンジしたわけです。

ということで、抽象的な事柄でもよいのですが、答えのイメージはもっと具体的で毎日の日常に関わることです。

まだあまり考えていないのですが、自分の場合は、

> これをしては<わたし>ではなくなる。

お酒を飲むこと！ というのは、半分冗談で、半分本気です。

限度を越えて食べること。食べたくないのに食べること。

根幹に関わるしゃべりたくないことをしゃべること（まあ、これは昔からしていないのではないかと思います、あるかもしれません）。

情熱なくして生きること（これは抽象的ですね）。

> これをしなくては<わたし>ではなくなる。

ノートを書くこと、ノートを振り返ること。

「神との対話」、シュタイナーの本、グルジェフの本、ヨガナンダの本を読むこと。

自由へのマニュアル本を書くこと。

持ち物（特に本）を手放し、シンプルライフを実践すること。

きれいな気を送ること。

気を送るという場所に行くこと（まあ、これだけでは、何が何だか分からないかもしれません）。

人を批判しないこと（あらかじめ、そういう意識を持っていること）。

他にもありそうですが、ないかもしれません。

（3月10日 2008年掲示板）

■山中さんへの返信～<これがわたしである>

高塚様、

みなさま、いつもありがとうございます。

仕事の関係で3月も教室は無理そうですが、

わたしが今言えることは、

わたしではなくなることを100%受け入れたい  
ということです。ただ、すべてを捨てたとしても、  
わたしが、ただあること、ただ愛として存在する、  
そんな存在そのものになるみたいな、根源の祈りは  
のこるのだろうなど。

山中さん、こんにちは。  
教室の件、了解しました。ご都合のよろしいときにお越しください。

文意を誤解しているかもしれません。もしかしたらわたしと同じことおっしゃっているの  
かもしれませんが、そのあたりはご容赦を。

囲碁の正確なルール説明ではありませんが、ここでは一手一手お互いに白黒の石を盤上に  
置き、石を取るゲームであると定義しましょう。

私が黒で、あるところに置くとその石も含めてたくさんの石が取られてしまいます。でも、  
打たなければ取られません。私は弱いときに「<そこに>置かなければ取られないのに、  
<そこに>置いてとられます」。これを数限りなく繰り返し、<そこに>置くと取られると  
いうことを知るようになります。だから、今では一手で取られるようなところに石は置き  
ません（ただし、酔っ払わなければという注釈つきですが〜）。

<そこに>置くとわたしの碁ではなくなります。  
だから、今のわたしは<そこに>置きません。  
置くことはできますが、置きません。  
今のわたしは、<そこに>置いていた私とは違います。  
私は変わったのです。  
私は選び方が変わったのです。  
それはしない。  
これをする。  
このように変わったのです。

だからといって、<そこに>置いていた私を否定しません。そうであったことを受け入れ  
ます。そして、<そこに>置く人も否定しません。過去の私を受け入れますし、今また<  
そこに>置く人も受け入れます。もちろん<そこに>置くという行為も含めて受け入れま  
す。

ただし、<そこに>置くことは間違いです。

このことは、今のわたしにとって厳然としてあります。この価値観はもちろん、ひとりひとり、全ての人にとってもまたあることです。

わたしは<そこに>は置かない。

これは、ひとりひとりにあることで、そのことがここでの分かりやすい例でいえば、成長、進歩であり、もっと複雑な例（善悪をつけがたいひとりひとりの好み（棋風）によってどこに置くかを決める場合）になると、それは個性、個別性、個人の尊厳というようなこととなります。ですから、

わたしは<そこに>置かない

というのは、最も人間的な行為であると思うわけです。そしてまた、同じ意味で、

わたしは<そこに>置く

というのも、最も人間的な行為となるわけです。ただ、<そこに>置くことにより生じてくることはあります。

その生じたことについては受け入れる。

これは、とても大切なことです。「<そこに>置いて、石をたくさん取られた」からといって、盤をひっくり返したり、泣き出したりしないということですね。でも、現実世界ではよくあることです。

ですから、すべてを受け入れて「わたしではなくなる」のではなく、すべてを受け入れてすべてを知り、<わたしになる>のです。私は盤上に数限りなく、

<これはわたしではない>

<これはわたしである>

と石を置いて、<わたしになる>のです。石を置かなければ何も分かりません。



なお、囲碁ではないですが、将棋のナミの四段クラスには勝率 8 割以上の某君が言ってました。

「俺なんか、何のかのといって、生涯のトータルではまだ大幅に負け越しているよ。」  
要するにめちゃくちゃ将棋を指してきたわけで、弱い時にもものすごい回数負けているわけです。上達にはすべてを受け入れてたくさん経験することが肝心なのかもしれませんね。私などは負けることをこわがって見ていることが多いので、将棋はへぼのままです。

(3月11日 2008年掲示板) (草稿要転記)

▲羽生さんはおそらく将棋覚えたての頃からずっと年間勝率は7割であったのではないかと。こういう進歩の仕方というのがある。  
これは彼が天才的に強いということではなく、天才的に成長するということである。  
ここに学ぶべき点がある。

■山中さんへの返信～<どこにいるか><神聖なる矛盾>

高塚さま、ご説明ありがとうございます。

多分100%は理解していないとおもいますが、  
なんとなく感じることはあります。

バラはバラの種にその個性、可能性を全て含んでいます。  
バラとしての個性に加え、バラはチューリップではないという個性も。

そして、その種を開花させるのには、成長に必要なものという条件が当然あります。自然は多分そのすべてを供給してくれる、素晴らしい存在だと思います。

人も同じ。多分自然にシンプルに成長したら自ずからその個性のまま開花するものだ、そのように思うようになりました。本当は、最初から受け入れている存在だから、受け入れると新たに言う必要もない存在のように思います。

人はそのように成長するものだと思います。それを思い出すために、一番効率が良のがやはり瞑想であるように思います。

山中さん、おはようございます。

わたしがタンポポであるとしたら、わたしはバラでもなくチューリップでもなく、タンポポなんです。それは「神との対話」で雪の結晶がひとつひとつ異なることになぞらえて語られています。わたしはこの世界でタンポポとして生きるためのすべてが与えられています～いや、お前は雑草だという人もいるかもしれませんが、まあそこは置いといて。

わたしはタンポポですが、植物のタンポポや動物の猫と違うところがふたつあります。それは、タンポポはタンポポにままで、猫は猫のままですが、人間だけはタンポポからバラやチューリップ、犬、猫になれるのです。高塚はアタマ狂ったのではないか思う方もいらっしゃるかもしれませんが、確かにぶっ飛んだ考えです。でも、わたしの中ではかなり確度の高い真理なのです——ただ、どのようになれるのかは微妙なところがあるのではないかと考えています——。

もうひとつ違うところは、タンポポや猫は無意識にタンポポや猫であります（もちろん推測です）、人もまた大部分の人は無意識に人であり、高塚も無意識のタンポポの人であります、意識的にタンポポの人となることができます。

意識のことについては相当書き込んでいますが、前者の変容というか存在というか、その点についてはポツポツとしかふれていないので、あまりご理解いただけないかもしれません。

まあ、一番は何のかんの言わないで、タンポポ高塚がバラやチューリップ、犬、猫になって開陳するのが一番ですが、どうせなら、ブツダやイエスのようになってお披露目したいですね。

（3月12日 2008年掲示板）

健康を維持すること 不健康

ヒーリングとしての気を出すこと・気を入れること 気の停滞

あるいは、存在としての気を出すこと・気を入れること（そばにいる人はすべてその気を感じられるような、心身の健康へとつながるような）

指一本動かすこと。

すべてに関して世界1、2、3がセットになっていること。

3月5日、14日、17日、5月25日 2008年、4月12日 2011年

●意識のある人生～ヒーリング

変えること。

時間があるときにはいつも気を送っている。

意識があるときには、次の瞬間に生じる出来事に対してあらかじめ感謝の気持ちを持つ。

ものを手放し、所有は最小限とする。

本を書く。

これらはヒーリングへとつづく道であり、ヒーリングからつづいてきた道である。

(記入不可) (内なる沈黙)

3月6日、13日、14日、17日 2008年

●ヒーリング～原因と結果～所有

「この日は70点、減点は遠隔がきれいに送れなかったこと。時々送れるきれいな気がある。この世のものとは思えない清浄さであるが、これがいつもというわけにいかない。送るときだけでなく、日常が問題なのかもしれない。」(3月5日 2008年の日記より)

後片付けが仕事の成果と関係あるとは思えないかもしれないが、<ある人にとっては>、その人の人生に最も深く喰いこんでいる懸案事項かもしれない。つまり、仕事の成果と関係しているかもしれない。

同じような意味で、わたしが多くの本をかかえていること、何年もふれたことのない多くのモノをかかえていること、このことがヒーリングと関係しているのではないかとわたしは思っている。

(3月17日 2008年掲示板)

■第三の道

不要なものを単に手放すという道。

藤猪氏の柔道は礼であるという話。それはどのようにして柔道の技、強さと関係するのだろうか、あるいは、関係しないのであろうか。

■ハトホルの書

日常生活のイニシエーション

■シュタイナー

それは日常生活において達成される

●ヒーリング～自由1・2

無病で90歳まで生きては成し遂げられないことがあり、重い病で30歳までしか生きることができず、初めて成し遂げられることがある。

重い病で30歳までしか生きることができずに成し遂げられないことがあり、無病で90歳まで生きて初めて成し遂げられることがある。

どのような状況であれ、今成し遂げられることがあり、今しか成し遂げられないことがある。

(5月20日 2008年掲示板)

3月7日、14日、17日、8月4日、9月16日、11月14日 2008年、9月14日、17日 2009年

●意識のある人生～旅の風景

<あなた>がいなければ、わたしは十分に変わらない。

<あなた>とは、今日ある体験のすべてである。

<あなた>は見なければ、<あなた>のことは分からない。

今日ある体験のどれだけを<わたし>は<見る>であろうか。

(9月18日 2009年掲示板)

■意識のある人生～条件・体験・旅・奇跡

今日ある体験のすべてが今日わたしが変わるための必要かつ十分な条件として準備されているとしたら、それは信じがたい奇跡である。

わたしは奇跡をないがしろにはしていないだろうか。

わたしは奇跡を道端に放り投げてはいないだろうか。

今日の奇跡を手にとってみることである。

(11月14日 2008年掲示板)

3月8日、8月5日 2008年

●不全感

人生の不全感はどこから来るのであろうか。

知らないということ。

残りの二つの世界を知らないということ。

この人生での目的を知らないということ。  
その次の人生の目的を生きられないということ。

ところで、それとはまた別に、こどもの十全感というものもある。  
これは一体どこからくるのであろうか。

#### ●シンクロ

常に結果は原因となる。  
結果から今のわたしを知ることができ、  
今のわたしを変えて、新たなわたしが原因となり、人生を生きていくことができる。

#### ■言葉・自他

日本語は主語なしで言葉のコミュニケーションができる。  
もしかしたら、人間同士のコミュニケーションも主語なしで可能なのかもしれない。  
つまり、個人を主体としなくても可能なのかもしれない。  
(掲示板記入予定)

映画を見ているときには、私は主役でもあり、適役でもあり、脇役でもある。時には風景にさえなることができるし、コミュニケーションそのものにさえなっているのかもしれない。

#### ●将棋～エネルギー

日常の影響  
長考の一手

#### ●ヒーリング～人間的

治ることへの努力が善で、人間的であり、  
治らないことの周りをめぐることが悪で、非人間的ということとは限らない。  
どちらも人間的である。  
どちらも人の営みである。

ただもうひとつの人間的がある。  
それは＜どちらを選ぶかという、人間的の問題＞である。  
どちらも選ぶことができる。  
どちらも選ぶことができるようにこの世界はできている（ゆるされている）。  
そこで、＜どちらを選ぶかという、人間的の問題＞である。

(8月5日 2008年掲示板)

■ハトホルの書

人は病人を見放す立場から病人を看護する立場へと成長する。  
では、ただそれだけかという、それほど単純ではない。

治らないことの周りをめぐる。

治ることへ死力を尽くす。

そして、また治らないことの周りをめぐり見守っている。

という螺旋をめぐる。同じところをめぐっているようで、景色が違う、そのような螺旋をめぐって変わっていくのかもしれない。

以下は、「ハトホルの書」(74ページ)からの引用です。

**074～ヒーリング(自己統御能力・霊的問題の反映・時間表)**

ヒーラーの**自己統御能力が進化すれば**、エネルギーを巧みに操作することでエネルギーの障害物を溶かしたり、結晶化したパターンを解消したりすることができるようになります。こうした熟練レベルは自然に養われてくるものです。しかし**変化の必要を見てとることと、変化を強いること**のあいだには微妙な違いがあります。ヒーラーはそうした変化を起こすのに機が「熟して」いるかどうかを見極めなければなりません。つまり、**変化を起こすかどうかの選択はヒーラーではなく、癒される側が下さなければならない**のです。たとえ人助けを自認していても自分の意思を人に押し付けるようなヒーラーは、どれほど巧みにヒーリングを施したとしても、結局はそれほど効果をあげられないことに気づくでしょう。

ヒーラーである人は、癒されたいと扉をたたく人々の訪れが、どれも偶然でないことを理解すべきです。ヒーラーが自分に引き寄せるクライアントは、往々にしてヒーラー自身の**心理的・霊的問題の反映**であることが多いからです。したがってヒーリングを行い、より高次のエネルギーの通り道となるというプロセスにおいては、ヒーラー自身もまた**学びの徒**なのです。もしヒーラーみずからが謙虚で、自分の「**進化徒上のプロセス**」の反映であるクライアントに対して寛大かつ率直であれば、そのようなヒーラーは自己認識や思いやりにおいてさらなる成長を遂げるでしょう。最後になりますが、ヒーラーは、人には病んだり苦しんだりする権利もあるのだということを明確に理解しておく必要があります。ヒーラー自身の予定表を人に押しつけるべきではありません。**クライアントが自分の速度でより大いなる気づきへと歩むことができるように、そのための空間と時間を認めてあげるようにしてください。**

(加筆して掲示板記入予定)

### ▲グルジェフの愛

3月9日2008年

#### ●なみこさんへの返事

最近あまり秀策〜一步の話は出ませんが、お酒は止められているのでしょうか？実は最近「ネコ」をテーマ？にした居酒屋さんが築地に開店したようです（もしかして高塚さんはネコが嫌いだったらスママセン）。日本酒の種類も多く、珍しいものも揃っていてお奨めです(^\_^)。この掲示板URLを貼り付けるとエラーになってしまうようなので、築地・ねこ屋で検索すると見つかると思います。まりみるさんというネコ好きのママさんが経営しています。

なみこさん、おはようございます。

情報いただき、ありがとうございます。

「秀策」には一昨年、夜中にへべれけになって一回行き、去年は昼間友人とノンアルコールで将棋と囲碁を一局ずつやり、今年はまだ一回も行っていないという、完全な化石人間となっています。

「一步」にも先日やっとなり謹賀新年をして、そのあとOB会の流れでもう一回行きましたが、その時の記憶はゼロで、私の中では実質謹賀新年の一回ということですね。

若いときのように、無限の時間と鋼鉄の肝臓があれば——若いときはそんな感じだった——、もちろん行くのですが、今は正直、時間がカスカスの人生で、一日ができれば26時間、せめて25時間ほしいというのがホントの気持ちです。何か削ればいいのですが、削るものが今は見当たらないのです。

ということで、自主的に飲む時間は今は作っていませんが、近くに行く機会がありましたら、のぞいてみます。一応、お気に入りに入れておきました。

飲食店の方は「猫好き」の方が多様な印象を受けますがどうなのでしょう。私は保守的な「犬好き」ですが、猫も飼っていたことがあり、嫌いというわけではないです。でも、犬と一緒に飲めて、将棋が指せるお店というのが最高ですね。まあ、全国どこかにありそ

うな気もしますが～。

以前日記に書きましたが、うちの犬はワインが大好きで、子犬の頃ワインのコルク栓をしつこくなめているので、液体のワインをご賞味いただいたところ、まあ大変な喜びようで、これは嘘偽りなく、本当に手を前に出してロケットのように斜め上方に飛び上がりました。お笑いの映画では見たことがあった光景ですが、ホンモノの犬がそんなことをするのは！！ いやあ、傑作でしたねえ。ただ、翌日のおしものお世話が大変だったようです。まあ、これはお犬係の妻の言です。

(3月10日 2008年掲示板)

3月12日、13日、14日、8月4日 2008年

●意識のある人生

市野流に人生を楽しむこと。

その方策。

ただし、彼女とて全ての時間が楽しい時間ではない。

こころの持ち方か？

■市野さんのお中元の礼状

労を厭わぬことを手本とする。

●意識のある人生

何を感じるか→嫌な感じがしたら→別のところに行く。→そこで感じ続ける

■瞑想・呼吸

日常の瞑想も呼吸をマントラとする。

すべてを呼吸をマントラとする。

呼吸は

●教室～「しないことリスト」・欲望

しないことをしなくなるようにするのでなく、新しくすることができて、しないことをしなくなるようになる。

将棋の悪手は悪手を指さなくしようとして指さなくなるのでなく、いい手を知ることによって指さなくなる。



しないことをしなくて空であれば、何もできない。空をうめることがあって初めて空が空でなくなる。

子どものアニメ好きをやめさせる方法はない。アニメ以外に関心がいくことによって初めてやめることができる。アニメより小説の方がおもしろいと知ることによって初めてやめることができる。～存在の変換

やめさせられても、やめても、心で見たいと思っていればやめたことにならない。

(7月の「ベクトル考」に要転記)

#### ■ひきつけの法則

ひとつのパイの取り合い。一体性に反する。

本来は、創造、シンクロというべきもの、すべきものである。

#### ■人生は

人生は楽しいことをするというのが肝要である。

ただし、将棋を指す前にルールを覚えなければならないということと同じような、嫌なことというのはある。

この嫌なことをあつという間に身につけるのは子どもである。

3月13日、14日、9月16日 2008年

#### ●気功教室資料(9月21日2008年) 1

次回の「千葉気功教室」のご案内です。

日 時 9月21日(日曜日) 午後2時～6時

場 所 西小中台団地 集会所

参加費 1000円

内 容 気功体操・瞑想・ディスカッション

問い合わせ先 高塚携帯 080-1017-5079

質問は暑苦しいですが、アットホームな会です。お気軽にご参加ください。

以下は、「ディスカッション」用の質問です。答えることができるものについて、書いてきてください。

スコット・カニンガムのいう人は魔術が成立するためには三要素

- 1 必要性
- 2 感情
- 3 法則

が必要であるといった。

この世界もまた魔術が成立する世界である。すなわち、「山よ動け」というと山が動く世界である。では、カニンガムのいうこの三要素とは一体何のことをいっているのでしょうか。

(9月16日 2008年掲示板)

創造性の問題

意識の問題

ベクトルの問題

一体性の問題

#### ■ 仮想空間

仮想の世界をリアルにイメージする。

死ぬ前と死んだ後と。

#### ● 飲酒

一日が48時間あれば、お酒を飲むだろうか。

人生の時間も将棋の時間もどちらもあればあっただけ目一杯使うことになり、お酒はきつと飲まないであろう。

#### ● 仕事

逃れることができない見たくない景色は超特急で走り去ってしまうということも必要かもしれない。そのためにエネルギーを費やして試みることに、エネルギーを費やせばあつという間に過ぎ去ってしまう。

#### ● 柴田さんへの返信

高塚さん。みなさん。こんにちは。

昨日は急で済みませんでした。

今年の納税も無事に終わることが出来ました。

ある種、この作業は燃え尽きそうになります。

次回は参加させていただけると思います。

少し廃人ですが（笑）日々の帳簿付けをくせにしないとイケませんね。

柴田さん、おはようございます。

突然来られなくなるという方は結構いらっしゃるので、もしかしてそういうことかなあと少しばかり危惧していましたが、杞憂に終わり安心しました。

——そういえば千葉教室の方でちょっと心配な方がいます。元気でいらっしゃれば来られなくともいいのですが、ちょっと不可思議なことあり。直近で届いたメール 3 通がすべて「受信ボックス」から消えてしまって（もちろん、その方のだけです）、メールするも音沙汰なし。う～ん、そんなことあるのだろうか（ご存知の方がいらっしゃいましたら、お教えください）。山男さん元気でしたらメールくださいね。——

> 日々の帳簿付けをくせにしないとイケませんね。

わたしは記録など昔から細かくつけるのは好きなのですが、根がいいかげんで、やりたくない日はやらないので、全体としては整合性のないものとなってしまいます。

柴田さんは「することリスト」の中にぜひ「日々の帳簿付け」を入れておいてください。

(^o^)/

（3月14日 2008年掲示板）

■柴田さんへの返信～生死

高塚さん。みなさん。こんにちは♪

教室には行きたかったのに「いけない状況をつくった」ということからいけば、<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。>ここにピタッとあてはまりますね。

まあ元々節税とは無縁に近い申告ですが、お金を払いに行くのにあれだけ神経を使わせるとは何事・何様だよ。と言いたくはなりません（笑）

メールの件は、不思議ですが離れる時はそんな感じなのかもしれません。携帯や電話もあるわけですから、相手の方から連絡があるのを待つしかありませんし、気に病むのも良くありませんからね。

たまにはマンツーマンの教室も内容が濃そうで良さそうですが（笑）

四方田さんとお二人ですよ。そこら辺の教室より充実度が違うと思います。

することリスト！どれだけ出てくることやら（汗）書き出しますね～（^-^）ありがとうございます（^-^）／

柴田さん、こんばんは。

> メールの件は、不思議ですが離れる時はそんな感じなのかもしれません。携帯や電話もあるわけですから、相手の方から連絡があるのを待つしかありませんし、気に病むのも良くありませんからね。

まあ、確かにそうですね。ただ、律儀な方で出欠に関しては必ずメールをくださっていたので、まあ、その他もろもろあって、やはり気がかりは取れないところがありますね。気がかりとは生死のことです。

語弊を怖れずにいうと、

<生きていても死んでいてもどちらでもいい>

のですが、

それが分からない

というのはとてもひっかかるのですね。つまり、

<生きているか死んでいるかはわたしの最大の関心事である>

ということです。矛盾ですが、わたしにとってはどちらも真理です。「神との対話」では神聖なる二分法と呼んでいることです。アイスであり、ホットであるということです。

（3月14日 2008年掲示板）

3月14日、15日、17日、9月16日、17日 2008年

●自由・所有

給料を毎月 100 万円もらっても、無期懲役で刑務所に入れられてはうれしくも何ともない。お金がたくさんあるといいというのは、自由度が増すからであり、いくらお金があっても自由となれる場がなくては意味がない。

給料の額のことは誰もが気にかけるが、そのお金を使って自由に動ける場については無頓着である。給料日に刑務所に入っていることに気づかず、喜んでいては悲しい話である。

この世の中の、何を、どれだけ持っているのかということも大切なことであるが、

<いま、わたしが、どこに、いるのか>

ということは、もっと大切なことである。

(3月16日2008年、9月17日2008年掲示板)



100万円を使う、どのようなところに、いま、いるのであろうか。

ウン万円のお寿司を食べたり、  
大画面の薄型テレビを手に入れたり、  
掃除しきれない邸宅に住んだり、

そこにいたいと思うかもしれないが、そこは、不自由なところかもしれない。

●受容と変容・所有・創造

満足すればその体験は終わる。

満足しなければその体験は続く。

それがわたしのものとなれば、  
もう創ることができないからである。

(30歳のときの時間がなかったときの体験)

(加筆して掲示板記入予定)

●意識のある人生～自他～批判・わたし

相手がどのような人であるかは争うべきことではない。

争うべきことは、

こころをくたくべきことは、

<わたしがどのような人であるか>

という、ただこのことだけである。

(3月15日2008年掲示板)

3月15日、9月16日、17日 2008年、9月15日、17日 2009年

●意識のある人生～内と外

今日なすべきことは外のことではなく、外のことを通じての内なることの成就である。

(9月17日 2008年掲示板)

内側が表現された敬老の日であったのか。

●意識のある人生

分離の意識を持つのでなく、一体の意識を持つ。

分離の意識は常に滅して、一体の意識を生じさせる。

気を真剣に送っているような、清浄な気、清浄なこころの状態であること。

このことは相手にも伝わるし、自分自身にももちろん伝わる（発生源である）。

立ち止まること。

●四方田さんへの返信～

みなさん、お早う御座います。

高塚さん、先日は有難う御座いました。

おかげさまで得難い時間をいただきました。

>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。

個人的な事で、この前のお話と通じて思い当たるふしがあります。

また書き込みさせていただきますので・・・

●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。

11月25日、26日、28日2007年、3月14日2008年（3月14日2008年掲示板）

リトマス試験紙

やりたくないけれど気がかりなことというのは、トコトンやってみること、やってみて本当に合わなければ、それはやることではない。

#### ■知識

四方田さん、こんばんは。  
よかったら、考えてみてください。

なぜ、<したいこと>をやりたくないと思うのだろうか。

どうすれば、本当のわたしの<したいこと>を知ることができるのであろうか。

（3月15日2008年掲示板）

#### ■声を聞く耳

本当のわたしの声は小さいので聞くことができず、大きな声の持ち主の指示にしたがってしまうからである。

小さな声を聞くことができる耳を閉じてしまうとしたいことを聞くことができない。

それはどのような耳であろうか。

感じるという耳である。この耳から聞こえる声を無視しないことである。

小さな声を聞く～静かにしている（ヒマラヤ聖者1巻059ページ）

～呼吸・気功のように

声の小さな理由～人の自由

～本来声をあげることではない（運動会の拡声器のように）

～感じることだからである

#### ●ヒーリング

実はあなたのために病気になったのだ

ということに気づけば

きっとあなたは違うことをするであろう。

（9月15日2009年掲示板）

■ヒーリング

病気は、

「わたしはあなたのために病気になったのですよ」

という。

あなたのためにというのは、あなたが原因ということとあなたの利益になるようにという両方の意味である。

(掲示板記入予定)

3月17日2008年

●意識のある人生

今の意識をもって子どもの頃をしてみる。

将来の意識をもって今をしてみる。

全体の意識をもって今をしてみる。



イエスがすべての人類の意識に通じることが出来たということ。

3月18日、20日2008年

●意識のある人生

分離、不安がすべて逆にする。

3月19日、9月16日2008年、9月17日2009年

●意識のある人生～真実

ヒーリングをしているときは、

<気に入っていく実感をもつこと>

このことだけが、

<真実である>

それ以外は、ヒーリングにとって真実ではない。

このことは、ヒーリング以外にもいえることである。

今のあなたに、今のこの時のあなたに、

<これだけが真実である>

というものがある。それ以外は、真実ではない。



(3月19日 2008年掲示板)

この真実を膨らませること。

この真実を延ばすこと。

どこまでも。

無限大の回数を重ねて。

そうすれば、この真実は変わる。

(加筆して掲示板記入予定)

●ヒーリング

病気が奇跡的に治ったとき、

A「〇〇という薬が効いたんだ」

B「気功が効いたのだ」

C「気持ちの持ち方を変えたからだ」

D「神社のお札のおかげだ」

といろいろな。どれが本当か？

すべてが真実である。

だが、究極の真実は、患者さんが

「わたしが生きよう」

と思ったことである。これをめぐって、薬も、気功も、見方も、お札も力となる。

(3月20日 2008年掲示板)

だが、この世界にいたることが必ずしも患者さんの望みではないこともある。

ただ、あなたのために生きてあげようと思うこともある。

だから、分からないことがあると、いつもこころにとめておくことである。

●音・振動

3月20日、4月16日 2008年、7月16日 2010年、9月1日 2011年

●意識のある人生

不安を減すること。

単なるプラス思考などということではなく、

よく見ること

不安はこの世界の真実ではない、だからよく見れば、不安は減して生き生きと日々を送る力が出てくる。

では、この世界の真実とは何か。  
自分らしさを表現することである。

### ●<わたし>6～大きさ

<わたし>の大きさが<わたし>をめぐる世界の大きさである。  
わたしが広がれば、その広がりにおうじて世界もまた広がってみることができる。  
その大きさの拡大として、

- 1 鏡
- 2 他者を自分と見ること
- 3 呼吸をマントラとすること

を用いること。

(9月1日2011年ブログ)(意識表裏面記入済み)(「明日の神」69ページ)

### ■わたし

Be Here Nowの大きさがわたしをめぐる世界の大きさである。  
そのBe Here Now大きさの拡大として、

- 1 これはわたしのしたいことではないと気づくこと。
- 2 新たな選択を意識的に行うこと。これまで歩いたことのない道を意識的に歩いてみる  
こと。
- 3 そして、そのような自分自身を感じてみることである。

(7月16日2010年掲示板)(意識表裏面要転記)(「ハトホルの書」ページ)

### ■

Be Here Now～これは名詞でなく、動詞である。

### ●行為への愛～神聖なる矛盾

行為というのは常に他者を巻き込む。

他方、常に他者を巻き込んでいない(迷惑をかけていない)という二側面がある。

3月21日2008年

### ●意識のある人生～援助

まあ、今日は酔っ払いながら書いています。今はホームライナーの車中です。

わたしがいつも（というか、できればいつも）考えているのはどうすれば生き生きとして人生を送れるかということです。自分は立派な人間でもないし、だからといって卑下するような人間でもないですが、ただ、生き生きとして人生を送りたいし、そしてまた、人生のすべてを知りたいと思っています。

このわたしの気持ちに共感される方がいらっしゃいましたら、そのための方策は、自分自身で見いだすことであると、わたしは思っています。ですから、この掲示板を見ていただくことはとても有り難いことではありますが、と同時にご自分自身で高塚の模索していることを手探りで探り当てられることをわたくしとしましては一番望むことであります。

そして、最近思うことはそのような気持ちがあれば、助けてくれる存在はたくさんあるということです。

わたしの目、あなたの目に見えなくとも、助けてくれる存在があるということです。

（3月21日2008年掲示板）（ハトホル要転記）

3月22日2008年

●わたし

相手の目から見たわたしである。

肉体の欲求のわたしである。

習慣のわたしである。

利害得失を計算したわたしである。

自我のわたしである。

感じるわたしである。

胸が熱くなるわたしである。

等々、いろいろなわたしがいる。いろいろなわたしがいることをまず知ることである。

3月23日2008年

●原因と結果

原因と結果でなく、シンクロシティで見ること。

原因を見るときにはこころの働きを見ること。

3月27日、28日、29日、4月4日、9日、15日、16日、17日、18日、19日、20日、21日、22日、23日、28日、29日、30日、5月3日、4日、14日、21日、22日、24日、

25日、26日、31日、6月2日、4日、5日、6日、7日、8日、9日、10日、11日、12日、13日、18日、8月1日、5日、7日、8月5日、26日、10月2日、11月14日2008年、5月9日、11日、9月17日2009年、6月29日、30日2010年

● 「ハトホルの書」考1～＜意識のある人生＞

ハトホルの話が出てきたので、「ハトホルの書」についても同時並行的に記述していきます。旧掲示板に書いていて、途中までになっていた続きです。

当時から見ていただいている方もお忘れになられていらっしゃると思いますので、しばらくは旧掲示板からの引用です。早めに「身体」「食事」の話の個所まで行き着きたいと思っています。若干加筆しながらの引用です。

3月19日2008年の日記より

---

今年のモットーは感じることを大切にすることということで、ある本を手取る。理性では絶対に手に取らない本である。「ハトホルの書」という題名で、表紙には古代エジプトの「ハトホル女神像」の写真が載っている。だが、「泉」の本の写真とは大違いで、違った感じでひきつけられる。ただ、アセンション（次元上昇）を成し遂げた宇宙人ハトホルからのメッセージだなどという歌い文句には、思わず腰をひいてしまう。だが、腰が引く前に手に取ってパラパラめくると、ただちに素晴らしい本であると知る。

書店に流れていたBGMが尺八の音色で、「ハトホルの書」に音のことが書かれてあり、そのシンクロも買う気になった原因のひとつである。

まだ半分しか読んでいないが、書かれている内容はすべて「わたしだけのために書かれた本」ではないかと思うほどである。まあ、わたしはたくさんいるということなのであろう。気功治療についてもかなりのページをさいて語られているのには驚くと同時にありがたかった。一点重要なアドバイスがあったが、まだわたしの中で咀嚼されていないので、文字に表現できるほど理解が進んだら掲示板に書いてみようと思っている。

---

理解は進んでいないが、十分進んでいるともいえるので、しばらく書き続けていきます。

本当はハトホルの書「考」というよりも「感」としたいところであるが、まあ、そのあたりは世間の常識にならって「考」とする。ただ、この書は実践書であり、その意味で実践し、感じたこともまた書き込んでいければと思っている。

わたしの書き込みを読まれて、感じるころがあれば、ぜひ購入して実践していただきたいと願っています。引用が多くなると思うので、購入いただければ、わたくしの後ろめたさも軽減され、また、書き込みもご理解いただけると思えますので。本は、

トム・ケニオン&ヴァージニア・エッセン著「ハトホルの書」ナチュラルスピリット刊 本体 2500 円

で、まずは、トム・ケニオンの序文である。なお、トム・ケニオンは地球人です（笑）。

「心はパラシュートのようなものだ。  
それは開いてはじめて本来の役割をする。」

(5 ページ)

しゃれたことをいう。では、

<心のパラシュートを開く>

とはどういうことなのだろうか。

わたしの考えでは、<意識のある人生>を送るということである。  
グルジェフ流の皮肉な言い方をすれば、

「誰もがパラシュートを背負って生まれてくるが、パラシュートを開いて地上に降りる人は稀である。誰もがパラシュートを開くひもをひっぱらずに、まっさかさまに落ちていき、地面に激突する」

まあ、こういう言い方をするであろう。グルジェフがパラシュートを開き続けて人生を送ったかどうかは不明である。確かなことは、開くことに人並みならぬ努力をしたことであり、その重要性を人々に説いたことである。

グルジェフは<意識のある人生>のことを<自己想起><自己観察>と呼んで、興味深い指摘をいくつもしているが、ここではその最初の試みについて語っているところから引用する。

「<自己観察>は非常にむずかしい。試みるほどに、はっきりしてくる。

今はただ、結果を期待せず、あなたは自己を観察できないということを知るために実行しなさい。今までのあなた方は、自分を見、自分を知っていると思っていた。

私は、客観的自己観察のことを話しているのである。客観的に自分を観るということは、ただの1分間もできない。それは別の機能、師の機能であるからだ。

5分間なら観察できると思うなら、それは誤りである。20分間なら、あるいは1分間ならというのも、どれもみな間違いである。観察できないと率直に認めることができたなら、それでよい。そうなることが目標である。」

(「グルジェフ・弟子たちに語る」 めるくまー社 132 ページ)

シュタイナーはそのことにはあまりふれていないが、チャクラの開発に関する箇所では次のような指摘をしている。

「この十六弁の開発は次のような仕方で為される。日常不注意に行ってきた魂の特定の働きに対して注意深い態度でのぞむ。魂のこのような働きは八つの種類に分けることができる。

第一は表象(意識内容)を獲得する仕方である。通常、人はそれをまったく偶然に任せている。日々さまざまな事柄を見聞きし、それを基にさまざまな概念が作り上げられる。そのような態度で生活している限り、十六弁の蓮華はまったく活動を停止している。これを活動させるためには、これに<意識的態度>でのぞまなくてはならない。この目的のために必要なことは、自分の表象に対する<注意力の喚起>である。どの表象も彼にとって有意義なものにならなければならない。どの表象の中にも、人は外界の事物についての特定の情報を見出さなければならない。意味のない表象に満足してはならない。自分の所有する概念の働きをすべて自分で統禦し、それが外界の忠実な鏡となるようにしなければならない。歪んだ表象は自分の魂から遠ざけねばならない。」

(ルドルフ・シュタイナー著 高橋巖訳「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 127 ページ)

「神との対話」では<意識のある生活>を送ることのアドバイスは数限りなくある。ここでは、全8巻のうち最初に出てくる記述について試してみる。

「まず、最も気高い、こうありたいと思う自分を考えなさい。そして、毎日そのとおりに生きたらどうなるかを想像しなさい。自分が何を考え、何をし、何を言うか、ほかの人の言

動にどう応えるかを想像しなさい。

そんなふうに想像した姿と、いま自分が考え、行い、言っていることが違うのはわかるだろうか？

いまの自分とこうありたいと望む自分の違いがわかったら、**考えと言葉と行動を気高いヴィジョンにふさわしく——意識的に——変えようと決心しなさい。**

それには、とても大きな精神的、肉体的努力が必要になる。一瞬も怠らず、つねに自分の思考と言葉と行為を見張っていなくてはならない。つねに——意識的に——選択を続けなければならない。このプロセスは、意識的な人生への大きな一歩だ。そう決意すると、人生の半分を無意識のままに過ごしてきたことに気づくだろう。結果を体験するまで、自分が思考と言葉と行為をどう選んでいるか、意識しなかったということだ。しかも、結果を体験しても、自分の思考、言葉、行為がそれと関係があるとは考えられない。

**これは、そんな無意識の生き方はやめなさいという呼びかけだ。あなたの魂が時のはじめからあなたに求めてきた課題なのだ。」**

(ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」1巻 105 ページ サンマーク出版)

「ハトホルの書」ではトム・ケニオンは序文の最後で次のように書いている。

「ハトホルたちがくり返し述べているように、**われわれ人間の感情や感覚は、意識進化の重要な鍵です。**私は読者のみなさんに、ハトホルたちの言葉や考え方にご自身の感覚がどう反応するか感じながら読んでいただきたいと思っています。これらの情報をただ知的概念として受け入れるのではなく、むしろそれがあなたの心や頭にどう響くかを感じてみてください。」

(8 ページ)

この文章がトム・ケニオンのパラシュートを開くことに対応しているのかどうかは別として、

**<われわれ人間の感情や感覚は、意識進化の重要な鍵です。>**

といているところが、わたしにとっては考えたこともなかったことなので、えらく気になっている記述です。

ともあれ、わたしにとってはパラシュートを開くとは、

「意識のある人生を送ること」

「自己を想起し、自己を観察すること」

「自分の表象に意識的に関わり、意味あるものとする事」

「一瞬も怠らず、つねに自分の思考と言葉と行為を見張っていないとてはならないこと」

ということです。10年以上挑戦していますが、いまだに果たせずにはいます。

(3月27日2008年掲示板) (3月29日2008年掲示板) (10月12日2011年ブログ)

#### ■謙虚

「集合意識ハトホル」は次元を超えたエネルギー的存在で、もともとは別の宇宙から「われわれの宇宙の入り口であるシリウス」を経由して、さらに太陽系へと入り、金星のエーテル界で存在しているという。

まあ、ぶっとんだ話である。常識ある人間であれば、この記述だけで以下のすべての話がトンデモ本の話となってしまうかもしれない。ウソならもう少し上手なウソをついてくれとなるかもしれない。

だが、この話の次ページには

「わたしたちはすでにアセンション（次元上昇）を経ている存在です。あなたがたのエネルギー場に特徴的な固有の波動があるように、わたしたちの仲間も特有の振動性のエネルギー場に存在しています。わたしたちは単にあなたがたより速く振動しているというにすぎません。そうしたことに関わりなく、わたしたちは皆が神秘の一部であり、すべての宇宙をむすぶ愛の一部なのです。」

(「ハトホルの書」18ページ)

とある。アセンションはどうでもいい。大切なことはこの文章から感じられる謙虚さと穏やかさである。次元も別宇宙もシリウスも金星もどうでもいい。素性はどうでもいい。肝心なのは、賢者の持つ存在感が感じられ、この賢者の語ることはわたしのためになるという、深い確信が湧いてくる話し方である。

この文章を読んで思うことは、シュタイナーの神秘修行者の第一条件である。——長文の引用で出版社にも読者の方にも恐縮ですが、これでも控えたつもりです。

「正しい知識は、それを敬うことを学んだときのみ、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。

(中略)

ところが批判の時代になると、理想的なものがひきずり下ろされ、人々の心の中で、別の感情が尊敬、畏敬、崇拜、讃仰の代わりを占めるようになった。その結果、現在畏敬の感情はますます背後においやられ、日常生活の中では非常にわずかな程度にしか働こうとしていない。だから超感覚的認識を求めめる人はこの感情を自分で自分の中に産み出す努力を重ねなければならない。

そして自分の魂をこの感情で充たさねばならない。

このことは勉学によっては達成されない。その達成は生活を通してのみ可能となる。

したがって、神秘学徒たらんとする人は畏敬の気分に向けて真剣に自己を教育しなければならない。そして賛美と崇敬の対象となりうるものを、環境や体験のいたるところに探し求めなければならない。誰かと出会い、その人の弱点を非難するとき、私は自分で自分の中の高次の能力を奪っている。愛をもってその人の長所に心を向けようと努めるとき、私はこの能力を貯える。神秘学徒は常にこの点に留意し、この指針に従うことを忘れてはならない。繰り返し、繰り返し、あらゆる事柄の中の優れた部分に注意を向けること、そして、批判的態度を控えること、このような態度がどれ程大きな力を与えてくれるか、このことを熟達した神秘学者はすべてよくわきまえている。しかしそれが外的な生活規則に留まっているのでは、何の意味もない。それはわれわれの魂のもっとも内なる部分で有効に働いていなければならない。人間の自己変革は内なる思想生活の深みの中で遂行されなければならない。或る存在に対する敬意を態度に表しただけでは不十分である。この敬意を「思考内容」として持たねばならない。まず第一に畏敬の念を思想生活の中に受け容れること、それが神秘学徒の出発点である。自分の意識の中にある不遜な、破廉恥な思考内容や軽蔑的な批判の傾向によく留意し、まさに畏敬という思考内容を育てることから始めなければならない。」

(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)

グルジェフには意識のある生活を送るための尋常を超えた努力というものを色濃く感じますが、シュタイナーの場合には、倫理的な克己心に基づく人の成長というものを感じます。シュタイナーにはもともとそのような素養があったのでしょうが、周囲との軋轢の中で自

ら批判することの虚しさに気づき、人としての徳を獲得していったのではないかと思われる。

「たとえば誰かが、われわれを侮辱したとしよう。神秘修行をする以前には、侮辱した相手に対して敵意を感じ、怒りがわれわれの内部に燃え上がった。しかしこのような場合、神秘道の修行者の心中には、直ちに次のような思考内容が立ち現れる。「このような侮辱によって私の価値が変わるわけではない。」

(上掲書 98 ページ)

シュタイナーのこのようなこのような言葉に、「敵意を感じ、怒りが内部に燃え上がったシュタイナー」を見て取れます。ただ、この敵意、怒りから次のような考えに進むところがシュタイナーのすばらしいところです。

「神秘学の真理に向って汝の認識を一步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。」

(上掲書 75 ページ)

「私が他人と異なる意見をもっているかどうかはどちらでもよい。大切なのは、私の方から何をつけ加えたら、その人が自分で正しい事柄を見出せるようになるか、ということだ」。

(上掲書 104 ページ)

「しかし彼は不正な事柄にもそれを良き事柄へ転化させよう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。」

(上掲書 119 ページ)

いずれも、現実生活に今この瞬間から使うことができる生き方です。

ただ、シュタイナー自身が悪意に苦しんだことは間違いないし、それを果たして克服したのかも疑わしく、謙虚である、穏やかである、善に向かう、ということにいつもこころをくんでいたのではないかと思うのです。それに対して、集合意識ハトホルの場合は謙譲とか、畏敬とかいうところのありようはすでに存在となっている（ハトホルのものとなっている）という印象を強く受けるのです。

もっとも、だからといって、シュタイナーの価値が減るものでは一向にありません。苦

悩の大きさが大きければ大きいほど、怒りの炎が燃えさかれば燃えさかるほど、そこから生ずる別の「錬金の金」というものもあるからです。

しかし、なぜそのような「謙譲、畏敬、謙虚」といったところのありようが神秘修行、人間の成長、アセンション（まあこれはどうでもいいが）に必要不可欠なのであろうか。

※なお、「ハトホルの書」にはこの感情のコントロールの具体的な方法が書かれています。ただ、この掲示板ではさすがにその方法を引用することまではしません。関心のある方は本屋さんでまずはご覧になってみてください。163 ページ以下にあります。蛇足ですが、手と足をていねいに使うことは多くのことをもたらします。

（3月30日 2008年掲示板）

#### ▲感じること

感じることの真偽

真理を見ること～対頂角は等しい

感じること～たとえば音楽・絵画・

#### ■気づきと意識（シュタイナーとグルジェフ）

> しかし、なぜそのような「謙譲、畏敬、謙虚」といったところのありようが神秘修行、人間の成長、アセンション（まあこれはどうでもいいが）に必要不可欠なのであろうか。

上記引用した次の段落にはこのようなことが語られている。

「あなたがた人類がそうであるように、わたしたちもまた、ありとあらゆるものの「一なる根源」に向かい、次元上昇しつつ魂を成長させつづけています。わたしたちもあなたがたと同じく喜びや悲しみをとおして成長してきたのです。巨視的な視野からすれば、わたしたちは**気づきと意識の進化の螺旋において**、あなたがたよりも少し高いところにいます。それでわたしたちは友として助言者として、そしてまた「すべてなるもの」の記憶へと立ち返る旅の仲間として、自分たちがこれまでに学んできたことをあなたがたにお伝えすることができるのです。」

（「ハトホルの書」18 ページ ナチュラルスピリット）

ハトホルはどのような点で地球の人よりも進んでいるかというと、

<気づき>と<意識>

の点でとっている。これはよくよくこころに留めておくことと思われる。これは被造物の手と足ではないだろうか。創造者の乳母車から降りたあとは、これを使って進んでいくものとわたしは思っている。

そして、「謙譲、畏敬、謙虚」といったこころのありようはこの〈気づき〉を喚起させることとなるから、大切なことなのである。反対語が何かは思い浮かばないが、尊大、慢心な人間は〈気づき〉とは無縁であるのは自明のことであろう。

—— では、〈気づき〉とは一体何であろうか。 ——

—— 一体何に気づくのでであろうか。 ——

手足の手を〈気づき〉とするなら、足は〈意識〉である。どれだけ歩くか、どこにいるかは〈意識〉によって決まる。これは前々回（5644）詳しくふれたことであるし、この掲示板でも「意識のある人生」として数限りなく書き込んでいることである。

シュタイナーとグルジェフはともにわたくしの精神世界の最初の師ともういうべき方であるが、お二人の触感はわたしの中でずいぶん違い、その違いを人柄の違いぐらいにしか考えていなかったが、ハトホルの指摘、

「巨視的な視野からすれば、わたしたちは**気づきと意識の進化の螺旋において**、あなたがたよりも少し高いところにいます。」

により、シュタイナーは気づきの師、グルジェフは意識の師と捉えなおせば、違いがあるのも当然ということになる。

（4月1日 2008年掲示板）

神の声に気づく。

神の声は小さい。

自分自身に気づく。

気づきは喜びである。

気づき～シュタイナー

意識～グルジェフ

■ヒーリングの予定表

ヒーリングの予定表を作らない

結果に一喜一憂しない。奥深いところで、相手の自由がある。～無意識・意識・超意識  
行為への愛・自由と相反すること。

予定表の変更は神でさえしないことである。

プロセスは完璧であるということ。

二占すべからず

意志の継続と天に任せること（願いはいつ叶うかということ、これはどれだけのスパンで  
考えるかということである）

「弓と禪」における「的とブッダ」の話。

#### ■聖なる元素の援助

この援助は、自分自身に対しても、殺人者に対しても行われていることをよくよく鑑みる  
こと。

#### ■選択・自由

#### ■気づき・自由意志

しばらく間があいてしまったが、「ハトホルの書」考の続きである。

「本書で、わたしたちの気づきのレベルにおける知識や方法をあなたがたに分かち合いた  
いと思います、それらが人類にとって役立ってくれることを望み、願ってやみません。た  
だここで明言しておきたいのは、わたしたちは人類の救済者でも救世主（メシヤ）でもな  
いということです。わたしたちは近くに棲まう兄弟姉妹（きょうだい）ですが、あなたが  
たの取捨選択や進化に干渉することはありません。そうしたことのすべては、あなたがた  
自身の自由意志によってなされるべきだからです。」

（「ハトホルの書」19ページ ナチュラルスピリット）

「わたしたちの知識や方法」

というのでなく、

「わたしたちの気づきのレベルにおける知識や方法」

といているところが慢心に陥りがちな世の知識人とはひと味違うところである。

そこで、前々回の問い

—— では、<気づき>とは一体何であろうか。 ——

—— 一体何に気づくのであろうか。 ——

にあらためて行き着くのである。

「巨視的な視野からすれば、わたしたちは**気づきと意識の進化の螺旋（らせん）**において、あなたがたよりも少し高いところにいます。」

というときの<気づき>と同じ意味合いである。ハトホルは次元上昇を遂げていることをことさらいうのではなく、<気づきと意識の進化の螺旋>ということのをれわれ地球人との違いとして、そしてその違いも控えめに語っている。

なぜ控えめに語るかということ、進化の螺旋の奥行きが見える、感じられるからである。

「たどりきて、いまだ山ろく」

という言葉があるが、そのような見え方、感じ方が常住坐臥常にあれば、あと行く人も、さき行く人もその見方はまったく違ったものとなるであろう。

<気づきと意識の進化の螺旋>

このことの意味合いは、この言葉をここにしっかりととどめておくことにより、次第に明らかになってくることであろう。そういう言葉である。

しかし、

<螺旋>

とは、何ぞや。虫食い算の問題のような話しかできないが、

この世界は次元が異なっても、基本的に<二極性>を有するということであるが、もしかして、基本性格として<螺旋>ということもあるのだろうか。

即行で思い浮かぶのは、DNAの二重螺旋である。

この手の話は、昔読んだマルティン・ガードナー「自然界における右と左」にいろいろ書かれていたようにも思う。

あと個人的体験としては、わたしの送る気を螺旋として感じられる方も少数であるがいらっしやるということである。少数ではあるが、そういう方は結構明確に螺旋として感じられるようである。

まあ、以上は難解な虫食い算の断片でしかない。

(あと、救世主に関する話は後日また、書き込みます。)

(4月15日 2008年掲示板)

#### ▲気づき

創造主とのむすびつき。～全体性との結びつき～その結びつき、その気づきによって、自分自身が<大きくなった>と感ずることができることである。

神の声は小さいから気づきである。

#### ■救世主

「本書で、わたしたちの気づきのレベルにおける知識や方法をあなたがたに分かち合いたいと思います、それらが人類にとって役立ってくれることを望み、願ってやみません。ただここで明言しておきたいのは、わたしたちは人類の救済者でも救世主（メシヤ）でもないということです。わたしたちは近くに棲まう兄弟姉妹（きょうだい）ですが、あなたがたの取捨選択や進化に干渉することはありません。そうしたことのすべては、あなたがた自身の自由意志によってなされるべきだからです。」

(「ハトホルの書」19ページ ナチュラルスピリット)

ハトホルは自分たちの気づきを人類と分かち合いたいというが、それを強制するつもりは全くないという。このような言い方は、何度も何度もそれこそ「もういいよ。分かっているから」というぐらい出てくる。

こうも何度も何度も繰り返されるのは、この逆の

「救世したがること」「救世されたがること」というのは、

おそらくは我々地球人の悪しき習性となっていることだからであろう。このことは宇宙人がUFOに乗って地球人を救いにくるなどという笑止千万な救世を願うことだけでなく、日常の人間関係にも色濃く塗りこめられている。

「どうしたらいいのか」

と他人に聞いたことはないだろうか。何も知らない子どもの時ではない、(よく知っていると思いついでいるが、実は何も知らない) 大人の時である。

あるいは、

「こうする」

という時、その選択は何が基準になっているか。他人の目や他人の考え、常識と呼ばれるものが基準になっていないだろうか。本当に

<わたしはこうする>

と言えるのだろうか。確かに

<わたしはこうする>

と言えるという人がいるかもしれないが、では、そう言うその<わたし>とはどのような<わたし>であろうか。あなたの<わたし>は他人の目や他人の考え、常識と呼ばれるものを指しているのではないか。他人や常識を知らず知らずのうちにあなたの救世主にしてはいないだろうか。

——あなたは一体、何者であるのか——

(4月16日 2008年掲示板)



「神対」人間関係引用

「神対」もし悪ということがあったら、という記述  
占いによる選択

#### ■援助

「わたしたちは近くに棲まう兄弟姉妹（きょうだい）ですが、あなたがたの取捨選択や進化に干渉することはありません。そうしたことのすべては、あなたがた自身の自由意志によってなされるべきだからです。

<けれども、わたしたちはいつでもあなたがたに手を差し伸べる用意があります。>単に本書で明らかにしていく知識面や技術面での援助にとどまらず、より好ましい健康や意識状態を得るために、わたしたちはあなたがた一人ひとりと親しく手を取り合っていくつもりです。あなたが本書を選ばれたということは、わたしたちに耳を傾けようとする意思の表明にほかなりません。<わたしたちはあなたに通じることができるように、さまざまな



意識レベルで待機しています。>ですからわたしたちは援助を惜しみません。しかしその一方で、わたしたち以外の霊的援助や宇宙的なつながり、あるいはあなたの助けとなる宗教や信仰、同盟ないし組織などには、いかようにも介入するつもりはありません。それでもなお。わたしたちが分かち合おうとしている事柄には計り知れないものがあるでしょう。」

(「ハトホルの書」19 ページ ナチュラルスピリット)

精神世界のあらゆる書でといってよいほど言われていることは、一人ひとりの師は弟子にその準備が整ったときに現われるというものである。たとえば、シュタイナーは次のように語っている。

「秘密知識の伝授を受けるには、それにふさわしい師を方々に探し求めなければならない、と多くの人が信じている。しかし大切なのは次の二点である。

第一に、真剣になって超感覚的認識を求める人なら、自分を高次の秘密へ導いてくれる導師を見出すまで、どんな努力も、どんな障害もおそれてはいけないということ。

第二には、認識への正しい、まじめな努力が存在するときには、どんな状況の下にあっても、伝授する側がその人を必ず見つけだしてくれるということである。」

(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」23 ページ イザラ書房)

またラム・ダス、ラマ・ファウンデーション共著「ビー・ヒア・ナウ」(平河出版社)でも同様の記述がある(はずである)。また、「あるヨギの自叙伝」(森北出版社)には著者パラマンハサ・ヨガナンダとスリ・ユクテスワとの出会いが感動的に叙述されてある(91~92 ページ)。

人の姿をまとった師は確かに弟子にその準備が整ったときに現われるのかもしれないが、そうでない師もまた師弟関係を抜きにして<現われている>。それがハトホルの

<わたしたちはあなたに通じることができるように、さまざまな意識レベルで待機しています。>

ということである。以下はわたしの日記からの引用である

「今年のコットーは感じることを大切にすること、ある本を手取る。理性では絶対に手に取らない本である。「ハトホルの書」という題名で、表紙には古代エジプトの「ハトホル女神像」の写真が載っている。だが、「泉」の写真とは大違いで、違った感じでひきつけられる。ただ、アセンション(次元上昇)を成し遂げた宇宙人ハトホルからのメッセ

ージだなどという歌い文句には、思わず腰をひいてしまう。だが、腰が引く前に手に取ってパラパラめくると、ただちに素晴らしい本であると知る。

書店に流れていたBGMが尺八の音色で、「ハトホルの書」に音のことが書かれてあり、そのシンクロも買う気になった原因のひとつである。

まだ半分しか読んでいないが、書かれている内容はすべて「わたしだけのために書かれた本」ではないかと思うほどである。まあ、わたしはたくさんいるということなのであろう。気功治療についてもかなりのページをさいて語られているのには驚くと同時にありがたかった。」

(2008年3月19日「酔いどれ日記」)

わたしがハトホルと出会ったことは「たまたま」ということではない。ある力が働いて出会う。それはわたしが「ハトホルの書」を理解し、実践する準備が整ったときである。そのときに、ハトホルがずっと身構えて待機させていた善意の力がわたしに通じる。

あるサイキック・カウンセラーの方に「あなたはお父様と〇〇と□□とが後ろについてくださっている」(〇〇と□□について書くと、慢心につながるので書かない)とおっしゃってくださったが、ありがたい話として時々その援助に思いをよせることがある。

このことは誰にでもあることなのである。要は気づくか気づかないかであり、受け入れるところがあるかないかということである。もし、その援助について感じる事ができれば、そのありがたさに深く感動するであろう。

「神との対話」の冒頭でこういう記述がある。

「そこで、まずわたしが長いあいだいだきつづけてきた問いから対話を始めることにしよう。神はどんなふうに、誰に語りかけるのか。そう聞いたときの、神の答えはこうだった。『わたしはすべての者に語りかけている。問題は、誰に語りかけるかではなく、誰が聞こうとするか、ではないか?』」

(「神との対話」1巻14ページ)

われわれは今日会う人、今日見るテレビ、今日知る出来事だけがこの世界であると思っ  
ているが、全く異なる世界がわれわれ自身に対して働きかけを行っているということを感じ  
とることができれば、人生はきっと大きく変わるであろう。ただ、この働きかけはとても  
穏やかな仕方で行われるので、こころをすませていると気づくことはできない。

(4月17日2008年掲示板)

## ■ 020～エネルギー・視野

「そこでまず本書では、あなたがエネルギーであるという解釈から入っていくことにしましょう。わたしたちがエネルギーの話から始める理由は、現時点の地球では、あなたがたの意識が三次元の現実（リアリティ）と呼ぶところ、つまりあなたがたの身体的感覚によって見たり触れたりできる物質界に固定されているからです。しかしながらエネルギーのスペクトル、すなわち地球の物理学者がまだ解明していない電磁スペクトルのなかでは、そこに存在するもののうちあなたの見ることのできる範囲は1パーセントにも満たないのです！ この宇宙で人類が把握していない無数の領域と同様、わたしたちもまた、人類がまだ知覚していない残りの99パーセントのエネルギーのなかに存在しています。」

（「ハトホルの書」20ページ）

われわれはどのように存在しているかという、ハトホルの目からは＜エネルギーである＞という。エネルギーとは何か？ 「神との対話」でもその言葉が出ると、関心を抱いて読んでいるがいまひとつ分かっていない。分かっていないので、

「われわれの意識は物質界に固定されている」

ということもまた実感としてはいまひとつピンとこないところがある。だから、物質界以外の世界というと「あの世」のことしか思い浮かばない。

だが、物質界以外のわれわれが見ることができない99パーセントのエネルギー世界があるという。そして、これは「あの世」の話ではなく、「この世」の話である。

この99パーセントが何かということ、わたし自身の体験でいうと、＜気＞ということになる。もちろん、気はすべての人が持っているものであるが、必ずしも実感として感じられるとは限らない。

——では、どのようにすれば、気を感じるができるか——

——どのようにすれば、実感として感じられる気、物質界に影響を与える気を作り出すことができるであろうか——

皆様にぜひ考えていただきたいことである。

もちろん、気の世界が「ハトホルのいう99パーセント」すべてにあたることではないと思うが、遠隔で送って効果が出た場合などは、＜あの感覚＞が影響を及ぼしているのかと、見えない世界についての手探りの感覚を感じ取ることができる。。

自分自身の99パーセントの世界について語るとすると、もうひとつは瞑想中に時々現われる紫の炎である。「神との対話」ではこれは魂であるというが、魂かどうかは別として、こ

の世のものとは思われぬ色である。唐突であるが、

——これは色なのであろうか——

という問題もある。どういうことを言いたいかという、死んだ人間と死んだふりをした人間はまるで別として感じられる。同じように、瞑想中の紫の炎は絵に描ける色なのであろうか、ということである。

われわれが見る物質世界、これはその裏にあるものにより、その様相が変わるのではないだろうか。その裏にあるものが 99 パーセントの〈エネルギー〉ではないだろうか、ということである。影絵のような話ではあるが。

(4月21日 2008年掲示板)

感情の体験世界としての身体世界

小さな宇宙としての身体

四大元素の働き・奉仕

#### ■ ジョルダナーノ・ブルーノ

ジョルダナーノ・ブルーノは今から 400 年前、天動説を信じ、人間中心のキリスト教世界観を保持していた世界で、宇宙に他の知的生物が存在する可能性を認め、広大な宇宙には地球と同じような世界が無数に存在すると主張した（「天に満ちる生命」NHK出版）。

そして、彼は生きたまま火あぶりにされた。

以下の話はどうだろうか。火あぶりするに足りる話であろうか。

第一章冒頭の手帳による自身の紹介である。

「わたしたちは集合意識手帳です。わたしたちは愛とともに、あなたがた地球の素晴らしい理想的な現実（リアリティ）の響きをたずさえてやって来ました。もしみなさんに新しい世界をつくり出す用意があれば、一緒に知性と感性の旅に乗り出しましょう。わたしたちはあなたがたの先輩であり、兄弟姉妹（きょうだい）にあたる存在で、この惑星で進化を遂げつつある人類をととも長いこと見守ってきました。わたしたちは太古の昔から、あなたがたとともにあります。わたしたちの足跡は、あなたがたの有史時代の記録に残っているよりさらに古い、いまや忘れ去られた時代までさかのぼることができます。わたしたちは次元を超えたエネルギー的存在で、もともとは別の宇宙から、あなたがたの宇宙の入り口であるシリウスを経由してやって来ました。そしてシリウスからあなたがたの太陽

系へと入り、金星のエーテル界に落ち着くことになったのです。」

(17 ページ)

「次元を超えたエネルギー的存在」

エネルギー的存在ぐらいは何とかついていけるが、次元を超えたですか！

「別の宇宙からわれわれの宇宙の入り口のシリウスを経由して」！！！！

総武線の「秋葉原駅」経由ではない、シリウス経由という。反論できないことをいいことにスゴイ話ではないか！

「金星のエーテル界」！

金星人とか土星人とかは、ボイジャーやら何やらが観測してから一笑にふされることとなったが、エーテル界という手があった。某出版社の編集長が歓喜しそうな切り札である。

どうするか、ブルーノの著作「無限、宇宙、および諸世界について」のように焼却処分にしてしまおうか。

——あなたは、(この本に書かれていることを) どのように思うか——

——そして、(思うことによって) あなたは何であるか——

※ この掲示板では「ハトホルの書」からかなりの量を引用しているが、実践の手引きについては一切引用しない。関心のある方はぜひ購入されて実践なさってください。私は出版社ナチュラルスピリットのまわしものではありませんが、「ハトホルの書」はあくまでも実践のマニュアル本であり、その実践の補足については当掲示板でふれますが、それだけでは本書の価値の半分にふれたことにもなりません。定価は 2500 円＋税です。

高いか安いかな。

ハトホルのいう

<知性と感性の旅>

に乗り出せるのだとしたら、宇宙船乗車賃がウン十億円の時代、安い買い物と思われれます。

ただし、運転は自力でということなので、ご注意願います。

(4月22日 2008年掲示板)

▲わき道 (時事・自己研究)

「それは当然である」と言い、喜ぶ。

何を当然であると言い、

何を喜ぶかで、  
<わたし>を知ることができる。

それが当然なのではなく、それを当然だと言うのがわたしであるということである。  
だが、「それが当然であるかどうか」だけで人は争う、  
その<わたし>がどのようなわたしであるかで人は争わない。喜ぶ<わたし>がどのようなわたしであるかは争わない。この争いは自分自身に対する争いであり、新たなる<わたし>の創造である。

すなわち、出来事は出来事について言明することだけでなく、その言明を通じて自己確認を行い、自己創造するためにある。

(4月23日 2008年掲示板)

当然であるは終わりではなく、始まりである。  
終わりではなく、始まりとするためには、<わたし>をそこに登場させなくてはならない。

#### ▲蛇の足

被害者の立場にはなる。  
もしかしたら、加害者の立場にもなる。  
そして、判定者の立場になる人もいる。  
だが、自分自身の立場になる人は存外少ないものである。

(4月24日 2008年掲示板)

#### ▲死者（使者）

誰も亡くなった人の立場には立てない。

自分はイタコでも霊能者でもないが、立てない立場に立ってみる。

<わたしはわたしを殺した人を殺してもらいたくて、殺されるという人生を選択したのではない。>

きっこう言っているであろう。全ての殺された人がそう言っているというわけではないかもしれないが、少なくとも少年Aの事件の被害者二人の少女には、そのメッセージが強く感じ取れる。

(4月29日 2008年掲示板)

### ▲イエス

イエスの言葉である。

「求めなさい。そうすれば与えられる。探しなさい。そうすれば、見つかる。門をたたきなさい。そうすれば開かれる。だれでも、求める者は受け、探す者は見つけ、門をたたく者は開かれる。あなたがたのだれが、パンを欲しがる自分の子供に、石を与えるだろうか。」  
（「新約聖書」マタイによる福音書7・7）

求めれば、与える。

探す者には、一緒に探してあげる。

門をたたく者には、門を開いてあげる。

パンを欲しいという者には、パンを与える。

命が欲しいという者には、命を与えるであろうか。殺さないであろうか。

これは、神の話であるが、また、わたしたち自身のことでもある。

「神との対話」の SOMETHING の言葉である。

「あなたがたは、キリストの道を歩くのはむずかしい、ブッダの教えに従うのはむずかしい、クリシュナの明かりを掲げるのはむずかしい。＜マスター＞になるのはむずかしいと言う。ところが、**真の自分を受け入れるよりも否定する方が、はるかにむずかしいのだよ。**

あなたがたは善であり、慈悲であり、同情であり、理解だ。

あなたがたは平和であり、喜びであり、光だ。

あなたがたは赦しであり、忍耐であり、力であり、勇気であり、苦しいときの援助者であり、悲しいときの慰め手であり、傷ついたときの癒し手であり、迷ったときの教師だ。

あなたがたは最も深い智恵と真実、最も偉大な平和と愛だ。

あなたがたはそういう者なのだ。

そして、たまには、自分がそういう者だと気づくことがあった。

**これからは、いつも、自分はそういう者だと理解しなさい。」**

（ニール・ドナルド・ウォルシュ著「神との対話」1巻117ページ サンマーク出版）

「たまには」でなく、

「いつも」という。

「いつも、自分はそういう者だ」という。

腹立たしいことがあったときにも、

これまではゆるさなかったときにも、

これまでは面倒だと思われた「愛を示す機会」が訪れたときにも、

今日一日のあらゆる瞬間に

<自分はそういう者だ>

とこころ静かに決意することである。

(4月30日 2008年掲示板)

▲アーミッシュ (原文 10月3日 2006年ノート)

●意味と無意味～アーミッシュ

6月の市ヶ谷教室、千葉教室、共通のディスカッションのテーマです。

なお、他に宿題を出していた場合、そのことについても行います。すみませんが、思い出せませんので、ご指摘いただければ助かります。

2006年10月、アメリカの学校で銃の発砲があり、4人のお子さんが亡くなられた。犯人の動機は不明であるが、わたしが記事で関心を持ったのは、絶対的平和主義を唱えているという「アーミッシュ」というキリスト教の一派の考え方である。ネットでざっと調べたところ、

- 1 電気を使用しない (従って、電話も使用しない)
- 2 服装は質素
- 3 成人は決められた色のものしか着ない。
- 4 自動車は運転しない  
ただし、旅行の際は、車や飛行機を利用するのも可
- 5 風車・水車により蓄電池にためた電気を使うことは可
- 6 写真はとることもとられることも原則不可
- 7 政治には積極的に有権者として関わらない
- 8 共同体外部の異性と交際することはまずない
- 9 ただし、これらの宗教上の制限は成人になるまでは猶予される
- 10 幼児洗礼を認めず、成人して自らの意志で洗礼を受ける

これらをナンセンスと斥けることはことはたやすい。わたしにとっては、意味あることも無意味と思えることもある。どちらとも言いがたいこともある。



質問1 これらについて、あなたはどのように考えるか。(全てでなくてよい)

質問2 「あなた自身にあるアーミッシュの規制」、あるいは「あなた自身に課すべきアーミッシュの規制」というものがあるか。あるとしたら、それは何か。

以上、この掲示板の[Tree]表示をクリックしていただくと、アーミッシュに関するわたしの一連のコメントが見られます。ただ、質問にあまり役立つとも思えませんが(^o^:  
また、アーミッシュに関してネットで検索され、予備知識を仕入れていただければと思います。

(10月4日 2006年掲示板)

▲質問へのヒント

規制の理由は何か。何のための規制であるのか。

質素な衣服～裸でいること

写真～写真を取らせないヨギというのが結構いること。

進化した星では裸で暮らしているということ。

もしかしたら、写真を取らせないことだけでなく、衣服を身にまとっていることさえ、ナンセンスなのかもしれない。

この意味で、これらは規制なのではなく、必要でないものはとらないということなのかもしれない。

電気の使用～現代人の原発問題はどうであるか。

自然の範囲はどこまでか。

人工的なものは自然といえるかどうか。

電話を使用しない～ユングの塔

電気があれば便利である。では、何に対して便利であるのか。

「ホトホルの書」四大元素の話

アーミッシュの規定が仮に自己規定であるとする、自己規定は変化する。

普遍の自己規定というのはあるのだろうか。

慢心の排除

無所有としての最低限の所有

シェアとしての所有

身体との関係～身体を生かせることができるものとしての文明の利器、逆に損なうことになる文明の利器、あるいは、所有

#### ■アーミッシュ～ゆるし（加筆して再掲）

2006年10月にキリスト教一派のアーミッシュの学校で銃の発砲があり、4人の子どもが亡くなりました。新聞の記事によると、子どもの中で最年長であった13歳の少女マリアン・フィッシャーさんは小さな子どもを助けたい一心で「わたしから撃ってください」と言ったという。

また、アーミッシュの人たちは容疑者の家族を事件の夜から訪ねてゆるしを表明し、手をさしのべたという。

だから、宗教はおそろしいという人がいるかもしれない。

だから、信仰はすばらしいという人がいるかもしれない。

おそろしいという人は、その行為はわが身をも怖れない洗脳の結果であろうと言うかもしれない。

すばらしいという人は、その行為はわが身を怖れず愛を選ぶころの深さであろうと言うかもしれない。

わたしは、ブッダが前世で飢えた虎の子に身を投げたという話を思い起こす。

そして、イエスが人類救済のために自ら磔刑への道を歩んだことを思い起こす。

これは、ブッダやイエスやマリアン・フィッシャーだけの偉業であろうか。

もしかして、日常としてある偉業なのではないだろうか。

もしかして、これは特別な人の行いではなく、すべての人の行いかもしれない。

（10月9日、10日 2006年、5月2日 2008年掲示板）

選択というゆるし

人類の一人ひとりが成し遂げていく固有のゆるしというものがある。

#### ■二元性

「ハトホルの書」によると（なお、本論はだいぶ横道にそれてしまったが、「ハトホルの書」考に関する書き込みである）、この宇宙は次元を超えてもどこまでも二元性を有する世界であると言う。では、

「わたしはマリアン・フィッシャーではない」と言い、  
「わたしは銃撃犯ではない」と言う。

わたしは果たして  
＜この二元性の世界を生きている＞  
と言えるのだろうか。  
＜わたしのマリアン＞、＜わたしの銃撃犯＞を生きていると言えるのだろうか。  
(5月4日 2008年掲示板)

#### ▲相対性

善の深さだけ、悪の深さがある。  
悪の深さだけ、深い善を表現する機会がある。  
(5月6日 2008年掲示板)

#### ▲内なる錬金術

悪は悪である。  
ただ、  
その悪はわたしのためになる、  
その悪をわたしのために役立てる、  
  
悪をそのようにすること、  
このことは＜できる＞。  
…できないといえ、できなくなるが…

これが内なる錬金術である。  
(5月14日 2008年掲示板)

#### ■神聖なる矛盾

悪は悪である。  
ただ、その悪はわたしが金に変容するために役立った。  
そうだとすると、悪は相変わらず悪である。

これは神聖なる矛盾である。  
善悪はあるステージではシンクロして存在する。  
固有の悪があるとき、それに対応して固有の善がある。  
それらは夜空の星々の配置のように存在する。  
他方なしには存在しえないという配置である。  
(5月20日 2008年掲示板)

#### ■自由という愛 (加筆して再掲)

親子の愛がある、恋愛の愛がある、友情の愛がある、他人に親切にする愛がある、わが身を犠牲にする愛がある、…。  
愛はそれだけで終わりなのだろうか。  
その先の愛があるとしたら、その愛とはどのような愛であろうか。

その先の愛かどうかは別として、「神との対話」の神はこのように言っている。

愛・自由・真実・喜び・神・魂

これらは入れ替えることができるし、互いにつながりあっているという（「神との対話」第1巻 14 ページ、他）。神が何であるか、魂が何であるか、これはわたしにはさっぱり分からない。真実、喜び、これも分かっているようで、分かっている。

ここでは、自由＝愛という自由、愛＝自由という愛について、「神との対話」の神が語っている文章を引用する。

「誰かを必要としなければいけないほど、そのひとたちを愛せるようになるよ。」

「愛する者の何も必要としないなんてことができますか？」

「相手が与えてくれるものゆえではなく、相手そのものを愛すればいい。」

「そんなことをしたら、踏みつけにされますよ！」

「誰かを愛することは、自分を愛さなくなることではない。相手に全面的な自由を認めることは、あなたを虐待する権利を与えることではないし、相手に好きな人生を送らせるために、いやな人生という牢獄に自分自身を閉じこめることでもない。

全面的な自由を認めるということは、相手にどんな制約も課さないという意味だよ。」

「ちょっと待ってください。相手に何の制約も課さないで、踏みつけにされずにすみませんか？」

「相手に制約を課すのではなく、自分自身に制約を課すのだ。自分がどんな経験を選ぶかを制限するのであって、相手に認める経験を制限するのではない。この制限は自発的なも

のだから、本来の意味では制限ではない。それは、**自分が何者であるか**という宣言だ。創造だ。定義だよ。

神の王国ではいっさい制約がない。愛は自由以外何も知らない。魂もそうだ。神もそうだ。これらの言葉は入れ替えることができる。

**愛——自由——魂——神。**

どれもがほかの面をもっている。どれもすべてである。**あなたは現在というすべての瞬間に、自由に自分を宣言できる。実際にそうしているのに、気づいていないだけだ。**だが、誰かが何者であるか、何者であるべきかを宣言する自由はない。愛は決してそんなことはしない。愛のエッセンスである神もしない。」

(「神との友情」上巻 217 ページ)

相手に制約を課さない、相手が自らの原因（由）で行為する自由を認める、自分自身に制約を課す、自分が自らの原因（由）で行為する自由を認める、このような自由がある。

この自由は愛という自由である。

この自由は喜びであり、相手が思い通りにならないという悲しみや怒りではない。

この自由はわたしの自由であり、他者の願う自由ではない。——だが、ときには、他者の願いをかなえるために、他者の願うようにわたしはふるまうかもしれないし、ときには、犠牲になるかもしれない、しかし、これもまた、わたしの自由である。

神の愛、魂（神の子としての人間の部分）の愛は自由という愛である。

自らが原因であるという愛である。

だから、まずは、すべてのことを、<わたし>のために使い、

<わたし>が自らの原因となることである。

この<わたし>が原因となった行為が愛である。

だから、この愛はこの<わたし>の大きさとともに変わっていく。

だから、悪と呼ばれる行為も、もしその人がその人の<わたし>のためにするのであれば、愛である。

だから、善と呼ばれる行為も、もしその人がその人でない<神の教え>と呼ばれるもののためにするのであれば、愛ではない。

愛はその人の<わたし>があって初めて愛となる。

だから、自分自身の<わたし>のを知り、自分自身の<わたし>を愛することによって愛は始まる。

そして、マリアン・フィッシャーさんは<わたし>があつての愛であつたのだろうか。

そう、どのような人もわたしはある。  
だが、そのわたしはアーミッシュの教えの引き写しでしかないわたしであったのか。  
それとも、その教えから芽生えた<わたし>の発現としてのわたしであったのか。  
<これは、わたしである>  
というわたしであったのだろうか。

彼女は教えにしたがい、虐待され、踏みつけされたのだろうか。  
それとも、自分自身に制約を課し、自分が何者であるかを宣言し、自分自身のなにものも傷つくことがなかったのであろうか。

(10月12日、21日 2006年、5月22日、24日 2008年掲示板) (草稿要転記)

#### ▲ハトホルの愛～傷つかない愛

攻撃を受けない愛があると言う。

(引用して、要加筆)

攻撃を受けないとは黒住宗忠のいうところを傷めないということかもしれない。

あるいは、黒住宗忠が中傷を受けて傷つかなかった逸話。

マリアン・フィッシャーさんは体は傷ついたが、こころは傷ついていないのではないだろうか。

黒住宗忠は濁流を見てところを動かしたが、銃を突きつけられてところを動かさないとはこの子どもは信じがたいところの持ちようである。イエスでさえところを動かしたのではないか。

#### ■わたし～自他 (鏡)

悪行を見たわたしがすることはただひとつ、自分がそれをしているかどうかを見ることができること。そして、それを自分がしているのであればしなくなるようにすること。それが悪行をなくすための唯一の手段である。

わたしは原子爆弾を使わないか？

自分をよく見ることである。

もし、使うような人間であれば、使わないようになること。

この人間存在がなければ、原子爆弾を使いたがる人間に相対することはできない。

わたしがしないと思っていること、

わたしがすると思っていること、

でなく、

わたしがしないこと、  
わたしがすること、

このことだけが他者とのコミュニケーションとして通じていくものであり、言葉だけでなく、真に影響力をもつコミュニケーションである。

(掲示板記入予定)



ペーパー、言葉は信じない。

「神対」のコミュニケーションの手段、体験と感情の話に通じる。言葉は最後の手段である。

エネルギーの問題～もちろん、ペーパーにもあるが、相対することのエネルギーの問題。

■アーミッシュ～善と悪・神と人

善だけが神ではない、悪もまた神である。

善も、悪も、ともに、神の手のひらの上にある。

どのような善もそれを超える愛があり、

どのような悪もそれをゆるす愛がある。

だから、悪が神の手のひらの上になると、それはまったく別のものになる。

そして、それを行なうのは、神ではなく、人間である。

神がゆるして悪が変容するのではなく、人間がゆるして悪が変容する。

これを錬金術と呼び、あるいは内なる神殿をつくることと呼び、あるいは神の身体をつくることと呼ぶ。

このことが、神と人との関係であり、なぜ、私たちがいるか——これは、奇跡としかいいようがない全く不可解、不可思議なことである——という理由でもある。

だから、決してゆるせないような悪があったときにこそ、

否定して、あるものをこわしてしまうのではなく、

肯定して、ないものをつくりだすことである、

これを自己規定とすることである。

(10月16日掲示板)(加筆済み要再掲)

■グルジェフの信仰

グルジェフは信仰について次のように言った。

「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。」

13歳の少女、マリアン・フィッシャーさんが銃撃犯を前にして

「わたしから撃ってください」

と言ったその信仰をグルジェフはどの信仰であるというのであろうか。

少女趣味のヒロイン的な感情的信仰と呼ぶであらうか。

両親、アーミッシュの地域社会から教え込まれて、ロボットのよう反応した機械的信仰と呼ぶであらうか。

あるいは、彼女自身の自由意志を通じて得た神とのつながりからの、意識した信仰と呼ぶであらうか。

事実はどうであったかはわたしには分からない。

だが、三つの信仰のうちのどのような信仰であったか、これは彼女自身の問題である。

わたしにとっては、どれであったら有意義でどれであったら無意味であるということはない。わたしはマリアン・フィッシャーさんとわたしとの関係ではそこは問わない。

では、この事件に対するわたしの問題とは何であらうか。

そして、あなたの問題とは何であらうか。

(10月11日2006年、6月7日2008年掲示板)

そして、三つの信仰のどれも神であり、どれも神への信仰である。

(掲示板記入予定)

#### ▲機械的な信仰

祖父の信仰

#### ■善悪

2006年10月にキリスト教一派のアーミッシュの学校で銃の発砲があり、4人の子どもが亡くなされた。新聞の記事によると、子どもの中で最年長であった13歳の少女マリアン・フィッシャーさんは小さな子どもを助けたい一心で「わたしから撃ってください」と言ったという。

犯罪者の行為は私には関係がない。

自分はそんなことはやりっこない。

マリアン・フィッシャーさんの行為は私には関係がない。



自分にはそんなことはできっこない。

自分はやっぱりこない、自分にはできっこない、そう思い込んでいるから、彼と彼女がいたのかもしれない。

わたしはアタマがおかしいか？ そうおかしいことを言っているのかもしれない。おかしいかもしれないが、少しは真実もある。

(10月14日2006年、6月9日2008年掲示板)

#### ▲意志（時事）

害を被った者に害を被る意志がなく、  
害を加えた者だけに害を加える意志があり、  
事件がある。  
事件はそのようにして成り立つ。  
もしそうであれば、誰もが言っているとおりであろう。

もしそうでなければ、誰もが言っているとおりではないだろう。

(6月9日2008年掲示板)

ある側面からは意志はまるで逆であるかもしれない。

#### ▲神仏

害を被った者に害を被る意志がなく、  
害を加えた者だけに害を加える意志があり、  
事件がある。  
事件はそのようにして成り立つ。  
もしそうであれば、神も仏もないであろう。

だがもし仮に神も仏もあるのなら、事件はそのようにして成り立ってはいないということである。

別の視点が必要であるということである。

(6月10日2008年掲示板)

#### ▲自由意志と神

意志とは自由意志である。  
自由、喜び、愛、魂、神

これらはすべて同じであり、順番はない。

確かこのようにある本の SOMETHING は語っている。

(6月11日 2008年掲示板)

#### ■教育 (加筆して再掲)

人を見たら泥棒と思え、と教えられて育てられること。

人を見たら神様と思え、と教えられて育てられること。

どうせ自分で思慮することなく、教えられたままに生きざるをえないのなら、後者のような育て方こそ人間的な教育であるといえないだろうか。

しかし、そんな教えはひどい目にあうといわれるかもしれない。

そんな教えを受けなかったから、わたしはひどい目に合わなかったのか。

そんな教えを受けたから、アーミッシュの子どもはひどい目にあったのか。

ところで、彼らは本当にひどい目にあったのだろうか。

確かにそうだ。

確かにそうだが、そう言い切れないところがこころの奥深くにある。

そして、わたしはひどい目にあっていないのだろうか。

わたしは何とこたえるだろうか。

(10月13日 2006年掲示板) (6月10日 2008年掲示板)

#### ▲景色・存在

> ところで、彼らは本当にひどい目にあったのだろうか。

> そして、わたしはひどい目にあっていないのだろうか。

今日も遠くから眺めていようか。

(6月11日 2008年掲示板)

#### □意志

ところで、これは自分で本当に決めたことか。

自分で本当に決めたことはどの程度あるのか。

色水の入ったビンがある。

馬の形の透明なビンにその色水を注ぐと、馬の形が見えてくる。

## 花の形の

### ■知識・自他・一体・神の身体

銃撃犯はマリアン・フィッシャーさんの思いがけぬ行為を見て、どのように感じただろうか。彼女をどのような人であると思っただろうか。

もし彼が彼女のことを知りたいと思っただけには、どのような方法があるだろうか。

(10月22日掲示板)

不可解な行動をとる彼女について知るためには、彼が彼女となって彼女の13年間の人生を生きてみることである。とても素朴な方法である。ただし、この方法では彼はマリアンさんそのものなので、彼の意識はない。彼の意識があれば、彼女の体験はできないからである。彼はマリアンさんの人生を体験できるが、外から彼女を見ることはできない。もし見ることができたら、それは彼女の人生ではなくなるからである。彼女の人生を生きるとはそういうことである。そして、この方法では<彼は>彼女を知ることはできない。

次善の策として、彼が映画を見るように彼女の13年間の観察するということも考えられる。この方法を用いれば、彼はマリアンさんのことをとてもよく理解でき、もしかしたら、殺人を犯すことがなかったかもしれない。ただし、この方法はあくまでも彼の目から彼女を見るので、彼女に偽善者の烙印を押すことになるかもしれない。第一番目の方法とは逆の意味でマリアンさんのことを本当に知ることはできない。彼女の外に出てしまっただけは彼女を本当に知ることはできない。

そこで、第三の方法が出てくる。彼はマリアンさんのことを理解できず、不愉快になる、あるいは、驚く、あるいは、真っ白になる、あるいは、感動する、等々の反応をし、自分のこれまでの人生では知りえなかったことを体験することである。そう、これは<この地球上での知り方>である。この地球上では、理解できない他人の行動が多い。何も分からない、知るための一点の手がかりさえなさそうな出来事もある。しかし、知ることはできない不可解な状態が長く、長く続いて、ある時に知る。これが地球上の知り方である。これは一番目とも二番目とも異なる知り方で、また、とても<よく知る>ことができる方法である。安易に他者の人生に入り込まずに、<異なる人間が会うこと>により、より深く理解できるという方法である。最初は無理解という理解かもしれないが、理解できたときには第一、第二の方法とは比較にならない知り方ができる（そして、この知り方がおそらく「神との対話」での一体という言葉の意味であり、いつかすべての存在がひとつになり（数千の星があるという、宇宙人もその中に含まれるのであろう）、ブラボーという瞬間が来るという話しのことであらう）。この方法での注意点はただひとつ、知ったかぶりをしないで、常識でひとくくりにししないで、相手とわたしに関心を持つことである。

付言すると、第四の方法がある。ただし、これは<自分自身を知る>方法である。それは第一の方法のように生き（この生き方は自分自身に関してはすべてのひとが行っていることである）、なおかつ、第二のように自分自身を客観的に観察する方法である。グルジェフが、シュタイナーが、「神との対話」の神が推奨する知り方である。もちろん、この方法は第三の要素も含んでいる。すなわち、誰も自分自身のことを何も知らないからである。他者を三つの方法全てによって現在進行形で知ることはできないが、自分自身であればこれが可能である。だから、他者を知ろうとするよりも自分自身を知ろうとすることの方がよく知ることに関しては理にかなっている。

さらに第五の方法がある。これはこの世界の方法ではない。あの世での方法である。それは、死後間もなく、あなたのすべての行為を相手の立場に立って追体験することである。何とも恐るべき合理性である。相手の立場に立てば、相手への小賢しい愛をふりかざすことになるのではなく、自分自身を真に知ることができるのである。相手の立場に立つとは、まさしく自分自身のためなのである。それも当然である。そこに立っているのはあなた自身で相手ではないのだから。人間にとっては悪魔のような方法ではあるが、まさしく恐るべき計らいにより、第四の方法で抜け落ちていた知識（主観でも、客観でもなく、他者の立場）に陽があたる。多くの人は被害者としての自分によく覚えているが、加害者としての自分に思いあたることは少ないからである。

この方法が悪魔のように感じられるところは、意図的にせよ、無意識にせよ、傷つけてしまった相手と同じつらい体験を追体験しなくてはならないことだ。しかし、この方法が天使のように感じられるところは、もし、あなたがひどい目に合わされたのに、相手を赦した時、相手も死後にあなたの赦しと同じ体験ができるということである。そして、相手は小さな自分以上の自分をそこに見ることができるということである。

銃撃犯は死後、マリアンさんの「わたしを先に撃ってください」という彼女自身の体験をして、何を思っているであろうか。

（10月23日掲示板）

#### ▲原文

ただし、あなたが知りたいのは不可解な行動をとる相手のことを知りたいということであるから、この点で「知る」ということを考えてみる。

不可解な行動をとる40歳の女性A氏のことを知るためには、あなたがA氏となって40年間の人生を生きることがいちばん手っ取り早い。ただし、この方法ではあなたはA氏そのものであるので、A氏以上にA氏のことを知ることができない。あなたがA氏であるということは、「A氏というあなた」の外からあなたを見ることはできないということだ。

見ることができたら、それはA氏と異なる体験となってしまう。

次善の策として、映画を見るようにA氏の40年間を観察するということも考えられる。この方法を用いれば、あなたはA氏のことをとてもよく理解でき、A氏の不愉快な態度も寛大な精神でもって赦すことができるようになるかもしれない。ただし、この方法では、あなたはA氏になることができないので、第一番目の方法のようにしてA氏のことを知ることはできない。

そこで、第三の方法が出てくる。あなたはA氏のことを何も知ることができず、不愉快な行動が理解できずに、悶々とする、という方法である。そう、<この地球上での知り方>である。この地球上では、理解できない他人の行動が多い。何も分からない、知るための一点の手がかりさえなさそうな出来事もある。しかし、知ることができない不可解な状態が長く、長く続いて、ある時に知る。これが地球上の知り方である。これは一番目とも二番目とも異なる知り方で、また、とても<よく知る>ことができる方法である。この方法での注意点はただひとつ、知ったかぶりをしないで、常識でひとくくりにしなくて、相手に関心を持つことである。

付言すると、第四の方法があり、それは<進化した星での知り方>である。ただし、これは<自分自身を知る>方法である。それは第一の方法のように生き（この生き方は自分自身に関してはすべてのひとが行っていることである）、なおかつ、第二のように自分自身を客観的に観察する方法である。グルジェフが、シュタイナーが、「神との対話」の神が推奨する知り方である。わたしは、身体を用い、感情で表現し、思考をめぐらせ、直観で神を表現する。そして、そのような自分を常に観察している。もっともよく自分自身を知ることができる方法である。

さらに第五の方法がある。これはこの世界の方法ではない。あの世での方法である。それは、死後間もなく、あなたのすべての行為を相手の立場に立って追体験することである。何とも恐るべき合理性である。相手の立場に立てば、相手への小賢しい愛をふりかざすことになるのではなく、自分自身を真に知ることができるのである。相手の立場に立つとは、まさしく自分自身のためなのである。それも当然である。そこに立っているのはあなた自身で相手ではないのだから。人間にとっては悪魔のような方法ではあるが、まさしく恐るべき計らいにより、第四の方法で抜け落ちていた知識（主観でも、客観でもなく、他者の立場）に陽があたる。多くの人は被害者としての自分はよく覚えているが、加害者としての自分に思いあたることは少ないからである。

この方法が悪魔のように感じられるところは、意図的にせよ、無意識にせよ、傷つけてしまった相手と同じつらい体験を追体験しなくてはならないことだ。しかし、この方法が天使のように感じられるところは、もし、あなたがひどい目に合わされたのに、相手を赦した時、相手も死後にあなたの赦しと同じ体験ができるということである。そして、相手は

小さな自分以上の自分をそこに見ることができる。  
（「続三つの願い」千葉教室 2003 年 9 月から引用）

#### ■ゆるし

人を殺した人間を神が罰するか、ゆるすか。  
それはどちらでもよい。

問題は、

人を殺した人間を人が罰するか、ゆるすか、  
あなたが罰するか、ゆるすか、  
このことだけが問題である。

（11 月 19 日掲示板）

（参考）「ヒマラヤ聖者の生活探求第 2 巻」168 ページ

「イエスは大胆にも、無智こそはすべての罪のもとであると宣言しました。赦しを行う為には、言いかえれば、罪を赦す知識を修めるためには、人は本来すべての罪と不協和と不調和を赦す権利がある。罪を赦すのは神ではない、何故ならば、神は人の罪、病、不調和とは何等の関係もないからである——という事実には人は蒙を啓かれなければならないことを、イエスは悟りました。聖心こそが創造原理であること、及び、この原理と人間自身との関係について無関心であるか、或は理解を欠くことが即ち無智である、このことを人は学ばなければならない。人はたとえ一切の頭脳知識を持ち、俗事に精通していても、キリストが実は己が内に在ます神という活気凛々たる神髄であることを見失うならば、自分の一生を支配する最重要な要因に甚だしき無智を冒すことになるのである、——このような真理をイエスはお悟りになったのであります。完（まった）きまでに公正にして愛なる父にまします神に病や罪の癒しを求めることの矛盾に、いちはやくイエスは気づかれました。病は罪の結果であって罪の赦しが癒しの重要な一要素であること、病とは多くの人が信じているような神罰ではなく、自己の実存についての誤った考え方の結果である、人を自由ならしめるのは真理である。イエスはこのように教えられたのであります、イエスの教えがその師匠達の教え以上に連綿と続いているのは実にその教えの純粹さが然らしめているのであります。」

#### ■意識のある人生～神様の思し召し・それ以前

与えられた機会は宇宙の法則であり、神様の思し召しである（どちらも同じことであり、好みの問題である）。

だが、宇宙の法則を呼び出すもの、神様の思し召しを呼び出すものは、その人個人の意識・無意識である。

だから、いつも何を考えているのかを知っておく必要がある。

(掲示板記入予定)

#### ■意識のある人生～宇宙の法則

今与えられている機会、これは宇宙の法則に則っている。原因と結果の法則に則っている。

この宇宙の法則、因果の法則を呼び出すものは、わたし自身の考え、言葉、行いである。

だから、

何を考えているのか、

何を言葉にしているのか、

何を行っているのか、

このことを知っておく必要がある。

このことはわたし自身の未来の原因だからである。

今与えられている機会、これは宇宙の法則である。原因と結果の法則である。

この宇宙の法則、因果の法則を呼び出したものは、わたし自身の考え、言葉、行いである。

だから、

何を考えていたのか、

何を言葉にしていたのか、

何を行っていたのか、

このことを思い出す必要がある。

一瞬前、昨日、一ヶ月前、一年前のわたし自身の考え、言葉、行いを思い出すことができれば、今日あった出来事を受け容れることができる。

思い出すことができなければ、これからは一瞬一瞬、考えと言葉と行いをいつも見ているようにしてみよう。そのことが明日のわたしの人生を作り出すのだから。

(掲示板記入予定)

#### ■ブログ

<http://valvane.blog17.fc2.com/blog-entry-497.html>

#### ▲わたし

ある立場の人はこう言う。

権威のもと、あなたは生きている価値はない。

権威のもと、あなたの命を奪います。

こう言うか言わないか、どちらにしる、考えてみれば、すごい仕事である。

権威も何もなく、  
あなたのことは嫌いだ  
あなたのことは好きだ  
そういう<わたしの人生>を送ってみたいものである。

生殺与奪件をもつ権威でなくとも、誰の中にも「わたしでない権威」があるものである。  
(5月9日 2009年掲示板)

昔、脳を開けて脳の働きを調べたいという人がいた。彼は医学部に合格した。  
今、脳を開けて調べているのであろうか。

あるいは、月日を経て、そう思う自分のところを開いて調べているのであろうか。  
(掲示板記入予定)

> 生殺与奪件をもつ権威でなくとも、誰の中にも「わたしでない権威」があるものである。

わたしは<わたし>を生きたい。  
その<わたし>がどんなわたしでもいい。  
ただただ、<わたし>を生きたい。  
生きている実感を持ちたい。  
(5月11日 2009年掲示板)

#### ▲ 自他・布置・関係性

裁判官の人生のために命を差し出す極悪人と呼ばれる人もいる。

極悪人がいるから裁判官が存在するという。  
極悪人がいなくなれば裁判官はいらなくなるという。  
だが、実はまるで逆ではないかと思ったりする。

たぶん両方真実であろう。

すなわち、神聖なる矛盾である。

だから、これは布置なのである。  
(5月14日 2009年掲示板)



布置とは関係性の問題か。

#### ▲関係性・布置

ガリレオとケプラー

裁判官と被告

#### ▲

どうすれば、相手のことを知るができるだろうか。

#### ▲測定器

科学という測定器

人間という測定器

#### ■メビウスの輪～二元性

「あなたがたの意識がすべての二元性を一つに統合する本源的オクターブに到達するまで、あなたがたの宇宙では、すべてが周期的で二元的な性質を有することになります。しかしながら物質的宇宙においても、それ以外のどんなに知覚しにくい（より精妙な）宇宙においても、宇宙に存在するもののすべてには二極性があります。人知的具体例としては、そうした二極性とは男性性と女性性であったり、陽電荷と陰電荷であったりするわけです。」

（「ハトホルの書」23 ページ）

ここでいう二極性と通じることかどうかは分からないが、このハトホルの話を読んで思うことは、

<相反することがある時には、必ず第三の道がある>

ということである。

先日ある方に「高塚さんは死刑廃止論者ですか」と聞かれた。

死刑制度は存続すべきか。

死刑制度は廃止すべきか。

これは二者択一のように思える。それ以外の選択肢はないように思える。だが、そうではない。

私は「少年Aの事件」の被害者二人の母親、父親の本を読んだことがあるが、その本を読んだ感想はご遺族の方が加害者に対してどのような思いでいるかは別として、亡くなられたお二人のお子さんの存在の神々しさを深く感じ、何ともいえずところが洗われたことである。この種の「議論」に掲示板で深入りするのには好まないのだからこれ以上は書かない。関心のある方はお読みになって下さい。

ただ両書を読んで感じたことは、  
死刑制度は存続すべきか  
死刑制度は廃止すべきか  
ということを超えた答えがあるということである。

それは一体どういう答えであろうか。

(6月19日 2008年掲示板)

#### ▲自他・受け入れ・ゆるし

制度の問題ではないということである。

制度はあってもなくてもよい。

要はゆるすということである。

結論は死刑廃止論者のように思えるかもしれない。だが、わたしの結論は二者択一の死刑廃止ではない。その論点の争いには立っていない。まるで異なる見方である。

#### ■知識の端緒～エネルギー場

「ハトホルの書」考は「アーミッシュ」にまで行ってえらい横道に入ってしまったので、とりあえず目につくページからどんどん書き込んでいくことにします。

「あなたがたの兄であり姉であるわたしたちは、こことは別の、あなたがたが四次元と呼ぶ周波数の領域に棲んでいます。そのためにあなたがたに対する見え方やとらえ方も違ってきます。わたしたちはあなたがたとは異なるエネルギー状態を介して見ているからです。わたしたちには、あなたがたの姿はいくつもかさなりあったエネルギー場として認識できます。」

(「ハトホルの書」47ページ)

通常のおわれわれの＜世界＞の見方というのは、この物質世界がある、そして、このあとは議論の分かれるところであるが、あの世という世界がある、というこの二世界の見方である。だが、ハトホルからみれば（ハトホルはあの世に関してはほとんど語っていない）、こ

の物質世界としてのわたしたち人間は実は「いくつかのかさなりあったエネルギー場」として存在しているという。

まあ、ここではわたし高塚に見えないものは語らない。すなわち、「いくつかのかさなりあったエネルギー場」については語らない。ただ、

<このことをころにとめておく>

ということは、見えないもの、知らないものを見るために、知るためにとても大切なことであると指摘させていただく。端緒というのは、とてもありがたいことなのである。この端緒なしに<ある世界>に到達するというのはとてもない寄り道と努力を要するからである。

<わたしたち人間は「いくつかのかさなりあったエネルギー場」として存在している>

という、これまで考えたこともない提案がなされたことは、わたし高塚にとってはひとつの端緒である。とても大切なことが言われているような気がする。

昔大学の数学の先生が「君たちは今まで受験勉強で問題を解くのを大変だと思ったかもしれないが、本当は問題を作る（問題提起する）方がはるかに難しいことなんだよ」と言っていたことと通じるところがある。

この場合、ホトホルがどういう問題提起をしたかというと、

「<わたしたち人間は「いくつかのかさなりあったエネルギー場」として存在している>ということが<みる>ことができれば、何を大切にしなければならぬかが分かってくる」という問題提起である。

では、数学の問題を解くように、この問題はどのようにして解けるかという、まずは、

<このことをころにとめておく>

ということによってである。ころにとめておけば、必ず解けるというのが57年の高塚の人生から得られた解法のテクニックである。

もちろん、このことが大切なことをいっていると思えない人はそれでよい。地球人が知らずにいて知らなければならない大切なことはゴマンとあるからである。ご自分の大切だと感じられることだけにとめておけばよい。

(5月17日2008年掲示板)

端緒～問題提起、批判、

■ヒーリング（自己知識・予定表）

一昨日ヒーリングをした方からメールをいただいた。全文ご紹介したいようなところ温まる内容であるが、私信のメールとあってはそうもいかない。差し支えない範囲で事情をお話しする。

先日、15年ぶりにNさんから連絡があり、お父様が危篤であるので、ヒーリングをしてもらいたいというこである。今日の今日、行ける状態であれば、すぐにでもかけつけたいところであるが、そうもいかない。すでに意識はなく、その他の諸々の病状をお伺いすると、絶望的な状況である。もちろん、わたしはあきらめるといことは絶対にしない。明日の朝一で行きますとお話しするが、すでに今晚が峠かもしれないと伺い、とりあえず明日行くまでの間、遠隔で送ることにする。

その甲斐あってというか、そのご縁あってというか、治ることはなかったものの最後に驚くようなお別れができたという話である。まあ、何が何だか分からないかもしれないが、これでご勘弁いただきたい。

要は、わたしは「その甲斐あって」と一応書いたが、そんなことはまるっきり思っていないことである。「わたしのおかげで」などとは、心底まるで思っていない。これは謙遜ではない。

<知っている>

からである。どういうことかという、ハトホルの書で簡潔に書かれている。

「ヒーラーである人は、癒されたいと扉をたたく人々の訪れが、どれも偶然でないことを理解すべきです。ヒーラーが自分に引き寄せるクライアントは、往々にしてヒーラー自身の心理的・霊的問題の反映であることが多いからです。したがってヒーリングを行い、より高次のエネルギーの通り道となるというプロセスにおいては、ヒーラー自身もまた学びの徒なのです。もしヒーラーみずからが謙虚で、自分の「進化徒上のプロセス」の反映であるクライアントに対して寛大かつ率直であれば、そのようなヒーラーは自己認識や思いやりにおいてさらなる成長を遂げるでしょう。最後になりますが、ヒーラーは、人には病んだり苦しんだりする権利もあるのだということを明確に理解しておく必要があります。ヒーラー自身の予定表を人に押しつけるべきではありません。クライアントが自分の速度

でより大いなる気づきへと歩むことができるように、そのための空間と時間を認めてあげるようにしてください。」

(「ハトホルの書」75 ページ ナチュラルスピリット刊)

ヒーリングはヒーラー自身に深く関係していること。

そしてまた、ヒーラーの思いの「治す」という予定表を押しつけないこと。

このことを<知っている>からである。

ただし、時々忘れそうになりますが～。

(5月22日 2008年掲示板)

#### ▲イエスのヒーリング

イエスにはならないのか。治癒率 100 パーセント、死人をも生き返らせるヒーラーを目指さないのか。

プロセスを知っているかどうかの問題。

彩花ちゃん、淳くんを生き返らせたらどういうことになるのだろうか。

ヨガナダの鹿を生き返らせようとした話し。

#### ■神殿

どのような本であるかは忘れてしまったが、人間の体は神殿であるという話を読んだのは30年以上前のことである。象徴的な話であるとはか思っていなかったが、どうもそうではないのかもしれない。

(8月7日 2008年掲示板)

「ハトホルの書」であなたがたに私たちはどのように見えるのでしょうかという話し。

極楽浄土はどこにあるのかという話し。

#### ハブの将棋観

「羽生さんはいろいろ発見をしてきたと思いますが、その中で、ずっと続いている強い発見は何ですか？」

羽生「将棋は全部の駒が関係している、ということです。将棋って、全然関係ない隅っこの香車とか端歩とか、そういうのが大事なんです。これはすごい発見です。」

(「将棋世界」2008年9月号 23 ページ 聞き手・浅川浩)

われわれが知っているのは王様や飛車などの駒の動かし方だけである。その動かし方すらまだ知らない。

ダークマターの話し（立花隆）

「ハトホルの書」を読み、その知識を理解でき、実行し、それがまさにその通りだとしたら、まさしくそれは奇跡の出来事である。イエスが行なった奇跡に決して劣らない奇跡である。

### ■ 207～空

出来事そのものは本質的に空です。

「神との対話」で誰にも迷惑をかけていないという話。

「神との対話」でのここのいるのはあなただけであるという話。

仏教の「空」とはこのことをいっている。

シュタイナーの「非難してもわたしは変わらない」という話。

感情をどれだけなすりつけてきたか。

～女性観、どのようにみえるか。

感情というレッテルを貼ることによって意味が生じてくる。

### ● 身体

寝すぎではないか。

寝すぎるような状態に自分自身を置いているのではないか。

少食

気を通すこと

この二点により睡魔は変わってくる。

### ■ アセンションと愛・所有

アセンション（次元上昇）ということがあるのかどうかは、ここでは問わない。問わないが、こいうことはいえる。

アセンションが行われれば、肉体にしばられない存在になれば、こいう愛の定義の実行はたやすいこととなるのであろう。

「神との対話」の愛の定義

「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、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）

他方、こういう疑問もある。

これは次元を超えた存在になったときに成し遂げられることであろうか。

あるいは、これが成し遂げられたときに次元を超えた存在になるのであろうか。

ただ、アセンションを問わないと言いながら、わたしはアセンションにとらわれているのかもしれない。

ハトホルはこういう指摘をしている。

「わたしたちにとっては、アセンションの有無に限って言えば、地球や人類がどう判断しようと、またいつどのようにそうしたことが起きようとあまり問題ではありません。むしろ現時点で重要なのは、人類一人ひとりが自分のアセンションにおいて、自身のピラミッドの基点（※）でどういう「選択」をするかです。アセンションのプロセスには終わりはありません。アセンションのゴールとは、ある特定の意識のオクターブに達することではなく、自分自身を愛にゆだね、そして人生に起こりくるさまざまな状況に対して最高次の可能性にゆだねることなのです。そうすることが全体に貢献することになり、同時に個人が意識を高めることにもなると考えています。ですからアセンションするかしないか、あるいは肉体上の死に向かうか否かは問題ではありません。」

（「ハトホルの書」159 ページ ナチュラルスピリット）

（※） 121 ページ参照。自己の土台となる4つの基点について語っている。実に興味深い指摘である。特に第4番目の基点については、幼少時に感じていたことであつたが、まったく顧慮せずに過ごし、改めて目を見張る思いの指摘である。この掲示板でもいつか取り上げる話であるが、関心のある方は是非ご購入いただき、お読みいただければと思います。

（4月4日 2008年掲示板）



### 085～身体・星団・神殿

「道行くふつうのアメリカ市民はあなたがたからはどう見えているのか、参考までに教えてください。」

わたしたちには、人は光と音をともなった、渦巻く光の卵型のエネルギー場に見えます。肉体は渦巻く色彩と光を放つエネルギー場として「観察」され、ちらちらと光る星ぼしの銀河として映ります。あなたの個々の原子は眩しい光を放つ星のミニチュアに、あなたの肉体の器官は星団そっくりです。渦巻くエネルギー場に囲まれたあなたがたの体はえもいわれぬ美しさです。わたしたちにとってのあなたがたは驚愕に値するほど素晴らしくかけがえのない、光のダイヤモンド多面体のような存在です。しかしあなたがたの活力を見ていて気が気でないのは、多くの人々が自分の周囲や体内のプラナーの質に低下をもたらしていることです。これには多くの原因があり、あなたがたの手に負えないものもあります。すると、自分自身の「カー」を慈しみ、その向上に努めることがよりいっそう重要になります。感じるという性質を開いていくことも活力に肯定的な影響をもたらしますから、もっと詳しい内容に入っていきましょう。

ではこれから、さらなる知識をもって感情体の性質を探求するのに役立つエクササイズを二つご紹介しましょう。最初は、感情体がどのように記憶や感覚エネルギー。パターンを保持しているかを見るエクササイズです。二つ目は、わたしたちが無条件の愛と受容と呼ぶ高次の調和した波動やその他の特定の感覚に、感情体がどう反応するかを見るものです。

シュタイナーの

「現実世界の中にある見えざる世界」  
の話。

イエスの見え方

### ■アーミッシュ～異星の人

2006年10月、アメリカのアーミッシュの学校で銃の発砲があり、4人のお子さんが亡くなられた。犯人の動機は不明であるが、わたしが読んだ新聞記事で関心を持ったのは、絶対的平和主義を唱えているという「アーミッシュ」というキリスト教の一派の考え方である。ネットでざっと調べたところ、

- 1 電気を使用しない（従って、電話も使用しない）
- 2 服装は質素
- 3 成人は決められた色のものしか着ない。



- 4 自動車は運転しない  
ただし、旅行の際は、車や飛行機を利用するのも可
- 5 風車・水車により蓄電池にためた電気を使うことは可
- 6 写真はとることもとられることも原則不可
- 7 政治には積極的に有権者として関わらない
- 8 共同体外部の異性と交際することはまずない
- 9 ただし、これらの宗教上の制限は成人になるまでは猶予される
- 10 幼児洗礼を認めず、成人して自らの意志で洗礼を受ける

これらの規制を設けて現代社会で生きているというのは、「通常」生きている人間から見るとかなり奇異にうつる。

<まるで別の星から移住してきた人のようである>。

精神病院から出てきたように思われる方もいらっしゃるかもしれないが、わたしの目には進化した星から移住してきた異星人のように見える規制がいくつかある。ただし、ここでは進化した異星人か精神病院の人かは議論しない。

わたしが言いたいのは、このアーミッシュの規制を参考にして、

わたしはこの地球人としてでなく、

<わたしは異星の客の宇宙人のようにして生きることはできないか>

ということである。

なお、規制というのは、当人の意思で設けた規制であれば、それは自由である。

(6月29日2010年掲示板)



初めて他の星に降り立った時、あるいは、  
初めてあの世に降り立った時、

他者の手引き、教えがなく、ふるまうこと。  
こういうことは可能なのだろうか。

★★★★★

●悠さんへの返信

高塚様、初めまして。

HPを興味深く拝見させて頂きました。

HPの中に書かれていた事で一つお尋ねしたい事がございますのでよろしくお願いします。

2000年ノート-3(5月1日~6月29日)に書かれていたシュタイナーの読書法は、シュタイナーのどの著書の中に書かれているのかご存知でしょうか？

もしご存知でしたら本の題名を教えてくださいませんか。

自分でも検索してみたのですが、本の題名まではわかりませんでした。

ご多忙の所恐れ入りますがお返事頂けると幸いです。

よろしくお願い致します。

悠様、初めまして。

書き込みいただき、ありがとうございます。

シュタイナーに出会ったのは二十年ぐらい前で、千葉のローカル駅「新検見川駅」にある小さな書店でした。雑誌と漫画本・文庫本が店内の9割をしめて、残り1割に新刊本があるという、ローカル駅の書店によくあるパターンの本屋。そこになぜか「シュタイナー教育」(角川書店)という本が陳列してあり、当時教育には全く興味がなかったが、なぜか手にとってパラパラめくってみると、教育というより精神世界の本で、シュタイナーとその本の著者の高橋巖氏にIPPENにひかれてしまいました。シュタイナーとはそれ以来のお付き合いですが、それほど多く読んでいるわけではありません。ただ、同じ箇所を何度も読んでいるという点では、シュタイナーの薦める読書法を実践しているといえるかもしれません。

ご質問の件は、実はそれ以前にも何回か「どこに書いてあったのだろう」と探したことがあるのですが、見つかりませんでした。内容的には、

「本の1ページ、あるいはワンセンテンスを30分、1時間かけて書いた著者になりきって読む」

ということで、「神智学」か「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」の始めのページに出ていたのではないかと記憶していたのですが、今回探しても見つかりませんでした。確かな記憶としてあるのですが、もしかしたら高橋巖氏の著書かもしれません。一応手持ちの氏の著書はざっとあたってみたのですが、見つかりませんでした。お役に立てずに申し訳ありません。

別の本の話ですが、一週間前に読んだ本のお目当ての箇所を後日探して、どうしても見つからなかったということもありました。注意力散漫で見つけられないだけなのか、夢とごっちゃにしているのか、他の本と勘違いしているのか、常識的にはそうですが、わたしは非常識な人間なので、こりゃあ何処か他の世界で読んだのではないか、と思ったりするわけです。パラレルな世界に生きていて、他の世界の記憶を引き出しているのではないかと思ったりもするわけです。まあ、確度半々の話ですが。

一応、わたしが「シュタイナーの読書法」というときに、それに近い話を引用しておきます。

「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 高橋巖訳「神智学」10 ページ イザラ書房)

なお、「あるヨギの自叙伝」にもそのような読書法が出てきます。ヨガナンダの師のスリ・ユクテスワの話かその師のラヒリ・マハサヤの話かは忘れてしまいましたが、師が弟子たちと詩篇の一節を読むのですが、30分ぐらい各人咀嚼してからその内容について語り合うという記述があったはずで。

> 2000年ノート-3(5月1日~6月29日)に書かれていたシュタイナーの読書法

これは以下の二ヶ所の記述ですね。

「ひとこま、ひとこま（この世界を仮想空間として映画フィルムのコマのように考えてい

る)に感情を賦与する。その感情がわたしのどこの源泉から湧き出ているのか。それによって、コマ口からわたしが受け取るものは全く違ってくる。名画を捜し求めるのではなく、絵画の中に存在、没入することにより絵を感じるように、感動的な映像、人生を求めるのではなく、わたしが、現実生活の中に存在、没入する。

(参考) 著者の心理、心情にまでなりきるために、再三再四同じページを読み返すシュタイナーの読書法」

「絵画に対する関係

絵→人

絵←人～シュタイナー的読書」

今、リビング兼食卓のテーブルの上でパソコンをたたいていますが、しばし手をとめて、イスにある小さなソファを見てみます。見慣れた花柄のものです。これを30秒ほどじっと見ていると、<いつも見ている見えていないソファ>でなく、<深い感情をおびたソファ>として見えてきます。胸が熱くなってきます。十年後、二十年後、死の前に見るソファとして見えてきます。

わたしはソファのことを知っていると思っていますが、実は、何も知らなかったのです。

ソファをいつも見ているようで、何も見ていなかったのです。

本の世界もこの世界もわたしの読み方しだいで、まったく別様にみえてくるということです。

上述のノートを書いたころは、この世界との関わりのキーワードは、

<情熱を持つこと><深い関心を持つこと>

とっていて、今もそのことは大切だと思っていますが、その他に、30分、1時間といわず、

<しばし立ち止まってみる>

だけでも世界は別様な姿として現われてきます。まあ、それほどところはあわただしく動いているということなのでしょう。

以上、蛇足となった箇所があれば、ご勘弁ください。

ありがとうございました。

(3月28日2008年掲示板)

言葉の中に入っていくこと。

著者のこころのに入っていくこと。

ラヒリ・マハサヤが日本海沈没船の乗客のこころのに入っていったこと。

トゥインビーの霊視

「神対」での意識の拡大法のその2～ホームレスに、路傍の石に入っていくこと。

こころは今どこにあるのか。

#### ■シュタイナーの読書法～意識の拡大

悠です。

お忙しい所わざわざ調べてくださってありがとうございます。

私も本を読む機会が多いのですが、行間、作者の意図を掴む事ができないため、シュタイナーの読書法に興味を持っています。

著者の心理、心情にまでなりきれるといのは読書における目標の一つではないかと思えます。

「本の世界もこの世界もわたしの読み方しだいで、まったく別様にみえてくる」

私もこの境地に到達してみたいです。

高塚様のお返事は非常に参考になりました。

ありがとうございました！

悠さん、おはようございます。

よろしければ、また当ルームにお越しください。

なお、この「シュタイナーの読書法」に関しては引き続き、思うところを書き込んでいく予定でいます。

(3月29日 2008年掲示板)

#### ■知識～内と外

白川静氏の博学で惹かれるのは、氏が甲骨文字を自ら書写し、その書写により意味を探り出したところである。知識というのはどこかでこのような<身体性>と深く関係している。

「明日の神」68ページ

「ここで偉大な秘密をひとつ教えてあげよう。あなたは自分の外に見ないかぎり、自分の

なかの何かに気づくことはできないし、自分のなかに見ないかぎり、自分の外の何かに気づくこともできない。」

万卷の経典を誦んじ、その意味を解説できる人と南無阿弥陀仏とただ称名する人とは、

シュタイナー流読書と知識

「グルジェフのひとつのことを上手にできる人は他のことも上手にできる」という知識  
所有の問題

▲

身体を使うことにより身体を読み取りが可能となる。

身体は実は世界と通じているから、この模写ということにより、文字の発生までたどりけるのではないだろうか。

▲

「グルジェフのひとつのことを上手にできる人は他のことも上手にできる」という知識  
その知識とはどのような知識であろうか。

情熱か。情熱のある形式か。

3月28日2008年

●柴田さんへの返信

高塚さん。みなさんおはようございます（^-^）

先日はありがとうございました。

<あなたは今どこにいるのだろうか。>

簡単な様でなかなか難しいお題でした（笑）

視野を広げる。もしくは絞りこむ。要点を理解していないと色々なことに目が行ってまどまりがなくなってしまう。

人の話を聞くことによって、本来自分が考えなくてはいけない事柄が浮かび上がって来る。そんな感じの教室になりました。

教室の日にちを間違えるようなボンミスもどこか今の心情を表しているのかも思えます。

楽しく自由に幸せに生きる。コレが基本ですから、＜あなたは今どこにいるのだろうか。＞と言うことはとても大切なことのように感じます。「私は～にいます。」  
コレがハッキリしていることはすばらしいことです。毎日の生活の中で、「つねに意識すること。」コレが出来れば安定した心と行為で創造者として生きられるのでしょうか（笑）  
いつも、ありがとうございます（^-^）

柴田さん、こんばんは。  
先日はご参加いただき、ありがとうございました。  
また、お礼いただき、感謝しています。

> 簡単な様でなかなか難しいお題でした（笑）

簡単なのは、どこにいるか決まっているということで、  
難しいのは、どこにいるかなど考えたことがないということでしょうね。

どこにいるか関心をもつためには、おっしゃられるように

> 毎日の生活の中で、「つねに意識してること。」

でしょう。これは難しいです。  
この件は明日「ハトホルの書・考」で詳しく書くつもりです。

「ハトホルの書」は半分まで一気に読みましたが、あとはチビチビ読んでいます。シュタインナーの読書法というよりも終わるのが惜しいということだけです(^o^)

（3月28日 2008年掲示板）

●まりもさんへの返信

こんばんは。カウントが60000を超えました。  
毎日、先生の掲示板と日記を読んで日々の  
指針としています。今日はどんな事が書いて  
あるかなと、楽しみ&励みになっています。

まりもさん、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。

「神との対話」では

<真のマスター>とは、生徒がいちばん多い者ではなく、最も多くの<マスター>を創り出す者である。

<真の指導者>とは、追従者がいちばん多い者ではなく、最も多くの指導者を創り出す者である。

<真の王者>とは臣民がいちばん多い者ではなく、最も多くの者に王者らしい尊厳を身につけさせる者である。

<真の教師>とは知識がいちばん多い者ではなく、最も多くの者に知識を身につけさせる者である。

そして<真の神>とは信者がいちばん多い者ではなく、最も多くの人びとに仕える者、したがって他のすべての者を神にする者である。

それが神の目標であり、栄光である。信者がもはや信者でなくなることを、神とは到達できない存在ではなく、不可避の存在であることをみんなが知ることだ。

(「神との対話」1巻154ページ)

と書かれていますが、マスターならぬへぼ塚にはカウンターがのびるのは秘かな喜びであります。

掲示板は生きていくうえでの力となるようなことをと思い、こころがけています。お役に立っているようでしたら、有り難いことです。

ヒーリングはもちろんのことですが、気功教室とホームページの日々の書き込みをすることによりわたし自身、ずいぶん勉強になりました。

まりもさんもブログを作って、日常の思いをお書きになられると新しい世界が開けてくるかもしれません。

日記はおもしろおかしく書けるような出来事が最近なく、伝書鳩のような日記になっています。でもまあ、同じことの繰り返しをすることの中で変わっていくというのもありかなと思い、いつかわたしが大きな変容の機に恵まれることがあれば、「こういう平凡を重ねていくことでいいんだという指針」にこの日記がなるのではないかと思い、書き続けています。

(3月29日2008年掲示板)

3月29日、30日、4月13日2008年

●ヒーリング

どのような選択も選択です。その選択が尊い選択であるか否かは、病気が治る選択をした



かどうかではなく、その人の固有の選択をしたかどうかだと思います。

この観点からは、Y O氏の選択が愚かで、O J氏の選択が賢明とはかならずしもなりません。逆の場合もありえますし、失礼ですがご両人とも愚かであるという場合もありえますし、また、ご両人とも賢明である場合もありえます。

自由な選択であるかどうか、  
自らが原因（由）である選択であるかどうか、  
それが本当にわたしのしたいことであるかどうか、

ただ、ただ、そのことだけが問われるべきというのがわたしの立場です。

#### ●上手

グルジェフのひとつのことを上手にする人は他のことでも上手にするという、そのこつ元となっているものは何であろうか？ 情熱であろうか？

3月31日、4月10日 2008年

#### ●意識のある人生～自死と自生

「自死という生き方」という題名の本が新聞の広告に載っていた。内容は分からないが、

<誰もが死を自ら選んで死んでいく>

としたら（自殺だけでなく、病死も、事故死も、自然死も自らが選んで死んでいっているとしたら）、すなわち、

<生を選んで生きていくように、死もまた選んで死んでいく>

としたら、この世界で四苦八苦ししている対象がすべて変わっていきはしないだろうか。

ただ現実には、ほとんどの人が死は思い通りにならないものだと思います、生は思い通りになると思っていることである。だが、<生を思い通している人>、<どのように生きるかという選択を思い続けている人>などはほとんどいない。どのように生きているかを知らないのも、どのように死んでいかなど知る由もないということである。

（3月31日 2008年掲示板）

#### ●教室資料～○×テスト

人生でした方がよくてしたいこと、した方がよいがしたくないこと。どちらでもないこと。

雨の中、薬をもらいに行くこと。

犬の散歩。

ヒーリング。

徹夜明けのヒーリング。

## ★4月 2008年

4月1日、2日、3日、12日、13日 2008年

### ●意識のある人生～アドリブ

禍福に対して一喜一憂するのではなく、

そのときできる最高のことに気づき、実践すること。

(4月2日 2008年掲示板)

4月2日、3日、4日、12日 2008年、9月17日 2009年

### ●所有

手放すということはモノを大切にすることである。

モノには私というレッテルをつけないことである。

モノにはレッテルでなく生命を付与し、その生命がわたしでなくなったら、手放すことである。

(掲示板記入予定)

### ■所有～賞味期限

食べ物に賞味期限があるように、どのようなモノにも賞味期限がある。以前にも引用したが、放浪の社会学者エリック・ホッファーの自伝である。

「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き、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。むさぼるようにくり返し読んだ後も、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ない。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。」

（「エリック・ホッファー自伝」83 ページ 作品社）

食べ物は腐ってくるので、もう食べられないと分かる。だが、本も実は腐ってくるのである。ただ、わたしのこころも腐っているのでシンクロしていつまでも手元にある。でもさすがにその臭いにわたしも気づいて、今月の早い時期に処分する予定である。

※ なお、本を欲しい方がいらっしゃれば、差し上げますのでご連絡ください。食べ物と違って他の方には賞味期限内ということもありますので。

（4月3日 2008年掲示板）

#### ■所有・わたし～自殺

自分をカスだと思い、死ぬことは大いなるカン違いである。

自分の人生に絶望するのは勝手であるが、だからといって、自分の体にあたることは的はずれというものである。

自分の人生に絶望するのは、自分の選択したことに絶望することである。

殺すべきはこれまでの選択であり、生かすべきは新たなる選択である。

この世では、どちらの選択も体を使って行われるということだけである。

使われる体に責任はない。

(4月5日 2008年掲示板)

#### ■選択

体を殺してもあなたは死なない。

体を殺しても選択は死なない。

なぜなら、あなたとは選択であるからだ。あなたも選択も死なない。

体を殺して何が残るかという、体を殺したというあなたの選択であり、体を殺したいと思ったあなたの選択である。

人生に絶望して身を投げたとしても、  
人を助けたいと思って身を投げたとしても、

あなたは死なない。

<選択=あなた>は残る。

<これがわたしである>

という選択は残る。それが無意識であれ、意識的であれ、

<これがわたしである>

というわたしは残る。<それは、自分の体を殺して消えるものではなく、自分の体を殺して生じるものだからである。>

<自分を殺したいと思った選択>

<瞬間的に自分を犠牲にした選択>

どちらの選択も残り、死後も引き継がれていく。なぜなら、それがわたしであるからだ。だから、いつも、

<これが本当のわたしだろうか>

と問うことは大切だし、何かをしたとき、話したとき、考えたとき、

<これが今のわたしである>

と語り、自らを省みることは大切である。

「新たに生きる<わたし=選択>」と「過去の遺物とすべき<わたし=選択>」が明らかになるからである。

(4月13日 2008年掲示板)

#### ■自由

殺す自由があることを知れば、殺すことはしない。

殺すしかないと思うから、殺すのである。

殺しは自由からくるのではなく、不自由からくる。

(4月13日 2008年掲示板)

#### ■体

あなたは、あなたの体をどのようなにも使うことができる。

だが、あなただけであなたの体を指一本さえ自由に動かすことはできない。動かすことができるのはある恩恵があるからである。

この自由と恩恵について気づくことができれば、生かすべきは、

指一本ぴくりとも動かさなくすることでなく、

「過去の体の使い方」をぴくりとも動かさなくすることである、

と知るであろう。

もしこのように「過去の体の使い方」を動かさなくしてしまったのであれば、それは指一本動かさなくするより、何と誇らしい行いであろうか。

行った人はわかるが、それはピラミッドを築くような難事業だからである。  
行った人はわかるが、それはやめることでなく、実は始めることだからである。

(4月13日 2008年掲示板)

自分の人生に絶望するのはわたしがとやかくいうことではない。  
だが自分の人生に絶望して、体を使えなくなすることは違うといたい。  
自分の人生に絶望して、体にあたることは八つ当たりというものである。  
人生は体ではないからだ。  
人生は選択であり、絶望すべきはこれまでの選択である。  
その意味で、これまでの選択を使えなくすることは意味がある。  
わたしも「そんなものは捨ててしまえ」といたい。

4月3日、12日 2008年、9月17日 2009年

● 霊学

霊学の定理は数学とは異なる。

「三角形の二辺の和は他の一辺より長い」

これは、数学も霊学も同じである。

ただし、霊学では、

「三角形の三辺の和は三角形の全周よりも長い」

すなわち、

<別れたものが集まれば、もとのものよりも大きくなる>  
となる。

ただし、三辺目の和が実はやっかいである。

同じ三角形の一辺とは思えないからである。

(9月17日 2009年掲示板)

ヒマラヤ聖者の話。

■ 計算～「神との対話」1巻 172 ページ

「この対話では、あなたがまだ魂の仕事の段階にあるものとみなすことにする。あなたは  
まだ（「ほんとうの」）自分を知りたがっている。人生（神）は、真の自分を創造する豊富  
な機会をあなたに与えるだろう（人生とは発見のプロセスではなく、創造のプロセスであ  
ることを忘れないように）。

あなたは何度でも自分自身を創造することができる。それどころか、あなたは毎日、自分自身を創造している。だが、いまの段階では、いつも同じ回答を出すとは限らない。環境や条件によって、ある日は人間関係において忍耐強く愛情深く、親切である自分を選ぶだろう。つぎの日には怒ってみにくく悲しい自分になるだろう。

<マスター>とは、つねに同じ回答を出すひとたちだ。その回答とは最も気高い選択である。

その点で、<マスター>のふるまいはすぐに予想がつく。逆に未熟な者のほうはまったく予想がつかない。ある状況への対応、反応について、最も気高い選択をすると予想できるかどうか——それを見れば<マスター>への道のどのあたりにいるかがわかる。

もちろんそうすると、「気高い選択」とは何かという疑問が起こるだろう。

この疑問をめぐって、時が始まって以来、人間はさまざまな哲学や神学を発展させてきた。この疑問にほんとうにとりくむひとは、すでに<マスター>への道を歩んでいる。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、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。

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。」

#### ●意識のある人生

今日、今、この瞬間、

世界とわたしとの関わり、出来事とわたしとの関わり、他者とわたしとの関わり、

<その関係はわたしのためになっているかどうか>

<もっとわたしのためになる関係にできないかどうか>

このことをいつも考えてみる。

もちろん、変えるべきは相手ではなく、相手に向かうわたしの姿勢である。

(4月10日 2008年掲示板)

今日、今、この瞬間の人間関係は、

わたしのためになる人間関係かどうか。

もっと、わたしのためになる人間関係にできないか。

相手のためになる人間関係でなく、

わたしのためにならない人間関係でなく。

面倒だ。

イヤだ。

嫌いだ。

一瞬でも思えば、築き上げてきたものがガラガラと崩れてしまう。

人生は賽の河原の石積みである。

ただし、この石積みはいつか完成する。

どこにいるか～遠隔のヒーリングのとき

4月7日、14日 2008年

●カント「永遠の平和のために」

わたしが平和でいることだと思うが、カントは何と語っているんだえあろうか。

●ヒーリング

治すこととか治さないこととかというのは、自分のためになることではない。

自分のためになることとは全く別のことである。

4月8日 2008年

●わたし

4月9日、10日、11日、12日、18日 2008年



## ●意識のある人生

何ごとをもいとわないこと。

いとうことがあるのでなく、わたしのすることがあると知ること。

いとうことがあると、それはできないと、うそをつく。

そして、できないというとき、わたしを殺している。

できると言い、わたしのすることをすると、わたしのうちに新たな何かが生じる。

することとしないことというのは、全く紙一重である。

紙一重であるが、その差は大きい。

紙一重であるがゆえに、どちらもわたしである。

## ■ヒマラヤ聖者

### 027～ダヴィンチの不可能

ダヴィンチはまた、「われわれが出来ない」という言葉を使った時、その時に実はわれわれは内なるキリスト<実相、無限の能力者なる神我>を裏切ったのである、とまで言っています。

自分たちの使用する否定的な言葉は、すべて内なるキリストを否定するものであることを、現在われわれは証明することができます。さて、ダヴィンチ自身としては、実はイエス。キリストのみ姿を描くという考えはなかったのであるが、その青年の顔に「普遍実相のキリスト」を視たのであると言葉を続けています。

(「ヒマラヤ聖者の生活探求」第5巻27ページ)

## ■神との対話

3巻108～あなたがたの多くが共通にもっている「支える思考」のひとつは、「足りない」ということだ。愛が充分じゃない、お金が充分じゃない、衣服が、住まいが、時間が、良いアイデアが、何よりも活動するのに自分自身が充分じゃない。

この「支える思考」のせいで、あなたがたは、「足りない」ものを獲得しようと、あらゆる戦略を弄する。望むものが何であろうと、みんなに行きわたるだけ充分にあるとわかれば、解決するのに。

あなたがたが「天国」と呼ぶところでは、「足りない」という考えは消えうせる。なぜなら、自分と望むものとのあいだに隔たりがないことに気づくからだ。

自分自身でさえ、充分すぎるほど豊富にあることに気づく。いつでも数か所にいられるのだから、兄弟が望むことを望まないはずがないし、姉妹が選択することを選択しないはずがない。兄弟姉妹が臨終のときにそばにいてほしいと思えば、駆けつけない理由はない。だって、駆けつけても、まったくほかの行動の妨げにならないのだからね。

このようにノーという理由がない状態、これがわたしがつねにいる状態だ。

「神は決してノーと言わない」というのは真実だよ。わたしはいつも、あなたの望みどおりのものをすべて与える。時のはじまりからそうしてきたように。

#### ■教室

ヒマラヤ聖者の徒歩行への同伴。

落ちたお金を拾い上げる。

ホームレスに施しを行う。

一週間の徒歩行への同伴。

すべて同じである。自分の大きさのことだけができるという意味で同じである。違うのは大きさだけである。

あと、自分のためになることであるということ。

#### ▲時空

植木の片づけは半日かかる。

これは1分間であると考え。

1分間のようにとらえる。

あるいは、時間がないようにとらえる。

#### ●意識のある人生～Be Here Now

今することを、今する。

このことを知っていること。

#### ●ヒーリング～重い病

キャパを広げる。

不要なものを手放す。

後者なしに前者は難しい。

#### ●気功体操・教室～教室資料要転記

4月10日、11日 2008年

#### ●意識のある人生

今は何の時であるのか。

4月11日、13日 2008年

#### ●意識のある人生

人生でブリキのロボットになってはいけない。

●意識のある人生～片付け

ピラミッドの石積みのようにして行うこと。

●ヒーリング

カーの増強があつて初めて意識の向上ができる。

このことを自分自身とクライアントの対して知っていること。

4月12日、9月1日 2008年

●ビラ（時事）

抽象的な話で恐縮だが、

立場をすべて逆にした場合にどうなるかと考えてみると、いろいろなことが明らかになる。

違う結果になることがあり、

同じ結果になることがある。

たいていは、両方ある。違いに声を荒げる人がいるかもしれないが、わたし個人としては同じであることに関心がある。なぜなら、それが自分自身を知る鍵になるからである。

（4月12日 2008年掲示板）

●意識のある人生～光

自分を光だと思ふこと。

そして、その光が、光るか、光らないか。

損をするか得をするかではなく、

<わたしという光が、光るか、光らないか>

このことだけを行為の基準とすること。

このことだけをいつも感じていること。

（9月1日 2009年掲示板）

●わりばし

わりばしと本

●

UFO～誰を選んでもよい。誰を選んでもよく、選んだこと、それはわたしであるということである。

そして、そのような  
<それはわたしである>  
というリトマス試験紙の宣言にこころが痛まないのは、  
<わたしが残る>  
と言ったときだけである。  
(草稿要転記)

4月13日、16日 2008年

●実証主義

私の場合、科学の実験にあたるのが瞑想であり、気功である。

●楽

鳥は空を飛ぶ楽しさを満喫しているのであろうか。  
人は自由である楽しさを満喫しているのであろうか。  
食べることだけにこころを向けてはいないだろうか。

4月14日、30日 2008年

●意識のある人生

「神との対話」の神は意識の拡大の方法をいろいろあげているが、わが身を省みるに日常生活はほとんどが意識の縮小に費やされて、それが習いとなっている。

虫のような呼吸でなく、いつも大きな呼吸を心がけてみよう。

肩で呼吸するのでなく、全身で呼吸する。

●意識のある人生～わたし・うそ

うそをつく人は多い。しかもうそをついていることに気づかない。  
その原因は、

「自分はどのようにみえるか」

そのみえる自分が自分だと思っているからである。

<自分はどのようなようであるか>

その自分は自分だと思ってもみないからである。

(4月15日 2008年掲示板)

●質問

「あなたは何者であるか」

この問は10秒でも答えられるし、1年間でも答えられない。

また、

今の答えと10年後の答えとが違ふということもまたある。

要は、答えられるが、答えられない問である。

(加筆して草稿要転記)

4月15日、16日、17日、19日 2008年

●ヒーリング

テーマをもって行うこと。

ただし、予定表を持ち出すことなく。

4月16日、18日、19日 2008年

●意識のある人生～エネルギー

どのようなことであれ、エネルギーを注ぎ込まなければ、それをしている意味は半減する。

逆にどのようなことであれ、エネルギーを注ぎ込めば、それをしている意味は倍加する。

ただ、この「どのようなこと」ということのその内容により、エネルギーは注ぎ込めたり注ぎこめなかったりする。だから、人は何をするかにこだわる。

何をするかにこだわるのは結構なことであるが、もし今日いやいやしなければならないことがあるのだとしたら、それから逃れられないのだとしたら、思い切って

<全エネルギーを費やしてやってみる>

ことである。

どのようなことであれ、エネルギーを費やす、できれば、完全燃焼として費やすことは、何らかの産出物を内側に生じさせるからである。

(4月18日 2008年掲示板)

■神との対話

> もし今日いやいやしなければならないことがあるのだとしたら、それから逃れられないのだとしたら、

しぼんだわたしをふくらませるのはとても難しい。

「わたしを最も必要としているときに、わたしを捨ててはいけない。」

(「神との対話」1巻 158 ページ)

困ったときの神頼みをせよと言っている。

では、困っていないときにはしなくてよいのかというと、もちろんそんなことはない。

#### ■ 詰め将棋を解く熱意

米永理論

詰め将棋を作ること

#### ■

ただし、これはずっとすることではない。

自分の好きなことと関連付けること。

#### ■ わたし

わたしは何をするかでなく、わたしは何であるか。

#### ■

今元気でなければ、何をしても死んでいるのと同じである。

だから、元気になるようにあらゆる手立てを費やすべきである。

4月17日、19日 2008年

#### ● 意識のある人生

4月18日 2008年

#### ● 科学と宗教

科学の測定機器のほかに人間の測定機器というのがある。この人間の測定機器についてはまだ十分に知られていない。

その他に、真の知識の問題がある。対頂角は等しいの知識をどれだけの人が知っているか、真の知識として知っているかというのはとてあやうい。科学的知識も精神世界の知識もこの意味で同様である。

科学の測定器は平均値でラベル付けをする。だが、人間というのはそのような測定器でラベル付けできない。ダヴィンチの絵はダヴィンチ自身にしか測定できないものである。

●あるがまま

4月21日2008年

●意識の3つの方法～①鏡 ②他者への意識 ③呼吸

4月22日2008年

●世界との関わり

音楽をきいたことがあるだろうか。聞き流したことはあるかもしれないが。  
絵をみたことはあるだろうか。見に行ったことはあるかもしれないが。  
今日いきているだろうか。生きてると誰からもいわれるかもしれないが。

どうであれば、  
きいて、みて、いきている  
といえるのだろうか。

世界との関わり～音楽・絵画・風景・日常・仕事

音楽～ハトホルは音のマスターというが、もし絵のマスターというのがあれば、それほど  
のようなことなのだろうか。

将棋の盤上で将棋世界と関わるように、他の世界と関わること。

- 1 理解できること、どんな世界でも技術の問題は必ずある。
- 2 エネルギーを注ぐこと。
- 3 自分のためになること。

●身体

ハトホルの身体訓練（カーの育成）は「神対」の死んでも身体のエッセンスは残るとい  
う話に通じているか。

自己ヒーリング  
自己研鑽

●正誤

正誤というのは、ある段階、ある次元での「言明」である。あくまでもその場面でのみ通じる正誤である。

ハトホルの言明、「神対」の預言。

4月23日、24日 2008年

●人間関係

人間関係においては、自己を満足させるのではなく、自己を大きくさせることである。

(4月25日 2008年掲示板)

自己満足に用いるのではなく、自分が大きくなることに用いる。

ただし逆の話として、シュタイナーの

「わたしが何を付け加えれば」

の話も他方にある。

もちろん、これもいえる。両者成り立つ、神聖なる矛盾である。

4月24日、5月11日 2008年

●善と悪

いかなる悪にもその対極としての善がある。

固有の悪であり、その固有に対する固有の善である。

そして、それが<わたし>ということである。

だから、善悪に関わらないのではなく、善悪に大いに関わることである。

悪なるわたしを否定し、隠し、目を閉ざすのではなく、よく見ることである。

見れば善に変わるからである。

そして、その善さえ視点の変化とともに別様に見え、また変容する。

(4月24日 2008年掲示板)

■赦し

「仏の顔も三度まで」はおそらくブッダの言葉ではないであろう。

イエスはこういった。

「あなたに言うておく。七回どころか七の七十倍までも赦しなさい。」

(マタイによる福音書 18・21)

10年経つと一回赦せるようになる。



それが無理でも、一回の十分の一赦せるようになる。  
だから、いつか、10年経たずとも、七の七十倍赦せるようになるであろう。  
ただ、そこには質的転換が必要となる。

——その転換とは何であろうか——

(4月24日 2008年掲示板)

一体～あなたがたもわたしと同じである。

行為への愛

●意識のある人生

自分自身の神とふれあうコツ

●ヒーリング～自己治癒力

気を送ったあとに、患者さんに

「治る治らないは、ご本人の自然治癒力によります」

という、分かったような分からないような説明をしていたが、自然治癒力とは何によって決まってくるのであろうか。

生死に関しては「神対」の魂の選択の問題がある。

また、ハトホルの予定表の話がある。

4月26日、30日、5月1日、4日 2008年

●意識のある人生～旗（時事）

「AはBである」とわたしは言う。

「AはCである」とあなたは言う。

AはCではなく、Bであるとわたしが強弁する前に、

「わたしがあなたの国に生まれたら何と言うか」を想像してみたらどうだろうか。

これは、わたしがあなたの立場に立つということであり、

また、わたしがわたしの立場に立つということである。

わたしがわたしの立場に立つとは、わたしの立場に立たされるのではなく、

わたしの立場の何をわたしは受け入れ、

わたしの立場の何をわたしが手放すか、

ということを意識的に行うということである。

(4月26日 2008年掲示板)

■生まれは。

どこの国に生まれたのか、そのことを意識的に知ると、これまでのすべての視点は変わる。

どこの星に生まれたのか、宇宙船地球号のことを意識的に知ると、これまでのすべての視点は変わる。

どこの地に生まれたのか、仏国土のことを意識的に知ると、これまでのすべての視点が変わり、遊行に出るかもしれない。

だから、いつも自分の出自を自覚しておくことである。

(5月5日 2008年掲示板)

▲

エリック・ホッファー～30歳までの人生であると知ること

ハトホルの小宇宙としての人体

4月27日、28日、29日、30日 2008年

●ヒーリング

今日聞かれたこと。

「気はあまり長いこと送っても一定以上の効果はないのでしょうか。」

どうなのでしょう。

(4月27日 2008年掲示板)

■好悪

「ハトホルの書」では気を送る側の精神状態が悪いときには気を送るべきではないという記述がある。

だが、わたしは「嫌なやつだなあ」と思いながらも送って、即効で10年来の病気が完治したということがある。逆に親身になって何とかして治してあげたいと思って送っても全く効かなかったこともある。

送る気のレベルが高すぎて個人の意志とは無関係なのだろうか、いやいや、送る気のレベルが低すぎて個人の意志とは無関係なのだろうか。

(4月28日 2008年掲示板)

■自己研究

ある気功家は言った。

「気功治療は 20 分まで。それ以上やっても効果は同じである」

では、九州から千葉までみえられた方に

「気功治療は 20 分までです。今日はこれで終わりです、明日またお越しください」

と言えるであろうか。

20 分で治ればいい。

治らなければどうするのか。

20 分以上は意味はないと確信していても、20 分以上送ってみるということに挑戦してみるというのはナンセンスなことであろうか。

「20 分まで」と言うのは、その気功家の様々な偏見と自己欺瞞を言い表したものではないだろうか。そうまで言わないにしても、＜可能性を閉じる自己規定＞をしてはいないだろうか。

(5 月 1 日 2008 年掲示板)

#### ■イエスのヒーリング

ある人は言った。人間のすることは長くやればやるほど効果が増すものである。

イエスの言葉である。

マタイ 8・6～百人隊長の僕（しもべ）をいやす

「さて、イエスがカファルナウムに入られると、一人の百人隊長が近づいてきて懇願し、「主よ、わたしの僕が中風で家で寝込んで、ひどく苦しんでいます」と言った。そこでイエスは、「わたしが行って、いやしてあげよう」と言われた。すると、百人隊長は答えた。「主よ、わたしはあなたを自分の屋根の下にお迎えできるような者ではありません。ただ、ひと言おっしゃってください。そうすれば、わたしの僕はいやされます。わたしも権威の下にある者ですが、わたしの下には兵隊がおり、一人に『行け』と言えば行きますし、他の一人に『来い』と言えば来ます。また、部下に『これをしろ』と言えば、そのとおりにします。」イエスはこれを聞いて感心し、従っていた人々に言われた。「はっきり言うておく。イスラエルの中でさえ、わたしはこれほどの信仰を見たことがない。…」そして、百人隊長に言われた。「帰りなさい。あなたが信じたとおりにするように。」ちょうどそのとき、僕の病気はいやされた。」

含蓄のある話であり、いろいろなテーマが内在しているが、時間のことで言うと、無時間である。イエスが言われたちょうどそのときに病気はいやされたのである。

また、前時間ということもある。

#### 038～創造

一番目の部屋に戻りながら、隊長が、

「望みというものは、それを言い現わしさえすればすぐに満たせるものでしょうか」

と訊ねた。ホステスはそれに答えて、

「正しい形をとって表現すれば叶えられるものです」

というのであった。更に言葉を続けて、

「望みというものは祈りの一形式であって、イエスの祈りは聞かれたからイエスの用いた祈りこそ本当の祈りであり、何時も聞かれる祈りこそ真の祈りでなければなりません。従って又、科学的でなければならない。科学的である以上、一定の法則に従うものでなければなりません」

彼女の説き明しは続く――。

「その法則というのは、『汝の悟れる程度に、汝の祈りは叶えられたり』であり、『又、汝、何を望むとも、それを祈るに、既に受けたりと知れ、然らばそを得ん』である。もしわたしたちが何なりとも求めたものは、すでにわたしたちのものになっていると積極的に知るならば、わたしたちは法則に従っていると知るがよい。もしも望みが満たされれば、法則が満たされたのであると知るがよい。もし満たされなければ、求めた側に誤りがあったと悟らなければならないのである。謬（あやま）ちはわれわれにあるのであって、神にあるのではないと知るべきです。

従って結論は、『汝、心をつくし、力をつくして、主なる汝の神を愛すべし』となる。故に、心配、不安、不信を以ってではなく、自分に必要なものはすでに自分のものとなっていると知り、喜び、晴れ晴れとした感謝の気持ちを以て、己自らの魂深く沈潜することです。」

4月28日、29日2008年

●仕事

怖れ、臆することがベースにないだろうか。

●金銭

肉体として生きれば必要となること。

肉体として生きなければ必要とならないこと。

●シンプルライフ～買い物

今の日本人にとって

買うものが少なすぎて、食べられないで困ることはない。

買うものが多すぎて、食べ過ぎるということがあり、それさえ越えて腐らしてしまうということがある。

あらゆるものを極力買わないで生きてみる。

●ヒーリング

土日の北海道のヒーリングはよいことであった。

自身の限界に挑めたこと。

自身の弱点を知れたこと。

4月29日2008年

●ヒーリング

時間差で送ってみる。

●再会

求められる人でなく、会いたいといわれる人になること。

●意識のある人生～変容

ほとんどのことは変えた方がよい。だから、こころをよく見て、習慣となった見方、考え方のパターンを変えることである。

4月30日2008年

●意識のある人生

いい人でいつづけることは、意識なしにはできない。

●沈黙

語ればすべて慢心となる。

もしかして、このことが「沈黙は金なり」という本当の意味かもしれない。

慢心を脱ぎ去ることは錬金術への道だからである。

●人間関係

(高辻先生に会う前に自戒としたこと)

人間関係を化学反応とする。

人間関係を錬金術とする。

ゆめゆめ自己を語らぬことである。

## ★5月 2008年

5月1日、2日、3日、6日、23日、25日、27日 2008年

### ●仏教書～所有

先日お会いしたT先生と仏教の話しになり、仏教書もある巻数

本は持っていくことができないが、本を手放したという選択は持っていくことができる。

### ●仏教・<わたし>

仏教について語るということは、

一に体験があること、  
二にその体験をどのようにして伝えるかということ、  
ということであり、この二点についてよくよく留意することである。

第二についてはシュタイナーの、

「私が他人と異なる意見をもっているかどうかはどちらでもよい。大切なのは、私の方から何をつけ加えたら、その人が自分で正しい事柄を見出せるようになれるか、ということだ。」(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」103 ページ イザラ書房)

ということに思い至り、ゆめゆめ  
自己満足のために自己を語らぬことである。

(5月6日 2008年掲示板)

#### ■わたし

仏教について語るということは、  
一に体験があること、  
二にその体験をどのようにして伝えるかということ、  
ということであり、この二点についてよくよく留意することである。

この「仏教」は「わたし」にも置き換えられる。  
では、〈わたしの体験〉とはどのようなことであろうか。  
この一週間、何を体験したであろうか。  
この一年間、何を体験したであろうか。  
もちろん、内側の世界の話である。話すに足る体験はあったのであろうか。

(5月8日 2008年掲示板)

#### ■〈知識〉

ブッダについての知識とブッダになるための知識とは異なる。  
今日得た知識はどのような知識であっただろうか。

ブッダについての知識か、ブッダになるための知識か、

人間についての知識か、人間になるための知識か、

どちらの知識であっただろうか。

こころにためこんでも、何も変わらない。

こころを使用するとき、すなわち、為すときに、わたしは変わる。  
それが真の<知識>であり、それだけが<わたし>であり、だから、それだけはいつまでも持ち続けることができる。

(5月25日2008年掲示板)

王子であったゴータマ・シッダールタがブッダとなるために、ブッダに関する万卷の知識は不要である。一卷あれば十分であり、もしかしたら一行で足りるということもあるであろう。

#### ■体験

<知識>とは体験を通じて得られる。

- 1 ハトホルのいうイニシエーションの場としての世界
- 2 グルジェフのファキールへの道
- 3 シュタイナーの日常達成されるということ
- 4 「神対」での神とのコミュニケーションの最良の方法という話

#### ■

ブッダになるための知識は他人が書いたものの中にはない。

自分が書いたもの内にある。

自分が書いたものとは、この世界の体験を通じて<わたし>に書き刻んだものである。

(掲示板記入予定)

この体験の二次的方法として、他人の知識から体験することとして、「1ページを30分か  
けて読む」というシュタイナー流の読書が意味をもってくる。

5月2日2008年

#### ●仮想世界

出来事と反応は別のこと。

映画の場面と反応は別のこと。

5月3日、11日2008年、4月30日2010年

#### ●ヒーリング

ヒーリングはハトホルの4つの礎石を満たしているかもしれない。

#### 122～均衡のピラミッド

- 1 あなたと、あなたの肉体および「カー」を含む精妙なエネルギー諸体との関係。



- 2 あなたと、あなた自身または他者との関係。
- 3 あなたと、あなたの宇宙や世の中や地域社会に対する奉仕との関係。
- 4 あなたと、あなたの暮らす世界を構成する聖なる元素との意識的な関係。地上に暮らす人類にとっての「聖なる元素」とは、土、火、水、気（空間）である。

そしてまた、あらゆる人生もまたこの4つの礎石を満たすことができる。

あなたの人生にとって、この4つの礎石を満たすとは具体的にどのようなことだろうか。

5月4日 2008年



●不食・不眠

ハトホルのカーの増強は不食・不眠に通じることかもしれない。

エネルギーをどのようにして得るかという問題。

エネルギーそのものから取るのか、あるいは物質を通じて取るのか。

5月7日、11日 2008年

●時空

今日は何月何日であるか、何曜日であるか、ということではなく、

今は何時何分であるか、ということではなく、

<今日はどのような時であるのか>

<今はどのような時であるのか>

このことに関して、

こころの内からの声に耳を傾ける。

(6月1日 2008年示板) (草稿転記予定「あなたは何者か」の項目)

●ヒーリング

ハートから送ることを試みしてみる。

●ハトホルの被害を受けないという愛

アーミッシュの項に加筆

仕事の苦情電話

イエスの十字架～自ら受ける被害

●わたし

何重ものエネルギー体としての〈わたし〉

5月8日、11日 2008年

●ブルー

人生を何かを得ることだと考えると、得ることができないときにブルーになるかもしれない。

だが、人生は自分自身を表現することだと考えれば——実際に自分自身を表現しているのであるが——、どのような状況でも、  
理不尽な圧政下に置かれていても、  
無実の罪で牢獄にとらわれていても、  
思い通りのならない状況にあっても、  
〈その状況固有の自分自身〉を表現できる機会であると考えれば、ブルーの色合いは変わってくるかもしれない。

(5月12日 2008年掲示板)

人生を何かを与えることだと考えれば、

5月10日、11日 2008年

●わたし

これまで自分自身のために与えている時間というのは一日のうちどれだけあったらうか。

来週からは休みを取って、自分自身のために時間を与えるつもりである。

では、〈自分自身のために時間を与える〉というのはどういうことなのだろうか。

(5月11日 2008年掲示板)

●羽生

丁寧に指すこと、情熱を注ぎ込むこと。

5月11日、11月14日 2008年

●わたし

何かを成し遂げることというのは、わたしの仕事ではない。  
わたしの仕事とはあることを選び取ることだけである。  
いつ成就するかは神の仕事である。

ハトホルのヒーリングの予定表（加筆して要転記）

（参考）「ヒマラヤ聖者の生活探求」（2巻40ページ）

「何時、何処で、如何にして、などという計らいは、全部神に任せることです。求めた瞬間には、もうそれが成就されていると知った以上、あなたのすることは、只欲する事物を言って祝福を与えるだけです。成就するためのアレコレの細かいことは、神のお仕事なのです。いいですか、神が為し給うのですよ。あなたはあなたで自分の役割を忠実に果し、神の役割は神御自身に任したらよいのです。求めよ。肯定せよ。欲するものを神に求めよ。しかして神の成就し給うものを受けよ。」

（参考）「ハトホルの書」（125ページ）

### 125～四大元素の意識

ピラミッドの底面の四つの基点の最後、四番目は、「聖なる四大元素」といわれる諸元素とあなたとの意識的な関係です。この関係についてはのちほどもっと詳しくお話するつもりなので、ここでは、地球を構成する四大元素とは、土、火、水、気（空間）であることを述べるにとどめたいと思います。ここでいう元素は、化学で学ぶ元素ではなく、元素の精妙な状態を比喩的に指したものであります。これらの「聖なる元素」とは実のところ、大いなる目覚めた存在たちにほかならないのですが、読者のみなさんのなかにはこの事実を初めて耳にする人もおられるでしょう。

あなたの周辺や体内を流れる気の元素には意識があり、あなたが呼吸する空気（あなたが生きて活動する空間）は意識を有した存在です。また、あなたを支えている土の元素は実際あなたの体を構成しており、やはり意識があります。地球上の水、雲の形をとって空を浮遊する水、さらにあなたの体の水分にも意識があります。火の元素についてもまた同様です。

実在するこの空間の広がりにおいて起こったことは、まさに奇跡としか言いようがありません。土、火、水、気（空間）という四つの途方もなく大きな存在たちが互いに協力しあうことにより、人の肉体の形成が可能になったのですから、これはもともと存在していた場所よりも密度の濃い世界を体験するという恩恵にあずかれるよう、あなたがた人類に惜しみなく与えられた贈り物なのです。この世界に人類を生存させるという創造的な願いのもと、そうした意識のある存在たちの努力や共同作業がなければ、この三次元空間の広がりにおける進化は望めなかったでしょう。事実、物質界の存在さえあり得なかったはずで

す。そうした「聖なる元素」の存在たちとのあいだに、感謝にもとづいた関係を築いていくことで、創造主のエネルギーに関する宇宙的で普遍的な解釈が局地的に形成されはじめます。

あなたがたの世界を存在させているそうしたもののたちの神聖さを認識すれば、だれも自分たちが住まう世界を粗末に扱いはしないでしょう。「聖なる元素」の思いやりや愛や奉仕があつてこそ、あなたがたは進化できるのです。「聖なる元素」たちも例外ではなく、やはり底面に四つの基点をもつ均衡のピラミッドを内包しています。かれらの仕事および奉仕とは、この領域での存在を継続させることで、それによって諸元素のバランスが保たれ、物質界が存続します。それがかれらの仕事であり奉仕であり献身なのです。「聖なる元素」たちは、この次元のこの領域に存在するあなたがたと諸界への奉仕をとおして進化します。あなたがたはその受益者です。しかし概して近代において、人類は地球や諸元素の神聖さを説く古代の智慧と切り離されてしまいました。

5月12日、13日、21日、27日 2008年

●意識のある人生

人生を手に入れることと考えるのではなく、

人生を表現することと考えれば、

人生は手に入れるという表現だけでなく、人生は与えるという表現もまたあると気づくことができる。

与えるということが人生のキャンバスでどのように動き出すか、これは実際に描いてみなければ分からない。

今日一日、与えるということだけで過ごしてみるのもよいかもしれない。

(掲示板記入予定)

失ったということ、ゆるすということ

●エネルギー変換～将棋

羽生の時間切れ負け

くたくた＝－１００→負けると－１０００

→勝つと　＋１０００

羽生の時間切れ負けは－１００を－１０に、－１０００を－１０にしているかもしれない。

あるいは、－１０００を－１００００にしているかもしれない。

ところで、日常の生活で－を＋にする方策はどのようなことがあるだろうか。

●意識のある人生～反応・自他

あらかじめ自分自身の状態をベストにしておくこと。

自己ヒーリング

自分を大切にすること

●所有

2013年までの所有  
今日までの所有（イエス）  
本質は同じである。？

●意識

●身体～意識のある人生

背骨を伸ばす。  
足底を地面についでいる。  
力を抜く（緊張を取る）（特に顔面、肩）。  
両手は自由に動く。  
どのような状態であれ、気を送れる姿勢であること（あるいは、不安でなく愛であること）。  
頭で呼吸する、身体全体で呼吸する、宇宙全体で呼吸をする。  
宇宙のわたしでいる。  
これがわたしであると立っている。

5月13日、21日2008年

●帯津先生の話

西洋医学では治らないから気功の世界へ、という永田さんの話。  
もし帯津先生がそう考えているとしたら、ことはそう単純ではない。

5月14日2008年

●犬をみならう

場所を変えること。

麻雀

野茂

●天災～わたし（自己研究）

天災と人間意識の関連は、精神世界でよく言われる話であるが、この手の話は掲示板には絶対に書かずにいようと思っていた。なぜかというと、「そこまでいうか」という話は常識ある人を対象にしたこの掲示板にふさわしくないと思っているからである。そしてまた、その手の話に踏み込んでいく前にすることがたくさんあるだろうという、私自身の思いもある。

ただ、アセンション（次元上昇）にまで話がいつているのなら、必然性がある話題でもあるので（アセンションはどうも地球も含まれるようである）、少々ふれてみる——なお、アセンションも天災と人間意識の問題と同様、しばらく前には歯牙にもかけていなかったことである。ただ、この問題にわたしが関わることになった説明はこの「ハトホルの書」に書かれている。そして、当掲示板を読まれて関心を抱かれた方もなぜ関心をいただくようになったのかが書かれている（この件については少しあとで書き込みます）——。

ハトホルはこう言っている。

「きわめて簡潔に言うなら、地球の天候とは、あなたがた自身の感情的および思考的な生き方が外側に投影されたものなのです。天候はまったく三次元的なものにとらえている人には、こうした見方はきわめて異質に聞こえることでしょう。しかしこれを別次元から見た場合、竜巻や台風が次々と猛烈な現象を引き起こしながら駆け抜けるときというのは、それが地球意識や、動植物の意識を含む地球上すべての意識と接する人類意識が外側に投影されたものであることは非常に明白です。」

（「ハトホルの書」193 ページ ナチュラルスピリット刊）

信じられるだろうか。信じられないだろうか。

どちらの人もこの話が正しいかどうかではなく、自分自身のこころの動きをよく見てみる  
ことである。そうすれば、

端から信じ込んでしまうでもなく、

端から否定することでもない、

自分自身のこころの問題が最重要という結論に至るであろう。

（5月15日2008年掲示板）

5月15日、21日2008年

●意識のある人生

あらゆることが自己救済へと向かっていること。

自己救済に役立っているか否か。

では、自己救済とは何か。

1巻170～「どうして？ どうしてですか？」

「それは、ひとが人間関係の目的を見失うから（一度は知っていたとして）  
だ。

聖なる旅の途上にある聖なる魂としての相手を見失うと、すべての人間関係

の奥にある目的も理由も見えなくなってしまう。

あなたがたは発達進化し、自分自身になっていく存在である。そして、あなたがたはあらゆるものとの関係を活用して、何者になるかを決定する。

その仕事のためにあなたは生まれてきた。それが、自分を創造する喜びである。自分自身を知る喜び、意識的に自分が望む自分になる喜びである。それが、意識的に自分自身になっていくということである。個人的な人間関係は、このプロセスの最も重要な要素だ。したがって個人的な関係は聖なる土壌である。他者とは何の関係もないが、しかし他者を巻きこむから、すべては他者とかかわってくる。

これが神聖なる二分法である。これは閉じた輪である。したがって、「自己中心的な者に幸いあれ、なぜなら、彼らは神を知るからである」と言っても、決して極端な教えではない。自分自身の最も気高い部分を知ること、そしてそこにとどまるということは、立派な人生の目的だ。

だから、あなたの最初の関係は、自分自身との関係である。まず自分自身を大切にし、慈しみ、愛することを学ばなければならない。

他者の価値を見抜くためには、まず自分に価値を見いださねばならない。他者を祝福すべき者として見るためには、まず自分を祝福すべき者として見なければならぬ。他者の神聖さを認めるためには、まず自分自身が聖なる存在であることを知らねばならない。

馬の前に馬車をつないでいるなら——たいていの宗教はそれを求めているが——そして、自分を認める前に他者を神聖な存在として認めるなら、やがてはそれを恨むようになるだろう。人間にとって耐えられないことがひとつあるとすれば、それは自分より他者のほうが神聖だということだから。しかし、あなたがたの宗教は、他者をあなたよりも神聖だと考えろと強要する。そこで、あなたがたはしばらくは従う。それから、他者を迫害するようになる。あなたがたは（何らかの方法で）わたしが送った教師のすべてを迫害してきた。「あのひと」だけではない。それは、彼らがあなたよりも神聖だったからではなく、あなたがたが彼らを神聖な存在に祭り上げたからである。

わたしが送った教師たちはすべて、同じメッセージを携えていた。「わたしはあなたよりも神聖である」ではなく、「あなたはわたしと同じく神聖である」というメッセージだ。

このメッセージをあなたがたは聞くことができなかった。この真実をあなたがたは受け入れられなかった。だから、あなたがたは決して心から、純粋に誰かを恋することができない。心から、純粋に自分を恋していないからだ。

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はなく、あなたがたの反応のなかにある。」

●将棋・チューリングテスト

ウェブ上の対戦相手がパソコンソフトであるか否かはすでに分かりにくい状況にある。では、ソフトが更に進化して人間が勝てなくなるとすると、こと将棋に関しては、パソコンは人間を完全に含んでいるのかどうか、人間はパソコンの真部分集合であるのか、という問題がある。

5月19日、22日、25日、26日、30日 2008年

●成長

浅はかといえば浅はかであったが、十年前に所有や選択の問題に気づいたとき、人生で知りうることはこれで終わりだと思ったが、あれから十年経ち、そんなものではないと最近思い始めている。

●情熱

先日飲み屋でK嬢から

「高塚さん、将棋の上達の秘訣は何だと思います？」

と聞かれた。わたしは即座に

「それは情熱ですよ」

と答えたが、万年アマ三段のわたしでは説得力がないのか、相手は納得がいかない様子であった。K嬢の上達法は何か聞けばよかったが、あとのことは酒の席の話で何も覚えていない。

だが、お酒を飲んでいない今でも上達の最大要素は情熱だと思っている。

このことは何も将棋だけに限らない。人の営み、すべて、上達の秘訣は情熱であると思っている。

では、何に情熱を燃やすか。

わたし自身、病気が治ること、勉強、遊び、漫画、お酒、キャバレー、不思議な話、将棋、囲碁、…、まあいろいろなことに情熱を注いできたが、どれも中途半端な情熱で終わったような気がする。俗にいう熱しやすく冷めやすいということであろうか。

イエスはこう言った。



「求めなさい。そうすれば与えられる。探しなさい。そうすれば、見つかる。門をたたきなさい。そうすれば開かれる。だれでも、求める者は受け、探す者は見つけ、門をたたく者は開かれる。あなたがたのだれが、パンを欲しがると自分の子供に、石を与えるだろうか。」このことは何も宗教だけの話ではない。あらゆるところに門があり、その門はたたいた人にだけ開かれるということである。

もちろん、将棋の門もあると思っている。

(加筆して掲示板記入予定)

囲碁に傾けようとした情熱。

ひとりひとりの道がある。

一人ひとり異なる。傍からみてハチャメチャと思われることに情熱を傾ける人。

瞑想も同じである。

情熱はエンジンであり、そしてまた「門が開かれる」という側面があること。

■ヨガナンダの神への情熱

ブッダの菩提樹での瞑想。

●意識のある人生

こころを傷めないことにいつもこころの方向の舵取りを行うこと。

(加筆して掲示板要転記)

●条件・創造・所有・シンクロ

教室の大きさと自分自身の大きさとシンクロしている。

そしてまた、大きさと何か。

「神対」におけるマスター、教師の定義。

5月20日、25日2008年

●意識のある人生～時

いつも考えを見張っていて、<わたし>の人生をつくること。

今は何の時であるのか。

風景を見ながら駅まで歩いている時か。

目を閉じ、こころを鎮めて瞑想する時か。

気の流れに意識を注ぎ、ヒーリングする時か。

<その時のこと>を、この世界とシンクロし、行う。

わたしは世界を創造し、<世界>はわたしとともに世界を創出させる。

#### ■意識の流れ

ある方向に向かわせること。

一定であること。

ブッダの瞑想法。

一心、専心。

5月21日、25日 2008年

#### ●機会

今日出合う出来事すべてが、

他人によって与えられた出来事であるとみなすなら、

わたしによって与えられた出来事であるとみなすなら、

そしてまた、神のよって与えられた出来事であるとみなすなら、

それぞれの視点によって、出来事はまるで違ってみえてしまう。

5月22日、25日 2008年

#### ●休日の過ごし方

一日一回は外に出ること。

この外に出るとは、どういうことだろうか。

他人の気にふれる。

太陽の日をあびる。

社会の気にふれる。

5月23日、25日、28日 2008年

#### ●陸上競技・エネルギー

彼はわたしが速いからわたしについてきたのではない。

長距離走の努力と年下氏の才能。

藤猪氏の礼

陸上競技のビリ（2000メートル走、100メートル走）  
エネルギーを注げば、世界への奉仕となる。

5月24日、30日2008年

●今日の目標

自己規定としての今日の目標。

●金銭～世界とわたし

わたしに莫大なお金があったら大部分は貧しい人に寄付するであろう。  
だが、わたしには莫大なお金はない。

「神様、仏様、わたしにお金をください。お願いします。」

こうお願いしても、わたしのふところにお金はころがりこんでこない。  
なぜだろうか。

なぜこの願いがかなえられないかというと、わたしが働き者でないことはさておき、わたしが貧しい人に寄付しても世界にとっては無意味だからである。世界にとって意味があるのは、裕福な国にいる一人ひとりが富の独占に気づき、富を共有しようと実践することだからである。

わたしが寄付して意味があるのはわたし自身に対してであり、それは100億円でも、1万円でも同じだからである。

（5月30日2008年掲示板）

■蛇足～所有

> わたしに莫大なお金があったら大部分は貧しい人に寄付するであろう。

大部分といい、すべてとさえないところがミソである。

わたしはブッダとイエスの弟子を自称しているが、イエスには破門されてしまうかもしれない。イエスはすべてをあげなさい、とっている。

まあただわたしとしては弟子にされなくとも、落ちこぼれは落ちこぼれなりにイエスの教えにくっついていくだけである。

それにもしすべてを寄付できれば、きっとわたしはもう一人のイエスになれるであろう。

（6月1日2008年掲示板）

■金銭・所有・選択・自他・グルジェフ

グルジェフは「人間の調和的発展のためのグルジェフ研究所」、通称「プリオーレ」という

学校を作る。そこでは子どもから大人までが共同生活を営みながら、人間について学ぶ。フリッツ・ピータースは11歳のときにある事情で養親からこの学校に入れられ、数年間を過ごす。以下は、後年作家になったフリッツ・ピータースが書いたグルジェフに関する記述からの引用である。

「翌日、私が仕事から帰ろうとしていたとき、グルジェフが不意に私を呼び止めて、私が屋上の仕事をうまくやっていることをほめ、例によって思いもよらず金をたくさんくれたので、私は非常に驚いた。私は彼に率直に言って、私は屋上で仕事をしている中でただ一人成熟した大人でないのだから、他のだれよりもかなり少ない仕事しかしておらず、報酬を受けるには値しないと思うと答えた。

彼は奇妙な微笑を浮かべて私を見て、金を受け取るよう強く要求し、私が屋根から落ちたりけがしたりしなかったから報酬を与えるのだと言った。そう言ってから、その金で、他の子供たちみなのために何かをすること——子供たちみなにとって大切なこと——を考えるとという条件のもとに、私に金を与えるのだと言った。私は、ポケットに持った金に満足して彼のもとを去ったが、その金で、他のすべての子供たちに大切なことをするという点については、ひどく頭をひねった・

この問題を二日考えたあとで、結局、まったく等分ではないが、子供たちと金を分けることに決めた。理由がなんであれ、その金を「稼いだ」のは私だったのだから、私は大きな分け前を自分自身に取っておいた。

私が金をどのように処分したかについて彼に知らせるまでもなく、グルジェフは私を呼び、特別な関心がある様子で尋ねた。私の話を聞いたグルジェフはかんかんになって怒り、私を怒鳴りつけ、私が想像力を使わず、問題について考えず、結局は子供たちにとって大切なことは何もしなかったと言い、また、なぜ私が大きな分け前を取ったのかと詰問した。」

（「魁偉の残像」243ページ めるくまー社）

私が多額の寄付をしたらグルジェフは嘲笑するであろう。

そしてまた、多くのお金持ちがするように私だけのために多額の金を使うのであれば、私を一顧だにしないであろう。

フリッツはどのようにお金を使ったらグルジェフの試験に合格したであろうか。

そして、あなた自身、そして、私自身、どのようにしてお金を使ったらこの世界の創造主に顔向けできるのであろうか。

具体的に一億円もらったら何に使うか考えてみるのもよい。ただ、「他の人たちみなのために何かをすること——他の人たちみなにとって大切なこと——を考えるとという条件のもとに、である」。

（6月4日2008年、9月17日2008年掲示板）（教室資料転記）

### ▲「グルジェフ」1～贈物

グルジェフは「人間の調和的発展のためのグルジェフ研究所」、通称「プリオーレ」という学校を作る。そこでは子どもから大人までが共同生活を営みながら、人間について学ぶ。フリッツ・ピーターズは11歳のときにある事情で養親からこの学校に入れられ、数年間を過ごす。

以下は、フリッツがプリオーレに滞在できるかどうか、グルジェフから受けた口頭試問の内容である。

「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考えるか？

2 何を知りたいか？

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。」

(「魁偉の残像」11 ページ)

11歳の子供にこんな質問をするかということもあるし、答えた内容も11歳とは思えない。しかし、人生には個人の知恵を超えてこうした問答が成り立つ瞬間がある。以上は同書の冒頭の話であるが、この問答から数十年を経て、著者が書いた巻末の話がまた印象的である。

「子供として、私がグルジェフと暮らした数年間に、私はどういう影響を受けたであろうか？ プリオーレで、私は何を学んだであろうか？

この問いに、私は、別の問いをもって答えてみよう。あのような経験を、いかに評価できようか？ プリオーレには、いわゆる出世に役立つ教育や訓練は、何もなかった。私はカレッジに入学できるほど勉強しなかったし、高校の最終試験にすら合格しなかった。情け深く、賢い人間にはならなかったし、世間的により有能な人間にすらならなかった。より満ち足りて、より穏やかな人、というよりもっと正確には、より悩みの少ない人にもならなかった。だが、確かに学んだことがある。そのいくつかは、

——生は、今、この瞬間を生きるということ、

——死という現実が不可避であるということ、

——人間は、当惑し、混乱し、不可解であり、宇宙の中の歯車の歯にすぎないということ、

こういうことは、おそらく、どこでも学べたであろう。

だが、私は、たぶん、1924年に戻って、繰り返すであろう……

生存はどのようにも形容できるが、というよりももっと正確には、形容できるように思えるが、とにかく贈物なのだ。そして、あらゆる贈物のように……中に何が入っているかわからない……箱の中には奇蹟が入っているかもしれない……ということ。」

(上述書 273 ページ)

著者は最初の対話で、「人生は授けられた銀の皿である」と聞かされる。

そして、グルジェフの回顧録を書いて、あらためてグルジェフとの出会いは何であったのだろうかと考え、「生きているということは贈物である」、このことを知るためにその出会いがあったのだと知る。

グルジェフは弟子に生存を与えるわけではない。しかし、生存のかわりに驚くような多額のお金を与えて、弟子がそのお金をどのように使うのか知りたかったのである。

われわれもまた生存を与えられている。もし、人生が贈物であると知ることができるなら、その贈物を何に使うのであろうか。

生きているということ、これは中に何が入っているか分からない、分からないが、

<もし開けてみる見る機会があれば>、

それは奇蹟以外なものも入っていないことに気づくかもしれない。

(6月5日 2008年掲示板) (9月28日 2011年ブログ再掲)

#### ●意識のある人生

永遠の幸福だけを求めること。

そのためには、常識が犠牲になり、今が犠牲になるかもしれない。

5月25日、30日 2008年

#### ●同窓会

10年も経てば多くの方は全く別の人になってしまったようである。

ひとつには実際に相手が変わってしまうということともうひとつには自分自身が変わってしまうという、この二重の意味で別の人にあっているように感じられる。

このことは、過去の相手に対してでなく、現在の相手に対しても、そして未来の相手に対してもいえることである。

100年前、100年後に誰が月に行くと考えたであろうか。

科学技術だけでなく、人間自身もまた100年後、1000年後に考えもよらない存在になって

いてちっとも不思議ではない。

●知的障害者の施設

人間形成のための施設～1 地球 2 学校（グルジェフ）

5月26日、27日、30日、10月18日 2008年

●あるメール

最近思うのですが、やはり一日というのは丸一日空いていてもたいしたことはできないので、毎日やるのが大切なのだとシミジミと感じています。いま事務所を片付けているのですが、一日ではどうにもならないですね。毎日10分、20分片づけに費やしていれば確実に部屋はきれいなはずですが。。

逆に毎日やっていることは、思いついたことをノートに書き記すことです。これは10年間続けているので、ワードで3000ページ以上になっています。内容はともかくとして、3000ページは一日では書けませんよね。

ということで、「何かをする」のは休日にするのではなく、毎日やることで、休日は楽しんで方がよいのではないかと思いはじめています。

う～～～ん、と言いながらも、なかなか踏み切れずにいます。

●ハトホルの書

宇宙への奉仕の前にくわたとわたしの関係>

●ヒーリング

第三の眼に光（太陽）の入と出

●夢想

創造力（宝）～刈り入れだけを夢想するのではない。

●意識のある人生～変容・シンクロ

自分自身を変えること。

すべては、宇宙は、それにシンクロする。

そのための体験

そのための気づき

そのための呼吸・意識

●聖なる書

昔の駿台の英語の教師が言ったこと

「単語分かる、構文分かる、意味分からない」

問題も、答えも、日本語として分かるが、意味はさっぱり分からない。

●ヒーリング～グリーンマイル

「親切にしてあげたと言えればいい」という。

あなたは何をしたか。何をされたかでなく、何をしたか。

何をしてもらったかということを知っていることもとても大切なことであるが——なぜなら、どんな人も知らないからである——、それ以上に大切なことは、あなたは何をしたかということである。

そしてさらに、助けたとか、助けられなかったとか、そういうことではなく、

<親切にしたかどうか>

ということの方がはるかに大切なことである。

だから、看守は無実の死刑囚××のように、いわゆるヒーラーではないが、黒人ヒーラーを親切にしてあげたということで、真のヒーラーなのである。

(加筆して掲示板記入予定)

5月27日、28日2008年

●死刑(時事)

問題は、

あなたはわたしとは違う

あなたにわたしはなれない

ということであり、

解答は、

あなたはわたしと同じである

あなたにわたしはなれる

ということである。

問題も解答も日本語である。日本語であるが、意味は不明かもしれない。

おまえはどうだと問われると、

昔難しい数学の問題の問題と答えを見てもまったく理解できなかったことを思い出す。書き写すことはできるが、同じような問題が出ても全く解けないということである。では、解けないから投げ出すかということ、そんなことはない。解答が本当の解答かどうかは分か



らないが、解けるよう挑戦しつづける気持ちはもっているということです。

(5月27日2008年掲示板)

問題は、

あなたはその人ではない、  
あなたはその人になれない、  
ということにあり、

解答は、

あなたはその人であり、  
あなたはその人になれる  
ということにある。(この原文に書き換えて再掲)

●「グリーンマイル」四方田さんへの返信

四方田さん、おはようございます。

「グリーンマイル」に関しては以前書き込みしていますが、確か伏字にしたままで終わっ  
たと思います。

無実の罪で死刑囚となった黒人ヒーラーと白人看守の交流を描いた映画です。今見たら違  
った印象を受けるのかもしれませんが、当時はたいして面白くもありませんでした。ただ  
印象に残っている場面があります。そこを前回の書き込みでは伏字にしたはずですが。かな  
り前の映画なので今回は伏字にはしません。

興味ある方は、映画を見られてから以下をお読みください。

翌日死刑に処せられるという夜に、看守は泣きながらこういいます。

「わたしはあなたに何もしてあげられなかった。わたしはあの世で神様の前で何といた  
らいいのかわからない。」

黒人ヒーラーもまた目に涙をためながら答えます。

「親切にしてあげたといえればいい。」

このひと言をいうために人生のすべてを費やす、あるいは、このひと言をいうために死刑  
になる、こういうことがあるということです。

さらにまた、能書きをたれると、

「親切にしてあげたといえればいい」

という。

「親切にしてもらった」

ではなく、

「何をしてもらったか」

ということではなく、

「どのようなことをされたか」

ということではなく、

本当に大切なことは、

「あなたは何をしたか」

ということです。

そして、白人看守は

「親切にしてあげた」

ということです。

「無実の黒人ヒーラーの命を助けたとか、助けられなかった」

ということよりも、

「親切にしてあげた」

ということの方がはるかに大切なことなのです。看守はいわゆる特殊能力者としてのヒーラーではないですが、死刑囚に「親切にしてあげた」ということで、真のヒーラーなのです。

(5月27日2008年掲示板)

このことは「ハトホルの書」でも根幹をなしている考えです。

遅ればせながら、やっと見ました。

やっと、この話題が出た時、

ついていけそうです。

#### ●セロ～イニシエーション

昨日27日の番組でマジシャン「セロ」は

「バンジージャンプはぜひやってください。世界観が変わりますよ」

といていた。何気なくいていたが、わたしにはその言葉の＜真剣度＞が深く感じられた。マジックを見せるというのはある意味では世界を変えてみせることである。見終わった後にはどこかしら昂揚感がある。マジシャンはわれわれの世界観を瞬間的にしる変えてくれる。「セロ」は番組では変えるほうにいるわけであるが、番組の中で「バンジージャンプ」を実際にやることになり、期せずしてその時だけマジックを見る側に回ったわけである。その「バンジージャンプ」による＜マジック＞を彼は＜見て＞、その感動、その世界観の変容をさりげなくではあるが、われわれに伝えてくれたわけである。

バンジージャンプはもともとは未開人の成人式のイニシエーションであると聞いたことがある。肝試的な意味合いが濃いのかもしれないが、イニシエーションはイニシエーションであり、その体験を通過することにより人は<変容する>ということが実際にあるのかもしれない。

わたしの基本的な人生観、世界観は、<わたしの思うとおりに世界は動く>ということであり、この意味から<どのような世界観をもっているか>ということがいい意味でも悪い意味でもキーワードとなるのである。だから、世界観が変わることならどんなことでもしてみたいという気持ちがある。

「セロ」は背面から落ちていったが、機会があればやってみたいものである。

(5月28日 2008年掲示板)

■この世界でのバンジージャンプ～アセンション

■教室での変容。

■善い変容も悪い変容も、その変容の場としての世界がこの世界である。

■一人ひとりがマジシャンである。物質とハートを変容させるマジシャンである。

(グリーンマイルの項参照)

(掲示板記入予定)

5月28日、8月15日 2008年

●シャッフル

縁として集まった小団体としてみること。

そして、その小団体がシャッフルされて中団体となる。

そのシャッフルはどのようなシャッフルであるか。

対立と和解である。

●黒住宗忠と「神との対話」

「世界の終わりにわたしがわたしでいること」(下記参照)とは黒住宗忠にいわせるなら、ここを傷めないということである。

「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くように、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。」

(「啓示 374」)

## ●所有と創造力

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)

なぜ渡っていけるのか、わたしがわたしである。創造者であるからである。

時間の問題、フィルムの問題



安房鴨川に行ってみて、自然は大人の遊園地かもしれない。

●不可能

「ダヴィンチはまた、「われわれが出来ない」という言葉を使った時、その時に実はわれわれは内なるキリスト<実相、無限の能力者なる神我>を裏切ったのである、とまで言っています。」（「ヒマラヤ聖者の生活探求」第5巻 27ページ）

これは二重の意味がある。

ひとつは、内なるキリストによって与えられた機会であること。

もうひとつは、内なるキリストの創造の力である。

●本音

きれいごとばかりいっているが、お前の本音はこうだろう、という人がいる。確かにそう言われてきれいごとですまない自分自身の本音に気づくこともある。ただ、だからといって、きれいごとを撤回する必要はない。要は両方とも自分のものであると知っておくということである。片方だけでは人ではない。

片方だけでは、似非畜生であるか、似非教祖であるかである。

畜生と教祖が合わさると人になる。

（掲示板記入予定）

●時間

横尾忠則

坂井さん～毎日が日曜日

養老猛

5月29日2008年

●涙（時事）

泣いている人に自業自得であるなどということはない。

泣けるほど人生を変えなければいけないことなどせずに死んでいってしまう人だっているのだから。

泣いて人生を変えること、

泣かずに人生を過ごすこと、

わたし個人は前者の人生を選んでいきたい。

もっとも、泣くのではなく、前述のセロのように驚きながら、笑いながら人生を変えることが理想である。

(5月29日 2008年掲示板)

5月30日、6月2日、8月14日、15日、16日 2008年

●ヒーリング～自他

病気の人にいえることは、自分自身に対してもいえることである。

他者の人にいえることは、自分の人に対してもいえることである。

(加筆して掲示板記入予定)

〇さんに対していいたいこと。

世界へ参加することの必要性。

その前提としての(その結果としての)体の管理

高塚の世界への参加

高塚の体の管理

●意識のある人生

享受することではなく、創造すること、奉仕すること。

●瞑想

ひとつのものを求めること。

呼吸は無呼吸へと通じる深い呼吸。

●ヒーリング～病気・ベクトル

病気になるというのは、

ひとつには情熱がないこと

ひとつにはあっても間違った方向への情熱であること

●世界

世界に感動するとき、<世界>は<わたし>のためにだけ奉仕している。

そして、この<世界>とは<わたし>である。

■世界

この世界はこころを動かされるためにある。

動かされなければ意味はない。(ただし、行為への愛というものがある)

動かすものは、情熱、悲しい出来事である。

●意識のある人生

毎日していること、  
毎瞬していること、  
ただそのことだけが成就される。  
ただそのことだけがこの世界に現れ出る。

毎日で達成されること、  
毎瞬で達成されることがある。

●感じること

神の小さな声は感じることでしか聞くことができない。  
祐実さんの虹

●殺し方（時事）～何とか爆弾

よくよく考えればすごい話である。

「この人を殺すのは仕方がないが、あの人を殺すのはしのびない。」

「こういう殺し方はゆるされるが、ああいう殺し方はゆるされない。」

これが今のわたしたちの世界であり、これが今のわたしたちのころである。

よくみて、もしおかしいと思えば変えるしかない。

おかしいと思わなければ、そのままいくしかない。

（5月30日2008年掲示板）

■どんぐり

少し変えることは変えないことと同じだということがある。???

大きく変えて、初めて変えたということがある。???

10億円盗むのをやめて10万円にしたとってゆるしてくれるのは裁判官だけである。

<世界>は10億円も10万円も同じだというであろう。

■第三の道

死刑の存続か廃止かということだけでなく、

刑という考えでなく、教育という考え方、さらにはまた、ゆるすという考え方。

●意識のある人生

感覚として、トラがバターになる話のような一日。

●マジシャン

女性マジシャンのテレビを見て。

訓練～超努力～コントロール

気功体操

意識のコントロール～グルジェフのプリオーレを手に入れる話

デミアン

あるいは前二者と異なる愛による実現～～～行為への愛

●世界

魂は恐竜の中に入っていたことがあるのだろうか。

ハトホルの4つの礎石の第3と第4の話。

●

ハトホルの話など存在しない

という人は

理解できないと考えるとよいかもしれない。

これは自分自身についても同様である。

5月31日2008年

●ヒーリング

遠隔の場合、全く別のところに<わたし>は存在している。

その存在の仕方を強めること。

★6月2008年

6月2日、8月14日、15日2008年、7月5日、6日2010年

●信仰～自由

何も信仰していないからといって、「その人がニュートラルである」ということにはならない。ただその人の「ある心のあり方」を表明しているにすぎない。どのように世界に対してしているかという「ある心のあり方」を表明しているにすぎない。

グルジェフは



「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。」

と言ったが、この意味での信仰、この意味で世界に対することまで含めて、「私は神仏など何も信じない」といえる人はおそらくいないであろう。

また、「意識した信仰は自由である」などというのは信仰ではないという人がいるかもしれないが、その人は自由の本当の感覚を知らないでいるからそういえるのである。自由を知れば、信仰を語らざるをえない。

(8月15日 2008年掲示板)

●意識のある人生～わたし

不運な出来事に際して。

当事者であっても当事者でないように、  
その時にいてもその時にいないように、  
そのように在るということ是可以する。

そしてまた、その逆もできる。

当事者でなくとも当事者であるように、  
その時にいなくともその時にいるように、  
そのように在るということ是可以する。

両方あって、人である。

とても困難なことではあるが、自分自身をコントロールすることによって達成されることである。

とても困難なことではあるが、自分自身を大きくすることによって（ある意味小さくすることによって）達成されることである。

(7月6日 2010年掲示板)

●モノと身体

グルジェフはモノに対する仕事に関して異常に関心をはらっていた。

これは何かとても大切なことをいっている。

■昔の修行はどのような修行であれ、掃除から始まっている。

## ●休暇

長期休暇が終了、当初はすべてを瞑想にささげる予定であったが、何となくその場限りというか、その日限りというか、せつな的に過ぎていった。

実は休みを取る前に「ヨガナンダの瞑想」「ブッダの瞑想」が念頭にあった。すなわち、ヨガナンダが「神に会えるまで瞑想を続ける」と言ったこと、ブッダが「悟りを開くまでこの菩提樹の下からは立たない」と決意したこと、これらが念頭にあったが、いざ始めてみると、どうもそこまでの思いにはたどりつけなかった。

では、無意味な六日間であったかというとも無論そんなことはない。いろいろ気づくことはあった。要は平凡ではあるが、毎日毎日のことでしか人は目的に達することはできないということである。だから、毎日をしていねいに過ごす、ということである。

今日からまた仕事であるが、イヤにならない、このこともしていねいに過ごすことに大切な一要素であると思っている。

(6月3日 2008年掲示板)

6月3日、4日、8月14日 2008年、7月5日、6日、8日、9日、10日、11日、12日、13日、14日、15日、16日 2010年

## ●ヒーリング

ほった様

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。

身体への影響としての気が出始めてから二十年が経ちました。その間の気に関する思いはいろいろ変わってきて、そのすべてを書くこともできないので、今現在の正直な気持ちを記しておきます。自分の言葉でないので、失礼かとも思いますが、今の自分の心境を表すのにこれ以上の表現は見当たりません。

「ヒーラーである人は、癒されたいと扉をたたく人々の訪れが、どれも偶然でないことを理解すべきです。ヒーラーが自分に引き寄せるクライアントは、往々にしてヒーラー自身の心理的・霊的問題の反映であることが多いからです。したがってヒーリングを行い、より高次のエネルギーの通り道となるというプロセスにおいては、ヒーラー自身もまた学びの徒なのです。もしヒーラーみずからが謙虚で、自分の「進化徒上のプロセス」の反映であるクライアントに対して寛大かつ率直であれば、そのようなヒーラーは自己認識や思いやりにおいてさらなる成長を遂げるでしょう。最後になりますが、ヒーラーは、人には病んだり苦しんだりする権利もあるのだということを明確に理解しておく必要があります。ヒーラー自身の予定表を人に押しつけるべきではありません。クライアントが自分の速度でより大いなる気づきへと歩むことができるように、そのための空間と時間を認めてあげ

るようにしてください。」

(「ハトホルの書」75ページ ナチュラルスピリット刊)

以上、簡単ではありますが、ご参考になれば幸いです。

(6月3日2008年掲示板)

高塚ヒカルさんで検索していましたが、偶然このホームページにたどり着いてしまいました。

綺麗で幻想的なホームページですね...

私も高塚さんと同じく突然、気を扱えるようになりました

仕事とヒーリング活動を両立させながらの日々を過ごしておりますが、他のヒーラーさんが

気の事についてどのように考えていらっしゃるか？興味あります

ほった様

返信いただき、ありがとうございます。

わたしのヒーリング人生では、自分自身の能力（正確には、生活スタイル）を越えて手をかざしたこともありますし、のちになって、忸怩たる思いとなった手かざし（あるいは、それをしなかったこと）もあります。

前者は自分を大きくし、後者は自分を小さくしたという感覚ははっきりとあります。ただ、どちらにしろ、自分自身を知ることとなったわけです。不思議なご縁をいただき、ありがとうございますというしかありません。

今は、正直きついヒーリングはしたくありませんね。依頼があれば、万難を排して手をかざすでしょうが、先の見えない手かざしをするには生活が手一杯と思っています（まあ、思い込みですが）。

今は遠隔ヒーリングを完璧に行うこと（いまできる範囲の101パーセントの能力を発揮するというイメージです）、このことを行うようにといわれていると思っています。

よろしければ、またお越しくください。ありがとうございました。

(6月4日2008年掲示板)

返信有難うございます。

確かに、偶然ではなく何らかの力が作用して引き寄せられているのかな～と感じる事がありました

私は7年ぐらい前からヒーラー体質になりました。依頼に真摯に応えて身を任してみたいとあらためて感じました。

これからも時々遊びにきます

●意識のある人生～肩書き・仮面・組織内での仕事

この世界に自分が立っている。

ひとりで立っている。

このことをできるだけはっきりとイメージする。

そのときの、

自分がたいしたものなのか、そうでないものなのか、

自問自答してみる。

どのように生きているのか、どのように生きていないのか、

自問自答してみる。

(掲示板記入予定)

何ものにも頼らずに生きていくこと。

自分自身の後ろ盾を作らぬこと。

名刺の肩書きで生きないこと。

不死を知ること。

神と一体であることを知ること。

神を使うこと。

⇔試すこと・慢心

■フィールド

自分がいま一番力を入れていること、時間を費やしていること、  
その評価はどうであるのか。

(加筆して掲示板記入予定)

■アーミッシュ

他の人のようにしている自分に気づき、

他の人のようにはしないこと。

ひとりひとりの

<わたしの流儀>

というものがある。

それを大切にすること。

● ザ・ウォーカー～「一冊の本」・機会・選択

本は1ページ読み終えて、初めて次のページを読むことができる。

これは実人生でも同じである。

人生の今日の一日を読むこと。

今日一日、読むに値しないと思っているかもしれないが、読むに値する文章がかならずある。

どのような文章も飛ばさずにたんねんに読んでみることである。

そして時に、紙背まで読みぬいてみることである。

(7月8日 2010年掲示板)

■ あなたの西

映画「ザ・ウォーカー」は近未来の話である。30年前の世界戦争で世界が壊滅的な打撃を受け、人々が日々の生活に汲々として、互いにモノも心も奪い合う中、

ザ・ウォーカーは一冊の本を携えて徒歩で西へ西へと向かった。

なぜなら、その本を西に運ぶことが彼の使命だと知ったからである。

これは映画の話であるが、実は、

どのような人にも一冊の本があり、その人の西がある。

今日、その一冊の本を携えて、あなたの西に向かうことである。

(7月9日 2010年掲示板)

■ ゴルゴダの丘

「神よ、わたしを見捨てたもうのか」

とイエスでさえも言う。そして、

ひとりひとりが向かうゴルゴダの丘がある。

ひとりひとりが背負う十字架がある、

私が嫌だと思っている方向がある。私が嫌だと思っている荷物がある。

それは一生の中にもあるし、一日の中にもある。

だが、どのような荷物も背負ってしまえば軽くなる。

その荷物を重くしているのは、背負う前の私だけである。

(7月10日 2010年掲示板) (意識表裏面要転記)

#### ■モノ

世界壊滅前はモノがあふれかえっていた。

その当時捨てていたモノを壊滅後の今は人を殺してでも奪い合っている。

修羅の世界である。

だが、モノがあふれていた時代、困っている人にあげずに捨てていた世界は、修羅の世界ではなかったのであろうか。

(7月11日 2010年掲示板)

どのようなものであれ、わたしが手にしているものはあなたに差し出すことができるように。

#### ■モノ・所有

ザ・ウォーカーは啓示を得て一冊の本を掘り出し、それを西へ西へと運ぶ。

その本は誰にも触らせず、命よりも大切にす。

だが目的地に運ぶ前に、その本を手放す時が来る。

そして、手放す時に、啓示よりも大切なことがあることを知る。

映画とは関係ないが、グルジェフという人は

「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。」

と言ったが、まさしく、感情的な信仰、機械的な信仰から飛び出た瞬間である。

(7月12日 2010年掲示板)

#### ■利己主義

ザ・ウォーカーは啓示を受けて、一冊の本を西に運ぶことが自分の役目、仕事であると思  
ったが、本当はそれは自分の仕事ではなかったのである。

自分の仕事は、自分を成長させることであり、  
そのことにより、  
本を西に運ぶことも可能になったのである。

自分自身の本当の仕事は隠されていることが多い。  
他者のためにしている、啓示のためにしている、と思いつむからである。  
だが、

<この世界での本当の仕事は自分自身のために行う>

ことである。  
もちろん、このことはわがままにふるまうということではない。  
昨日よりも大きく、一瞬前よりも大きくなるという意味での利己主義であり、この仕事の中で他者のためになることをするということが必ず付随するという意味での利己主義である。

だから、あらゆる機会が自分自身のための機会であると知り、  
自分自身にしたがい、  
自分自身の仕事を全うする  
ことである。

(7月13日 2010年掲示板)

■

ザ・ウォーカー自身が聖書となる。

■モノと選択

聖なる書、  
いかなるモノも人の命より大切だということはない。

西へ運ぶという使命、  
いかなる選択も思いやりより大切だということはない。

(7月14日 2010年掲示板)

■アーミッシュ

ザ・ウォーカーはアーミッシュの少女マリアン・フィッシャーさんを連想させる。

アーミッシュの学校に侵入し、子どもたちに銃を向けた男に対して、小さな子どもをかばい、

「わたしから撃ってください」

と言った少女である。

彼女は最初に殺された。

(7月16日 2010年掲示板)

誰の中にもマリアン・フィッシャーさんがいる。

「わたしから撃ってください」

というわたしがいる。

このわたしは「今日の私の人生」に現われてくるのであろうか。

(7月17日 2010年掲示板)



文字が読めないのだから必要ない

教えてくれればいい。

当たり前会話であるが、ザ・ウォーカーの不誠実な態度を教えてくれている。

■ <わたし>

最後にこの映画の観客は

<歩くことができたのは、ザ・ウォーカーその人の力ではなかった>

という衝撃の事実を知る。そして、もしかしたら、あなたも

<歩くことができているのは、あなた自身の力ではない>

と気づくかもしれない。その時、あなたは、

<自分でないものを知る>

と同時に、



<自分であるものを知る>

のである。

(7月18日2010年掲示板)

■

聖なる書で戦争が生じ、聖なる書で救いが生じる。

自分自身の聖なる書とは何であろうか。

その聖なる書を戦争に使っているか、救いに使っているか、どうなのであろうか。

■偉大なる利己主義

親鸞は「浄土真宗の教えは、親鸞一人がための教えなり」と言ったが、

聖なる書の教え、西へ向かえという聖なる啓示は、ザ・ウォーカー一人がための教えであり、旅であった。

そして、その一人のために多くの者が死に、多くの者が傷ついた。

一人が救われるとは、そのようなことである。

(7月15日2010年掲示板)

目が見えていないで生きていることを知らない。

昔捨てていたものを今は、人を殺してでも奪い合っている。

他者のための神聖な仕事としていっていると思っけていても、それはわたし自身の成長のために行っている。

自分自身の

■7月7日2010年の日記より

1時間ほどノートの整理をしてから妻と映画に出発。

稲毛までバスで出て、二つ隣の千葉駅へ。いつもの「京成ローザ」という映画館で、ミニシアターが10ぐらいある。すわり心地がよいのとすいているのが魅力の映画館。

すいているのが魅力とはいえ、この日は何と妻と私だけであった。さすがにこんなことは初めて。映画は、

「ザ・ウォーカー」

戦争で壊滅的な打撃を受けた近未来の物語で、歩きながら西に一冊の本を運ぶ男の物語である。妻は気乗りしない様子で、低い評価の映画評論家もいたので、自分もまあひまつぶし程度の気持ちで見に行ったが、、何とこれが素晴らしい映画であった。この手の映画としては類を見ない出来。わたしの点数は98点である。

5点評価で2点しか点数をつけなかった評論家はどこに目をつけているのかと言いたいが、まあ、映画の好みが分かれるのは仕方ない。

この世界は奇蹟の世界である。奇蹟の世界であるが、ほとんどの人は奇蹟と感じていない。その感じていない奇蹟を見せた映画がこの映画で、こんな手法で描くとはちょっと感動した。

妻の評価も高かったようで、ご満足いただけてよかったです。

6月4日、10月18日 2008年

●意識のある人生

今日ハトホルのいう

<気づき>

と

<意識の進化>

があるか否か。

●所有・条件

1億円あって初めてできることがある。

しかし、質的にそれと同じことが無一文の今でもできる。

そしてまた、無一文であるから初めてできることがある。

(掲示板記入予定) (意識表要転記)

三丁目の夕日のせりふ (駆け落ちした恋人同士の話のエンディング)

ドストエフスキーの小説

●意識のある人生

<何を>満足させるのか。

食べるときには体に耳を傾けて食べるものを選ぶこと。

<体を>満足させるのである。

ノートを書くときには魂に耳を傾けて書くこと。

わたしを満足させるのである。

その他のこと……

●ハトホルの予定表

「弓と禅」の仏陀の的

予定は的に当てること。

6月5日、13日2008年、7月5日、6日2010年

●表現

フィリピン人の母親の子が日本人と認定される最高裁の判決があった。朝日新聞の一面には両手と片足をあげて喜びを表現している母親の写真が載っている。新聞の一面の写真を見て喜びが満ちあふれてきたのは、記憶の限り、初めてである。

(6月5日2008年掲示板)

新聞に何を表現するか。

日経新聞、政治新聞、党の機関紙、……、人間の新聞

形姿～喜びなしに母親以上の姿、形をとれるであろうか。

■わたし

自分自身の新聞の一面をいつも何にしているか。自分自身の信条を持っているか、政府の発表、警察の発表、世論におもねることが一面になってはいないか。

●仕事

本筋ではないが、一日のスケールを24時間としないで、48時間とする。

本筋はどうであるか。

また別の意味での本筋として、一日のスケールを十年としてみる。

百年としてみる。

千年としてみる。

■早朝出勤の勤務日

睡眠が4時間でOKである生活。

呼吸法、カーの強化、少食、これらとリンクする。

●意識のある人生

今日一日を、印象を受けるだけの人生にするでなく、＜印象を意識的に創造する人生＞にすること。

自分自身を通じて、印象が意識的に表現される人生とすること。

わたしの内にある＜受け取った小さな声＞を実人生に表現してみることに。

それは、ゴミひとつ拾うことであってもよい。

それは、相手にほほえむことであってもよい。

いや、それ以上の表現はなかなかないかもしれない。

(7月6日 2010年掲示板)

●柴田さんへの返信

柴田さん、こんにちは。

休むことはとても大切であると実感しました。

シュタイナーやグルジェフの精力的人生をお手本としたいところですが、身の丈の人生というのもまた振りかえるべきと思っています。

ある方に「自己ヒーリング」をすすめられたことや、ハトホルの書での

「わたしたちは、多くの人々が自分の体を過大評価し、肉体の限界を越えて無理をする傾向にあることに気づいています。疲れているにもかかわらず、人工的な興奮剤や刺激剤に頼って無茶をすると「カー」が枯れてしまう可能性があります。肉体の貯蔵分がつかせると、ついには体の故障につながるきわめて否定的な一連の状況を生み出すこととなります。それ以外にも、「カー」がつかせられた場合には、意識の上昇螺旋にそって進むことができなくなります。そうならないためには休息、エクササイズの実践、適度な運動、何を食べて何を飲むかについての賢明な選択、ポジティブな思考と行為を意識的に保つといった項目が、バランスよく実行されることが大切なのです。」

(「ハトホルの書」65ページ)

というアドバイスもあって——本に書いてあったということではなく、これはハトホルからのわたしへのアドバイスです——、この世界で長く活動できるよう、心身をいたわりながら生活していこうと思っています。そのことが、一昨年のような、いつかまた訪れるかもしれない大波へ対処できる法と思っています。

教室はいつでもお越しください。

まあ、この世界が教室のようなものですが～(^o^)/

では、また。

(6月5日 2008年掲示板)

高塚さん。おはようございます (^ー^)

お休み期間中は充実されていましたか。

気功教室ですが、私自身あと少しお休みさせていただきます。

自分自身や仕事のことなど、やらなければいけないこと考えなくてはいけないことがあります。そうです。

落ち着いたらまた伺わせていただきます。

その時は宜しく願いいたします。

これから暑くなるのでしょうか？

どうかご自愛下さい。

柴田 勲。

6月7日、8月29日 2008年、7月2日、5日、6日 2010年

●ほったさん掲示板～情報交換

ほったさん、こんにちは。こちらの掲示板には初めて書き込みさせていただきます。

ほったさんは情報交換にご関心があるようですが、ヒーリング（気功治療）をされている方の情報交換の場というのは確かに少ないですね。以前、鍼灸の学校に通っていた時に、学校の先生が「鍼灸師というのは個性が強く（我が強く？）、なかなか鍼灸師どうしでまとまるということがない」というお話がありましたが、ヒーリングされている方にもそういうことはいえるかもしれません。

ヒーリングだけにとどまらない話ですが、ひとりひとりのヒーリングの意味合いというのは個人の人生と深く関わっているのです、ある意味で意見の対立というか、見解の相違というか、そういったことがあるのは仕方のないことです。ヒーリングをされる人の数だけ（まあ、これは人類の数だけというのがわたしの見解ですが）ヒーリングに関する見方があるということです。

ほったさんは明日かなりハードなヒーリングをされるようですが、それに対して肯定的な方も否定的な方もいらっしゃると思います。ただ、それはどうでもよいことで、ほったさんご自身が

<これがわたしである>

<このようなヒーリングをすることがわたしの人生である>

といえるかどうかということが一番大切なことであると思っています。

他者との情報交換というのもとても大切なことです（わたしとしては、情報交換というよりは他者との交わりを通じての変容という位置づけですが、まあ、寄せ鍋ということですね）、自分自身との情報交換というのがとても大切だと思っています。つまり、

<これがわたしである>

と言い切れること、そしてその<わたし>が自分自身の喜びをふるいたたせてくれる<わたし>であること、このことがとても大切だと思っています。

もちろん、明日へ向かってのほったさんの決意はそのまま<わたし>であるといいただいたメールから感じ取れることができます。すばらしいヒーリングの場となることを祈っています。

●鑑定（新宿駅街頭での占いをみて）

何をもって幸運というか。

何をもって災難というか。

あなたの幸運とは何か。

あなたの災難とは何か。

●鏡・自他・自己研究

他人をよく見ること。

他人を見れば「あなたは私と違う」と思うかもしれないが、

イエスは

「あなた方もわたしと同じである。あなた方もわたしが見せた奇蹟以上のことができる」と言った。

イエスはイエス自身を知っていたからそのように言ったのである。

だが、私には言えない。私が言えることは

「あなたと私は違う」

ということである。すなわち、

私は<わたし自身を知らない>からそのように言うのである。

だから、他人を見て、他人について分かることは私のことである。

イエスはあなたもわたしと同じであると言い、高塚はあなたは私と違うと言う。

この無明についてよくよく思い至ることである。

(7月7日 2010年掲示板)

●意識のある人生

ベクトルの方向があること。

ベクトルは長さだけではない、かならず方向がある。

意識もまた同じである。

わたしの場合の方向とは、ヒーリングと教室、これがわたしを創り出すからである。

まずは宇宙の呼吸。呼吸のない呼吸。

そして、個々の遠隔ヒーリング。

個々の直接ヒーリング。

瞑想。「誰だろう瞑想」

方向～「何者になりたいか」

長さ～エネルギー

6月8日、13日 2008年

●時空

もし時間が無限大であれば、グルジェフの菜園の問題はどうなるのだろうか。やはり意味をもつのであろうか。

今日のことを明日行なっても意味がないというグルジェフの指摘のことである。

6月9日、14日2008年、10月7日、9日2009年、7月5日、6日、9日、11日2010年

●意識のある人生

こころの中で、かならず、いつでも笑っていよう。

●アーミッシュ〜マリアン・フィッシャーさん

アーミッシュの学校に侵入し、子どもたちに銃を向けた男に対して、小さな子どもをかばい、「わたしから撃ってください」と言ったマリアン・フィッシャーさんという少女がいた。彼女は最初に殺された。

この世界で意志をもてば世界は変わる。

意志をもてば被害者はいなくなる。

この意志は善意でもないし、悪意でもない。ただ、わたしを表現する意志である。

(掲示板記入予定)

●内と外・顔と心

嫌な顔をしないことは教わるが、  
嫌な心をしないことは教わらない。

両者は天地の違いがあり、どちらが大切かは自明のことである。

もちろん、嫌な心をしてはいけないということはない。

嫌な心は生じるものである。

肝心なことは、嫌な心をするとは変わるということであり、さらにまた、嫌な心は変えることができる、という点である。

(10月6日2009年掲示板)(10月7日2009年掲示板)(加筆済み要再掲)

●選択〜行為への愛

毎日、毎日、毎瞬、毎瞬、できうる限り、



無条件である選択だけを行なう。

今できる無条件である選択だけを行なう。

無際限である選択だけを行なう。

いつまでも続く無際限の選択だけを行なう。

何も必要としない選択だけを行なう。

できないと言わない選択だけを行なう。

(10月7日、12日 2009年掲示板) (加筆済み要再掲) (意識表裏面要転記)

選択は無条件であり、無際限であり、何も必要としない。

無条件であるから、どのような条件でも同じ選択をする。

無際限であるから、いつまでも限りなく続く選択をする。

何も必要としないから、どのような時にもできるという。

(掲示板記入予定)

わたしの選択は無条件であるから、選択するために何も求めない。

わたしの選択は無条件であるから、結果に左右されない。

無際限であるからわたしの選択はいつまでも続く。

「神との対話」の愛の定義、「愛は、無条件、無際限で、何も必要としない」は選択に関してもあてはまるのかもしれない。

条件付きの選択であれば、対価を求めることになる。

(加筆して掲示板記入予定)

●ほったさんへの返信

ほったさん、書き込みいただき、ありがとうございます。

35人とはすごいですね。

わたしが一日に送った最高人数は10人ちょっとです。

今の教室の生徒さんは二ヶ所合わせて、6人プラス $\alpha$ です。「神との対話」風にいうと、この「6人プラス $\alpha$ 」さんに高塚のすべてをお伝えすること(すなわち<高塚の気・人間・宇

宙>であること)が教室の使命ですが、高塚の底がわれてきたので、休みをとって成長にはげんだのですが、まあ、アタマがはげただけで終わったようです。

出会いというのは若い頃は苦手でしたが、今は不可思議なご縁として楽しめるようになりました。

気功もいいですが、ぷらっと飲みにお伺いしたいですね。

ただ、ちょっと遠いですが～。

以下は、ほったさんのホームページのアドレスです。興味を持たれた方は、アタマに h をつけて訪れてみて下さい。

<http://ip.tosp.co.jp/i.asp?i=adasgaga>

(6月9日2008年掲示板)

高塚さん私のホームページに遊びに来てくださりまして有難うございました  
ヒーラーの先輩が来てくださった事がとても意義のある事だと感謝いたします  
昨日は月に一回の出張ヒーリング会を宮崎の延岡市で開催できまして、約35人の方々と  
お会いしてまいりました  
中には大分県佐伯から合わせて226歳のおばあちゃん3人組もみえて楽しいヒーリング  
会になりました。

6月10日、11日、12日、14日、29日2008年、10月7日、2009年

●ほったさんへの返信

ほったさん、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。

わたくしのヒーリング歴をおおざっぱに振り返りますと、光さんに触発されて単に手をかざしていた頃、この頃は神がかり的によく効きました。

鍼灸学校を卒業し、東京の代々木でボランティアで気功治療をやっていた頃、この時が一番多く手をかざしましたが、メンタルな問題には一切ふれず、体の治療だけということポリシーとしていましたが、案に相違して、実はメンタル面の問題をかかえた方が結構いらっしゃいました。ただ、そういう面での手当てができたかどうかは疑問です。この時期は奇蹟としかいいようがない出会いがとて多かったですね。

いろいろ事情があつて代々木の「気功治療院」を2年間で閉じ、10年以上ずっとヒーリングはしていませんでしたが、2年半前に鉄仮面高塚でも断ることのできない依頼が続き、数は多くはなかったですが、ヘルペスに罹ってしまうぐらい献身的に、——自分で言うのも

何ですが（笑）、いやあ本当に献身的だったと思います——ヒーリングを行ないました。

まあ、このままだと高塚の体の人生は終わりになってしまうか、終わりにならなくとも私的な人生は一切ないということになりかねないので（このあたりはとても微妙で、こういう言い方が適切だとも思えませんが）、神様はストップしてくださったのでしょうか。この時期は絶望的な患者さんばかりで、何というか、ヒーリングに関する見方は全く変わってしまいました。

今は三人の方のヒーリングを定期的にしていて、あと時たま依頼がくるぐらいです。以前掲示板 5735 に書きましたが、ヒーリングは今はいくら以上したくないです。ただ、依頼があれば、やります。この<やります>はいやいやではないです（笑）。依頼前はいやいやです（笑）。頼まれるといやいやでなくなります。

今は遠隔が主で、今のわたしの遠隔は直接手をかざすほど効果はありません。ただ、本来は全く同じはずで、それは今の自分自身の問題であり、その問題の解消のために遠隔の依頼があるのだと思っています——まあ、とても誤解を受ける表現で、こんなことを言って、知人の治療師さんから絶縁されてしまいました（汗）——。

ほったさんはリーディングもされているんですか。自分は受けたことはあってもしたことはないですね。というか、できないのですが。クライアントの方とお話ししたり、教室の参加者の方とお話ししている時は、リーディングっぽい感じで話ができることもあるのですが、大きな自分（自己・セルフ・魂）半分、小さな高塚半分という感じで、いわゆるリーディングとはちょっと違います。

ヒーリングに限らず、この世界の機会はすべて導きだと自分も思います。そのことが、ある存在が

「私たちは神（創造主・仏・SOMETHING・チャーリー）とはプロセスのようなものだと思います」

ということに通じるのだと思います。そして、そのプロセスは完璧であり、その完璧さを感じた時に、プロセスのなかに何かある存在というか、力というか、慈しみというか、導きのようなものを感じるのでしょうか。

今日一日、このことを肝に銘じて過ごしたいと思っています。

（6月11日 2008年掲示板）

[ホームページのアドレス掲載いたみいます<\(\\_\)>](#)

是非ぶらっーと飲みに来ていただきたいのですが九州の日南ですので遠すぎます。  
私の住む街は、プロ野球のキャンプ地が周りに沢山ありキャンプ期間中は選手が、ぶらっーと飲みついでにヒーリングを受けて帰ります。  
高塚さんは遠隔ヒーリングが多いですね  
私はハンドヒーリングが9割で後は遠隔ヒーリングだったりリーディングであったりです。  
今は、どなたかのお導きだと思い癒やし道に身を任せております

#### ●魂の成長

犬にも徳を積ませてあげるようころを向けること。  
犬の魂が成長をうながせるようなこととなることをすること。  
では、犬が徳を積むとはどういうことなのだろうか？

「神対」の人間関係について、人と動物との関係、人とモノとの関係。

#### ■犬の仕事

犬にとってはにおいをかぐことが仕事である。  
仕事をさせてあげることである。

無限大の回数、においをかいで成長する。

では、人にとっての仕事とは何であろうか。  
人にとってにおいをかぐことは何であろうか。

#### ▲創造して壊すことであろうか。

#### ●意識のある人生

いま、わたしはどこにいるのだろうか。  
この問い、  
いま、わたしはわたしが決めたここにいる。  
この答え、  
このころの作用、この意識のある人生は、それがわたしとなるまでいつまでも試みつづけるべきことである。

(6月13日 2008年掲示板)

#### ●意識のある人生

すべてを喜んで受け入れること。

昨日までは嫌がってひいていたことを、まず前に一歩進んで、受け入れること。

硬くならず受け入れること。

不安になるのではなく、まず相手の立場に立つこと。

とりこまれるのではなく、相手と自分を俯瞰して見ること。

#### ■意識のある人生

この一瞬前まではできなかったことを次の瞬間に試みてみること。

これまでまゆをひそめて心の奥底で拒絶していたことをほほえんで受け入れてみること。

一日ひとつでよい。

変えることを試みれば、

為すことを試みれば、

今日は生涯で最も偉大な日となるであろう

(6月30日 2008年掲示板)

6月11日、12日、13日、14日、15日 2008年

#### ●教室

#### ■アーミッシュ

以前「ヴィレッジ」という映画を見たことがある。どうもアーミッシュをとりあげているようであるが、不気味な映画であった。わたしがこの掲示板に取り上げている内容だけを見れば、アーミッシュは「ヴィレッジ」の映画のような、コチコチ頭のカルト教団のようなイメージがあるかもしれないが、「アーミッシュ」(菅原千代志著)の本を読む限り、まるで別のイメージがある。

むしろ、近代都市東京に住んでいるわれわれの方が(まあ、わたしは千葉県民ですが~(^\_^;)カルト的生活を送っているのではないかと思ってしまう。カルトという言い方が言いすぎだとしたら、不自由な生活と言ってもよいと思うが。

その感覚というのはどこから来るのであろうか。

(6月12日 2008年掲示板)

そのことを考える前に、アーミッシュの教育について前述書から引用してみたいと思う。長くなりますが、著者の方、読者の方、ご勘弁ください。また、同書は写真がとても素敵な本です。ぜひ手にとってみてください(まあ、おわびの宣伝です)。

「アーミッシュの子供達のほとんどは、ワンルーム・スクール・ハウスと呼ばれるプライベート・スクールで八年間学ぶ。最も大きなアーミッシュ・コミュニティのあるオハイオ州ホルムズ郡には、こうしたワンルーム・スクール・ハウスが 55 校あり、一年生から八年

生まで同じ教室で、先生ひとり、それも若い女性が教えているのが最も一般的だが、稀に先生が二人のところもある。また、パブリック・スクールに通うアーミッシュの子供もいる。

自分達で学校を運営してゆくのは、パブリック・スクールに子供を通わせるのと比べ、両親達にとって大きな負担が強いられることになる。夏も終わりに近づくと、大人達は学校の手入れをしたり、資金を集めるためのオークションを開く。この日は不用品や各自が作ったキルト、ベイクド・グッズなどを持ち寄ったりする。オークションは資金集めと同時に、お祭のような楽しみの場にもなるイベントなのである。

学校は八月の最後の週に始まる。

冬のある日、シュラバツハ家の次女、デブラが先生をしている学校の見学をさせてもらった。アーミッシュの学校は独身女性が先生をすることが多い。デブラは 1979 年生れ、17 歳になったばかり、弟や妹達の通う学校とは別の学校だった。小雨混じりの朝八時過ぎ、学校に行くと子供達はピンポンに興じていた。大勢でピンポン台を囲み、順々に一人ずつボールを打って台を回ってゆくので、全員でプレイ出来る。私も参加したが、子供達のようによくプレイは出来なかった。

ウーノというカード・ゲームをしている子もいたが、小さな子供達は地下室で人形と遊んでいた。子供達はどんなに寒くとも、雨の降らない日は外でソフトボールやシャムロックという鬼ごっこのようなゲームで遊ぶのだが、この日は冷たい小雨がそぼ降っていた。遊戯施設といえばブランコとシーソーぐらいだが、バスケットボール用のゴールポストを備えている学校も稀にある。地下室といっても、傾斜地のため明りはたっぷり入るプレイルームになっていて、壁際の棚にはランチ・ボックスが並んでいた。

鐘が鳴って授業が始まった。生徒は一年生五名、二年生四名、三年生四名、四年生六名、五年生二名、六年生三名、七年生二名、八年生四名の全三十名。兄弟姉妹が三～四人同じ教室で学ぶことも決して珍しくはない。八年生には既に結婚している女生徒がいたがこの日は欠席していた。出欠をとる風景というものも無い。年長の女の子が聖歌集を配り二人がひとつの席に座り一冊の歌集を見ながら聖歌を二曲歌い、起立してお祈りをしてから授業に入った。授業はほとんど自習の形式で、質問があれば黙って手を挙げて先生を待つ。時折、時間を区切って同学年を大テーブルに集めて授業をしたり、上の子と下の子を集めて勉強させる。このシステムは子供達の人間関係を築く上で重要な役割を持っているらしい。例えば大きな子が小さな子の面倒を見るという当然の行為が、学校の中で自然に育まれる。テストもするが、点数は無視してしまうことを後で知った。

その間もあちこちで小さな手が挙げられ、先生は多忙だ。

教室の一面には教科書などが整理してあり、宿題や教科書を家に持ち帰らない。壁に掛けられた生徒の絵は「お母さんの菜園」「山羊の乳搾り」「洗濯をする」「家の台所」「夕食を作る」「先生から逃げる」など、身近で具体的なテーマが多い。見せてくれた工作作品もブラックスミスやキルティング・ルームなどの細密なミニチュアだった。

アーミッシュの八学年までという教育制度は、容易に社会から認められたわけではなかった。この問題で話題にされるのは、義務教育年限が不足し違法であるとしてウィスコンシン州で三人のアーミッシュが告発された事件で、これに対し 1972 年 5 月 15 日、連邦最高裁が下した判決はアーミッシュの主張を認めるものだった。それは学校では人間に必要なものの半分しか得ることが出来ないと考えるアーミッシュが、学校教育に全てを委ねるのでなく、家庭・農場での実践を通じ、良い市民に育ててきたという長い間の実績が評価されたものだった。その背景にはアーミッシュに対する社会の信頼があった。係争を嫌い裁判制度を認めないアーミッシュを助け、勝訴に導いたのは一般のアメリカ人だったのである。実際アーミッシュは「アメリカ的でない」にもかかわらず、アメリカでは迫害をうけることのなかった特異な例かもしれない。

蛇足ながら、この係争は裁判制度を否定するアーミッシュが裁判所に入ったことでも、当時の話題になったらしい。子供達自身も、教室にいるより裸足で農場に出ている時の方がイキイキしている。家族とともに働くことから学ぶことが楽しいのだ。

再びお祈りして昼休みになった。聖歌を歌い、お祈りはするが、学校では宗教についての教育は行なわず、日常生活を通じ両親から学ぶ。他の家族の子供に対しても教えることもしない。宗教教育という点でも、アーミッシュは同じ再洗礼派のメノナイトやフットライトとは異なるようである。」(148 ページ)

学校に関する記述であるが、アーミッシュ全体を一望できるような記述であると思って引用させていただいた次第である。

(6 月 13 日 2008 年掲示板)

昨日教室の参加者の方が以下の資料を見て、

「2006 年 10 月、アメリカの学校で銃の発砲があり、4 人のお子さんが亡くなりました。犯人の動機は不明であるが、わたしが記事で関心を持ったのは、絶対的平和主義を唱えているという「アーミッシュ」というキリスト教の一派の考え方である。ネットでざっと調べたところ、

- 1 電気を使用しない (従って、電話も使用しない)
- 2 服装は質素
- 3 成人は決められた色のものしか着ない。
- 4 自動車は運転しない  
ただし、旅行の際は、車や飛行機を利用するのも可
- 5 風車・水車により蓄電池にためた電気を使うことは可
- 6 写真はとることもとられることも原則不可
- 7 政治には積極的に有権者として関わらない

8 共同体外部の異性と交際することはまずない

9 ただし、これらの宗教上の制限は成人になるまでは猶予される

10 幼児洗礼を認めず、成人して自らの意志で洗礼を受ける

これらをナンセンスと斥けることはことはたやすい。わたしにとっては、意味あることも無意味と思えることもある。どちらとも言いがたいこともある。

質問1 これらについて、あなたはどのように考えるか。」

「高塚さん、これだけの規制だけであれば、むしろわれわれより自由な社会といえるのではないのでしょうか」

と言われてはとした。

(以下の続きは、6月の教室が終わってから書き込みます)

(6月14日2008年掲示板)

電気が使えない、自宅の電話はもちろん、携帯電話も使えない、パソコンも不可となれば、これだけはちょっと困る。まあ、やめてもいいですけど。

洋服ダンスから礼服以外は一掃しなくてはならないが、服装にはあまりこだわらないので、これもOK。

まあ、自動車の免許はないのでいいが。

写真も別にいらない。

選挙は結構行っているが、まあノンポリなので関わらなくてもいい。

共同体外部との異性との交際不可、う～ん、アーミッシュは美人が多いが、まあ、これはそれこそご縁の関係でどうなるかは分からない。これだけは約束できないですね。これが一番の難関条件。

でも、こうしてみると、結構アーミッシュの住民になれるかもしれない。大変な規制だと思ったが、ひとつひとつ点検してみると、存外そうでもなさそうである。しかも、アーミッシュの規制は集団によって異なり、また変化しているところもあるので、8もまた変わるかもしれない。

ところで、われわれ現代日本人、それも都会に住む日本人の規制とは何であろうか。まず、分厚い六法全書がある。

新約聖書の規制、これは規制なのだろうか、否、規制をはずすことを言っているのである。

アーミッシュの規制も同様なのではないだろうか。

規制ではなく、自由である、自己規制は自由である。だから再洗礼派である。



神聖なる矛盾～パソコンがあってアーミッシュについて知りえたこと。

具体的に書く。何を守るかということ。その守るもののために取捨選択する。

ふれるもの（用いるもの）。

手当てのできるもの。手当てしないもの、手当てできないもの。（神はあらゆるものに手当てする、というか、あらゆるものが神である）

アーミッシュの10の規制だけで、あとは自由であるならこれは逆にアーミッシュの世界の方が自由なのではないだろうか。

二つの信念～争わない

神に与えられた機会は完璧である

矛盾～兄の死と母の入信

一回だけのゆるしか否か～原因としてのころがある

ハトホルの傷つかないこと

アーミッシュ～慢心につながるものを手放すこと

「神対」の未開人が未開であると考えるのは愚かであるという指摘。

#### ■ 一体

すべての人にわたしにはないよいところがある。

すべてが合わさってできあがるものがある。

誰一人欠けてもできないことがある。

誰が何と言おうと、どれだけ多くの人が何と言おうと、

「それは不要である。」

「それはなくてもよい。」

こう言わないのがこの<世界>である。

(6月17日 2008年掲示板)

#### ■ 一体

すべての人にわたしにはないよいところがある。  
このよいところすべてが合わさってできあがるものがある。  
それは、誰一人欠けてもできない。  
だから、誰が何と言おうと、どれだけ多くの人が何と言おうと、

「あなたは知らない」

と言わないことである。  
思わないことである。  
そして、行動しないことである。  
(掲示板記入予定)



今日の教室の答えは

●ほったさんへの返信

いとこの光さんと初めてお会いしたのは父が危篤の時、その時に気功治療にお越しくださったのですが、

「今度仕事で中国（海外の）に行かなくてはならないので、向こうから気を送るから恒夫さんに受け手になってもらいたいんだけど、いいかな。何もしなく手をかざしておけばいいけど、スプーン曲げぐらいはできた方がいいから」

と教えていただいたのが始まりでした。深夜の病院、スプーンがなく鍵を使ってやろうとしたのですが、うまくいかなく、

「いきなり鍵は無理だったかもしれないなあ。明日売店が開いてからもういちどやってみよう」

ということで、翌朝病院の売店のスプーンをしこたま買い込んで、光さんの

「右の額からスプーンに白いものが入っていくようにイメージするんだよ」

とのアドバイスのもと、スプーンにふれるとクニャリと曲がるではありませんか！ まあ、それがこの道のきっかけでした（スプーン曲げはやらないうちにできなくなってしまいました）。ただ「白いものが入っていく」というのは本質的なことでなく、<彼の存在>がわたしの内にある、そしてもちろん誰の内にもある、能力を発現させてくれたのだと思っています。大なり小なり、誰もが互いにそうした影響力というものを与えながらこの世界に生きているわけですが、彼のようにはっきりとした形で影響力を与える人というのは数少ないかもしれません。

そうした能力からすれば蛇足の話ですが、彼の場合、スプーン曲げ、鍵曲げだけでなく、それを元に戻すというのもでき、それはそれは圧巻でした。何度も見せていただきましたが、ああいうものは内側から喜びがわいてくるものなんですね。曲げるのは何ともないが、戻すと笑い始めてしまうんです。

さらに蛇足の蛇足ですが、ある自称ヒーラーさんにその話をしたとき、

「えっ、スプーン曲げできなくなったって！ 簡単だよ、そんなの！ えっ、元に戻す！ そんなのわけないよ」

とギュッと曲げ、ギュッと元に戻すのですが、力で曲げて力で戻しているの（実はスプーン曲げでも気の力と物理的な力とが混ざって曲がっている場合が結構あります）、戻したスプーンには曲げたあとがついていました。これは笑えなくて、汗かきました（笑）。まあ、こういった体験は自戒の体験としてとらえています。ちなみに光さんの場合は、もちろん筋目などまったくつかず、曲げていないスプーンとびったり重なっていました。それは見事なものでした。

こうした手品のような喜びもいいですが、最近思っているのは

<指一本動かすことの喜び>

こういう喜びを感じる事ができればいいなあ、と思っています。

日南の焼酎と自家製カラスミですか、それはたまらないですね。早く東京でご活躍される機会ができることを願っています（笑）。

（6月12日 2008年掲示板）

なんだか高塚さんに私は似てます(笑)

私は小さなお店をやった頃に鹿児島から来たある氣の使い手のかたに触発されました

気功も学ぼうと思ったのですが、本来の読書嫌いが妨げてくれたのか？

本能的な感覚ヒーリングに身を置きました

奇跡的な事も沢山ありますが、それは私の力ではなく神様の手助けなんだとを感じるようになった辺りから、力が抜けたヒーリングが出来るようになり

リーディングは私の言葉では無く、突然、口をついて出てくる時がありますので、その時次第で困ります。

勿論ヒーリング中やリーディング中に神様がどうのとか？言ったら宗教的になりそうですから言いませんが、メールに気を込めて遠隔ヒーリングをやる時は、天使って言葉を良く使います。

乙女みたいな文章で嫌なんですけど、メールを見られる側の気持ちを大切にしたいからな

んですね。

私は高塚ヒカルさんが、世間に登場した頃は、全っく氣感すら感じた事などありませんでしたが、人を包むオーラみたいな物は時々見えてました

もしも、今後都会に出てヒーラー活動をするような事になりましたら、高塚さんをぜひ訪ね、日南の焼酎と私の作るカラスミを味わっていただけますか？

6月12日、14日、15日、16日、9月18日 2008年

●「靴下の穴」

小学生の頃に友人宅に遊びにいったときに、靴下のつま先に大きな穴が開いていることに気づき、えらく恥ずかしい思いをした。それを隠そうとして一生懸命靴下のつま先を足の裏に押し込めようとしていたことを思い出す。

今は、靴下の穴は隠さない。まるで平気である。

<それは恥ずかしいことではない>

と<知っている>からである。

しかし、今また、隠そうとしていることがある。今の「靴下の穴」が私にある。

それは何であるか。

それは隠すことが当然のことなのだろうか。

それは永遠に隠そうとすることなのだろうか。

あなたの「靴下の穴を」を書いてきてください。

また、その穴を平気で見せることができるようになるためにはどうすればよいかも書いてきてください。

(6月16日 2008年、9月18日 2008年掲示板) (教室資料転記済)

裸、預金通帳、借金、心のうち、

■愛と不安 (「神対」)

6月13日 2008年、10月7日 2009年

●ハトホルの「カー」

植物の成長のイメージ

●所有・知識

20万円を手にしたが、1時間後、  
10万円損をした。  
3億円を手にしたが、1時間後、  
10万円損をした。  
損をした額は同じであるが、反応の仕方は違う。

では、無限大のお金を手にしていることを知った。  
10万円損をした。  
それは損をしたといえることなのだろうか。  
もしかしたら、  
10万円手渡したと思えるかもしれない。  
もしかしたら、  
積極的に10万円手渡すようになるかもしれない。

あらゆる苦しみは知らないことにある。  
無限大のお金を手にしていることを知らないことにある。  
そして、もちろん、知らない私もまた苦しんでいる。

では、どうすれば知ることができるのであろうか。  
(6月18日2008年掲示板)(加筆済み要再掲)

#### ■知る方法その1～半分の水

##### ●少食

呼吸、カーの強化が少食につながるのではないだろうか。  
あるいは、少ない睡眠時間につながるのではないだろうか。  
また、少食は呼吸、カーの強化につながるのではないだろうか。

##### ■

アーミッシュの移動の遅速はプラーナ管の天地の結びつきと関係するののか。

##### ●こころのメタボ～知識・「食べ物・気・印象」

わたしは今日食べられるものを食べただろうか。  
もしかしたら、食べられないものを食べようとして苦しんだのではないだろうか。  
そしてまた、食べられるものを食べたとしても、それを消化したのであろうか。  
消化したとしても、それをわたし自身の動き、表現に使えただろうか。

もしかして、しまいこんで、こころの脂肪にしまったのではないだろうか。

(6月15日 2008年掲示板) (加筆済み要再掲)

喜びと悲しみ～持つことができるものと持つことができないもの。

#### ■所有

持つことができたときにだけ、深い喜びが生じてくる。

(掲示板記入予定)

持つことができなかったものを持つことができたときに、深い喜びが生じてくる。

6月14日 2008年

#### ●意識のある人生

宇宙全体の呼吸のマスターは、これがこれまで用意されていなくとも、わたしがしたいと思えば、<世界>はかならずそれを用意してくれる。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ●ほったさんへの返信

> 子供さんを2～3人並べてジュート見つめて倒したりする遊び

十数年前の話ですが、患者さんに勧められて「UFO」関係団体、「GAPの総会」に行ったことがあります。そこで有名な超能力者の方が壇上で大人を並べて倒すパフォーマンスをされていました。ほったさんも一昔前ならばテレビに出られる力をお持ちのようですが、最近はそのような番組は控えられているようですね。

なお、そのGAP総会のあと飲み会になりまして、参加者の一部、といっても30人ぐらいはいましたが、いくつもの長テーブルの席について、初対面のご夫婦の幼児のお子さんがアイスクリームを頼み、スプーンで口に入れて

「おいしい！」

とひとこと。そして、またスプーンにすくって、向かいにいたわたくしに差し出し、

「おいしいから、食べてみて」

というではありませんか。あの会話は一生忘れませんね。まあ、向こうはもうすっかり忘れていでしょうが～(笑)。わたしにとってはこれも力です。

> それ以上エスカレートすると、化け物でも見るような目が変わったり、訝しそうな雰囲気になります

エスカレートの内容について興味津々の読者もいらっしゃるのではないかと思います、  
わたくしはあえてふれずにおきます（笑）。

ところで、ほったさんのは気功ではないとおっしゃられていますが、ご自分ではどのようなものとお考えでしょうか。

> 気を取り入れた生活は本当に素晴らしいものですね...

まあわたしの場合「タナボタ」の気の人生で、それはありがとうございますとしかいいようがありません（まあ、顕著な気の人生が見えない方もまたありがたい人生のはずですが）。  
ただ、いまの一番の課題は、

事務所をきれいにすること（＝自分の面倒がみることができるものだけを手元に置くこと）

自身の体をきれいにし、コントロールすること

自身のところをコントロールすること

で、これができないでいるので、与えられた気のある人生は素晴らしいのですが、自分自身を素晴らしいとはとてもいえない状況です。

（6月14日 2008年掲示板）

高塚さん、私はスプーン曲げはできません

チャレンジしたことはあるのですが要領がわかりませんので、飲食業に従事してるので、もったいないって気持ちも働くのか？曲がりそうになると直ぐに元にもどるみたいな現象の繰り返しですね

遠隔ヒーリングの依頼より直接ヒーリングの依頼が普段は圧倒的に多くてこの時期、スポーツクラブの選手の怪我の治療に追われております

夜は居酒屋の営業中に毎日のように、お客様から試されております

例えば、子供さんを2～3人並べてジット見つめて倒したりする遊びや焼酎の味を円やかにしたり、その辺りまでは笑ってくれてますが

それ以上エスカレートすると、化け物でも見るような目が変わったり、訝しそうな雰囲気になりますので、最近はお笑いを取り入れた遊びで、気の世界に触れていただくようにしております。

私のは気功では無いのですが、気功師さんからは嫌われる存在なので大きな事は言えませ

んが、気を取り入れた生活は本当に素晴らしいものですね...

6月17日、10月18日 2008年、10月7日 2009年

●意識のある人生～自己想起

ある出来事に遭遇して、苦しみつづけ、一週間経ってその出来事に対する反応の仕方を変えるのではなく、出遭ったその瞬間に反応の仕方を変える。そのためには、あらかじめ<わたし>を準備し、登場できるようにしておかなくてはならない。

<わたし>とは、

生命力あふれている自分である。

高邁な理想をたずさえている自分である。

過去から未来へと歩み続ける旅人である。

この<わたし>があらかじめいれば、これまでとは反応の仕方が変わる。

このことを知っているということは大切である。

知っていて、実行するということはもっと大切である。

実行はもちろん、今である。

(10月8日 2009年掲示板) (意識表要転記)

不死のわたしを知ること、知っていること。

6月18日 2008年

●<宇宙の呼吸>の歩く速度

気→呼吸→肉体 (歩行)

■スパンの長短・大小～時空

大小は宇宙の呼吸

では時間は？

■

宇宙の呼吸をしたときの姿勢

～こころと筋肉と内臓と自他と神と

▲神

示す偏 (プロセス)

申す (人と神との創造)



6月19日、20日2008年、7月5日2010年

●意識のある人生

今日一日、私のためにするのではなく、世界のためにすること。

- 1 わたしのためだけにすること～カー（気）の増強
- 2 わたしのためにして、せかいのためにしていること。

予定表～実現するが、いつ実現するかは別問題、どのレンジで効果をみるかによる。

●祈り・一体

願うと同時に自分自身の行為、言葉、思いが変わってくるはずである。

<創造者>、この<宇宙>、この<世界>が何をしてくれるのではなく、この<わたし>がどのように肉体を用い、どのような言葉を口にし、どのような思いを抱いているか、このことが祈りでは大切である。

なぜなら、<世界>とわたしとはつながっているからである。

（加筆して掲示板記入予定）

■実現

神様は実現の仕方として変化球を好むのかもしれない。

6月20日、23日2008年、10月7日2009年

●交渉・二元性

議論をするのではなく、話をするのではなく、べつのを伝えるようにしてみる。

あるいは、誰もが別のものを伝えているのかもしれない。

グルジェフの話

デミアンの話

●呼吸法～回数

昔風呂の中で数えたこと

●わたし・自他・利己主義

自分自身を開かすことで、他者と世界が開かされる。

■対立の処方

愛のみに訴える（自他の不安をなくす）

あとは相手に任せる（自由）。  
自由でない障壁を取り除く。

ある日、われわれに必要な家としてまたとない、家具付きの美しい家が、パリから 40 マイルのフォンテーヌブローにあるのを妻が見つけた、という知らせが伝わった。だが、持ち主の言う値段がべらぼうに高く、買えるだろうとはだれも思っていなかった。ところが、グルジェフはその物件——アヴォンのプリオーレと呼ばれる屋敷——をまだ見ぬうちに買うことに決めてしまった。彼は、私の妻に持ち主と条件を交渉する仕事（タスク）を与えた。妻はベルリン時代から彼の秘書兼補佐として訓練され、同時に内面の仕事（インナー・ワーク）や彼の知識体系についても教えを受けていた。たとえば、いかにして機敏な注意力を保ち続けるか、いかにして記憶力を発達させるか、いかなる状況においても自己を忘れずにいるにはいかにすべきかなど、精神集中の手法を授けられていた。そして今度はプリオーレの持ち主、マダム・ラボリーを相手にいかに行動したらよいか——**相手から入手したいと願うものを意識から離さず、たとえ話題が他のことに移っても、片時もこの願いを忘れずにいるにはいかにすべきかを教えられたのである**。グルジェフから受けるこうしたアドバイスは、彼と共に本気になって仕事（ワーク）してきた人たちにとっては、まさに黄金のアドバイスだった。

プリオーレを買うには百万フランを都合しなければならない。この不動産はドレフュス事件で活躍した名弁護士、ラボリーの未亡人のものだった。ラボリーへの報酬として、ドレフュス家はプリオーレを渡したのである。プリオーレは、17、8 世紀の大邸宅を改築したもので、一時期には修道会の役員の僧院として使われた。修道院分院（プリオーレ）と呼ばれるのはこのためである。噂によると、別の一時期にはマダム・ド・メンテノンの邸宅だったこともあるという。

それはさておき、妻は、購入のオプション付きでプリオーレを一年間借りるという条件をマダム・ラボリーに同意させなければならなかった。そして、同意させてしまったのである。

窓から見える大庭園には噴水と池があり、庭園の向こうにはライムの並木が続き、その先には池に囲まれた二つ目の噴水があります。回りは全部で 40 エーカーほどの美しい松林です。

ゲートわきには小さなしゃれたガーデン・ハウスがあり、そこに住む庭師は残しておくという条件さえなければ、申し分のない交渉内容でしたが、グルジェフは庭師が残ることを好まず、庭師を出すようにもう一度交渉してくれと言いました。こちらは家を借りるだけですし、古美術品や非常に値打ちのある家具を置いたまま、マダム・ラボリーが庭師を去らせるようなことはまずあるまい、と私には思えました。グルジェフはこう言いました。「交渉相手とたとえ雑談を交わしているときでも、庭師は去らなければならない、ということ

を念じていなさい。相手はそうしますよ。」彼のこの言葉を義務づけられた訓練（エクササイズ）だと考えて、言われてようにしました。あまりにも意外でしたが、マダム・ラボリーと三十分ほど雑談しておりますと、「ええ、いいですよ、庭師を出て行かせましょう。あなたのような方でしたら、家にあるものは何一つ壊すことはありませんまい」と言ったのです。私は庭師のことなど一言も言わなかったのですが！

（「グルジェフと共に」 トーマス・ド・ハートマン オルガ・ド・ハートマン共著 196 ページ めるくまー社）

### ●デミアン

#### デミ076～

「動物、あるいは人間も、彼の全注意と全意思をある一定の事物に向けるとすると、同じようになれるんだ。それだけのことだ。きみの言うことについても、まったくそのとおりのなんだ。ある人を十分精確に注視してみたまえ。そうすると、きみにはその人のことがその人以上にわかるんだ。」

#### デミ122～

「デミアンがかつて宗教の授業の際私に言ったことが、どんなに正しいかという経験を、私はもうたびたび味わっていた。それは、十分強く欲することはうまくいく、ということだった。」

### ●判例のコメント

新聞には必ず両方の立場での識者のコメントが載せられる。

公平を期しているのであろう。

だが両者の歩みよりはありえない。

他方の立場と＜なる＞ことはありえないからである。

他方の立場と＜なる＞ことをしないからである。

だから、もう一度死んで、もう一度生まれなければならない。

（10月10日 2009年掲示板）

### ●呼吸法・遠隔

天地から入れる。

ハートチャクラで交わる。

体全体からふくらませて出す。同時に額、またはハートチャクラから遠隔の気を送る。

6月21日、24日、25日、27日 2008年

### ●気功教室のご案内

明日 24 日（日曜日）は午後 2 時から千葉の事務所で気功教室開きます。

午後 2 時～3 時半 「西小中台団地」集会所～気功体操・気功治療の実践

3 時半～5 時半 「35 棟 204 号室」にてディスカッション「アーミッシュについて」

参加費 1000 円

アットホームな会です。気軽にご参加ください。

なお、次回は 7 月 6 日（日曜日）を予定しています。

明日のテーマについて

2006 年 10 月、アメリカの学校で銃の発砲があり、4 人のお子さんが亡くなられた。犯人の動機は不明であるが、わたしが記事で関心を持ったのは、絶対的平和主義を唱えているという「アーミッシュ」というキリスト教の一派の考え方である。ネットでざっと調べたところ、

- 1 電気を使用しない（従って、電話も使用しない）
- 2 服装は質素
- 3 成人は決められた色のものしか着ない。
- 4 自動車は運転しない  
ただし、旅行の際は、車や飛行機を利用するのも可
- 5 風車・水車により蓄電池にためた電気を使うことは可
- 6 写真はとることもとられることも原則不可
- 7 政治には積極的に有権者として関わらない
- 8 共同体外部の異性と交際することはまずない
- 9 ただし、これらの宗教上の制限は成人になるまでは猶予される
- 10 幼児洗礼を認めず、成人して自らの意志で洗礼を受ける

これらをナンセンスと斥けることはたやすい。わたしにとっては、意味あることも無意味と思えることもある。どちらとも言いがたいこともある。

質問 1 これらについて、あなたはどのように考えるか。（全てでなくてよい）

質問 2 「あなた自身にあるアーミッシュの規制」、あるいは「あなた自身に課すべきアーミッシュの規制」というものがあるか。あるとしたら、それは何か。

質問は他にもありますが（掲示板に既出）、とりあえずは上記の質問についてお考え下さい。ちなみに、私自身の答えは用意してありません。今「シャノアール」で長考中ですが、高

塚のへぼ将棋と同様、正解手は見つからないでしょう。将棋と同様、正解手はひとりひとり違ってしまいますし、それでよいのです。ただこの問題について、考えることがあれば、悩むことがあれば、そのことは将棋の棋力と同様、人間の上達の助けとなるはずです。

とりあえず、へぼ塚のひとつの読み筋を書いておきます。

電気があれば便利である。では、何に対して便利であるのか。

(6月21日2008年掲示板)

#### ■アーミッシュの規制

アーミッシュは自分たちが守っている規制すべてを子どもたちに強要しない。

われわれは自分たちが守っている規制すべてを子どもたちに強要するし、自分たちが守っていない規制さえ強要する。

われわれは大人になったら規制を破ってもいいんだよという。

アーミッシュは大人になったら自分自身の規制を決めなさいという。

どちらが理にかなっているだろうか。

(6月24日2008年掲示板)

6月21日、23日、24日2008年、7月5日、8日2010年

#### ●機会・一体

上昇するためのすべてが与えられている。

わたしが神であるなら、

その他の世界もみな神だからである。

#### ●アーミッシュの将棋

私が生まれて死ぬまで、将棋の棋譜はパソコンの画面上クリックひとつで自動的に並べることしかしたことがなければ、将棋盤と駒を使って並べる世界のことは決して分からないであろう。そして、そんな世界があることをある時知ったとしても、そんな面倒なことはしないであろう。棋譜並べに要する時間、手間がまるで違うからである。手を使うこと、駒にふれること、盤に打ち下ろす感覚、そんなものは無意味だと思うであろう。

だが、やってみればまるで違うことに気づく。これはわたしが最初に知っていたのが将棋盤と駒で並べる世界であるからである。だから両方を比較してパソコン上の棋譜並べは便利であるが実力を養う上ではあまり意味がないと知ることができる。

アーミッシュはいわば、将棋盤と駒から世界に入ってきた人達である。だからパソコンの棋譜並べと比較することができる。

そして現実世界でテレビもパソコンも取り入れてみたが、いい点より悪い点が多いので手

放したということである。彼らの目指す生活に役立たないと知ったからである。彼らの棋力向上には役立たないと知ったからである。

(6月27日 2008年掲示板)

アーミッシュとて同じ人間である。イングリッシュ（彼らはアーミッシュ以外をこう呼ぶ）として生まれたなら、西洋文明の恩恵にどっぷりつかり、手を使うことの意味、手触りの意味、時計上の短い時間処理だけがすべてではないこと、これらのことに気づいたかどうかは疑問である。

そして、アーミッシュの生活を私はしたことがない。不便ではないかと思うが、もしかしたら便利なのかも知れない。

私が暮らしている「あふれんばかりの文明の利器の世界」で使用している道具・考えは、

何に対して便利なのであろうか。

何に対して役立つのであろうか。

そして、私は何をしようとしているのだろうか。

今日、明日、何をしようとしているのであろうか。

私は将棋を指しているのだろうか。

ただ眺めているだけなのだろうか。

私は人生を生きているのだろうか。

ただ眺めているだけなのだろうか。

私はモノを使っているだけなのだろうか。

私はモノを創り出しているのだろうか。

私は印象を受け取っているだけなのだろうか。

私は印象を創り出しているのだろうか。

## ●視点

イングリッシュである私がアーミッシュの写真を見ると感動するが、アーミッシュがアーミッシュの写真を見てもおそらくわたしのように感動しないであろう。

もしかして、神もまた人間を見て感動しているのかもしれない。

## ●シュタイナーの利己主義

利己主義については多くの誤解がある。聖なる書ではみな自分自身を大切にすることを第一義とするが、そのことを理解するのはなかなか困難である。以下が利己主義のすべてを尽くしているとはいわないが、シュタイナーの神秘修行の条件は「自他との関係において利己主義がいかにか偉大なるものへと結びついていくか」が語られている。

「神秘修行の第三の条件はこのことと直接関係している。修行者は自分の思考と感情が世界に対して自分の行為と同じ意味を持つ、という立場に立てなければならない。誰かを憎むなら、すでにそれだけで、なぐるのと同じ被害をその人に与えている。

このことが認識できるなら、＜私が自分自身を完成させようという努力が、私ひとりのためではなく、世界のためでもある＞、という認識に到るであろう。世界は私の純粋な感情や思考から、私の善行からと同じ利益を受けとるだろう。個人の内面世界の、この世界的意味を信じることができぬ間は、神秘修行者となる資格がない。」

(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」113 ページ イザラ書房)

<わたし>は全ての始まりとなりうる。卑小の始まりにも、崇高の始まりにもなりうる。わたしを貶めることは他者をも貶めることになるし、わたしを高めることは他者をも高めることになる。だから、己を利することは崇高な営みなのである。

問題は己を利するということが己を貶める、己を傷つけることへと通じている、現代人の大きな誤解にあるのであり、利己主義という主義に問題があるのではない。

(6月24日 2008年掲示板)

## ■黒住宗忠

「人は万物の霊と申候えども、何になりとも相成るものと存じ奉り候。心を神に仕え、神の行をすれば神なり。仏にして仏の行をすれば仏なり。鬼の心になり鬼の行をすれば鬼なり。畜生の心のようになる心は畜生なり。いま何なりとも心の内に拵（こしら）え候もの出来る物なり。神道の執行は、心に神をこしらえ神の行をすることこそ神道なり。望み次第に成れる人と存じ奉り候。」(真蹟未見書簡8)

(原敬吾著「黒住宗忠」54 ページ)

6月22日、23日2008年、10月7日2009年

●わたし

好きなことで自分が分かるのでなく、むしろ嫌いなことで自分が分かる。

(10月10日200年掲示板)

●十戒

十戒は神の言質である。

だが、同時にそれは、

人間ひとりひとりの内なる声である。

6月23日2008年

●柴田さんへの返信

柴田さん、こんにちは。書き込みいただき、ありがとうございます。

> アーミッシュの方達は近代社会に肉薄して生活をなさっています。少なからず外部の恩恵にもあずかっているはずですね。

彼らは近代技術を全て否定しているわけではないようで、写真家の菅原さんが滞在したアーミッシュの社会では（アーミッシュにも硬軟いろいろあるようです）、テレビもパソコンも使ってみたとのことですが、使用により益することより害することの方が多大であるということですから手放したということのようです。

その点、私などはふところ事情と相談して「買うことができるのかどうか」ということぐらゐの判断基準しか持っていないようです。

> 彼等の素晴らしい所は強要しない所でしょうか。

それは確かにいえそうです。

昨日の教室でAさんは、アーミッシュの規定のうち、

「9 ただし、これらの宗教上の制限は成人になるまでは猶予される」

というところにところがひかれたとのことで、

また、Kさんは

「これらの規定は「神との対話」の「十戒」の話と同じではないか」

(「十戒」は人間が守るべき規定ではなく、神の約束の言葉であるという話)

とおっしゃっていました。



他者から強要される規定は、たとえ神からであっても、それは足かせのクサリの規定ですが、どのような厳しい規定であっても、その規定を自分で決め、自分自身に課すのであれば、その規定は自由という規定であるということです。

アーミッシュの規定のすべてがそうなのかどうかは別として、少なくとも昨今の日本に暮らす人が守っている規定にはクサリのような臭いがふんぷんとしますね。

> 今はエコ、エコと言い出しましたが最小限で幸せと言える生活をしているとなれば大いに参考になる暮らし方ですね。

その通りなのですが、まあ、わたしなどはたくさん持って幸せになれば、それでもいいと思っているのですが、どうもこの世界はそうはできていないようです。

この件に関しては、日本人の場合はソウトウ感じてみるべきことですね。  
わたしにも耳が痛い話です。

> 一方で火星には氷があると分かったようです。

> 一気に火星行きも加速しそうな科学の進歩も現実味を帯びてきました。

> この二つがひとつになる進歩を期待するのは虫の良い話でしょうか。

火星行きの話も昨日Tさんから出ました。

虫の良い話があります。

ハトホルのいうアセンション（次元上昇）です。

同時に虫の良い話はありません。

ハトホルのいう

「ここでアセンションに関するわたしたちの解釈と、その見解の傾向について述べておきたいと思います。わたしたちにとっては、アセンションの有無に限って言えば、地球や人類がどう判断しようと、またいつどのようにそうしたことが起きようとあまり問題ではありません。むしろ現時点で重要なのは、人類一人ひとりが自分のアセンションにおいて、自身のピラミッドの基点でどういう「選択」をするかです。アセンションのプロセスには終わりはありません。アセンションのゴールとは、ある特定の意識のオクターブに達することではなく、自分自身を愛にゆだね、そして人生に起こりくるさまざまな状況に対して最高次の可能性にゆだねることなのです。そうすることが全体に貢献することになり、同時に個人が意識を高めることにもなると考えています。ですからアセンションするかしないか、あるいは肉体上の死に向かうか否かは問題ではありません。アセンションという現象をまるでマラソン競技のように見なし、最初にアセンションにゴールした人が「勝者」

だと考える人もいるようですが、わたしたちはそういうふうには見ていません。わたしたちの見解を明確にお伝えすることによって、その点をはっきりさせておきたいと思います。わたしたちの考えは、何千年という歳月をかけてうまくいく方法を発展させてきた、その方法論にもとづいています。その結果、わたしたちはもう一オクターブ上がることだけがアセンションの目的でないのを断言することができます。その結果、**わたしたちの念頭にあるアセンションのゴールとは、日常をできるかぎり豊かに精一杯生き、常に自分を愛と気づきという偉大な力にゆだねて生きることにほかなりません。存分に生き、日々のどんな場においても最高次の可能性を生み出すように努めるなら、わたしたちの文化、種族、共同体、文明全体が高められます。わたしたちが現在の次元にとどまるかどうかは問題ではありません。なぜなら無限の大宇宙を生きるわたしたちは全員、いずれアセンションすることになるからです。**

新しい千年紀にあたってのわたしたちのアドバイスは、時刻表やら現在の現象やらにあまり囚われないようにということです。どんな現象も自然に収束するものです。しかもそれらは大宇宙のなかで、人類の思考や干渉には影響されない部分に属するものなのです。したがって、**まずはあなたが手掛けられることから変えてゆくほうが、この場合はるかに有益であると思われれます。そして、あなたが手掛けられることというのは、あなたが世界にもたらす愛を増やすことなのです。」**

(「ホトホルの書」159 ページ)

ということです。アセンションや能力や科学技術に惑わされぬことです。

では、また～。

今日はこれから招き猫の神様にお会いしてきます(^o^)/

(6月23日 2008年掲示板)

高塚さん。こんにちは！

ここなら参加出来そうです♪実際に参加するのは少し違いますが、文字にも多少の力があると言うことで(笑)

アーミッシュの方達は近代社会に肉薄して生活をなさっています。少なからず外部の恩恵にもあずかっているはずですね。

彼等の素晴らしい所は強要しない所でしょうか。

今はエコ、エコと言い出しましたが最小限で幸せと言える生活をしているとなれば大いに参考になる暮らし方ですね。

一方で火星には氷があると分かったようです。

一気に火星行きも加速しそうな科学の進歩も現実味を帯びてきました。

この二つがひとつになる進歩を期待するのは虫の良い話でしょうか。

質問2 少し考えてまた書き込みさせていただきます。宜しくお願い致します。

追伸。

高塚さんとほったさんの掲示板での書き込みを拝見して、私もほったさんとホームページで交流させて頂くことが出来ています。

ありがとうございました。

季節がら体調にお気をつけ下さい♪

6月24日、25日2008年、7月5日、8日2010年

●教室資料13

「グルジェフと共に」からの引用です。

「自己発展を妨げるものは何か」

(9月21日2008年掲示板)

「あなたの自己発展を妨げるものは何か」

「●●さんの自己発展を妨げるものは何か」

(教室資料要転記)

●呼吸法(加筆して再掲)

この書き込みを見られたら、深い呼吸を10回してみてください。

もしその呼吸で体の中に気が入っているように感じられたら、その気を十分に感じてみてください。

もし感じる事ができなければ、息を殺すような静かな呼吸をしてみてください。ただし、泥棒ではないので、緊張しないように。

10回の呼吸で、もしかしたらこの世界に1時間長く滞在できるようになるかもしれません。

10回の呼吸で、もしかしたらあの世界に1時間早く到達できるかもしれません。

(6月25日2008年掲示板)(掲示板記入予定)

●掲示板～知識

流し読むだけでは何も変わらない。

流し読むだけでは何も変わらないということを、流し読んでもわかってもらえるようにと  
思い、書き続けている。

いつか、わたしとあなたの、手と足と体と、エネルギーが動き出すようにと思い、書き続けている。

(掲示板記入予定)

■知識・ワーク・血肉

今日の教室すべてをわたしとするようころを傾けること。

6月25日、29日、30日2008年、10月7日2009年

●今・機会

今着飾るためのすべてがなくとも、  
今成長するためのすべてはある。

成長するための最善の機会が今である。

今は常に結果であるが、同時にまた「今日の成長のための原因すべて」が含まれているからである。

(加筆して掲示板記入予定)

■意識のある人生～ヒーリング

今あなたの病気が治るためのすべてがなくとも、  
今あなたが成長するためのすべてが必ずある。

<これがわたしである>というすべてがあり、  
<これはわたしである>となるすべてが必ずある。

(6月30日2008年掲示板)

6月26日2008年

●四方田さんへの返信

四方田さん、昨日は教室にご参加いただき、ありがとうございます。

すべてに始まりがあり、すべてに終わりがあります。

そして、これは永遠に続くということです。

この永遠にというのはどういうことなのかという大問題はありますが、始まりと終わりの期間が長くても短くても終わりがあるということです。どんなことであってもです。そして、その始まりと終わりは永遠に繰り返されるということです。

さらにまた、終わりにするというのは新たな始まりであり、四方田さんもその新たな始まりを大切にされることを願っています。

わたくしは昨晚おちょこ一杯の生酒と妻とともにインスピレーションを共有し、得た結論めいたものは、

- 1 「神との対話」の読書会の開催
- 2 気功体操と呼吸法、気功の体験だけの教室
- 3 本の執筆

です。

この世的には「労多くして得るものは少ない」かもしれませんが、すなわち昨日お話ししたように、<人格にとっては善ではないかもしれないが、本質にとっては善である>と考え、人格が「しんどい作業」と呼ぶものにとりかかっていると思っています。

もちろん、掲示板にはいつでもご参加ください。

昨日「モスバーガー」で書いた「掲示板」というタイトルのメモです。

流し読むだけでは何も変わらない。

流し読むだけでは何も変わらないということを、流し読んでもわかってもらえるようにと書き続けている。

掲示板に参加していただけると同時に、人生に深く食い入られることをこころより願っています。

(6月26日 2008年掲示板)

思えば、わずかな期間でしたが

大変お世話になり

ありがとうございました。

私の発言は、毎回教室の趣旨とずれていたと思いますが

カウンセリングをしていただいているような感じで

ずいぶん救われました。

勝手ばかり申しましてすみませんが

また生活が落ち着きましたらよろしくお願いします。

それまで掲示板で参加させていただいてもよろしいでしょうか？

どうぞ時節柄ご自愛下さいませ。

6月27日、29日2008年、10月10日2009年

●世界

以前将棋のK師匠から将棋に打ち込む姿勢がよくないと注意されたことがあった。確かに当時は投げやりに、斜に構えて指していた。

将棋の世界に打ち込むように、人生にも打ち込むように。

将棋の世界で表面をなぞっては何ものも自分のものとならない。

同様に、人生の世界でも他人の出来事をながめていて批評しているだけでは何ものも自分のものとならない。

今日に深く食い入ることである。

(掲示板記入予定)

●時事

多いか、少ないか。

100人は多いか少ないか、100万人であればどうか。

自分に関わることか、関わらないことか。

私の子どもであればどうか、見知らぬ人の子どもであればどうか。

数の問題、自分との距離の問題。

わたしにとってひとつ、あるいは、ひとりでもかけがえがないということは何であろうか。

わたしにとって最も近くにあるもの、最も遠くにあるものは何であろうか。

わたしが無関心であるということはもっともなことなのだろうか。

加害者だけが問題で、わたしには一切関係のないことなのだろうか。

(掲示板記入予定)

■仕事・返還問題

痛みは自分の近さの問題である。

一側面、自分に関わることとして。  
一側面、自分に関わらないこととして。

両方を知ること。

## ★7月 2008年

7月1日 2008年、10月10日 2009年

### ●ヒーリング

わたしにとっては、  
生き方が何も変わらなかったが、病気が治ることが小吉、  
生き方が大きく変わったが、病気が治らなかったことが中吉、  
生き方が大きく変わり、病気も治ることが大吉である。

生き方が変わるのは、患者さんご本人だけでなく、ご家族、病気に関わる全ての人、そして、わたし自身である。

この変わるということが病気の意味であり、世界の意味であると思っている。

(7月1日 2008年掲示板)

### ■神の評価

ひょっとして、神にとってはすべて大吉であるのか。

7月2日、3日、23日 2008年

### ●ヒーリング

手をかざすと奇跡的に治る。  
このことからヒーリングは始まる。  
自分がしているとは思えない。  
神がしているのか、仏がしているのか分からないが、自分がしているとは思えない。  
だから、その自分でないものにこころを傾ける人もいる。  
また、手をかざすのは自分である。  
だから、その自分との関わりにこころを傾ける人もいる。  
わたしの立場からはどちらも本筋である。  
いつかその道は合流するであろう。

この意味で、私がしているのだと思い込んだり、治るべく技術に精を出したりするのであれば、それは異筋、俗筋である。

(7月23日2008年示板)

■神聖なる矛盾

治るべく技術に最善を尽くす。このこともまたとても貴重なところである。両者は両立する。神聖なる矛盾である。

無意識から意識へ（ゲタをはかせてくれている）

援助してくれている存在

どのような考え方が本筋であるのか。

7月3日2008年、7月10日、11日2010年

●所有・自由・わたし

わたしが自由にできるもの。

それがわたしのものである。

それがわたしである。

今日、わたしは自由にできるものを持ったであろうか。

今日、わたしはわたしのものを持ったであろうか。

(7月3日2008年掲示板)

■教室質問50～所有・自由・わたし

私が自由にできるもの。

それが私のものである。

そして、それが<わたし>である。

あなたにとって、それはあるだろうか。

あるとしたら、それは何であろうか。

(7月11日2010年掲示板)

そして、あなたはそれを自由にしているであろうか。



答えは選択であるが、  
それはあなたの自由にできるものだろうか。  
自由にしているものだろうか。

選択の許容度、できるようになった選択

7月4日、14日 2008年、10月10日 2009年、7月10日、11日 2010年

●質問5 1～わたし

野菜のナスはナスになる。  
動物のイヌはイヌになる。  
動物のヒトはヒトになる。

では、ヒトになるとはどういうことであろうか。  
(7月12日 2010年掲示板)

7月5日、8日、14日 2008年、10月10日 2009年、7月19日 2010年

●意識のある人生

昨日とは違う生き方をするために今日一日がある。  
十年前とは違う生き方をするために今日一日がある。

昨日の人生の記念碑、十年前の人生の記念碑の思い出には浸らないことである。  
ただ、ただ、いつも今日の人生の彫像を創り出すことである。  
(10月10日 2009年掲示板)

●意識のある人生～身体

どのような身体であれ、  
アスリートであること。

このことをいつも意識していること。  
(7月19日 2010年掲示板)

灰になるまで使い切ること。  
シュタイナーの最後

7月6日、7日、8日、13日、14日、9月17日 2008年、10月10日 2009年、7月10日、  
19日 2010年

●アーミッシュの規定

前日のテレビ番組の戒律と功德

高塚のアーミッシュ～懸命さ

早咲誠和の手記

●うさぎの幸せ～偉大なる利己主義

昔受験雑誌に医学生の記事が載っていて、確かこういう内容であったと思う。

「生きたままのうさぎの目の角膜に薬品をすりつけて適正を調べる動物実験があるが、自分は人間を治す医学生であるのでまだ耐えられるが、獣医を目指す学生がこういう実験をするのは耐えられないだろう。本来動物を助けるために獣医師を志したのに動物を傷つけることになるのだから。」

人間のためを考えるが、うさぎのためは考えない。

人が人間のためを考えるより、人が自分のためだけを考えていてくれれば、うさぎにとっては幸せかもしれない。

利他主義でいるより利己主義でいてくれた方がうさぎにとっては幸せかもしれない。

また、人が大多数のうさぎ、大多数の動物のことを考えてくれるより、人が自分のためだけを考えてくれれば、このうさぎにとっては幸せかもしれない。

利他主義でいるより利己主義でいてくれた方がこのうさぎにとっては幸せかもしれない。

人が自分だけのためを考えてくれれば、このうさぎに麻酔もかけずに目に薬品をぬりつけるなどということはしないからである。

あなたもまた、自分だけのためを考えずに、あなたのうさぎの幸せを奪ってはいないだろうか。

(7月14日 2008年掲示板) (草稿要転記)

■わたし

わたしはわたしのことを考えているだろうか。

わたし以外のことのために生きているのではないだろうか。

お金のために生きる。

食べることのために生きる。

他人のために生きる。

わたしの中にうさぎも入れてあげることである。

(掲示板記入予定)

人が1億2千万人のことを考えてくれるより、人が自分だけのためだけを考えてくれれば、100人の人とその家族にとっては幸せかもしれない。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ●知識

この世界に彫刻するのに文字はいらない。

手と足を使って、感じること、感じあうことだけがあればよい。

#### ●アーミッシュ～縁・使者

「神との対話」などという題名の本はたとえ何百万部売れていようと、店頭では絶対に手に取らない本である。〈だから〉、教室で何年ぶりかでおみえになり、それ以降はおみえになられなかった高齢の女性の方が、

「この本に書かれていることは先生がおっしゃられていることとそっくりですよ」

と私に伝えてくれる。これは思い込みでなく、「私が手に取らない。〈だから〉」なのである。こういう絶対性の〈だから〉は個々人の体験の中で感じ取ることなので説明はできないし、他人に説得もできない。通常感覚では「そんなばかな」のひと言でしりぞけられてしまう話であろう。

アーミッシュの話も同様である。これほどしつこく取り上げるというのも際物好き、好奇心からではない。電話、テレビ、パソコン、車を使わない、写真を取らせないなどということは、私にとっては勝手にしてくれということで一蹴してしまうことである。それ以上、深く知ろうとは思わない。アーミッシュの生き方の問題は「神との対話」の本と同様、高塚の生き方に深く関わってくる問題なのであるが、私は無視する。

〈だから〉、マリアン・フィッシャーさんが

「わたしから撃ってください」

と銃撃犯の前で言うのである。

そう、彼女は私のために言ったのである。

善行であれ、悪行であれ、私のこころを深く揺さぶるものは、世界が私に語りかけている声なのである。

だから、わたしはその声に応え、返事をこの掲示板と教室でするのである。

マリアン・フィッシャーさんにこの返事は届いているのであろうか。

(7月7日 2008年掲示板)

● グラス半分の水～創造・所有

創造とは何か。

条件は不要である。わたしにすべてがある。

差異を示すことではなく、一体性を示すことである。

■ 半分の水～行為への愛

半分の水が入ったグラスがある。このグラスを水で一杯にするためには二つの方法がある。

ひとつは、自分のグラスに他から水を注ぐことである。

もうひとつは、自分のグラスの水をすべて与えることである。

人生ではこの二つの方法を体験する。

だが、後者の体験はなかなか目にすることができない。なぜなら、与えたことを後悔するからである。見返りを望むからである。

(7月19日 2010年掲示板)

▲ カニングム

半分の水を一杯にする方法で、カニングムの三つの法則はどのように働くのであろうか。

▲ わたし

どちらも結果は同じであるが、二つの方法のどこが違うのだろうか。

それは、

<あなたが何者であるか>

ということである。

(7月20日 2010年掲示板)

■ 善と悪

取ってみることである。

与えてみることである。

実は、どちらも難しい。

半分の水のグラスと空っぽのグラスが出発点なのではない。(無時間)(目的)  
ブッダの的と矢をつなぐひとつの線・ブッダの的が先にある。  
出発点と到達点は他にある。

ホームランを打とうと思っはなかなか打てない。  
ホームランを打つときには、打とう思っている。  
(草稿要転記～所有)

■「神との対話」(3巻 309 ページ・文庫本版 393 ページ)

妊娠中絶をしようとするとき、あるいはタバコを吸おうとするとき、動物の肉をフライにして食べようとするとき、道でひとの進路をさえぎろうとするとき——**重大なことだろうと些細なことだろうと、大きな選択だろうと小さな選択だろうと、考えるべきことはひとつだけだ。これはほんとうのわたしだろうか？ いま、ほんとうにこういう自分を選択するのか？**

そして、いいかね。**何の結果にもつながらない無意味なことは何もないことを覚えておきなさい。すべてに結果がある。その結果とは、あなたは誰か、何者かということだ。たったいま、あなたは自己を規定する行為をしている。」**

●意識のある人生

思い悩むのでなく、求めること。

神の国、神の義とは何か。ひとりひとりの神の国、ひとりひとりの神の義を探し出すこと、決めること。

(イエスの言葉)

7月7日、8日 2008年

●極楷・毒矢

穴倉で生まれて穴倉で育った人に

「外に出られたら何をしたいか」

と聞いてみても答えることはできない。見たことのない世界で何をしたいのかを聞いてみても答えることはできない。聞くのであれば、外に出してあげることである。

だから、まずすることは、

何も怖れずに、

あなたはあなたを外に出してあげることである。

(7月8日 2008年掲示板)

7月8日、9月17日 2008年、7月10日 2010年

## ●ヒーリング

条件は通路の開放である。

そして、その通路、すなわち自分自身をどのように通るかということにこころを配ることである。

こころが開放系であること。その条件のひとつにハトホルのいう予定表を組み込まないこと。

あと自分自身と患者さんの通路の開放を妨げているものは何かと注意を向けること。

相手のためだけのヒーリングを行わないこと（ヒーリング中に相手のためにしているという意識を変えること）。

## 069～ヒーリング（流れを制限するような動機）

もしヒーラーであるあなたがエネルギーを自分自身の活力から送り出しているとすれば、当然のことながらあなたは問題にぶつかることとなります。なぜなら、あなた個人が所有したり使用できるエネルギーは、次に補給できるときまでの限られた分量だけになってしまうからです。

「電池のようなものですね。」

そのとおりです。たいへん的を得た比喻です。ヒーラーは自分がプラーナというエネルギーの通り道であること、つまりエネルギーは単にあなたを**通過**しているだけで、あなたから出ているわけではないということ、したがって自分のエネルギーを与えているのではなく、より高次の源からのエネルギーを中継しているにすぎないことを明確に自覚してください。**流れを制限するような動機**に妨げられることなくプラーナがヒーラーをとおして流されれば、**その純粋な状態によって**、多くのヒーラーが体験しているような疲労や消耗を大幅に減じることになるでしょう。

7月9日、10日、11日、14日、15日、19日、26日、8月7日、8日、10日、11日、9月17日 2008年、9月16日、20日、10月6日 2010年

## ●俯瞰

オリが見えない

カラをやぶる

自己規定

成長する

怒らないということが<できる>。

どのようなことも<できる>。

(参考) ハトホルの「支点」の章

●熊谷さんへの返信

熊谷さん、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。  
お久しぶりですが、お元気そうで何よりです(^o^)/

星人先生のところにはわたくしもここ数年お伺いしていません。

タロットが当たるとか当たらないとかいうことでなく（当たらないといっているわけでは  
ありません（笑））、お会いしてお話しているだけで肩こりがとれてくるような先生ですよ  
ね。

半年ほど前に友人の勧めでスピリチュアルカウンセラーとおっしゃる方のところへお伺い  
してきましたが、夜勤明けで結構ボロボロな状態で行ったのですが、お話しが終わって部  
屋から出てきたときには初日の出を見たときのような爽快な気分でした。

人を導くアドバイスをされる方はこうでなくてはいけないと思います。帰宅するときには  
ツボと不安を持って帰ったというのは最悪ですね。(^^;

私は元気が出るような状況ではないのですが（実名で書いているので書けないこともあり  
ます。まあ、そこが私の限界、壁ですが）、それなりに元気にしています。どのようにして  
いるかというと、

「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、思ひ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』と言うて、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。」

(マタイ 6・25～思い悩むな)

まあ、このイエスの言葉をお手本としています。

イエスは<思い悩むな>、<求めよ>と言っています。

↳こころの使い方

ですから<悩まず、求めよう>として生きていこうと思っています。ただ私はクリスチャンではありませんので、イエスのいう

<神の国と神の義>

が何であるかというのはイエスを信じる人とはかなり違った見方です。そして、イエス自身、この現代の日本でわれわれに語りかけるとしたら別の言葉になるのではないかと思います。熊谷さんはどのような言葉になるとお考えですか？ こころがひかれましてらお考えになってみてください。

前回お会いしたのは1年前ですね。またよろしかったら三人でお会いしましょう(^o^)/

(7月9日 2008年掲示板)

高塚先生こんにちは(^ ^)

暑い日が続きますが、お元気ですか？

先日、何年ぶりに星人先生のところへ行きました\*

会えただけで大変うれしくて、とても楽しい時間でした。

高塚先生を思い出して、メールをしたくなりました。

それではまた(^ ^)

#### ■内と外

こんばんは。ご返信頂き、ありがとうございます。

アーミッシュの女の子マリアン・フィッシャーさんは銃撃犯の前で小さな女の子をかばい、「わたしから撃ってください」

といったとき、このことを知ったすべての人にマリアン・フィッシャーさんの<わたし>が表出する。<わたし>は外に出て、そのひとりひとりに語りかける。その受け取り方が千差万別であるのはこの世界が万華鏡であるからだ。その受け取り方の違いのハーモニーが奏でられることこそ、<わたし>が外に出ることができるという奇跡とのシンクロであ



る。〈わたし〉が外に出るとき、その波紋の形に、真と、善と、美と、そして神を見ることが出来る。

と同時にまた〈わたし〉は内に出て、マリアン・フィッシャーさん自身を創り出す。ただこのことはマリアン・フィッシャーさん個人に属することであり、高塚、あるいはその他の人が関わることはない。どのようにして、何を創り出しているかはとても知ることはできないからである。

もし、彼女が〈内なる太陽系〉を創り出す第一歩を踏み出しているとしたら、その最初の一步だけを見てその全貌を見ることはかなわない。

もし、彼女が砂上の楼閣の神を百万遍作り出して百万遍破壊し、その次に永遠の〈内なる銀河系〉を創り出すことに乗り出すとしたら、今の砂上の楼閣の神を見てもその全貌を見ることはかなわない。

だから、わたしは彼女が今どのような信仰を持っているかをグルジェフのように

「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」と踏み込んで詮索したりはしない。

彼女はきっとイエス・キリストの道を歩んでいるのであろう。

そして、イエス・キリストが今ここに現われたとしたら、きつとこういうのではないかとわたしは思っている。

「あなたの国とあなたの義を求めなさい。

そして、あなたを語りなさい。

あなたを語り、あなたとあなた自身との関係、あなたと他者との関係を求めなさい。」

以上の話は、今の私の心境にそって書き記しましたが、熊谷さんのおっしゃられた

「自分の魂。魂の求める道」

ということともちろん同じだと思っています。

(7月10日 2008年掲示板)

参考

### 122～均衡のピラミッド

- 1 あなたと、あなたの肉体および「カー」を含む精妙なエネルギー諸体との関係。
- 2 あなたと、あなた自身または他者との関係。
- 3 あなたと、あなたの宇宙や世の中や地域社会に対する奉仕との関係。
- 4 あなたと、あなたの暮らす世界を構成する聖なる元素との意識的な関係。地上に暮らす人類にとっての「聖なる元素」とは、土、火、水、気（空間）である。

お返事遅くなりました。

イエスのお言葉は、読むだけで大変気持ちがよいですね。  
どういうお言葉で私たちに語りかけてくださるかわからないです……。私は、同じことを言ってくれるような気がします。

高塚先生は、同じ意味をどういう言葉で伝えてくれるか？とおっしゃっているんですよ。「自分の魂。魂の求める道」でしょうか……

前回お会いしてからもう1年経つんですね……。早いですね。  
はい、また是非お会いしたいです。(^^)

#### ■ベクトルの方向

そうですか。

「求めない」ことを求める  
というのは、「求めない」ということで「<何を>求めないのか」ということが大問題ですね。もし仮に、何も求めないというのであれば、これは厳しい道になるかもしれないと思います。

私の場合、求めないというのは特定の対象があります。  
たとえば、「お金があれば、何々できるのに」とか「これがないと、困ったことになるかもしれない」とかいう考えがあり、こういう考えを求めないようにしていますが、なかなか達成できずにいます。気がつく、いつも追い求めている自分がいます。

(7月11日 2008年掲示板)

というのも生き方としてあるのでしょうかね。  
何かを得られたら（というのが矛盾かもしれませんが）、また書き込んでください。  
何も得られなかったら、また書き込んでください。  
どちらにしろ、今まで出来なかったことを試みるというのは素晴らしいことですから。

では、また～(^^)

(掲示板記入予定)

求めないことを求めるということの本来の意味は

他者からは何も得ようとしないということであり、自分自身何も求めないこととは異なる  
と知っているが。。。

将棋の強い人は頭から悪手と批判しない。  
だが、同時に見た瞬間、その手はないという。

悪いことをする人がいる。  
悪いことも、良いことも、何もしない人がいる。  
良いことをする人がいる。  
どの人が人間的でどの人が人間的でないか。  
(掲示板記入予定)  
(1と3が同程度に人間的で、2が非人間的)

私は、「求めない」ことを求めています。  
何も求めない。  
何も考えない。

考えてばかりですが・・・

では (^ ^)

#### ■ベクトル考～方向

教室の定番の質問があります。それは、  
「人間とは何であると考えるか」  
という質問です。なぜこんなアナクロな質問をするかという、人間とは普通の人が考えている存在とまるで違う存在であるとわたくしが思っているからです。

「人間とは何か」  
この質問への定番の答えをわたくしは用意しているのですが（定番の答えというのは決して感觸のいいものではありませんが）、ここでは別の観点から考えてみます。  
それは、  
「人間とはベクトルである」  
という答えです。今の数学教育に「ベクトル」が扱われているかどうかは分かりませんが、ベクトルは「方向」と「長さ」によって規定されます。そして、人間もそれと同じではないかというのが以前から考えていることです。

唐突に「神との対話」から引用します。愛の定義です。

「そう。あなたがたの種のあいだでは、癒そうとする手段ほど傷つけるものはない。」

「どうして、そうなるのでしょうか？」

「愛とは何かを理解していないからだ。」

「愛とは何なのですか？」

「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。」

（「神との友情」上巻 186 ページ）

私にとって「神との対話」の本は 1 ページ 1 ページが「座右の銘」となる書なのですが、この箇所は特に印象深く、書き写していつも手元に持っています。なぜそれほど印象深いかというと、高塚 57 年間の人生とまるで逆の「方向」を指し示しているからです。これまでの 57 年間は何であったのかという、衝撃的な方向性です。信じがたい方向性ですが、ところがひきよせられてしまう方向性です。

できれば毎瞬毎瞬、次の人生が現われる前にこの方向性への舵取りをしていたいと思っています。

（7 月 12 日 2008 年掲示板）（草稿要転記）

#### ■ベクトル考～長さ

ベクトルの長さについては自分自身が短い方なので、つまり何事も長続きしない方なので、長い方のお話にはいつもところがひかれる。その長さの話で一番長いと思ったのは、シッダールタが菩提樹の木の下で

「悟りを開くまでは、ここから立ち上がるまい」

と誓ったことである。これは永遠の長さである。達成されるまで同じことを続けるということである。

長さについてはこの話がわたしの師である。

（7 月 13 日 2008 年掲示板）（草稿要転記）

▲映画「ザ・ウォーカー」

▲ヨガナンダの決意

神の声は小さい〜気づきとして知るため・育てること  
ただし、警告の時には大きくなる。

▲法蔵菩薩の誓願〜無時間という長さ

願うと同時に叶えられている。

ベクトルを決める一要素は長さであるが、人生を決める一要素は、  
あるところでは、  
長さではなくなる、ということである。

▲動詞の時間〜永遠・重さ（千葉教室 2010年10月「動詞③」）

以前にも書いたが、最大の時間の長さを持つ動詞というのは、ゴータマ・シッダールタが  
菩提樹の木の下で、

「悟りを開くまでは、ここから立ち上がるまい」

と誓ったことである。これは永遠の長さである。達成されるまで同じことを続けるという  
ことである。

ただ、動詞の長さは永遠の長さが一番長いのかというとそんなことはない。

阿弥陀仏の前身である法蔵菩薩は、阿弥陀仏となるための誓いを立てる。すなわち誓願で  
ある。その十八番目の誓願は、

「わたしの名を一度たりとも呼んだ者がいて、その者が浄土に行けなかったとしたら、わ  
たしは浄土には行きません」

というものである。

この人間世界には、これから「南無阿弥陀仏」と阿弥陀仏の名を称える者がいくらでも現  
れる。また、どのような極悪非道の者が現われて、阿弥陀仏の名を呼ぶかもしれない。そ  
れらの者すべてが救われるのは、すなわち、この誓願が達成されるのは、南無阿弥陀仏と  
称えるすべての人が浄土に行った時である。

法蔵菩薩の誓いは、イエス・キリストと同じくすべての人の後から歩いていくという誓い

なのである。

だから、法蔵菩薩はまだ菩薩のままであり、仏ではない。  
しかるに、法蔵菩薩は阿弥陀仏という仏になっているのである。

思うに、これは誓願が立てられたと同時に達成されたことである。

<すべての人が救われるまで、わたしは仏となりません>

というようなべらぼうな大きさの誓いは、実はその重さゆえに時間が消滅するのである。

どういうことかというと、これは長さの問題ではなく、重さの問題である。

動詞の達成を決める最大の要素は、実はその動詞の長さでなく、重さであるということである。

シッダールタの「悟りを開くまでは、ここから立ち上がるまい」という誓いもまた、長さでなく、その決意の重さなのである。

この重さが無限大とも思えるような長さを無限小の時間へと収束させるのである。

(10月17日 2010年掲示板)

#### ▲知識の問題

#### ■ベクトル考～始点・精神の天秤

漫画が好きな政治家は人気が出るのであろうか。

漫画がらみの政治家の本が出たが、もちろん好きで書いたのであればそれでよい。だが、人気がらみで書いたのであれば、何ともいいようがない。

誰にもこびずに生きていくこと。

いつも<自分自身>に向いていること。

そしてまた、

<他人自身>に向いていること。

このことが「精神の天秤」のつりあいといわれるものである。ひとりひとり皆「精神の天秤」を持っている。

精神の天秤とは、一方に<自分>が乗り、他方に<他人>が乗っている。

どちらも限りなく重ければ、すなわち、＜自分自身（＝わたし）＞と＜他人自身（＝わたし）＞が乗っていれば、その天秤はつりあって動かない。

どちらも限りなく軽ければ、すなわち、「刹那（せつな）的な自分」と「私の思惑の他人」が乗っていれば、ちょっとした加減で、右に傾いたり、左に傾いたりする。

（8月7日2008年掲示板）（加筆済み）

#### ▲意識のある人生～重さ・一体

今日一日、あらゆる瞬間に、

誰にもこびずに生きていくこと。

いつも＜自分自身＞に向いていること。

そしてまた、

＜他人自身＞に向いていること。

このことが「精神の天秤」のつりあいといわれるものである。ひとりひとり皆「精神の天秤」を持っている。

精神の天秤とは、一方に＜自分＞が乗り、他方に＜他人＞が乗っている。

どちらも限りなく重ければ、すなわち、＜自分自身（＝わたし）＞と＜他人自身（＝わたし）＞が乗っていれば、その天秤はつりあっている。

どちらも限りなく軽ければ、すなわち、刹那（せつな）的な自分と他人が乗っていれば、ちょっとした加減で、右に傾いたり、左に傾いたりする。

つりあっているのは、わたしがあなたであるからである。

つりあわなくなるのは、わたしがあなたでなくなる時である。

（加筆済み要再掲）

#### ■ほったさんへの返信

ほったさん、こんにちは。

書き込みいただき、ありがとうございます。

当ホームページを通じて新しいご縁ができたなら、これに過ぎたる喜びはございません。

ありがとうございます。

「精神の天秤」はルドルフ・シュタイナーという人の言葉です。写真が残っている人間のなかで、わたしが最も敬愛している人です。

「精神の天秤」とは、神秘修行の条件の第4番目に出てくる言葉です。今新しく書き換える時間もないので、以前の書き込みを転用させていただきます。ご参考になれば幸いです。

「 」はシュタイナーの「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)からの引用です。●以下は、高塚のコメントです。

#### 115～<④「外→内」でなく「内→外」><内的義務と外的成功><精神の天秤>

「条件の第四は今述べた言葉の中にすでに含まれている。すなわち人間の本質が外観にではなく内部に存するという観点を獲得することである。自分を外観(つまり物質界)の所産に過ぎないと考える人は神秘修行上、進歩することが不可能である。自分を魂的=霊的な存在であると感じることは、神秘修行上の前提である。」

●極貧の家庭ではあるが、両親の愛情がある家、大金持ちの家ではあるが、両親の愛情のない家庭、子どもが育つ環境としてあえて二者択一で選ぶとしたら、その結論は明白であろう。このことが「われわれの在り方を決定しているのが、外ではなく、内である」ということを明白に物語っている。

すなわち、人間とは外から内へと向う存在なのではなく、内から外へと向う存在なのである。貧乏であったという環境は、成人後金銭へとその人を駆り立てるかもしれない。だが、その表現の仕方は、愛情のある環境で育ったのか、愛情のない環境で育ったのかで大きく異なってくるのではないだろうか。

元暴力団幹部で、今はヒーラーになっている友人が言うには、『刑務所に入ったとき、もう二度とここには戻るまい、二度と悪いことはすまい、と思った。しかし、他の懲役をくらっている人間は違う。今回はどじをふんだ。出所したら、今度は絶対につかまらないようにやってみよう、と考えている。話しを聞いてみると、彼らの幼少時の境遇は悲惨である。自分もひどい境遇であったが、唯一違うのは、うちにはまだ愛情があった。聞いてみると、彼らの家庭にはまるで愛情がない。これは、大きな違いではないだろうか』。

「この前提に立つとき、内的な義務と外的な成功とを区別することがはじめてできるようになる。その一方を直ちに他方によって評価することはできない、ということが認識できるようになる。」

●もっとも上手に人を殴ることのできる人間は億万長者となる。決して人を殴らない人間は殴り合いの世界では億万長者になれない。この人間は内的義務を遂行し、内的豊かさを得ているが、外的には全く成功していない。世間の外的成功からは、内的成功は測り知ることにはできない。



「神秘道を修行する者は外的な諸条件が命じる事柄と、自分自身が正しいと考える事柄との間に立って、中庸の道を見出さねばならない。彼は周囲の事柄に対して、その世界が理解しえないような事柄を要求すべきではないが、そうかといって、この世界が認めることができるような事柄だけを行おうとする傾向からも自由でなければならない。自分が真実と考える事柄の承認は、認識を求めて戦う自分自身の誠実な魂の中にのみ求めねばならない。

しかし周囲の世界にとっては何が有益なのかをできるだけ知ることができるために、この周囲の声にも傾聴することができなければならない。

このようにして人は神秘学が「精神の天秤」と名づけるものをみずからの内部に作り出す。この天秤の一方の皿には外界の要求に対する「平かれた心」がもう一方の皿には「内的確信と不退転の持続力」が置かれているのである。」

●ここでは、「内側に立つわたし」と「外側に立つわたし」との関係が述べられている。

例えば、わたしは精神世界の本を読み、ある言葉、

「「明日」という病から自由になった人だけが、ここに来た目的を達成する機会を持つ。」  
(グルジェフ)

に感動し、人に話したくてうずうずしている、共感を分かち合いたくてうずうずしている。しかし、一方で精神世界のことに、こころの世界のことにまったく興味を持ってない人がいる。わたしが相手の立場を考えずに、自分の考えだけを一方的にしゃべりまくり、理解されず、相手を無知蒙昧な人間としてしりぞけるとしたら、外側の世界はわたしにとって何のものでもなかったことになるし、また、外側の世界はわたしから何のものをも受け取らなかったことになる。

外側に立つわたしにとって大切なことは、「周囲の声に傾聴する」ことである。すなわち、相手の立場に立つことである。外側においては、内側に立たない、相手の側（外側）に立つことが肝心なことなのである。

そして、もちろん相手に理解されないからといって、自分自身が正しいと考える事柄をないがしろにしてよいというものではない。しかし、そのような確信の育成は、わたしの内側で行うものである。明日を生きるのではなく、今日を生きるのは、わたしがこころの内側で達成することなのである。

中庸の道とは、精神の天秤である。わたしが相手の立場に立つということは、無限大に重い行いである。同時に、わたしが内的に確信する作業も無限大に重い行いである。そのような両方の立場に立つことができるとき、精神の天秤は一寸も傾くことなく、均衡を保つのである。

(8月8日 2008年掲示板)

宮崎のほった(さだじい)でございます。

関東地方の大雨の影響は大丈夫でしたか？

宮崎は毎年台風が来るためか？災害に強いようです。

高塚さんのホームページで知り合えた、柴田さんといろいろな情報を交換させて頂き、有意義なヒーラー生活をおくらせていただいております。

この場を借りまして御礼申し上げます。

天秤のお話で、人生の途中を見た気がいたしました

世の中を軽んじた時期は、自分は刹那に軽く

人の事ばかりに、労を費やした時期は家族を軽んじているようで

人生の途中は難しいものだと、ハッとしました

心の中に微動だにしない天秤を抱えて、人生の途中を過ごして生きたいと願います。

#### ■ 始点～行為への愛

人間存在はベクトルである。だから、方向と長さがなくなることはない。方向が支離滅裂でも——すなわち一瞬間には天使であり、一瞬後には悪魔になる人間であっても——、長さがいくら短くとも——すなわち志が1分たりとも続かなくとも——、その方向と長さがなくなるわけではない。だから、人が変化しないということはありません、何もしないということもまたありません。

だから、瞑想でさえも無念無想の瞑想というのはなく、何かへの瞑想である。

だから、お釈迦様がその言葉の源になっているのであろうか、

「何も求めない」

ということは、ありえず、

この言葉の本意は

<結果に執着することは意味がないのだから、結果には執着しない>

ということである。

(加筆して掲示板記入予定)

結果とはこの世の結果ということであらうか。

<しなければならぬことは何もないのだから、そのようなことを求めるな>

ということである。

▲参考「神対」3巻～瞑想に関しては何も求めないということ。

▲参考「ハトホルの書」～予定表のこと

▲参考「神対」3巻440～「しなければならないことは、何もない」

▲「神対」の情熱の話

(参考)「神との対話」1巻137ページ

「情熱はほんとうのわたしたちを表現したいという思いを駆り立てる火である。決して情熱を否定してはいけない。否定すればあなたが何者であるか、ほんとうは何者になりたいかを否定することになる。悟りとは情熱を否定することではない。結果への執着を否定することだ。情熱は行為への愛である。行為は「ある在り方」を経験することだ。それで、行為の一環として何が生まれるか？ 期待だ。

期待なしに人生を生きること——具体的な結果を必要とせずに生きること——これが自由である。これが神性である。これが、わたしの生き方である。」

「あなたは結果に執着しないのですか？」 「どこまでが創造であるのか

「決して執着しない。わたしの喜びは創造にあるのであって、その結果にはない。悟りとは行為を否定しようと決意することではなく、行為の結果には意味がないと理解することである。この二つには大きな違いがある。」

▲(参考)「神との友情」上巻130ページ

「わたしは期待するものを得られるんですか？」

「まあ、そうだね。だが、<真のマスター>は、期待とは無縁のところにいる。<マスター>は、「現れるもの」以外は何も期待せず、何も欲しがらない。」

「どうしてですか？」

「自分もっていることを知っているから。だから、何が現れようとも、喜んで受け入れる。<マスター>はすべてが完璧だということを、人生は完璧で、その完璧さが現れることを知っている。そういう状況では、信頼は必要ない。」

「つまり、「信頼」は「知識」になる。」

「そう。すべての気づきには三段階ある。希望——信念——知識だ。

何か「希望」をもっているとき、それが真実で、そうなることを願う。しかし、どんな意味においても確信はない。

何か「信念」をもっているとき、それが真実で、そうなるだろうと考える。確信はないが、そのはずだと考え、ちがう現実が現れるまではそう思いつづける。

何かを「知って」いるときには、それが真実で、そうなることがはっきりしている。あら

ゆる意味で確信しているし、ちがう現実が現れてもなお、確信しつづける。

あなたは外見で判断しない。真実を知っているから。」

「すると、あなたを信じる必要がないと知れば、あなたを信じられるんだ！」

「そう、そのとおりだ。起こることはすべて完璧だという知識に到達する。

特定の何か完璧なのではなく、起こることは完璧だということだ。あなたが好ましいと思うのではなく、完璧なことが起こる。〈マスター〉に近づけば、この二つはひとつになる。何かが起こり、あなたは起こったことが好ましいと思う。起こったことを好ましいと思うから、起こったことが完璧になる。これが「あるがままに、神にまかせる」ということだ。

「ひとつ。他に好ましい出来事はないと知るから、その出来事はひとつで、完璧である。(参考) 自然科学

〈マスター〉はつねに、起こることを好ましいと思う。あんたもつねに、起こることを好ましいと思うようになれば、〈マスター〉になる。」

「しかし……しかし……それじゃ、好ましいも何もないじゃないですか！ あなたはいつも、「あなたの人生はあなたが意図したとおりになる」とおっしゃってきたんですよ。選択しないなら、どうして意図したとおりになるんですか？」

「意図は期待ではなく、まして要求でもない。特定の結果に依存してはいけない。特定の結果を選び好みしないほうがいい。依存を好ましさに、好ましさを受容にまで、高めなさい。

それが平和への道だ。それが〈マスター〉への道だ。」

## 質問

「何かを「知って」いるときには、それが真実で、そうなることがはっきりしている。あらゆる意味で確信しているし、ちがう現実が現れてもなお、確信しつづける。あなたは外見で判断しない。真実を知っているから。」

では、わたしの「知っていること」とは一体何であろうか。

■何も求めないとは、条件を求めないということでもある。

■何も求めないとは、結果を求めないということである。

ここでの結果とは途中経過の結果である。

ここでの結果とは小さな私が求める結果である。

……だろうか？（確度 60 パーセント）

■成長は避けられない道である。問題はどのように成長するかということである。

■植物の成長を止めることはできない。病気になっても、水をやらずにしなびてしまっても成長を司るもとのコアは新たな成長を求めて働きつづける。  
人もまた同じである。

このコアの力につねに思い至ること。

■動詞～成長・時空・Be Here Now

わたしは成長する。

これはわたしではない。

わたしがどのように成長するか。

これはわたしである。

わたし（私）に任されているからである。

これが自由であり、そしてまた、責任ということでもある。

だから、

今日のわたしは過去のわたしであり、

明日のわたしは今日のわたしである。

（10月7日 2010年掲示板）

●お参り

毎朝神棚に向かって

「今日もよろしくお願いします」

と頼んでいるが、考えてみたら、向こうさんはいつもよろしく面倒をみてくださっている（はずである）。よろしくお願いしますは、わたしが私自身に向かっていうことであり、「自分自身を大切に生きて生きる」ということを小さな私が誓うことこそ、神棚の前ですべきことではないかと思っている。

（7月11日 2008年掲示板）

■誓願～毎日の誓願

法蔵菩薩が何々仏の前で誓ったように、

仏様の前に立っていると思うこと。

（加筆して掲示板記入予定）

■援助

見えざる援助者を思うこと。

援助者に感謝できるところがわき上がれば、それは援助を手を取ったということである。手を取る取らないはあなたに任されている。

### ●意識のある人生

ある方に転機は1年半後といわれた。

これは1年半後に今の仕事をやめて新たな何かが始まるということではなく、

1年半後にやめるのに適するところに自分が到達すべきとの話である。

1年半を無為に過ごさないようにすること。

(掲示板記入予定)

### ■日記より 2月 25日 2008年 仮想空間瞑想会 2622日目「カウンセリング」その1

朝の6時20分から30分間、9時から30分間、夜の11時20分から40分間、夜中の12時半から30分間、仮想空間で瞑想。

25日(月曜日)は夜勤明け、「モスバーガー」でクラムチャウダーとアイスコーヒーでノート  
の整理をしながら朝食。阿佐ヶ谷のモスは今一番落ち着く喫茶店である。

車中瞑想しながら出張治療へ。夜勤明けの気功治療はきついが、気を出しているうちにそ  
ういうきつさは全くなくなる。

終了後、友人のK氏から何度もうかがっていた「サイキックコンサルタント」さんのこと  
が猛烈に気になり、治療宅のエレベーターから降りていく間に行く決心をする。階下の玄  
関で電話をすると幸いに夕方の時間が空いているということで予約。

要するに、「スピリチュアル」のカウンセリングである。自分のことは自分で決めるとい  
うことを主義としているので、このようなところに相談しに行くというのは基本的にない。  
それにいかがわしい人ともずいぶんお会いしたので、自らその可能性があるところに飛び  
込んでいくという気持ちにもなれない。それなのになぜ行くかということ、今年のコ  
ットーである「感じることを大切にしたいからである。主義より大切なのは「感じる」こととし  
たからである。

夕方まで時間があるので、ゆっくり過ごせるところということで「マック」に入り、「きの  
こクリームえびフィレオ」を注文。う～ん、私としては普通の「えびフィレオ」の方が好  
みである。店内は昼時とはいえ、超満員。ざっと見渡すが、おそらく自分が最高齢者で、  
若者ばかり。子どものエネルギーは好きであるが、マック内の若者のエネルギーはイマイ  
チである。

ほどよい時間になったところで、護国寺にある「ソウエイル」に。早く着いたので「ロイヤルホスト」にて、ほうれん草ケーキでお茶。おいしかった～。そういえば、治療宅でもロールケーキをいただいた。シンプルなロールケーキであったが、これまたおいしかった～。奥様、厚く切っていただいて、ありがとうございました。

時間が来て、そのロイヤルホストの階上にある一室へ。昔風にいえば、霊能者、今風にいえば、スピリチュアル・カウンセラーである。ご本人の名刺にはサイキックカウンセラーと書かれてあった。あらかじめホームページで見えていたが、写真とはずいぶん違った感じで、しっかりと根をはったものを持たれている雰囲気がある。

<http://www.sowele.com/>

以下、上に続く。

「カウンセリング」その2

以下、下よりの続き。

なぜ、カウンセリングを受けたかという、今の仕事をやめてヒーリングだけで生活をするか、あるいは今のままを続けるかという迷いがここ一年ずっとあるので、その相談である。どうせ、あと3年すれば定年であるからそれからでよいではないかというのが一般的なアドバイスであろうが、人生は一般的なアドバイスとは無縁のところ決断することがポイントなのである。

この結論は、即決。「今は時期ではありません。1年半ぐらいは待たれた方がよいでしょう」。この結論はこの恵理菜さんというカウンセラーのアドバイスではなく、わたしを支援してくださっている存在者からのメッセージである。まあ、こう書くと、高塚はいかればんちの霊能者にだまされたのではないかと思われるかもしれないが、いつもいうように、この霊能者さんが高塚を支援する存在と本当にコンタクトをとっているかどうかはどちらでもいいのである。要は、アドバイスがわたしの人生の役に立つかどうかである。このアドバイスがわたしの人生にプラスになると「感じる」かどうかということだけである。

では、この霊能者さんがいい加減なことを言っているかという、そんな感じは皆無である。皆無であるが、その真偽をここで開陳することをわたしは意図しないし、カウンセラーさんもそんなことはどうでもいいと思われているであろう。

その他、1時間半、わたしのヒーリング周辺の貴重なアドバイスをいただく。これほど濃密で貴重な時間というのは、2年前重篤な方を集中的にヒーリングしていた時間以来のことである。ご紹介いただいたKさん、また、カウンセラーの恵理菜さん、本当にありがとうございました。

しかし、こういう方がいるんだ。

終了後は、新宿へ移動。花園神社にお参りしてから、「ミスタードーナツ」でお茶。「エッグ・オニオン」とアイスコーヒーの夕食。ジャンク・フードの一日。コーヒーは5杯目である。

この日ゴールデン街のスナック「一歩」で取材があるとのことで、出かける。テレビに出たいからではない。お客さんが少ないと盛り上がらないと思い、出かけるが、杞憂であった。取材前と取材後に将棋を指すが、勝った将棋も負けた将棋も将棋とはとてもいえない内容。ムチャクチャ弱くなっている!!! 将棋は指さなくても弱くならないと思っていたが、違うということがよく分かった。

この日は早めに店を出て、車中瞑想しながら帰宅。お土産に「チャーハン」と「焼きそば」を買って帰り、夜食を食べ、2時半に就寝。ありがとうございました。

この日は98点、加点は素晴らしい方と出会い、貴重な時間を過ごせたこと、飲み会の日にもかかわらず、お酒をほとんど飲まなかったこと。減点はひどい将棋を指したこと。

7月13日、14日、26日 2008年

●視点と真実

死者は不浄とする考えがあるが、死者が不浄なのではなく、むしろその考えが不浄である。このように、真実がそうなのではなく、私の考えがそうである、ということは他にもないだろうか。

あるいは、真実がそうであるということはこの世の中に存在するのであろうか。

(掲示板記入予定) (教室資料予定)

●怖れ

飛び箱・ヒーリング～こわがること、負の力というものがある。

これを意識的に取り去り、怖れの逆の存在になること。

7月14日、8月19日 2009年、8月2日、3日、4日 2010年

●こころのベクトル



怖れることは病気や貧乏ではない。

自分を生きないことである。

(8月2日 2010年掲示板) (意識表裏面要転記)

「神との対話」3巻文庫本版 393 ページ

■ なみこさんへの返信

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。

> 「自分を生きる」とはどういう生き方でしょうか？

これはひとりひとり違いますし、違ってよいと思います。

以下は、今のわたしにとっての「自分を生きること」です。

他人の目線、思惑を気にしない。

すなわち、他人を生きずに、自分のしたいことをする。

過去のことをくよくよしない。

すなわち、過去を生きずに、今を生きる。

明日のことを思い悩まない。

すなわち、未来を生きずに、今を生きる。

。。。そんな生き方が可能なのでしょうか。。。。

今の自分にとってはなかなかできない生き方です。でも、そのように生きていきたいと思っています。

> 自分の意のままに生きる！？ということですか？

その通りです。

ただし、自分というのはいろいろな自分がいます。

ブッダは自分自身の意のままに生きて、家族を捨てます。

しかし、多くの迷える人への道筋を示したということです。

自分の意のままに生きると、つらくなる自分がいます。

しかし同時に、  
自分の意のままに生きると、結果的に多くの人への奉仕となります。

自分というのはいろいろな自分があります（だから、自己研究が必要なのですが）。

高塚は自分自身の意のままに生きて、飲酒を好み、甘味を好み、悪口を好みます。  
ほめられたことではない人生ですが、それでいいのです。  
それが自分自身でなくなった時にただやめるだけです。

そして、いつか、  
自分の意のままに生きて、ブッダのように生きるでしょう。  
自分の意のままに生きて、「南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏」に称えながら下駄を作っている  
でしょう。

そして、いつかは今ということです。  
今できなかつたら、また今ということです。

>それとも意志とか意識ということでしょうか？

こころの奥深くにあるこころのベクトルの方向です。  
自分の病気や自分の貧乏を省みないこころの方向です。  
同時に、自分自身の肉体を深く省みて大切にす方向です。

すでに引用したように、

「プールでおぼれかけた子供を見て、泳げもしないのに飛びこむ女性の行動です。」

「炎上している建物に、自分が死ぬかもしれないと考えもせず人助けのために飛びこむ  
男性の行動です。」

「タバコをくわえて、火をつけようとしている男性がいる。彼はいままで千回もそうやっ  
てタバコに火をつけてきた。機械的な行動だ。習慣になっている。ところがこの日、この  
瞬間に何かが起こった。この本を読んだかもしれない。この対話のことを聞いたのかもしれ  
ない。それはどうでもいい。

彼はふっと考えもしなかった行動をとる。彼のなかの神聖な衝動が、小さな自分より先に  
生命そのものに仕えようと決めたのだ。彼は考えもせず、火をつけていないタバコを置

く。マッチを捨てる。ふいに自分はもう二度とタバコを吸わないということがはっきりとわかる。考えたのではなく、はっきりわかる。ただ、わかるのだ。タバコとの長い闘いは終わる。

このような男性の行動です。」

「女性が真夜中に目覚める。赤ん坊が泣いている声を聞いたのだ。長い一日がやっと終わったと思ったのに、まだ終わっていなかった。だが、彼女はいま、そんなことを考えてはいない。彼女は何も考えていない。愛情に満ちた開かれた心でさっさと行動する。それが母親というものだし、母親のような存在はほかにはない。彼女は神聖な衝動で動く。彼女こそ神聖な衝動の現れだ。彼女は抱き上げた赤ん坊に微笑みかける。その微笑みは彼女の心で生まれたものではなくて、天国から直接にやってきたものだ。」

そう、天国から直接やってくるころの方向です。

(8月4日 2010年掲示板)

「自分を生きる」とはどういう生き方でしょうか？

自分の意のままに生きる！？ということですか？

それとも意志とか意識ということでしょうか？

#### ■なみこさんへの返信

どのような人であれ、悪人と世で呼ばれている人であれ、わたしは

「自分を生きている」人

を敬います。自分を生きることは人間の宝だからです。

「世のため人のために尽くす」というのは、好きな言葉ですが、ただ自分自身をなくして尽くすことは後先が逆です。

まず、何よりも自分があることが第一です。

その自分がやりたいことの中に必然的に「世のため人のため」が含まれてきてこそ、本当の世のため人のため、そして、何よりも自分のためになるのです。

その意味で、仮に「儒教思想」の中に押し付けがましい倫理・道徳観があるとしたら、おっしゃられるように、諸悪の根源かもしれませんが、正直「儒教思想」については不勉強でコメントしかねます。スママセン。

ただ、昨日車中で読んだ「明日の神」（「神との対話」の続編）に自分に関する話がありましたので、ご参考までに引用させていただきます。

自分を生きることで自分が変わっていく感じのことを話しです。経験があるかもしれません。なければ、ぜひ経験していただきたいと思います。

「(生命への) 仕え方にはいろいろある。自分にとってのベストを目指す行動か、人びとにとってのベストを目指す行動か、あなたの魂はちゃんと知っている。この二つの考え方が衝突するとき、たとえあなたにはそれがベストだと思えなくても、人びとにとってベストを目指す行動をすればどう感じるか、あなたの魂は知っているのだよ。

それはどんな感じかといえば、大きいという感じだ。あなたはふいに、自分がもっと大きくなった、ひろやかになったと感じる。内側がひろがった感じだ。それを「無私」と呼ぶ人もいる。

そのとき、あなたは「小さな自分」という感覚を捨て、それよりも大きくひろやかな「自分」という感覚をいだく。あなたは「大きな自分」になる。それはほんの一瞬かもしれないし、もう少し長いかもしれないし、あるいは一生続くかもしれない。だが、その感覚を経験すれば、決して忘れることはない。」

(ニール・ドナルフォ・ウォルシュ著「明日の神」211 ページ)

私がこれまで述べたことと矛盾するかもしれませんが、実は自分の中にはいろいろな自分がいて、時に小さな自分に従わずに、大きな自分従うと不可思議な充足感が得られるものです。この従事は強制ではなく、内なる小さな声に従うということです。

自分をちょっと乗り越える瞬間というのは、これまでの自分を捨てる瞬間でもあり、苦しみを伴うこともあるのですが、苦しみは一瞬で乗り越えてしまえば、あとは穏やかな満足感だけがあります。

難しい話しではないです。私が昨日火災お見舞いに<躊躇せずに気持ちよく>行ったことなども、<私にとっては>生命に仕えたことです。(こんなことも出来ずにいた私はろくでなしですが、精神世界にろくでなしは実はとても多いです。)

普通のことを普通にするだけでよいとわたしは思っています。

いつか大きなことをすべきことが来るかもしれませんが、それはその時のことです。

(8月5日 2010年掲示板)

今の私にとってもピッタリ当てはまる言葉の数々です(^\_^)

しかしとても難しい生き方でもありますね、私だけでなく日本人にとって難しい生き方かもしれません。何かにつけ「個」より「全体」主義という考え方はすね。逆に超個人主義の国、欧米系の人にとっては当たり前の生き方のようです。

ところで話は変わりますが、高塚さんは「儒教思想」についてどう考えますか？私は「諸悪の根源」だと考えているのですが。

▲行為への愛

ギブギブ

■みっちゃんさんへの返信

>みっちゃんさんへ

・・・私書き込んでいいのかわかりませんが、読み飛ばしてください・・・

>そうして最近思っていることは、自分の手を眺めながら、この身体の細胞さんたちのように自由、平等、平和のうちに、つまり調和のうちに、個々が多様に自分のため、同時に(身体) 全体のために「今」を生きられたら良いのだなあ・・・、ということです。

ひとりひとりが自分のために生き、なおかつ、60億人全体が「自由、平等、平和」なひとつの生命体を作り出している、

あるいは、

ひとりひとりが自分のために生き、なおかつ、地球の全体、山、川、海含めた全体が「自由、平等、平和」なひとつの生命体を作り出している、

そのような地球人でありたいですね。

名詞としての個の維持に汲々とし、また、名詞としての個の維持のために他の生命体、他の物質をむさぼり尽くす、

動詞としての個のオリジナリティ、動詞としての個の変幻自在性をすっかり置きざりにし

てしまっている、

そのような地球人から早く生まれ変わりたいですね。

>でも、さて、そのためにはわたしはどうあるべきなのか？

たまたま（必然的に）読んだ昨日の「明日の神」から引用させていただきます。参考になれば幸いです。

「——わたしたちはみなひとつである。

つぎに何かを選択するとき、何かを決断するときには、この考え方を手本（モデル）にしない。

つぎに行動するとき、つぎの戦略を立てるときには、この考え方を手本にしない。収益目標を立てるとき、従業員の給与体系をつくるおとき、商品やサービスの小売価格を決めるときには、この考え方を手本にしない。

会議室や役員室や寝室に入るときには、この考え方を手本にしない。モスクやシナゴークや大聖堂や寺院に入るときには、この考え方を手本にしない。

これを人生の、一瞬一瞬の手本にしない。そうすれば「新しい霊性（スピリチュアリティ）」と「明日の神」について教えるべきことはすべて教えることになるだろう。」

（193 ページ）

以下も、同書からです。生命は全体と同じことです。

「考え、語り、行うすべてにおいて、まず生命に仕えなさい。「この考えは生命を育むのか、損なうのか？ この言葉は生命を豊かにするのか、乏しくするのか？ この行動は生命を支えるのか、傷つけるのか？」と自分に問いかけてごらん。

そう問いかけて答えることが自動的なプロセスの一部になり、いちいち考えなくても自然にそうするようになるのは、あなたがたがいま地上で知っているかたちの生命を維持しようという気になったときだ。あなたがたがそういう意識をもてば、きっと維持できるだろう。

しかし、あなたがた一人ひとりが自分には何かが欠けていると思っていたら、まず生命に仕えることはできない。生命に仕える前に、いつも自分のニーズに仕え、自分のニーズを満たそうとするだろう。いっぽう、自分は生命であるとわかっていれば、すぐに生命に仕えることは「自分」に仕えることだと気づくだろう。これがすべての<マスター>への道の第一歩だ。

(209 ページ)

> 私は大学時代『ヨーガ・スートラ』を研究しましたが、身体の細胞さんたちもヨーガをしながら生きているのかもしれない、と思うのですよ。

興味深い感覚ですね。

確かなことは、身体の細胞の働きははある大きな力の秩序のコントロール下にあるということです。そのコントロールを細胞自身がされているかどうかということですが、わたしも細胞自身がされているという考え方に与します。

> とはいえ、実際に自分が習慣的に瞑想をしようと心に決めたのは、ごく最近、この高塚さんの掲示板を拝見するようになってからなのですが・・・。

ありがとうございます。

掲示板をお読みいただいて、半歩でも一歩でも新たな生き方のきっかけになられたとしたら、これほどありがたいことはありません。

私としては、その言葉をはげみにして、何も期待せずに、必死になって、そして、たんとんと瞑想を続けるだけです。

(8月5日 2010年掲示板)

>>

>> 怖れることは病気や貧乏ではない。

>>

>> 自分を生きないことである。

>

>

> 「自分を生きる」とはどういう生き方でしょうか？

> 自分の意のままに生きる！？ということですか？

> それとも意志とか意識ということでしょうか？

私も長年考えさせられてきた事柄です。

そうして最近思っていることは、自分の手を眺めながら、この身体の細胞さんたちのように自由、平等、平和のうちに、つまり調和のうちに、個々が多様に自分のため、同時に（身体）全体のために「今」を生きられたら良いのだなあ・・・、ということです。

でも、さて、そのためにはわたしはどうあるべきなのか？

私は大学時代『ヨーガ・スートラ』を研究しましたが、身体の細胞さんたちもヨーガをしながら生きているのかもしれない、と思うのですよ。

とはいえ、実際に自分が習慣的に瞑想をしようと心に決めたのは、ごく最近、この高塚さんの掲示板を拝見するようになってからなのですが・・・。

#### ▲ 209 ページ

#### ▲ 参考

明日 211 ～（生命に仕える）仕え方にはいろいろある。自分にとってのベストを目指す行動か、人びとにとってのベストを目指す行動か、あなたの魂はちゃんと知っている。この二つの考え方が衝突するとき、たとえあなたにはそれがベストだと思えなくても、人びとにとってベストを目指す行動をすればどう感じるか、あなたの魂は知っているのだよ。それはどんな感じかといえば、大きいという感じだ。あなたはふいに、自分がもっと大きくなった、ひろやかになったと感じる。内側がひろがった感じだ。それを「無私」と呼ぶ人もいる。

そのとき、あなたは「小さな自分」という感覚を捨て、それよりも大きくひろやかな「自分」という感覚をいただく。あなたは「大きな自分」になる。それはほんの一瞬かもしれないし、もう少し長いかもしれないし、あるいは一生続くかもしれない。だが、その感覚を経験すれば、決して忘れることはない。

7月17日、18日、19日、20日 2008年

#### ● 2001年宇宙の旅

SF映画で描かれている技術がすでに過去のものとなってしまうと、「SF」としての価値はなくなるかということ、そうではない。そこで描かれているのはSFの技術を借りていても＜表現しようとしていること＞は別のことだからである。わたしの友人は「2001年宇宙の旅」を見て感動し、続けて三度見たという（昔の映画館は入れ替え制ではなかった）。通算では、5、6回見ているという。わたしはそこまでして見たい映画とは思わなかったが、それでも時間を置いてではあるが二度見ている。



この映画のテーマを言葉で語ることは難しいが、原始人が初めて道具として使った骨を空中にほうりあげ、その骨が宇宙船に変わることから物語が始まる、ということだけを指摘しておけば充分かもしれない。

そして問題は、わたし自身が「骨が宇宙船に変わる」という人生を生きているかどうかということである。長いレンジで考えると、無意識のうちにそのような人生を送ってはきたが、瞬間瞬間の日々に占めるものは、枝葉末節の「どのようにSFの技術をホンモノらしくみせるか」ということであり、「骨が宇宙船に変わる」という幹の部分はすっかり忘れて生きている。

(7月18日 2008年掲示板)

#### ▲常識

2001年宇宙の旅での技術でも作成当時の常識を越えられない一線というものがある。決して越えられない常識というものがある。こういう常識というものは常識を越えてしまってみれば、滑稽にうつる。

私「サラリーマンにはなりたくない。だから、大学の先生になりたい」

父「大学の先生もサラリーマンだよ」

あと、何をこたえたかは覚えていない。

土着の信仰が低級で、キリスト教が高級であるという常識。

裸でいるのは低級で、洋服を身につけているのが高級という常識。

7月19日、20日 2008年

#### ●ヒーリング

水を一滴たらすと、コーヒーやお酒の味が変わるという水がある。ある方にご紹介していただいている。その手のものにはいくつかお目にかかったが、この水はそのなかでも秀逸で、効果てき面、誰もその効果を否定など出来ないであろう。

ただ、この水が名称等々変遷し、最近では出始めの頃ほどの効果は感じられない。それが何からきているのかは分からないが、ひとつには「いじくりすぎた」せいというのがあるのではないかと思っている。

あらゆることは変遷し、成長する。体によい水にもこのことはあてはまるであろう。だが、その成長・変遷とシンプルさとは紙一重である。ややもすると、初心のシンプルさの持つよさ、その力をそいでしまうことがあるのではないかと思っている。

これは自分自身のヒーリングの能力にもいえることであり、また自身の成長についてもい

えることであると思っている。自分の子どもの頃の写真をみて瞑想するという瞑想法もあるが、その瞑想は大人になって失ってしまった<子どものシンプルさ>を取り戻すためかもしれない。

(7月20日 2008年掲示板)

●所有

固定資産税

●神との対話

本を読んで、生き方そのものが変わってしまう本などそうそうあるものではない。

あるいは、一瞬一瞬がそのような本であるともいえる。

7月20日、26日 2008年

●瞑想

沈黙に入ること、すなわち、立ち止まること。時空に取り込まれないこと。  
熱意を持つこと。

●意識のある人生

神を忘れないこと、神とともにいつもいること、神であるようにふるまうこと、

●不安・隠蔽

隠していることというのは、そのほとんどは明らかにすれば、人類と世界にとってよい方向へと向かうことである。

これを私自身に対して行なうこと。

隠していることを明かすこと。

外が無理であれば、まず内に対して明らかにすること。

(掲示板記入予定)

7月21日、23日 2008年、7月11日、8月2日 2010年

●所有

モノに対しては、「面倒をみる」という視点から対する。

モノの声を聞く。

わたしの声を聞く。

そして、私の手と足を使う。

(掲示板記入予定)

■ハトホルの四大元素

他方、面倒をみていただいているという視点から対する。

(加筆して掲示板記入予定)

●視点～仕事

夜勤で眠られないということを逆手に取ること。

すなわち、

眠られないから、健康によくないと思うのでなく、

眠らなくとも生きていけるような人生を目指す、

ということである。

このような見方をあらゆることについてしてみる。

与えられた条件をすべて自分に生かすようにしてみること。

そして、どうしてもあわなければ、どうしてもあわなければ、離れていくこと。

(7月21日 2008年掲示板)

■食事に関しても同様である。

●教育

子どもに対しても、大人に対しても、そして、自分自身に対しても、

生きていくためのトータルな道具、いつまでも有効な道具を準備すること。

ところで、生きていくということはどういうことなのだろうか。

(7月24日 2008年掲示板)

■

シュタイナーの神秘修行の条件

グルジェフの自己観察

ハトホルの<気づき・選択・波動>

7月22日、24日、26日 2008年、7月15日、8月3日 2010年

●ヒーリング

砂地に水を注ぐようなヒーリングをしていないだろうか。  
砂地へのヒーリングは全く別のヒーリングが必要となる。  
あるいは、それに至るために徹底した「砂地に水」のヒーリングを行なうことであろうか。

### ●意識のある人生

今は何の時であるのか。  
その今の時に、  
全てのエネルギーを注ぎ、  
ただひとつの意識を向ける、



意識とはベクトルである

### ●意識のある人生～書き換え人生・時空

「取り返しがつかない」というが、「覆水盆に返らず」というが、  
もしも、「取り返しがつき」、「覆水が盆に戻る」としたら、どうなのか。

「神との対話」ではそのように言っている。  
この世界のディスクは書き換えが可能であると言っている。  
(どういうことかということ、時間の存在は視点の問題であるから、死後、この人生をもう一度生きてみたいと思えば、時間をさかのぼって生き直してみることも可能であるということである。)

人生は書き換え可能であるという話は、  
書き換え可能であるからどんな人生を送ってもよいということではなく、  
同じ人生の二度目、三度目を生きてみたいということは、  
「前に過ごした人生とは異なる人生を生きてみたい、もっと素晴らしい人生を選んでみたい」  
ということである。  
このことを、よくよく、思いかえすべきである。

この人生は、二度目、三度目の人生かもしれないからだ。

7月23日、24日、8月1日 2008年、7月15日 2010年

### ●夢

昼寝の夢

セックスの夢とはとても思えないが、それを含んでいるのは間違えはない。  
ユング心理学ではアニマの夢というであろうか。  
何と言葉にしても夢のリアリティからは離れてしまう。  
ただ、時折思い起こしてみるだけがよいのであろう。

●わたし

この掲示板、あるいは日記に書くことができないことはいくつもある。もしかしたら、そういうことこそ書くべきなのかもしれない。書けないということは自分自身の今を語っている。まあ、それは仕方がない。恥文化の地球人の一員である高塚の限界である。  
ただ、掲示板、日記に書かずとも、こころのうちにはしっかりと書いておくこと。そして、観察すること。このことが肝要である。

書くことは難しい。観察することも難しい。

■わたし

<人は自分自身を知ることができない。>  
これは二十歳のときに初めて体験した<知る>という体験であった。  
この<知る>は電光石火のような不思議な体験であった。  
ただ、なぜ自分自身を知ることができないのかということは、他人にうまく説明はできなかった。  
今ならこういう。  
なぜかという、成長するからである。  
なぜかという、わたしが大きくなるからである。  
<今わたしでないもの>をわたしは知ることができないからである。  
<今わたしでないもの>、これはどこまでも大きくなるからである。

あるいは、人とは名詞でなく、動詞であるからということかもしれない。

●所有・世話・愛・一体

芸術家はモノを世話する最高の人かもしれない。  
清掃人はモノを世話する最高の人かもしれない。  
そして、  
わたしはモノを世話しない最低の人かもしれない。  
わたしは世界を愛していないのかもしれない。

「あなたがたの言う「所有」という言葉や概念は、HEB（高度に進化した存在）の文化

にはない。「個人に所属する」ものという意味での「所有物」もない。H E Bは**所有せず、世話をする**。つまり、ゆだねられたものを大切にし、愛し、めんどろを見るのであって、所有するのではない。人間は所有し、H E Bは世話をする。」

(「神との対話」3巻 356 ページ)

(7月24日 2008年掲示板)

#### ■一日

今日一日を世話すること。

今日一日を何も残さないこと。

そして、今日一日はどのような一日であろうか。

7月24日、26日、8月1日、2日 2008年

#### ●必然と偶然

「<わたし>はいつも稲毛駅に行く」といい、

「高塚の体が偶然稲毛駅に行く」とか、

「高塚の体がちょうどまく稲毛駅に運ばれる」とか、

「奇跡のような偶然が重なり、高塚の体がいつも稲毛駅に着く」とかは決して言わない。

他方、この地球上の生命の発生については、太陽系に生命体ができ条件・偶然についていろいろ語るが、<わたし>については語らない。科学では<生命体発生のわたし>、<宇宙を動かすわたし>については語るができないからである。

まあ、それはそれでよい。

だが、「わたしが稲毛駅に行った」ことの足跡を丹念に調べて、高塚の体という物質が奇跡的に統一のとれた動きをすることを突き止めたとしても、「わたしが稲毛駅に行く」ことの本質は何も分からない。わたしにふれてみて初めてそのことは分かるものである。

同様に、<宇宙のわたし>を知りたければ、<宇宙のわたし>にふれてみるしかないのである。

(8月3日 2008年掲示板) (草稿要転記)

#### ●意識のある人生

成長すること以外、一片たりとも他のいかなることにもこころを寄せないこと。

感じること。

意識＝ベクトル

●意識のある人生

今日一日の幸せというものが必ずある。

だから、今日、その幸せを見つけること。

そしてある人にとっては、その幸せは出会うことでもなく、見つけ出すことでもなく、つくり出すことであるかもしれない。

粘土に手でふれて形作るように、こころでふれて形作るものかもしれない。

(8月1日 2008年掲示板)

●意識のある人生～エネルギー

元気が出ないときには、とにかく外にでること。

7月26日、27日、28日、8月1日 2008年

●意識のある人生

睡眠不足がつづき、体がだるい。

ただ、このこととわたしの気分が不愉快であるということとを、「1対1対応」で結びつける必要はない。

<1対2対応><1対3対応>も可能なはずである。

習慣のブリキのロボットとして生きないことである。

(7月26日 2008年掲示板)

参考「ハトホルの書」79ページ

■神聖なる矛盾

同時に疲れている時には休むこと。

●所有～わたし

テーブルいっぱいになべられたごちそうを見ることはできても、その全てを食べることはできない。

本もまた本棚一杯の本を読むことはできても、その全てを食べることはできない。

食べることができる本は数冊だけである。

その数冊の本だけが<わたし>となる。

よくかんで食べればその数冊だけが<わたし>となる。

(8月1日 2008年掲示板)

●被害者～わたし

十四、五年前になるであろうか、ヒーラーを称する方が

「お酒を飲んでもその影響を取ることができるので、お酒を飲むことはどうということはないんですよ」

とおっしゃられた。当時その手の話にうぶであった私は

「へ～、すごい人なんだなあ～」

と感嘆の目で見えていたが、その後、その方の言動不一致をいやというほど見せつけられたので、お酒の影響をとる話も嘘なのではないかと思っている。

では、私が嘘をつかれて被害を受けたかというとなんなことはない。何の被害も受けていない。

被害を受けているのは言った当人だけである。害を与えるというのは、往々にして、本人が本人に対して害を与えているのである。当人は自分自身を誇大広告し、自分の真の姿をおおい隠してしまっているからである。

だから、怒るとしたらそれは嘘をついた当人が当人に怒るべきことである。

(7月28日2008年掲示板)(草稿要転記)

■

受け手は反応を変えればよいだけである。

「神との対話」～あなたがたの救いは相手の行動にあるのではなく、あなたがたの反応の仕方にある。

被害を被っている者は誰もいない。

●柴田さんへの返信

柴田さん、おはようございます。

暑中見舞いありがとうございます。

まあ、私の場合は「暑中」いうよりも「老化中」といった方が正しいかもしれません。

こんなはずではなかったのですが、老化に関しては注意をはらっていなかったので仕方ないですね。先日も妻に

「額にしわが出てる！」

と驚かれて、あわてて鏡をのぞいたのですが、まあ特別違った顔にも思えませんでした。

要するにしわがあるのがいつもの顔になりつつあります。

70、80になって、真っ白な頭になって気功をやって健康でいるというのもいいですが、わたしとしてはババジのように「青年の体が維持できるという」物質のコントロールが完全にできる域にまで達したいですね。



教室は今思案中で、どのようになるかは分かりません。市ヶ谷は閉じるつもりでしたが、院長さんから貴重なアドバイスをいただき、思い直して再出発を図るつもりです。ということで、8月は中止で、それ以降の再開は未定です。曜日等も全く白紙です。

今は「自分自身の体（自他のヒーリングを含む）」と「原稿」と「ホームページの更新」に精力を費やしたいのですが、日記に書いているように思い通りにはなかなか進んでいません。

柴田さんも日々精進され、＜新たなる柴田＞の構築に努められるよう、お祈り申し上げます。

高塚さん。おはようございます！

暑中お見舞い申し上げます。

日々お忙しくお過ごしそうですね。  
どうかご自愛もお忘れなく。

また教室に伺えるようになるよう私自身も顔晴ります！

#### ●熊谷さんへの返信

熊谷さん、おはようございます。

8月23日の読書会は中止ですが、ご都合よろしければお会いしたいですね。ただ、翌日「千葉教室」があるかもしれないので（24日か31日どちらかの予定）、できたら他の日が助かります。教室の前日は飲めないので～(^o^);

熊谷さんは土曜がご都合よろしいのでしょうか？

お盆明け以降、8月と9月はお休みが結構あるので、何日か候補の日にちをおっしゃっていただければと思います。

場所は、天国と地獄以外はどちらでもOKです(^o^)/

熊谷さんに初めてお会いしたのは私が人生を意識的に変えていこうと決意した頃と同じ時期なので、そろそろ8年ぐらいになるのではないのでしょうか。私自身、ずいぶん多くのことを知ることができましたが、その間身をもって変えることができたことはごくごく一部

のような気がします。ただ、ほんの一部であってもわたしには尊いことなので、その小さなことを<自分自身で>ひとつひとつ積み重ねていくしかないのだなあ最近思っています。

高塚先生こんばんは。

8月23日は仕事なので、残念ながら教室へ行けないのですが、夕方まで皆さんとお話されていますか？

まだ、先なのでわからないのですが、時間と場所によってはお会いしたいのですが・・・

7月27日、8月16日 2008年、8月3日 2010年

●質問53～<わたし>

ボロをまとっていても、粗食に甘んじていても、

<ずっと立っていること>

このことができるように、こころがあること。

何も恥じることはないということ。

何も苦しいことはないということ。

恥じるというのはそういうことでなく、もっと別のことである。

苦しいというのはそういうことでなく、もっと別のことである。

あなたにとって恥ずかしいことというのはどういうことであろうか。

あなたにとって苦しいことというのはどういうことであろうか。

なお、最も重い病は何も感じないということである。

(8月16日 2008年掲示板) (加筆済み 8月3日 2010年掲示板) (教室資料要転記)

●四方田さんへの返信

四方田さん、おはようございます。

「言えた立場でない」などと言わずに、どんどん言ってください(^o^)/

教室のご案内ありがとうございます。

でも8月は中止にし、再度長考中です。申し訳ありません。

20年前の手をかざすということだけから、人生が変わっていき、どういうわけか（全くどういうわけかデス）、人間成長のための啓蒙活動までやり始めていますが、自分が獲得したものを教えるというのはとても難しいですね。

これはグルジェフが言うように

「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。」

という問題がひとつあります。

そして、自己伝授のための機会が高塚が用意することなのでなく、＜この世界＞が用意することなのであり、教室を宣伝してまで開くなどというのは、分をわきまえない所業のような気がするわけです。

もうひとつ問題があり、もしかしたら教えようとしていることが高塚がわがものとしていないので、参加者とシンクロしないのではないかということです。こちらの方が正解かもしれないかもしれませんが、本当のところは分かりません。まだ気づかない問題があるかもしれません。

もちろん教えるものを獲得するためにやるわけではないですが、所有の問題、自由の問題、意識の問題、等々のわたしが人生の根本問題と考えることについてはわたし自身がわがものとして＜存在の一部（かつ全体）＞になっていないと話にならない気がします。

ブッダと比較するのはおこがましいですが、悟りを開いたブッダがそのまま入滅しようとしたことが以前は不思議で仕方なかったですが、今はその感じはとてもよく分かります。

地球人がかかえている諸問題の解決は人類全体がかかわる側面と一人の人だけにかかわる側面と二面性があるということです。

今はその二面性の後者だけにかかわり、前者は千葉の教室だけにしておこうかと思っていたのですが、Yさんに説得され（貴重なご助言でした）、休会ということにして再起を期したいと思っています。

以上、暗い話か、明るい話かは分かりませんが、私自身は存外元気です。

<この世界>がわたしに何を語りかけているのか、受け取るのは簡単なようでとても難しいですね。まあ、向こうは簡単だというかもしれませんが、何しろ声が小さいので聞き逃さないようにしていないと<しるし>を見落としてしまいます。

見落としていないかどうか、そのリトマス試験紙のひとつは元気であるかどうか、喜びがあるかどうかですね。

では、また～。これから将棋の大会です。

私も暑中お見舞い申し上げます。

私と言えた立場でないかもしれませんが  
自分のSNSで「市ヶ谷教室のご案内」をさせていただきました。

連日、猛暑の記録更新が続きますので  
ご自愛くださいませ

7月28日、29日、30日 2008年

●クリスタル・マイヤーズ

7月28日付の「朝日新聞」夕刊のコラムに歌手のクリスタル・マイヤーズの記事が載っていた。全文引用は気がひけるが、とてもいい記事なのでご紹介させていただきます。

「19歳で早くも3枚目のアルバム「メイク・サム・ノイズ」を出す。新作のメッセージは、アルバム名通り「主張しようよ」。

「私たちの世代は両親の世代から『ダイニング・ジェネレーション（終わっちゃった世代）』なんて呼ばれている。創造的なことはしていないし、社会の不正に立ち上がりもしないって。でもツアーで回ると、何かをしようとしている若い人はたくさんいる。ちょうどアメリカは大統領選で政治の季節。自分の世代の仲間主張していこうって言いたかったのよ」  
どんなノイズ（主張）？

「自分たちがだれであるか。どんな人間になりたいのか。そういうこと。なりたい人間になるためには、他人を巻き込み、人に興味を持ってもらわないと」

敬虔なクリスチャン。デビューのきっかけも、14歳の時に教会のサマーキャンプで自作曲を歌い、地元テネシー州にあるローカルレコード会社の目にとまったから。

「ナッシュビルみたいな田舎町ではありえないチャンスをもたらした。私のメッセージはほかのポップスターと違う。ハリウッド目指そう、リッチになろう、なんて死んでも歌わない」

何を聞いてもばきばき答え、10代にはとても見えない。珍しいゼブラ柄のパンプスを「か

わいいね」とほめたら「ナッシュビルで買ったのよ!」。顔をくしゃっとして喜んだ。ティーンの顔だった。

(近藤康太郎)」

私になく彼女にあるもの、

「なりたい人間になるためには、他人を巻き込み、人に興味を持ってもらわないと」

ということを知っていること、

「ハリウッド目指そう、リッチになろう、なんて死んでも歌わない」

という一本の線、

「くしゃっとして喜んだ」

という感情表現、

どれも生きていくうえで欠かせないものである。

(7月29日2008年掲示板)

#### ■四方田さんへの返信～わたし

四方田さん、こんばんは。書き込みいただき、ありがとうございます。

自分の場合は、教室を開いて資料を準備し、そして実際に教室でディスカッションをするうちにとっても多くの<自分>にふれることができました。この<自分>は自分だけでは決してふれることのできなかつた自分です。その意味で<他者を巻き込むこと>によって新たな<自分>に到達することができたといえます。ただ、彼女のように自覚的ではなかつたですが。

また、<他者に巻き込まれること>によってふれることのできた<自分>というものもあります。それは、ヒーリングを通じて出会う死によってです。

自分が蒔いて自分が刈らなければならないような死に至る大病であっても、病人というものはどこかに他者のために病を背負っているというところがあるのです。

重い病をめぐる人は中心にいる病人という当事者だけでなく、その病を知る全ての人が当事者なのです。どれだけ当事者であるかは、

<それはわたしである>

といえるかどうかにかかっています。その段階には様々あり、人間の数だけあるといってもよい、当事者としての自覚、あるいは不自覚です。

この件に関しては数年前のヒーリングでいやというほど思い知らされました。そして、当時の掲示板に頻繁に書き込んであります。

そしてまた、最近の話で言うと、アーミッシュのマリアン・フィッシャーさんの死もそのような死です（そのような死でない死はないですが）。イエスでさえ躊躇した磔刑への道を、

「わたしから撃ってください」

と切り切った人間性にわたしは無条件にひかれます、巻き込まれます。その巻き込まれる中で新たな<自分>にふれることができるのです。

このように他者との関わりの中で<自分>が明らかになるのですが、と同時にあくまでも自分自身だけで<自分>が明かされるという側面もまた厳然として存在するのです。

ブッダが菩提樹の木の下でひとり瞑想したように、  
イエスが 40 日間荒野にとどまったように、  
あるいは、誰もが、ひとり立ち止まり、すくっと立っているように、

そのようにして、<自分>が明かされるという側面もあるのです。

「他者なしに自分は明かされないと同時に自分だけでしか自分は明かされない」という、この<神聖なる矛盾>を行き交ううちに<わたし>は開かれていくようです。

(7月30日2008年掲示板)(草稿要転記<自他><動詞>に関する項目)

>他人を巻き込み、人に興味を持ってもらわないと

「なりたい自分」になるためには「自分」だけでなく、

より積極的に「自分」であるために  
「他人」を巻き込むことが  
キーポイントということですかね。

一人の限界は感じていましたが・・・

■四方田さんへの返信～凡打（知識）

四方田さん、おはようございます。

イチローが 3000 本安打達成の記事で今日の朝刊は満杯です。朝日新聞のコラムにイチローが開眼した凡打という話が出ていました。数限りない凡打のなかで——イチローであれ、3 回に 1 回しかヒットは打てないわけです——、新たな感触が生まれるわけで、その触感はヒットでなく、凡打であったということです。

当然ながら私も含め、ほとんどの人の人生は凡打です。どういう凡打かという、「知っている」けど「何も分かっていない」という凡打です。武道でいえば、会得しているが、体得されていないという凡打です。通常の人はこの凡打をどれだけ打ったかで——どれだけ多くのことを知っているかで——その人の高低を判断するわけです。だが、こんな凡打はいくら積み重ねても「賽の河原の石積み」の凡打です。四方田さんがおっしゃられるように、<「わかりました」と言わない>というのはとても大切なことです。

イチローの凡打は必死の凡打であり、その凡打の積み重ねはいつかピラミッドの達成につながる石積みなのです。だから私たちもまた、知るということに必死であるべきで、そしてなかなか知ることができないということに気づくべきなのです。

ネット社会になり、さすがに百科事典を暗記しようとするような人はいなくなったと思いますが、相変わらず一日は単なる知識を得ることに費やされています。だが、そのような知識は体に張ったワッペンのようなもので（たとえば古い!）、簡単にあき、簡単にはがれてしまうものです。

では、はがれることのないワッペン、はがれることのない護符、はがれることのないその人の属性、すなわちその人の存在に至る道はどのようにして開かれているのだろうかという問題があります。

なお蛇足ながら、ヒットを打つというのはその人にとっては意味のないことです。凡打が意味のあることで、凡打はヒットにできるという、このことに有意義であるという意味があるのです。

できることなど、こんなことは何でもありません。

今、できないこと、このことこそ意味があるのです。

そして、このできないことから成長することができるのです。

さらにまた不思議なこととしてあるのは、

<できないというとき、あなたはあなたの神を否定している>

という言葉にあるように、できないことは何もないということ、しかし、今はできないと  
いいなくなる状況にあるという不可思議さです。

(7月31日2008年掲示板)(草稿要転記<知識><人間とは何か><質問>の項目)

高塚さん、こんばんは。

(前回、挨拶が抜けてしまい失礼しました)

いつもありがとうございます。

お話を、簡単に「わかりました」と言わない分  
以前よりは成長したようです。

勿論、まるっきり「わからない」と言うことでもなく、ですが。

7月29日2008年、7月22日、8月12日2010年

●意識のある人生

俯瞰すること。

自分自身を俯瞰すると同時に、見渡せる限りのこの世界全体のバランスを俯瞰しながら生  
きていくこと。心配りしながら生きていくこと。

とりあえずは、身近な人間関係、出来事に着目し、別の観点から見るができないかを  
すること。

(参考)「神との対話」3巻<観察>に関する項目。

(参考)「ハトホルの書」「1気づき 2選択 3波動」に関する項目

## ★8月2008年

8月1日2008年

●ヒーリング



いつ何時、何があろうとも、後悔しないヒーリングを行なうこと。

8月2日 2008年

●熊谷さんへの返信

熊谷さん、おはようございます。

ご連絡お待ちしております。こちらだけの都合を言いますと、

9月は21日、22日、25日、26日、29日、30日

だと助かります。

お会いできる日をひとつの区切りとして、ひとつのゴールとして、

それまで自己修養に努めたいと思っています。

では、また～(^o^)/

高塚先生こんばんは！

返信遅くなってすみません。

9月にお会いできたらと思います(^ ^)

またご連絡させていただきます。

では。毎日暑いですが、お体にお気をつけてください

8月4日、26日 2008年、7月23日 2010年

●質問52～＜必要性＞

独身時代は月刊誌「将棋世界」の発売日には、吟醸酒「一路」と「寿司特上」二人前を注文して、ひとり盃を傾けながら読むというのが定番のセットであった。わたしの場合の「将棋世界」には、吟醸酒とお寿司が欠かせないものであり、このメニューは一生続くものと思っていたが、今ではそんなことはない。

だが、今は今でまた生きていくのに欠かせないセットというものがある。

今日この本を持ち歩かないと困る時がくるかもしれない。

満足のいく気功治療、気功教室をするためには資金と場所が必要である。

夜勤の仕事をやめたら食べていけなくなる。

などというセットメニューがある。今回のこの人生でこのようなセットから解放される時がくるのであろうか。

ところで、あなたの今のセットメニューは何であろうか。

あるいは、過去のセットメニューで、セットメニューでなくなったものをあげてみてください。

(8月4日2008年掲示板)(加筆して再掲7月23日2010年掲示板)(教室資料予定)

酒を飲まなくなるという解決法。

●意識のある人生

すべてとの関係を持つこと。

このことを意識すること。

●質と量・時空・大乘と小乗

ありがとうございますを10万回繰り返すこと。

一瞬にして10万人を殺すこと。

一瞬にしてありがとうございますを10万回繰り返すこと。

8月5日2008年

●身体～病気をしない生き方

無理のない選択

機械的信仰。感情的信仰。

もっと大切なものがある。

意識のある自由である。

8月6日、7日、8日、9日、10日、11日、10月30日2008年、7月16日2010年

●意識のある人生～心構え

今は何の時であるのか。

その時の形に、いつも自分がシンクロしている。

空を見る時には空に、

瞑想する時には瞑想に、

仕事をする時には仕事に、

食べる時には食べることに、

手をかざす時には手をかざすことに、

こころの形はいつもその時の形である。

(10月30日 2008年掲示板)

●意識のある人生

昨日、今日と千葉の空は快晴である。快晴と言っても雲はたくさんある。たくさんあるが、くっきりとした雲と青空とのコントラストがすばらしい。雲ひとつない快晴よりもわたしは雲が同居している青空が好きである。

雲は同じ形をしていない。刻々変化している。

わたしもまた変化しているのだろうか。

意識して変化しているのだろうか。

●意識のある人生～自戒

してはいけないこと。

人を馬鹿にして下に見たり、人を怖れて上に見たりすること、  
すなわち、人につばをかけたり、自分につばをかけたりすること。  
よくよく注意すること。

(8月6日 2008年掲示板)

■Be Here Now・自他・動詞

私と相手がいるのでなく、ただ行為があるのである。

わたしとは動詞なのである。

(掲示板記入予定)

●ヒロシマ

前回教室でもふれたが、ヒロシマに関するわたしの解決法は、選挙で

- 1 核兵器廃絶を訴える政党に一票を投じる
- 2 高塚に一票を投じる
- 3 あなた自身に一票を投じる

この三択のうちに解決法があるとする立場である。

(8月6日 2008年掲示板)

■ヒロシマ・ナガサキ

グルジェフの信仰論は人の営みの様々な場面で力を発揮する。

「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。」  
（「グルジェフ・弟子たちに語る」）

高塚に隷属することなく、叶えられなかったことを機械的に繰り返すのでなく、自分自身が始まりとなること、このことからすべてが始まる、というのがわたしの立場である。

すなわち、

<わたしのヒロシマ・ナガサキは、わたしが武器を必要としない人間になるということである。>

またこの問答とは別に、こういう話しもある。

答えは1である。

高塚に一票を投じてこの世の中は変りそうもないし、自分自身に一票入れてみても自分が当選するとは思えない。現実的な話として、核兵器廃絶を訴えている政党、政治家に一票を投じるのは当然である。

答えは2である。

高塚先生は教室や掲示板で立派なことを言われている。先生ならきっと核廃絶に多大な力を発揮してくれるであろう。

答えは3である。

ひとりひとりの意識が変わることによってのみ世界は変わる。

どれが答えかでなく、答えを言うことによりあなたを知ることができる。

どちらにしろ、あなたに一票を投じている。

でも、その一票を投じたあなたとはどのようなあなたであろうか。

また、一票を投じられたあなたとはどのようなあなたであろうか。

（8月9日 2008年掲示板）

#### ●知識～存在

できうれば、自分自身の身体を完全にコントロールできるようになり、生まれ変わりは意識をもったままできるようになりたい、すなわち、輪廻は意識をもったままめぐっていききたい。しかし、客観的にはその思いはなかなか困難なものがある。

次善策は、生まれ変わったあとにもこの人生で知ったことを覚えておきたいということである。

そのためには、知識はわたしとならなければならない。

わたしとなったものは、未来永劫失われることがないからである。

(8月10日 2008年掲示板)

■知識～映画「インディ・ジョーンズ」(自己伝授)

知識に関する基本的な考えはグルジェフから授かった。その考えを二十年以上反芻しているが、どれだけわがものとしているかは分からない。

ただ、先日見た映画「インディ・ジョーンズ」は知識がテーマであるので、少々長いがグルジェフの言葉を引用させていただく。

「あなたが知っていること全部、読んだこと全部、教えられたことの全部を取り上げてみなさい。あなたが何一つ理解していないことは確実だ。なぜ2たす2が4であるかを、自分自身に誠実に問うならば、あなたはそれさえ、確かでないことを知るであろう。あなたは、誰かがそう言うのを聞いただけであり、聞いたことを繰り返して言っているだけである。日常のことがらばかりでなく、高次の深遠なことがらについても、あなたは何も理解していない。あなたの持っているもの全部が、あなたのものではない。

今までのところ、あなたはごみ箱を持っていて、その中へものを投げ捨ててきた。その中には、利用できる多くの貴重なものが入っている。ごみ箱からあらゆる種類の廃棄物を集める専門家がいる。中にはこれで多額の金をつくる者もいる。あなたのごみ箱の中には、すべてのことを理解するための十分な資料がある。理解すれば、すべてを知る。このごみ箱の中へこれ以上集める必要はない。あらゆるものがそこにある。だがいかなる理解もない。理解の場所はまったく空っぽである。

あなたは自分のものでない多額の金を持っているかもしれないが、たとえ百ドルでも自分の金を持っている方がはるかに裕福であろう。だが、あなたが持っているものは、一つもあなたのものではない。

大きな概念は、大きな理解によってのみ問題とされるべきである。われわれにとっては、小さな概念が理解し得るすべてであり、しかもこれさえ、理解できると仮定してのことである。概して、大きなものを外に持つより、小さなものを内に持つ方がよい。

大いにゆっくりやりなさい。何でも好きなものを取り上げ、それについて考え、以前とは異なる方法で考えなさい。」

(G. I. グルジェフ著「グルジェフ・弟子たちに語る」377ページ めるくまー社)

この掲示板の最初の書き込み、今は亡き「海の雫」(祐@千葉)さんからいただいた「あなたは何者になりたいか」

であり、それに対するわたしの答えは

「すべてを知りたい」

であった。この願いは今も同じであるが、映画「インディ」でKGBの超能力者女性指揮官もまた、

「すべてを知りたい」

といい、それがこの映画のメインテーマである。どうすればすべてを知ることができるのか、このことがこの映画に描かれているのかどうかは自分には分からない。ただ、こういうやり方では知ることはできない、ということは描かれている。それはまたグルジェフの言葉を借りるなら、

「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。」

(上述書 54 ページ)

ということである。

(8月11日 2008年掲示板)

■知識～映画「インディ・ジョーンズ」(ヨガナンダへの伝授)

映画「インディ・ジョーンズ」に出てくるロシアの女工作員は

「すべてを知りたい」

と宇宙人に望み、そして燃え尽きてしまう。映画の中だけのことかと思っている方もいるかもしれないが、こういう話しもまたある。

### <受け容れの準備>

「先生、どうか私にサマディを経験させてください。」

「愛する若者よ、お前を神との霊交に導くことは、わたしにとってもうれしいことだ。だがしかし、それはわたしの役ではない。」

聖者は半眼のまま私を見た。

「お前の先生がもうじきその経験を授けてくださる。お前のからだは、今はまだそれに耐えられない。ちょうど小さな電球が過大な電流に耐えられないように、お前の神経もまだ宇宙電流を受け入れるだけの用意が出来ていないからだ。もしわたしが、今すぐお前に無限の恍惚を与えたら、お前は全身の細胞に火が付いたように燃えてしまうだろう。」

(パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」145 ページ 森北出版)

映画と同じたわ言なのかどうかは分からない。いつも言うように、この話しのどこが私に

役立つかということだけが私にとって大切なことである。

目的があって自分を鼓舞できる。だが同時に求めないということも大切なことである。  
(加筆して掲示板記入予定)

「神対」瞑想で求めないこと

#### ■ グルジェフの弟子への伝授

なぜあらゆることを知ることができないのだろうか。

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ができない。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。」

(フリッツ・ピーターズ著「魁偉の残像」11 ページ)

#### ■ 知識～ラヒリ・マハサヤ

意識の遍在性という知識の説明と実践

ラヒリ・マハサヤはわたしに従えとっていない、神と交流をもてとっている。つまり、あなた自身と交流をもてとっている。

### 3 3 2～聖典の解釈と瞑想

大師は、弟子たちが聖典の解釈について理論的な議論に熱中することを諫められた。「英知は、いにしへの啓示を、ただ読むだけではなく真に悟ることによって得られるものだ。あらゆる問題を瞑想によって解決しなさい。無益な思索によらず、神との霊交によって解決するよう努めなさい。

心の中から教条主義的神学をあかを取り除いて、そのかわりに、直覚という新鮮な癒しの水をくみ入れなさい。自分の意識を内なる案内人に同調させれば、人生のあらゆる問題に対する答えを聞くことができる。人間は、自分の身のまわりに悩みや問題をつくり出す天才で、つぎつぎとつくっては飽くことを知らないが、神もまた飽くことを知らぬ無限の救済者なのだ」

大師はある日、数人の弟子たちを相手にバガヴァッド・ギーターの講義をしておられたとき、皆の前で、意識の遍在性を実証してみせられた。クタスタ・チャイタニヤ（万物の内に遍在する聖なる意識——キリスト意識）について説明されると、大師は突然あえぎ出して鋭い叫び声をあげられた。

「わたしは今、日本の近海で、おおぜいの人たちのからだの中に居て溺れ死のうとしている！」

翌朝、弟子たちは新聞で、前日日本近海で船が沈没し多くの死者が出たことを知った。

8月7日、11月13日 2008年

●ハトホルの書～ヒーリング・四つの礎石

奉仕しているのか

自分のために働いているのか。

●意識のある人生～ベクトル

止まっていることと動いていること。

始点が動かないこと。

ベクトルの長さは伸び続けていること。

8月10日、11日、12日、10月30日 2008年、5月4日 2009年

●ハトホルの書

わたしとわたし自身との関係

わたしと他者との関係

予定表の問題・自由の問題

●シンクロニシティ～奇跡と必然

将棋のプロ棋士片上五段が先週と今週の「週刊将棋」に、29歳で亡くなった村山聖九段の将棋を特集で解説している。以下は、その結びの文章である。



「私にとっての村山将棋は、何と言ってもあの有名な丸山との死闘である。ガンの手術をした直後の順位戦、まさに死力を尽くした戦いに村山は敗れた。最後はトン死という劇的な幕切れだった。

私は長かった三段時代、この将棋を何度となく並べた。昇段を逃した直後、力の限りを尽くしながら敗れた村山の心情に思いを馳せた。そしてこれほどの死闘に敗れながら、この後の一年を戦い抜いてA級に復帰したことの意味を考えた。大一番の直前、そして四段昇段前夜にはどんな極限状態であってもこれほどの将棋が指せるのだと勇気づけてもらった。そんな思い出の一局を何年かぶりに並べてみて、自分が順位戦で同じ局面を指していたことを発見した（棋譜略）。なぜ今まで気づかなかったのかは謎である。

ちなみにその将棋は千日手になり、指し直しは3時間半及ぶ激闘を制して、私は順位戦の階段を一つ昇った。思い出の一局に、忘れられないエピソードが加わった。実はこのときの対戦相手が「序盤は村山に聞け※」こと村山慈明であった。「村山」との浅からぬ縁を紹介して、結びに代えたい。」

※村山聖九段は「終盤は村山に聞け」といわれていた。

片上五段にとってのシンクロシティの話である。ほとんどの人にとって気づくことができるシンクロとはこのようなシンクロである。

だが、シンクロシティ——意味のある偶然の一致——とはそのような「奇跡的なしるし」だけではない。日常こそがまさしくシンクロシティなのである。

以下は、ヨギであるムクンダ（ヨガナダ）とスリ・ユクテスワの対話である。

「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！」

巖然たる一言があたりの空気を破って返って来た。

「死ぬほかなかったら死になさい。ムクンダ、お前は自分が食べ物の方で生きていると思っ  
ているのかね？ お前は神の方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隷にしてきた迷いは、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。」

(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)

実はこの話のあとにそれこそ信じられないような奇跡と呼ばれるシンクロニシティが生じる。そちらも引用したいところではあるが、この本には「本の紹介以外の目的では引用しないように」との念を押されているので、以下の奇跡に関心のある方にはぜひご購入の上、お読みいただきたい。

精神世界に関心のある人は、ある時期どうしても奇跡と呼ばれる出来事にこころを奪われてしまう。だが、そういう奇跡は<日常という奇跡>の一部分でしかないのである。

サイコロを10回振って、全部「1」の目が出たら奇跡という。しかし、

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4」

という目が出たら奇跡とはいわない。しかし、ある人がこれからサイコロを10回振って、

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4」

という目を出しますと行って、その通りに

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4」

という目を出したら奇跡というであろう。この世界の日常もまた

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4」

というサイコロの目なのである。違うところは、声高にこういう目を出しますと叫ぶところである。だから、日常の

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4」

という世界が奇跡に思えないのである。だからまた、

「1 1 1 1 1 1 1 1 1 1」

という目が出たら、一冊の本、一冊の番組ができるのであるが、永遠に続く

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4……」

という必然性のプロセスに関してはほとんどの人に気づかれることなく、物語られることなく過ぎていくのである。

スリ・ユクテスワはこの奇跡を<知っている>。その<知っている>ことにふれたヨガナ

ンダは、——すでに「1」の目を10回出すことは自分の力ではないことを知っていたが——

「5 2 3 5 1 3 3 6 1 4」

という目を出そうとして出せること——すなわち、食べることができること——もまた、自分の力でないことを知るのである。

(8月14日2008年掲示板)(草稿要転記)

ヨガナンダの護符のシンクロ～日常に神を見ること

食欲

片上のシンクロ

日常にシンクロを感じる

スコット・カニングガムの魔術の三要素「必要・感情・知識」

(参考) ジョン・キング著「数秘術」

### 3 2 4～必要・感情・知識

私は、故スコット・カニングガムが書いたもの以上に、真面目で簡潔で繊細な現代魔術の本質における記述を読んだことは決してなかった。

「あなたが聞いたかもしれないことと反対に、**魔術は自然的な過程である**。それは悪魔の産物や不快な創造物のものでなく、「地に落ちた天使」が魔術の実践力を私達に貸したものでもない。これらは個人主義を軽視する宗教哲学の考えである。……魔術は「超自然的」か？ 否。超自然的なものは、存在しない。それについてしばらく考えてみよう。超とは、余分の、外側の、掛け離れたものを意味し、しかも**自然的**である。自然の外側なのか？ 自然とは異なるのか？ 少しもそうではない！ 魔術は石と同じく自然であるし、私達の息と同じく現実的であり、太陽のように力がある……力は中性である。それは正と負のエネルギーに分割することはできない。**力とは力**である。それをもって有益な目的に向かい作業すべき魔術師（力を行使する人達）としての私達の責任である。

そこで、私達の最初の質問はこうである。どのような結果や目的に対し、私達は数の魔術を向けようとするのか？ 私達は、再びスコット・カニングガムに立ち返り、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。カニングガムは、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みねばならない**」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德性について、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」。

#### ●世界

世界が芸術になるときというのは、世界を創り出した存在の永遠性と、この世界の刹那性とが繁栄されて表現されてときである。

#### ●ヒーリング

違う人生を送ってこそ、病気になった甲斐があるというものである。  
わたしがしたいことは、その違う人生へのお手伝いをするのである。  
(掲示板記入予定)

だが、多くの方は同じ人生を送りたがる。  
選択は肉体の生死をこえる。  
そして、同じ人生への執着は<自由な選択という尊厳>をおさえつける。  
(加筆して掲示板記入予定)

#### ●意識のある人生

どのような一日にも意味がある。  
だから今日一日に、その意味を見つけ出すこと、その意味にふれることである。  
もし意味がないようにみえるなら、意味あるものへと変容させることである。

どのようにしてか。  
願うことである、意志することである。  
願いも意志もなければ、とにかくエネルギーを注ぐことである。  
エネルギーを注ぎ灰にすることで見えてくるものがあるからである。

(加筆して掲示板記入予定)

出来事そのものは好悪の基準を越えている。

●意識のある人生

不元気と元気とは紙一重である。  
その紙一枚を乗り越えていること。

意識的に乗り越えること。

●意識のある人生～時空（教室質問）

過去はすべて甘酸っぱい黄金の実である。  
過去になると、出来事はすべて変わる。

では、すべてを過去にしてみよう。

(加筆して掲示板記入予定) ★★★

今と呼ばれているものの中に過去になるものと現在とがある。  
やがては過去になるものは過去のように見ることである。  
では、過去にならない現在とはいったい何であろうか。

8月11日、12日 2008年

●「ハトホルの書」考～ワーク

ハトホルは

<バランスのとれた高次の気づき>

に達するために四つの礎石があるという（ハトホルにとっても、そして、われわれにとっても、<気づき>と<意識>は成長のための両輪である）。その四つとは、

- 「1 あなたと、あなたの肉体および「カー」を含む精妙なエネルギー諸体との関係。
  - 2 あなたと、あなた自身または他者との関係。
  - 3 あなたと、あなたの宇宙や世の中や地域社会に対する奉仕との関係。これは仕事という形をとる場合が多いが、かならずしもそうでないこともあり、職業だけに限るわけではない。
  - 4 あなたと、あなたの暮らす世界を構成する聖なる元素との意識的な関係。地上に暮らす人類にとっての「聖なる元素」とは、土、火、水、気（空間）である。」
- （「ハトホルの書」122ページ ナチュラルスピリット刊）

ここでは「3」について考えてみる。

誰のために働いて、  
誰のためにもうけているのだろうか。

わたしのために、  
わたしの地域社会のために、  
わたしの世の中のために、  
わたしの宇宙のために、

働いているだろうか。

わたしのために、  
わたしの地域社会のために、  
わたしの世の中のために、  
わたしの宇宙のために、

何をもうけているのだろうか。

どのようにして働いて、  
何をもうけているのだろうか。

(8月12日 2008年掲示板)

●意識のある人生～時

畑を耕し、種を蒔く時期。

太陽の恵みと雨の恵みとを受ける時期。

実を刈り取る時期。

今は何の時期であるのか、今は何の時であるのかを知っていること。

(加筆して掲示板記入予定)

■ベクトルの長さ

すべてが同時となる耕作がある。

法蔵菩薩の誓願である。

これが行為への愛の一容貌であろう。

●ヒーリング～遠隔

長く送ることを試みるのではなく、  
一瞬でもよいから、きれいなイメージで送ることを心がける、  
その結果として長くなることがあるかもしれないということ。

(掲示板記入予定)

●全体～ヒーリングの予定表

「羽生さんはいろいろ発見をしてきたと思いますが、その中で、ずっと続いている強い発見は何ですか？」

羽生「将棋は全部の駒が関係している、ということです。将棋って、全然関係ない隅っこの香車とか端歩とか、そういうのが大事なんです。これはすごい発見です。」

(「将棋世界」2008年9月号23ページ 聞き手・浅川浩)

8月12日2008年

●ヒーリング

いいのかどうか、問題がないわけではないが、  
ヒーリングに関しては死にそうな人でないと、きれいな気が出なくなっている。  
このことについて、省みること。

8月13日、14日、17日、21日、22日2008年

●「ハトホルの書」考～予定表(金メダル)金メダル(ハトホルの予定表)

マラソンの野口みずき選手が肉離れのため欠場を決めた。

レースに出て負けることよりもはるかにつらいことである。

しかし、野口選手はオリンピックで金メダルを取ったことはあっても、レースを目前にして欠場を決断したということはしたことがなかった。

運命の女神はときとして金メダル以上の重みと、そして輝きを選手に与える。

手をかざせば治るだろうか、などと一瞬でも考えたわたしは愚か者である。

(8月13日2008年掲示板)

きちがいに刃物

きちがいにヒーリング

ヨガナンダの鹿

●条件

仕事をしながら達成しなければ意味がない。

仕事をしながら達成できる。

仕事をしながらこそ達成できる。

●時空～不思議な中年

昔「不思議な少年」というテレビドラマがあった。主人公の少年が

「時間よ止まれ」

というと、時間が止まるのである。自分には時間は止められないが、実はもっとすごいことができる。それは

「時間よ変われ」

といって時間を変えることである。これは号令だけで変わるのではないが、時間を変えることができる。どういうことかという、

<今のこの時間を明日の遠足を待つ子どものような時間にすることである>

<今のこの時間を悟るまで立ち上がるまいと決めた仏陀のような時間にすることである>

鉛色の時間を黄金色の時間に変えること、  
このことはできる。

このことは時間を止めることよりも大切なことで、価値あることである。

そしてもちろん、誰にでもできる。

(8月17日 2008年掲示板)

●納豆巻き (自己規定)

職場にはだいたいお弁当を持っていっているが、食べる時間がない勤務のときには、お寿司屋さんでお寿司を買っていく。お寿司であれば、10分もあれば食べられるからである。最近では菜食なので、「いなり寿司」と「太巻き」を買うが、ないときには「納豆巻き」を買う。「納豆巻き」は以前にはゼツタイに買わなかったものである。以前には「納豆巻き」を買う人が信じられなかった。「何で寿司屋で納豆なのか」という価値観であった。

だが、ゼツタイに買わなかったものを今買っている。

もしかして「こんなひどいことはゼツタイはしない」と言っていることもいつかするときがくるのではないだろうか。



もちろん、そのときには今とは全く違う理由である。

(8月21日 2008年掲示板)

そして、もしかしてつるし首にされている人もまたそのような人ではないだろうか。

手をかざす

最初は喜んで手をかざす

お金はいらない。

手をかざすことだけが喜びであるからだ。

■意識のある人生～自己規定から変容へ

以前は朝からの夜勤の前日は遅くとも11時までには寝るようにしていた。しかもそのことにはかなりナーバスになっていた。もちろん今は何時に寝ようが平気である。

だがそうなる前は、

「睡眠不足での朝からの夜勤はきつい」

と<漠然と思い込み>、神経質にそのことにとらわれていた。

では、変えるにはどのようにしたらよいか。

「睡眠不足での朝からの夜勤はきつい」

と言う。

これがわたしである。

このように言うことである。不思議な呪文で、どのようなことであれ、神経症的な自己規定、ブリキのロボットのような自己規定は

「〇〇〇〇」

と言う。

これがわたしである。

このように<明確に自己規定する>と、わたしが小さな声で

これはわたしではない

と言い、不安が根底にある自己規定、ただ反応しているだけの自己規定を変える機縁となる。

(8月22日 2008年掲示板)

8月14日、15日 2008年

●体～睡眠

昼寝を大切なこととしてとらえること。

●<わたし>の終戦～善と悪

戦争には反対だ。

しかし、本当にそうなのだろうか。

本当にわたしは戦争が嫌いなのだろうか。

自分を知らなければ、自分にうそをつく。

今のわたしは戦争に反対かもしれないが、次のわたしは——別の状況でのわたしは——戦争を好むかもしれない。

だから、好きになって、嫌いになるのかもしれない。

何度も何度も好きになって、何度も何度も嫌いになるのかもしれない。

そして、その都度新たなる反戦、確固たる反戦が生まれてくるのかもしれない。

そして、自分を知るのである。

そして、うそをつかなくなるのである。

うそをつかなくなつて、初めて、

<これがわたしである>

といえるようになるのである。

そのときが<わたし>の終戦である。

(8月15日 2008年掲示板)

8月15日、17日、18日、19日、20日、21日、22日、23日、25日、26日、10月29日、  
11月1日 2008年

●信仰

「健康の有り難さは病気になってみて初めて分かる」というが、健康のときに健康の有り難さを知ることが信仰心というものである。

(8月20日 2008年掲示板)

●エネルギー

エネルギー浪費の節約のひとつとして、生きているときにはひとつのことに集中すること。

意識のある生活を送ること。ダラダラ反応するロボットのように生きないこと。

でも、時には何も考えずに空を見上げてみること。

(掲示板記入予定)

●モノ～身体

肉体としての体に関してころすべきは、ただ二点である。

どのように管理しているか。

何に使うのか。

(10月26日 2008年掲示板) (意識表転記済み)

このことの大前提として、

わたしは何者になりたいのか

という決意。これがあって初めて、わたしの体を何に使うのかということが決まる。

あとは、

いつも大きい自分であること。

●意識のある人生～必要と十分

何かが必要なのではなく、

今あるものの何も使っていないことを知ること。

たとえ知ることができなくとも、このことへの気づきがあれば、

今あるすべてを使ってみること、

どこまでも、

すり切れるまで使ってみること。

すり切れて初めて現れ出るものがあるからである。

(8月18日 2008年掲示板) (意識表要転記)

(参考)「神対」の愛の定義

■意識のある人生

今、自分のできることのすべてを行なう。

<今>と

<自分のできること>と

<すべて>と

<行なうこと>と

これらひとつひとつを自省してみる。

(8月21日 2008年掲示板) (意識表要転記)

<今>

何かが手に入っての明日でなく、  
条件が変わっての明日でなく、  
何もないと思われる、  
そんなことはできっこないと思われる、  
<今>である。

<自分のできること>

これは変わる  
変わるが、変えることもできる。  
もちろん、変えることの方が価値あることである。

<すべて>

次のときまで取っておくのではなく、  
自分のために取っておくのではなく、  
すべてである。

<行なうこと>

<行なうこと>とは、  
本を読むときには本を読むことだけを行い、

働くときには働くことだけを行い、  
休むときには休むことだけを行なうことである。  
一片たりとも他のことをこころの内で行なわないことである。  
そしてまた、不安をこころに持ちこまないことである。

(8月25日 2008年掲示板)

■わたし

いつも手に取るのは自分自身をである。

自分自身はいつも十分ある。

(要加筆)

▲意識のある人生～変容

いつでも、どのような場面でも、  
いま、これから取ろうとする選択と異なる選択を考えてみる、  
この新しい選択はできる。

8月18日 2008年

●瞑想

姿勢、呼吸の形に注意する。

8月19日、20日、22日、23日、26日、29日、9月11日 2008年

●アーミッシュ～自己規制

オリンピックは「勝つためには何でもあり」である。勝ちがすべてに優先する。だからドーピング検査から柔道の「指導」までいろいろな規制が存在する。

ただ、そのようなオリンピックでも自己規制をする人がいる。自己規制をして勝つ人、負ける人がいる。勝った人では柔道の谷本歩実選手で、柔道は一本勝ちしてこそ柔道であるといい、一本勝ちにこだわった上で金メダルをとった人である。また紙上には載らないが、自身の自己規制をし負けた人も数多くいるであろう。

以前新聞記事で読んだ話であるが、フランスのある柔道家はオリンピックでメダルに届くような実力を持っていたが、柔道は道であるといって、試合には出なかったという。こういう自己規制もある。

わたしはこのフランスの柔道家の名前を知らない。新聞記事もフランスで指導するヘーシンクを育てた男としての道上伯氏を紹介するコラム記事であったので、この柔道家の名前の紹介はなかった。

誰々が金メダルをとったという話は、次回生まれ変わったときに何の影響もわたしに及ぼしていないであろう。だが、柔道は道であるといって試合には一切出なかったフランスの柔道家の道、自己規制は、未来永劫わたしに影響を与え続け、わたしを形成する力となる。

できうれば、わたしもこの柔道家の道を引き継ぐような形でわたし自身の自己規制をしていきたいものである。

(8月19日2008年掲示板)

[http://www.haku-michigami.com/kondekoma\\_1.htm](http://www.haku-michigami.com/kondekoma_1.htm)

#### ■自己規制～一遍・オイゲン・ヘリゲル

昔高校の授業で一遍上人が晩年自分の著作をすべて燃やし灰にしてしまったという話を聞いたとき何が何だか分からなかった。あれから40年経つが、今もどれだけそのことが分かっているのかは疑問である。だが、高校時代の何が何だか分からなかったという無知から比べると、その問題点が少しは分かってきたようには思う。

以前毎朝「正信偈」を読経するたびに感じていたことは次の二点である。

ひとつは、最初から最後まで一心に念仏を称(とな)えることはできないということ。

もうひとつは、念仏には必ず慢心が伴うということである。

浄土宗というのは「南無阿弥陀仏」と称えれば救われるという教えである。まあ、単純な教えである。だが単純な「丁半バクチ」も奥が深いと同様、人間に関わる営みはすべて奥がある。

南無阿弥陀仏と言えば救われる。簡単である。

では、南無阿弥陀仏といえるかどうか、実はこれがはなはだ難しい。

最初はいえると思い、南無阿弥陀仏と称える。

簡単である。これで救われたと思うかどうか別として、まあそんなものかと思う。

だが、あるときからこれは南無阿弥陀仏と称えていないということに気づくのである。

腹が減った

あいつが嫌い

今日の仕事は楽でいい

などと称えていることに気づくのである。そして、最もぬきがたい称名(しょうみょう)は

わたしは立派である

と称えることである。南無阿弥陀仏、南無阿弥陀仏と称えるたびに

「わたしは立派である、わたしは立派である」

と称えているのである。

「南無阿弥陀仏」とは「阿弥陀仏」という仏に帰依（南無）しますということであるが、帰依しているのは己の慢心にであることに気づくのである。この慢心というところを取ることなく、「南無阿弥陀仏」とただ六文字称えることの何と難しいことか。だからまた親鸞は悪人正機説、悪人こそが救われると教えたのである。悪を行なってこそ、自分自身に気づくことができると教えたのである。

偉人というか、聖人というか、傑物というか、一遍上人やオイゲン・ヘリゲルのような人物でさえ、死期が近づいて初めて気づく己の慢心があり、それが著作を焼き捨てることへとつながったのではないかと思うのである。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ▲ベクトル

無執着というのは、モノに執着しないということではなく、無くなることを怖れることはない、いつもある、このことを<知る>ことにある。

#### ■自己規制～オイゲン・ヘルゲル

本を、ものをなかなか手放すことができずにいたときに、ふと思ったこと。

#### 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にしまわれても、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。」

手放すことができる、灰にすることができる、これは使い切ったからこそできるのである。

弓を引きこなし、わがものとすることができたからこそできるのである。

だから、  
使い切っていないときには、持っていたいと思うことはまた当然なのである。

そう、無闇に捨てないことである。

他方またこういう課題がある。

私を持っているものを私は使うことがあるのだろうか、  
使っているとしたら、  
その使うとはどういうことであろうか。  
また、  
使いこなしているだろうか、  
また、  
使い切ることがあるのだろうか。  
(加筆して掲示板記入予定)

#### ▲エネルギー

使い切ることとエネルギーの問題。

使い切ると、エネルギーは完全燃焼し、寝ることではしか処理しきれない残留物は生じない。  
逆に人を蘇生させる力がある。

#### ▲神

使い切ったら捨てられる。  
使い切るとはエントロピー減少の極致である。  
すなわち、それこそ神のある一面である。  
(掲示板記入予定)

#### ▲

モノを使い切ること。  
あるいは逆に使えないモノがある。  
どちらにしろ、どちらのモノも手放すものである。

手放さないモノは今使っているモノだけである。



8月20日、23日 2008年

●ハトホルの四つの礎石～4番目

小さい頃の感覚として、すべては生きているという感覚があった。これはアニミズムと呼ばれ、原始的な感覚であるとされる。だが、ハトホルの四つの礎石の話を読むと、実は逆ではなかったと思に至るのである。

低級な思いが高級な思いであった、こういうことは<わたし>について他にもあるのではないだろうか。

よくよくここころしてみることである。

参考～ある僧侶の自転車に挨拶する話。

●羽生

羽生の無精神論は、佐川幸義氏の「合気は技術である」という言に通じるのではないだろうか。

8月21日、23日 2008年

●意識のある人生～わたし

自分で自分に気づくこと。

自分のよさも悪さも。

十代、二十代のときの自分を客観的に見る。

十代そのときの当事者としてしか見えないことがあり、

今五十代の過去を見る目でしか見えないことがある。

その意味で全く異なる見方ができるようになるということ。

当事者でありながら当事者でない見方を今現在について行なうこと。

全く異なる見方、

これはどこまで可能であろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

■人

犬は犬のままである。猫は猫のままである。

人間だけが犬のような人間、猫のような人間、悪魔のような人間、天使のような人間になる。

しかも、天使で終わりではない、イエスで終わりではない、仏陀で終わりではない。

人とは永遠に成長する存在である。

この永遠の成長について時に反芻してみることである。

(8月23日 2008年掲示板) (草稿要転記)

●意識のある人生～わたし

他人に失望することはあっても、他人をわたしが変えることはできない。

自分に失望することもまたあっても、自分だけは自分自身で変えることができる。

だから、他人に望みをかけて、その望みを失うのではなく、

自分に望みをかけることである。自分であるなら、たとえその自分に望みを失ったとしても、

もっと強い自分、

もっと優しい自分、

もっと誇らしい自分、

もっと頼りになる自分、

これらの自分に変えることができるからである。

他人をあてにするのではなく、他人に失望するのではなく、

いつもそばにいる自分をしっかりとしたものとする、そしてその自分自身といつもいることがこの世界にいるということである。

(8月26日 2008年掲示板)

8月22日、25日、26日、29日、30日、9月8日、9日、18日 2008年、8月8日、10日  
2010年、1月28日、29日 2011年

●イエスの荷物 (所有)

荷物が重いと飛ぶことができない。

などど格好をつけて言うが、要するに本をなかなか手放さずにいることへの自戒である。

なかなかできないでいる。

(掲示板記入予定)

●所有

仏陀もイエスも一遍上人も何も持たず教えだけを携えていた。

そして、その教えだけを人びとに与えた。

人びとが持つことができるものだけを与えた。

(1月28日 2011年掲示板) (意識表裏面転記済み)

そのような一遍上人でさえ、こういうことがあった。

——日記（2月13日2009年）より——

昼食時になり、混んできたので、今度は図書館に移動して館内にあった「一遍上人絵伝」を読むというか、見るというか。ところが熱くなっていきたく所を引用。

熊野権現の化身に遊行中の一遍上人が無理やりお札を渡すが、そのあと、熊野権現に諭される話しである。

（人はあなたがお札を渡されるから救われるのではないと言い、）

「阿弥陀仏の十劫正覺に一切の衆生の往生は南無阿弥陀仏と決定（けつじょう）するところ也。

信不信をえらばず、

浄不浄をきはらず、

その札をくばるべし。」

（実はその前の熊野権現との対話も興味深いのであるが）およそ精神世界に足を踏み入れる全ての人がおちいるであろう陥穽について語られている。要は、慢心による親切の押し売りはするのでないよ、ということである。この愛の陥穽はあらゆるところにあり、人が知らずしておちいってしまう穴である。

相手に必要なものだけを与えるというのは実に難しいことである。

---

この熊野権現の話しには、慢心以外にもいろいろな要素が含まれているが、わたしが言葉にするとその話し自体がこわれてしまいそうである。まさしく、蛇足というのはこういうことをいうのであろうが、煩悩に身悶える高塚のたわ言として聞いていただきたい。

一切の衆生の往生はすでに「南無阿弥陀仏」の名号の中に集約されているのであるから（まあ、実に不思議な話しであるが）、ただ札を配るという行為そのものを行うだけであり、ただ「南無阿弥陀仏」と称名することだけを行うだけなのである。

結果はすでにある。結果を求めるのではなく、行為そのものを愛することである。だが、

<あなたは、この札を渡されるから救われるのでないとして、この札を配ることができるか>

という信心の深層を問うている話しでもある。そしてわたしにとって「南無阿弥陀仏」の原点ともいうべきは、教信の生き方である。

「賀古（かこ）の教信は、西には垣（かき）もせず、極楽とは中をあけあはせて、本尊をも安（あん）ぜず、聖教（しょうきょう）をも持（じ）せず、僧にもあらず、俗にもあらず形にて、つねに西に向ひて、念仏して、その奈（よ）は忘れたるがごとし」

これは人生の最小値である。

南無阿弥陀仏という最小値だけで生きていくということである。

（1月29日 2011年掲示板）

#### ■エネルギー

最小値に重ねられていくもの。

#### ■動詞・行為への愛

人が携えることが出来るものは動詞だけである。

#### ■「神対」の愛の定義

何も必要としないから、

#### ●意識のある人生～創造力

どのような一片のエネルギー、思いも<本分>以外に注がないこと。

（9月9日 2008年掲示板）

この「一片の」ということが、もしかすると創造のキーかもしれない。

そして、ひとりひとりの本分とは何であろうか。

#### ●慢心

若いときには人の心を知らずにいた。

大人のときには仏の心を知らずにいる。

どこにいたのか、どこにいるのかというと、ともに慢心という心にいるということである。

（8月30日 2008年掲示板）

## ■援助者

### ■シュタイナーの神秘修行者の第一条件

人間が成長するための第一番目の条件とは何であろうか。

(加筆して教室資料要転記)

～与えられた条件を十分に活用できるからである。

グルジェフの成長を阻害するものはその逆である。すなわち、素直でないこと、慢心である。

慢心の戒めとしての宗教、浄土真宗

8月23日、25日、26日、27日 2008年

●なみこさんへの返信～どっちに転んでも「吉」という雲消し男より

なみこさん、おはようございます。

東京の珈琲館で今書いていますが、降る寸前ですね。

易経では、雨は陰陽が交わって生じるということで、「吉」とのことのようですよ。

一応やってみますけど…(^o^: うまくいかなかったら、「吉」になったということで、ご勘弁を～

(8月23日 2008年掲示板)

どうもお久しぶりです(^\_^)。

随分前の話になりますが、高塚さんの「雲を消す」という話を聞いた事がありますが、明日出かける用事がありますのでぜひお願いしまーす(^o^)/。予報では午後から雨のようですが出来れば久しぶりに友達と会うのに晴れているのに越したことはないですからねー。

## ■返信

お礼を言われる立場かどうかは別として、まあ、よかったです。

(^o^)/

(8月24日 2008年掲示板)

今帰ってきました。晴れ！とはなりませんでしたが、傘の出番はありませんでしたので十分です、ありがとうございました(^o^)/。

■返信～アラジンの魔法のランプ

なみこさん、おはようございます。

今、総武快速線の車中です。

もう遅いかもしれませんが、これから試みてみます。

神様になった気分です。

何でもできるという意味でなく、望みに仕えるという意味でデス。

(^o^)/

(8月25日 2008年掲示板)

実は明日から軽井沢経由で長野に帰省します。やっぱり天気がイマイチのようなのでまたよろしく願いシマース(^o^)/。

■返信

なみこさん、おはようございます。

お役に立てたのか立てなかったのか、微妙ですが、まあ良い方にとるとというのが正解でしょうね。

ヒーリングもうまくいく場合と 120 パーセント手を尽くしてもうまくいかない場合があります。うまくいかなかったから凶かというとは決してそんなことはありません。昨日も電話でペットのヒーリングに関するご相談があったのですが、「飼い主の方が親身になり充分手当てをされたのであれば、奇跡的に治られても、苦しむことなく亡くなられても、また苦しまれて亡くなられても、どちらであつても飼い主にとっては意味ある生還、意味ある亡くなられ方ということなのです」という趣旨のお話しをしました。

実はこの世界はすべて「吉」というのがわたしの人生観、世界観です。「吉」に見ることができないのは、長いレンジでのひとコマとして「出来事」をみることができないこと（不運と思われることがあとになってみると、実は逆であつたということはよくあることです）、「出来事」が<わたし>（＝無意識のわたし・意識のわたし・魂のわたしの複合体）の目的に合致していることが分からないこと、法則を行使していることを知らないこと（こころを働かせることが出来事に影響を及ぼすが、そのこころをどのように働かせているか知らないこと）、等々がその原因です。

できれば、雨も、霧も、晴れも「吉」として生きていきたいですね。

やはり、どっちに転んでも「吉」と言う雲消し男でした～(^o^)/

(8月26日2008年掲示板)

軽井沢は小雨がパラつきしかも気温16度とかなり寒かったのですが、自転車を使わず傘をさして歩いたため、新たな発見があったりして結果オーライです。長野に向かう新幹線軽井沢駅は濃い霧でした。霧なんて十数年ぶりに体験しました。ところで「霧」は吉なんでしょうか(^\_^;)。

#### ●種子

光と水がないために、土に埋もれたままで終わる種子がある。

そして、ひとりひとりの中にもまた<土に埋もれたままの種子>がある。

あなたにとっての<土に埋もれたままの種子>とは何であろうか。

そして、

<あなたのその種子>にとっての水とは何であろうか、

<あなたのその種子>にとっての光とは何であろうか。

(8月27日2008年掲示板)(教室資料)

光は神であり、世界であり、機会である。

水は私であり、選択であり、

8月25日2008年

#### ●ヒーリング

悪意のいましめとしてのヒーリングというものがあるかもしれない。

YMさんへの関係の一側面としてそういう面があるかもしれない。

他方、嫌な人にも効く

これは神の気であるから言われた方がいたが他方そうであっても、その気から高塚自身へと気は手渡される。

#### ●大人の童話

「花咲かじいさん」の話は子ども向けの童話である。

だが、この話しは人のものを物欲しそうにする高塚という大人にとっての童話でもある。

8月27日、9月14日2008年

#### ●ハトホルの四つの礎石

世界3への寄与

10人でレンブラント  
100人でマザーテレサ  
1000人でブッダ

8月28日 2008年

●ぬこさんへの返信

ぬこさん、はじめまして。瞑想会にご参加いただき、ありがとうございます。

現在の瞑想の時間帯は「仮想空間瞑想会」の時間帯とずれてしまいましたので、予定は未定ではありますが今日、明日の予定を書き込んでおきます（以降、予定は日記の方に書き込みます）。

28日（木曜日）

夜の8時半から9時半

夜の10時半から11時半

29日（金曜日）

昼の12時半から2時半（断続的）

夜中の12時半から1時

掲示板には日々思うことを書き記していますが、少々背伸びしているところもあるので、バランスをとる意味で、日常の自分を日記の方に再現しています。日記も掲示板もほぼ毎日更新しています。

理想の自分も現実の自分も自分を再現するというのはとても難しいですね。

理想の自分も多くて不安がつきまとい、現実の自分もまた「あたりまえ」や「良識」という名のしがらみにどっぷりつかって、理想にしる現実にしる、その不安の部分の自分、しがらみの部分の自分を表現しきれないからです。

昨日から「ユダヤ人大富豪の教え」という本を読んでいます。この本を読むと「神との対話」で「実は金の成る木というのはあるんだよ」という話しが何のことだったのか初めて分かりました。自他の関係、金銭のとらえ方、自分自身へのレッテル、こうしたものへの新たな関係を築くことにより＜幸せな金持ち＞になることができるということです。

昨日お借りしたこの本、本日のぬこさんの書き込みを贈り物として、本日から新たな瞑想に努めたいと思っています。



書き込みいただき、本当にありがとうございました。

(8月28日 2008年掲示板)

おはようございます。

一昨日の深夜に こちらのページに たどりつきました。 やっと 探し物を見つけたような 気がしました。少し遠いので 仮想瞑想会に 参加させてください。宜しく願い致します

■返信～こんにちは。

ぬこさん、返信いただきありがとうございます。

「ユダヤ人大富豪の教え」はよくある自己実現の本ではありますが、自己実現の<自己>を大きくとらえて生きることを薦めているところが精神世界ともつながる良書といえるかもしれません。

また精神世界の本ではお金の話しはあまり出てこないもので、そういう意味でもまたこの本はお薦めです。私は「子どもにはお金の話しはするな」という父のもとで育ってきたので、亡き兄も私もお金に関しては相当イイカゲンでした。いい加減のいいところもあるのですが、困るところもあります。

シルバーバーチについては以前一度聞いたことがあります。本の中なのか、会話の中なのか、ネットの中なのか定かではありません。まあ私もご縁と思い、今日秋葉原の大型書店をのぞいてみたら、書棚の一角が見出しのプレートつきで「シルバーバーチ」のコーナーになっていました。何度も来ている本屋さんですが、全く気づきませんでした。不思議なものです。

なお、買った本は

トニー・オーツセン編 近藤千雄訳「シルバーバーチのスピリチュアル・メッセージ」(ハート出版)

です。読み終えたら、感想を書かせていただこうと思っています。

(8月29日 2008年掲示板)

ご多忙の中、瞑想時間を教えてくださりありがとうございます。

パソコンは不慣れですし、言葉の表現が うまくありませんので努力したいと思いますが、足りないところはどうか心で理解していただけたら 嬉しいです。

書き込み記念として 私もユダヤ・・・を 読んでみますね。

私は十数年まえに シルバーバーチに 目がとまりました。そのころはとても難しかったです。私の大切な本です。

ユダヤ・・・は 本田健?でしょうか?私も薦められて 読んでました。 ジェームス・アレンの「原因」と「結果」の法則も関連していて、簡潔ですが 奥が深くて良かったです。引き寄せ、牽引の法則の元となった本のようにですね。

神との対話は やはり大事な宝物で 特に一卷目は私には必要とするものでした。

8月29日、30日、31日、9月1日、2日、3日、4日、5日、6日、8日、10日、11日、15日、11月24日、25日 2008年

●シルバーバーチ

与えようとしても、得るために与えるのであれば、「与える法則」に合致しない。なぜなら、得ることが目的であるからだ。

(参考) グルジェフ

「人間が仕事をしたら宇宙はその負債を払わなければならない」

「神対」

3巻270～「自分から出ていったものはすべて、自分に戻ってくるんですね。」

「七倍になって。だから、何を「とり戻せる」か、心配しなくていい。何を「与える」かだけを考えていけばいい。生きるとは、最上のものを得ることではなく、最上のものを与えることだ。

あなたがたは、忘れている (forgetting) が、人生は得るためにある (for getting) のではない。生命とは、与えるために (for giving) あるし、そのためには、ひとを赦す (forgiving) 必要がある。とくに、期待したものをくれなかった相手を赦さなければならない。

そうすると、あなたがたの文化の物語は一変するだろう。現在の文化でいう「成功」は、どのくらい自分が「得た」かで測られている。どのくらいの名誉や金や力や所有物を蓄積したかで測られているのだ。新しい文化では、「成功」はどのくらいひとに「蓄積」させたかで測られる。

皮肉なことに、ひとに蓄積させればさせるほど、あなたも苦労なく蓄積することになる。「契約」も「合意」も「取引」も「交渉」も、与えるという「約束」の履行を強制しあう訴訟も法廷もなくなる。未来の経済では、個人的な利益めあてではなく、個人的な成長を目的にものごとを行うようになる。そ

れが自分の利益だからだ。自分が大きく立派になれば、物質的な「利益」はあとから自然についてくる。そうなれば、与えると「言った」のだから与えろと強制するのは、非常に原始的なやり方に見えてくるだろう。相手が合意を履行しなかったら、好きなように選択させるだろう。相手が与えなくても、あなたが失うわけではない。「それが来たところにはもっとたくさん」あることを知っているし、その源というのはあなたがたがもっている何かではなく、あなた自身だからだ。」

=<人間関係><法則><所有>

### ●言葉と存在

わたしの書いていることとわたしの人格とは無関係である。

ただし、わたしにとっては無関係どころか、最重要課題である。

(参考)「シルバーバーチ」

### ●ユダヤ人大富豪の教え～「宇宙は一家」

昔テレビで

「一日一善！」

といっているおじさんがいた。小ばかにしてみていたが、小ばかにするとえてして今度は自分が同じ立場になるものである。

ということで、わたしも

「一日一善！」

を唱える。

(8月30日 2008年掲示板)

なぜこのようなレトロな標語を持ち出すかということ、精神世界ではなかなか具体的な目標をかかげ、日々前進していくことが難しいからである。

ユダヤの大富豪ゲラー氏は二十歳の若者本田健氏に紙ナプキンにこう書いて渡した(彼は紙ナプキンによく大切なアドバイスを書いた)。

「君が提供したサービスの質と量＝君が受け取る報酬額」

(本田健著「ユダヤ人大富豪の教え」32ページ 大和書房)

これはもちろんビジネスの話であるが、精神世界にも通じることである。グルジェフは確かこのようなことをいっている。

「あなたが行なった善行に対して宇宙は負債を負う。この負債はかならず支払われる」

まあ、グルジェフらしい、人をドキッとさせる言い方であるが、内容は同じである。ただ精神世界のサービスというのは見えやすいようでいて見えにくい。知っているようでいて知らない。

「車中疲れて立っている人の前で座席にすわり、無償の愛が書かれている本を読んでいる」

というのが人間だからである。この五感のにぶさ、六感のにぶさを打破し、「サービスや善行をした人の話し」を目から心に入れることだけで終わるのでなく、わたしがサービスや善行をすることによって、初めて 1 円を宇宙に貯金できるのである。宇宙はこの貯金をかならず引き出してあなたに支払う。なお「神との対話」の神は 7 倍になって支払われると知っている。バブル時代顔負けの利子である。

「一日一善」などとけちなことはいわず、「一日十善」でもいいではないかとも思ったが、これがそうではない。やはり「一日一善」なのである。笹川さんはエライ。

なぜかというと、サービスをする機会、善行を行なう機会というのは無限大にあるのであるが、今のわたしができる善行の機会というのはそうそうはないからである。だから、

「いかなる分野の仕事にたずさわっていても同じことです。人に役立つことをするチャンスは決して見逃してはなりません」

(トニー・オーツセン編 近藤千雄訳「シルバーバーチのスピリチュアル・メッセージ」  
24 ページ ハート出版)

という話になるのである。

誰もが一日には一歩しか進めない。

誰もが一日には 1 円しか天に貯金できない。

だから、一歩進める機会、1 円貯金できる機会を<決して見逃してはならない>のである。

(9 月 6 日 2008 年掲示板)

気功教室

複利計算による貯金

早く貯金する

貯金の額より貯金の時期が早いか遅いかが問題である。

引き出しがあったかどうか

あらかじめ意識していないと貯金は難しい。

もともとできることは貯金ではない。

#### ▲素性・言葉

笹川良一氏に関する話はフリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』に載っている。

↓↓↓ (頭に h を入れて検索してみてください)

<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E7%AC%B9%E5%B7%9D%E8%89%AF%E4%B8%80>

「笹川さんがどのような方であるか」はわたしには意味はない。

意味があるのはその言葉だけである。

ただし、笹川さんご本人には「笹川さんがどのような方であるか」は意味がある。ご本人が何を言葉にしたか、そしてその言葉に値することをしてきたかどうかということとはとてもなく重い意味がある。

「世界は一家  
人類は兄弟  
一日一善」

と言った以上は、それに対する全責任を背負って生きなければならない。

だからまた、どのような人も言葉には気をつけなければならないし、わたし自身もまた掲示板でえらそうなことを書く限りはその言葉を背負って生きていかなければならない。

(9月10日 2008年掲示板)

シルバーバーチ

「神対」

#### ▲天への貯金

これまでとは異なる仕方で親切にする。

これまでとは異なる選択をする、そのことは大概

「あなたが、あなたの宇宙や、あなたの世の中や、あなたの地域社会への奉仕」

(ハトホルの言)

になっているのである。変えることはだいたいが大きくなることだからである。大きくなることは全体性にかなっているからである。

さらにまた、これまでと異なる仕方でいくら宇宙や世の中や地域社会に奉仕していても、あなたがいなければ、あなたの宇宙や、あなたの世の中や、あなたの地域社会への奉仕とはならない。

つまり人にいわれて善行を行うのであれば、人目を気にして善行を行うのであれば、これは<あなたがいないので>、<あなたの宇宙>、<あなたの世の中>、<あなたの地域社会>への奉仕とはならない。

わたしは人にいわれたからやるのではないと思っていても、よく自分のこころの内を観察すると、なかなか<わたし>がいるとはいえないものである。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ▲1円貯金～<わたし>と<世界>

今日車内で席をゆずるのに3秒間費やした。

だが、この3秒間は今日した8時間の仕事よりも貴重かもしれない。

8時間の仕事が<わたし>のために何も寄与していないということは大いにありうる。

8時間の仕事40年間分が<わたし>のために「疲弊」のみ寄与したということは大いにありうる。

だが、もし今まで席をゆずったことがなく、今日初めて席をゆずったのであれば、この3秒間は必ず<わたし>に寄与している。ウン万時間の労働よりも<わたし>にとっては価値あることである。

そしてまた、この3秒間の<わたし>作りが、今日の8時間の仕事よりも人類全体に役立つということも言えるのである。

なぜなら、どのような人もまわりの人に大きな影響を与えるからである。

影響は悪行のみならず、善行にもあり、わたしが変われば、まわりが変わり、人類全体が変わり、地球が変わることになるからである。

(11月25日2008年掲示板)

#### ▲個人と全体

「魁偉の残像」251ページ



シュタイナーの影響

▲地球人の逆

銀行への貯金は喜んでするが、天への貯金はいやいやする。  
損をすと思うているからである。

(9月8日 2008年掲示板)

▲知識

本を読んでその本に書かれていることのひとつも実行しないのであれば、その本は手放したほうがよい。

(9月15日 2008年掲示板)

持っていることが有害だからである。

(掲示板記入予定)

変化させること。

世界1と世界2とを。

その本の知識は手放したほうがよい。

(掲示板記入予定)

そういう本や知識がある。

■ぬこさんへの返信

ぬこさん、おはようございます。

メール、書き込みはいつでも大歓迎ですので、思われるところがあるときにはメッセージをいただければありがたいです。

奉仕についてはいろいろな方が実践され、そしてそれぞれの立場で言及されています。

わたしが覚えている限りを復習も兼ねて書かせていただきます。

「**身勝手な虚像を描いて、偽りの自己満足に陥ってはならない**」

先生はある日私にこう言われた。

「**お前がこの世の空気をただで吸っているかぎり、感謝の奉仕をする義務がある。無呼吸状態を完全に会得した者のみが、いっさいの義務から解放されるのだ。お前がそれを完成したときは、わたしが必ず知らせてやる**」

(パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」126ページ 森北出版)

ヨガナンダの師であるスリ・ユクテスワの言葉です。なかなか厳しい言葉です。

<身勝手な虚像>

<偽りの自己満足>

<ただで生きていること>

これらを本当に知ることは感謝の奉仕を通じてということなのでしょう。

わたしが敬愛するルドルフ・シュタイナーに関しては、著書をさほど読んでいないのではっきりとはいえませんが、奉仕について書かれている記憶は特にありません。ただ、この方の活動そのものが超人的な奉仕の人生であったので、自己が達成したもの（すでにシュタイナーの属性になっているもの）についてはあまり語られなかったのかもしれませんが。シュタイナーの奉仕についてはコリン・ウィルソンがシュタイナーの伝記で絶賛しています。

G. I. グルジェフは尊敬するというよりも著書および関連書からずいぶん勉強させていただいた方ですが、奉仕という言葉のかわりに<ワーク（仕事）>ということで、自分自身および弟子たちに超努力を課したようです。

なお、グルジェフの奉仕（善行）に関しては別項で簡単にふれます。

最近読んでいる「ハトホルの書」のハトホル（地球人と同じ宇宙人デス）は成長のための四つの礎石を指摘し、その第三番目に奉仕をあげています。

底面が正方形で、頂上の尖ったピラミッドを想像してみてください。その頂上はあなたがたがそこまで進化できるという意識の高みを表わすシンボルです。頂点をなす意識の高みが底面の四つの基点ないし角で支えられており、その四点はバランスのとれた高次の気づきに達するために不可欠なそれぞれの要素を表わしていることに注目してください。あなたの解釈や経験における自己の土台の安定性、すなわち四つの基点による基盤が持久性をもつことが非常に重要になるのです。

わたしたちがこれからお話する安定性の要素である四つの基点は、文字どおりこの世におけるあなたという存在の礎石であると言えます。注意深く以下の項目を読み、それぞれどのように感じられるかを心にとめておいてください。

- 1 あなたと、あなたの肉体および「カー」を含む精妙なエネルギー諸体との関係。
- 2 あなたと、あなた自身または他者との関係。
- 3 あなたと、あなたの宇宙や世の中や地域社会に対する奉仕との関係。これは仕事という形をとる場合が多いが、かならずしもそうでないこともあり、職業だけに限るわけではない。



4 あなたと、あなたの暮らす世界を構成する聖なる元素との意識的な関係。地上に暮らす人類にとっての「聖なる元素」とは、土、火、水、気（空間）である。

（トム・ケニオン&ヴァージニア・エッセン著「ホトホルの書」122 ページ ナチュラルスピリット刊）

実は四つのひとつひとつがとても興味深いのですが、今はただ礎石は四つあり、3の奉仕だけにとられることのないようにと、自戒しておくことにします。奉仕のおそろしいところは自己満足です。スリ・ユクテスワ師の指摘（奉仕は偽りの自己を暴くこと）とまるっきり逆の落とし穴がまたあるということです。

当のシルバーバーチの指摘についてはこれまた別項で簡単ですが、とりあげる予定です。

ところで、「神との対話」の神はどのように言っているかという、奉仕についてはほとんど語っていないようです。神からみるとわれわれは幼稚園の年長組以下のようなので、まだ奉仕について語るレベルではないということなのではないでしょうか。奉仕は自分自身が達成されて（成長して）初めて可能になることであり、まずは自分自身を第一義に考えなさいということかもしれません。

ハトホルの礎石でいうと2番目の

「あなたと、あなた自身または他者との関係。」

というところで、ここに地球人は大きな誤解をしているということです。すなわち、自分を犠牲にしても他者を大切にすることが推奨されているからです。でも自分をないがしろにして生きていては、誰の人生かということです。

では高塚の場合はどうかという、**「身勝手な虚像を描いて、偽りの自己満足に陥っている」**身には語ることは難しいのですが、今は直感的に、

<日常的な奉仕>

が大切なのではないかと考えています。

井戸に落ちた子どもを助けることでなく、井戸の周りを掃除したり、井戸の周りで遊んでいる子どもに注意するという日常の奉仕が求められているように思っています。

> 私も 今日、少し面倒な事を頼まれ、一瞬断ろうと思いましたが、高塚先生の日記を思い出して話を進めました。結果的に気持ち良かったです。

何気なく日記に書いたことですが、お役に立ててよかったです。

一瞬前までであればできなかったことを、<今気づき>、<今変えて、できるようにする

>というのは、人生で最も価値あることと考えています。

> あの本は 四巻しか売ってなかったのですが、いつか残り一巻を 購入するつもりでいたのですが、それが 高塚先生が お持ちの巻でした。何か 意味が ありそうです。必然かなー。

人間と世界の関わり全てがシンクロシティであると思っていますが、「いわゆるシンクロシティ（意味のある偶然の一致）」として感じられるできごとがある時には、大いに前に進むべき時なのでしょうね。

そして、気づいていなかったことに気づき、新たな自分を意識し、他者にもまた多くを手渡せる、そういう時であるのでしょう。

（8月31日 2008年掲示板）

度々 メールすると うるさいかなと思い、遠慮しようと思ったのですが、早速シルバーバーチを 読んで下さり、奉仕の心で実践されたことに 感激して 嬉しくなりメールさせてもらいました。

私も 今日、少し面倒な事を 頼まれ、一瞬断ろうと思いましたが、高塚先生の日記を思い出して 話しを進めました。結果的に気持ち良かったです。

あの本は 四巻しか売ってなかったのですが、いつか残り一巻を 購入するつもりでいたのですが、それが 高塚先生が お持ちの巻でした。何か 意味が ありそうです。必然かなー。

#### ■行為への愛

わたしも普通の人になりたいですね。ただこれはものすごく難しいことです。自意識過剰に陥るのが人間の常だからです。つまり、

<他人からどのようにみられるか>

ということにところがいつも向いているからです。大切なことは

<わたしから何が発せられるか>

ただこれだけであるのにです。この点は前者の視線を「内的考慮」、後者の視線を「外的考慮」として、グルジェフの弟子であるK.R.スピースという心理学者が語っています

「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——に心中こだわり続け、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。」

(K.R.スピース著「グルジェフ・ワーク」平河出版)

<自分が与えたものを自分のものと思いつける。>

<相手に配慮していることが、いつのまにか自分を配慮することになってしまう。>

<相手に配慮することそのものが報酬である。>

などなど、わが耳に痛い話ばかりです。

「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。」

というのは、「神との対話」でいう<行為への愛>へと通じる話で、結果を求めず行為そのものを愛するということです。これは宮沢賢治の

<雨にも負けず・・・あらゆることを 自分を勘定にいれずに褒められもせず 苦にもされず そういうものに わたしは になりたい>

ということにもまた通じることだと思います。ただどのような人であれ、現実の世界では褒められたり、苦にもされたりするわけで、宮沢賢治がいいたいのは他人がどのように言っても、わたしは

<自分を勘定にいれない> (すなわち、内的考慮を行なわない)

ということではないかと思うわけで、崇高な境地ですね。

「自分をほめてあげたい」とか「自分へのごほうびに」などという言葉がはやる現代では特に到達しがたいところのありかたです。

あとネット上で書くので仕方がないことで、わたしもついそのような書き方をしてしまうのですが、

<私は なりたい>

はタブーのようですね。

<私は なります>

とか、できうれば、

<私は 自分を勘定に入れない そういう人である>

と言い切るといことが大切なようです。

謙虚でありながら、同時に精神の到達点に関してはときに断固たる決意が力となるようです。ただ、それでは宮沢賢治の詩ではなくなくなってしまうので、こころの内不退転の決意でいけばそれでいいのだと思ひもします。

ご存知だとは思いますが、老婆心ながら。。

あと蛇足ながら、

<雨にも負けず・・・あらゆることを 自分を勘定にいれずに褒められもせず 苦にもされず そういうものに わたしは なりたい>

という願いには、

<神とはプロセスである>（「神との対話」で出てくる神の話しで、ハトホルも同じことを言っているのが自分にとっては驚愕です）

という<無人格性>とどこか通じるものを感じます。プロセスというとも味も素っ気もない感じがしますが、宮沢賢治の詩には人間らしさがあるというか、仏性を感じることができますね。

（9月1日 2008年掲示板）

沢山の訓え、ありがとうございます。何度も読ませて貰いかみ締めて、偽りの自己満足に陥らないように、心がけます。

宮沢賢治の詩、雨にも負けず 風にも負けずに 出てくるような人と、マザーテレサの爪の垢にもなれないかも知れないけれど・・・。

<雨にも負けず・・・あらゆることを 自分を勘定にいれずに褒められもせず 苦にもされず そういうものに わたしは なりたい>  
私も なりたい。

■四方田さんへの返信～行為への愛

四方田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。

K.R.スペースのこの指摘は分かりやすい話なのでよく引用させてもらっていますが、

「外的考慮はそれ自身がすでに報酬である」

というのはどういうことを言っているのでしょうかねえ？

どう思われますか。

(9月2日 2008年掲示板)

早いもので、もう9月ですね。

<自分が与えたものを自分のものと思いつける。>

<相手に配慮していることが、いつのまにか自分を配慮することになってしまう。>

先日もこれで不満を爆発させたばかりです(汗)

疲れていたり、遠慮の無い相手にはつい・・・でして、  
反省点の一つです。

<相手に配慮することそのものが報酬である。>

行住坐臥、この心境でいられたなら何も苦しくはないでしょうなあ・・・

ありがとうございます。

■外的考慮～3仏陀の的(「弓と禪」)

四方田さんにはお薦めしてお読みいただいた本「弓と禅」のお話です。お読みになっていない方もいらっしゃると思うので、若干の解説を加えながらお話いたします。

オイゲン・ヘリゲルは戦前哲学とラテン語を教えるために「東北帝国大学」に赴任しますが、せっかく日本に来たのであるから、何か東洋的な習い事を覚えたいと思い、「和弓」の道場に入門します。

しかし、師範はヘリゲル氏に来る日も来る日も弓の型を教えるだけで、なかなか「射る」ことをゆるしてくれません。そして、ある時に氏はヘリゲル氏の“それ”に頭を下げ、射ることを許可するのですが、そのあとも的に当てる方法については一切教授しません。業を煮やしたヘリゲル氏は何度も何度も西洋的な疑問を氏にぶつけるのですが、以下はその時の一問答です。

<仏陀的の的>

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ことは知るのみです。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 稲富栄次郎・上田武訳「弓と禅」99ページ 福村出版)

<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ない>  
と言う。

<奥義はただ、「技術的にはどんな仕方でも狙われない目標」のことは知るのみである>

と言う。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」といわれるものである>  
と言う。

<弓の奥義は仏陀に達することである>

ということなのです。

ではこの<仏陀>に達した時に何を求めるのか、

的を求めるのか、

見物人の前で的に百発百中当てて得られる賞賛を求めるのか、

ということです。もちろん、<仏陀>に達すればそのような的や報酬を求めたりはしないで  
しょう。

<仏陀>、それはそれだけで完結しているからです。

もしわたしが<仏陀>に達し、<仏陀>であればそれは筆舌に尽くしがたい報酬です。

外的考慮というものも実はこの<仏陀>なのです。まだまだわたしの<仏陀>は的や賞賛  
という衣服をまとい、そしてまた継続性のない瞬間的なものでしかありませんが、「外的考  
慮」が現れたときというのは、どのような形にしろ<仏陀>が現れたときなのです。

この<仏陀>はもちろんオリンピックの金メダルにはいません。

柔道は道であるといって試合には一切出なかったフランスの柔道家には金のメダルは与え  
られませんが、いつか必ずその道の前に金色の<仏陀>が柔道着を着て現れるでしょう。

<仏陀>は人間の営みのすべてに現れます。ですから、皆が<仏陀>への道を歩いている  
のです。ただ、一番の近道であろうと思われる「外的考慮（他者を配慮すること）」であ  
っても、そこに弓術でいう「技術を求めるのであれば」——的を求めるのであれば、他者を  
自分の親切心に沿うような行動をとることを求めるのであれば、そして金メダルの報酬を  
求めるのであれば——、百万回の心配りをして、そこに百万回「鬼」を見ることになっ  
てしまうでしょう。

蛇足の解説めいたことをしましたが、

「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。」

というK.R.スピースの言は宮沢賢治の詩と同様に、そのまま味わうべき話かもしれま  
せん。

(9月3日 2008年掲示板)

■外的考慮～1自由

- > 1、相手がどういう態度であろうと自分は常に変わらない。
- > 2、他人との関わりについて「ooしてあげた」という事を考えない・忘れる・捨てる。

これはわたしにとっては、<自由>の問題であり、<わたし>の問題であり、<愛と不安>、<自他>の問題ですね。

<自由>とは自らが原因(由)となるということです。すなわち、<わたし>が<原因>となる人生です。

では、

<わたし>とは何であるのか、  
その<わたし>は原因となっているのか、  
ということが問題になってくるわけです。

自己研究というのはとてつもなく奥深いことです。イエスは

「あなたがたもわたしと同じである。わたしが示した奇跡以上のことをあなたがたはできる」

と言ったのですが、これを信じるクリスチャンはごくわずかです。<わたし>を知らないからです。

では、四方田さんと読者とわたしがこのイエスの言葉を知り、きっとそうなのであらうと思っただとしても、自己はそうではない、ということもまたあるわけです。

自己は<「目には目を」のわたし>から<「右の頬を打たれば左の頬を差し出す」わたし>にただちに変わるわけではありません。しかも、<「目には目を」のわたし>が<左の頬を差し出す」わたし>であると言うのですからさらにやっかいです。

また、「規定されている自己」について多くの人は無反省です。他の可能性については一笑に付すか無視するかです。このことは「アーミッシュ」について考えたときのテーマのひとつでもあります(「アーミッシュ」もこの掲示板で中断したままです。忘れていたわけではないのですが。あと「ハトホル」も、「聖書の暗号」も、まだ他にもあると思います。)

だが、

<(今規定している)わたし、これは変えることはできる>  
のです。



まあ、いろいろあるのですが、  
<わたし>とは何であるのか  
これはとても大切なことです。

(9月3日 2008年掲示板)

▲「神との対話」の愛の定義

「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。」

■外的考慮～2質問

> ですが上記の如く”常”にいられたなら

> 今の苦しみや悩みは持たずにすむ、

> その事が現時点では「報酬」と呼べると思いました。

おっしゃられることは、<応えのひとつとして>その通りだと思います。

では、どのようにしたら、

1、相手がどういう態度であろうと自分は常に変わらない。

2、他人との関わりについて「ooしてあげた」という事を考えない・忘れる・捨てる。

ということに“常”にいられると思いますか。

(9月3日 2008年掲示板)

高塚さん、こんにちは。

返信ありがとうございます

> どう思われますか。

先の引用より僕は

>特定の確実性と一貫性があるかどうか条件（12行目）

>相手からその努力に対して感謝も注目もされない場合（13行目）

>見返りを期待すべきでない（14行目）

などなどから

- 1、相手がどういう態度であろうと自分は常に変わらない。
- 2、他人との関わりについて「ooしてあげた」という事を考えない・忘れる・捨てる。

という風に受け取りました。

>「外的考慮はそれ自身がすでに報酬である」

次にここでいう「報酬」とは何か？

という点について今はわかりません。

ですが上記の如く”常”にいられたなら

今の苦しみや悩みは持たずにすむ、

その事が現時点では「報酬」と呼べると思いました。

（将来、その意味合い・位置づけはかわるかもしれません）

わかってないなりの解釈で恐縮です。



自分が大きくなったという感じ

喜び

一体を感じられること

逆に喜びが伴わない

他者への配慮は配慮でない？

■四方田さんへの返信～こちらこそ、ありがとうございます。

四方田さん、おはようございます。

高校時代の友人は空手を習っていて、彼の手はゴツゴツしていましたが、先生の手はとてもきれいな手をしていると言っていました。合気の達人である佐川幸義先生がどのような手をしていたかは知りませんが、後年合気を極めるまで、若い頃は結構力づくで喧嘩をしていたといいます。

ある時期は力業というものも必要なのでしょうね。

私もいろいろな本やインスピレーションからメッセージを受け取り、実践はしていますが、力業の範囲を越えているわけではありません。

ただ力を使うにも使う方向というものがあるので、私がこれだと思っている方向性について書かせていただきます。

1 まず、自分が何をしているのか、＜何を思い、何を話し、何を行なっているのか＞をくいつも＞見張っていること。

見張るとするのは「神との対話」の言葉で、グルジェフは＜自己観察＞と言っています。見張るとするのは、それだけ支離滅裂なことをしているからです（特に思うことに関して）。ですから、これをある方向に向けること、ベクトルの方向を一定にすることが肝要となります。

そこで、

2 ＜あらかじめ＞どのような自分であるかを決めておくこと。

「風が吹けば桶屋がもうかる」ような、屁理屈と支離滅裂で成り立っている自分を脱却するということです。

私としてはこの二点に力を注がれることをお勧めします。

なお、この二点に先立つものがあります。

0 意識があること。

1も2も意識がないとできません。無意識のままであれば、よくできたブリキのロボットで終わるだけです。「善で反応する」ロボットでも、「悪で反応する」ロボットでも、私に

とっては同じです。ロボットはロボットです。反応するのではなく、

<わたしが原因となること>

<わたしが始まりとなること>

すなわち、自由であること。このためには、意識がないとできません。グルジェフはこれを<自己想起>と言っています。自己観察に先立ち、自己を想起することです。

ある方が「君とは違って私は自分を客観的に見ることができるんだよ」と言っていることと同じです。ただ、ある方がそれをしているのかどうかは別問題です。人はうそをつくからです。

さらに、

0 こうでありたい<自分があること>

教室での最初の質問は

<あなたは何者であるか>

<あなたは何者になりたいか>

ということです。

何者になりたいかがなければ、2の「<あらかじめ>どのような自分であるか」という状態にはなれません。以前四方田さんのなりたい者のお答えはいただいています、これを機会に再考されてみるのもよいと思います。

(9月5日 2008年掲示板)

高塚さん、ありがとうございます。

>では、どのようにしたら、

(中略)

>ということに“常”にいられると思いますか。

今のところ、力業です。

他にありません。

ですが現在もこれからも

何度も読ませていただき、

何度も考えさせていただきます。

改めましてありがとうございました。

■四方田さんへの返信～変容

四方田さん、おはようございます。

> 思えば最初に参加させていただいてから2年ほど経ったと思います。

> 道半ばでずっと迷走しつつも、

> おかげさまで当事よりは

> 取り組み方がわかってきてはいると思います

> (あくまで比較の上で)

このような場で言いにくいところもありますが、30歳のときに精神世界に目が覚めてからまがりなりにもその道を進み、おかげさまで自分自身もまた大きく変わったと自慢するでもなく卑下するでもなく、言うことができます。

<変わることができる>

これはまったくもって不可思議なことです。当たり前のようにいて、よくよく考えるとやはり不思議です。

太極拳にも大会があるんですね。ご健闘を祈っています。

またよろしければ書き込んでください。

では。

(8月6日 2008年掲示板)

高塚さん、こんにちは。

いみじくも沖縄空手の名人も「女性のような柔らかい手」が理想と言われてました。

色々ありがとうございます。

> 教室での最初の質問は

> <あなたは何者であるか>

> <あなたは何者になりたいか>

思えば最初に参加させていただいてから2年ほど経ったと思います。

道半ばでずっと迷走しつつも、  
おかげさまで当事よりは  
取り組み方がわかってきてはいると思います  
(あくまで比較の上で)

また考えさせていただきます、

>後年合気を極めるまで、

ここもポイントですね、  
中途半端は禁物ですが  
それを実践するということへの考察・取り組みも考慮せねばなりません。

今は太極拳をやっています、  
来月10月に区大会、来年3月の都大会を目標にしております。

●意識のある人生

いかなる困難にも霊的世界の価値観からの選択を行なうこと。  
いかなる困難にも霊的世界の価値観からの心境でいること。  
そのためにも霊的世界をできるだけはっきりと知ること。

8月31日、9月4日、6日、15日、9月18日2008年

●量から質へ～羽生マジック（～シンクロ？）

「将棋世界9月号」の付録は「」で羽生マジックの将棋を29人の棋士が実際の対局の局面をあげて、それぞれ語っている。何人かは羽生さんのことでなく、自分の自慢話をしているところがおもしろくもあり、悲しいところであるが、それはさておき、マジックについて何人かの棋士が同じことを言われていて、私自身もそう思っていたことなので、ご紹介させていただきます。

「」

要はみなマジックではないという。これは将棋の地道な読みであり、スコット・カインガムの魔術の三番目の法則である。

では、人生における法則とは何であろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

●自他～非難

あの人のことを非難するのでなく、わたしはそれをしないということだけでわたしには十分である。

ただ、あの人には十分ではない。

だから、わたしに十分であるということを知った上で、十二分を求めるのであれば、初めて相手へのアドバイスが生じる。

くれぐれも注意しなければいけないのは、わたしがしないことを相手がしているからといってわたしは何も困らないということである。わたしが困らないことでわたしが怒り出し、相手を非難するというのは理不尽な話しである。

(9月15日2008年掲示板)

●モノ・選択・所有

相手が本を返さない。

わたしはまた買えばよい。

本は買うことができる。

手に入れることができる。

だが、本を返さないことは買うことはできない。

本を返さないことは手に入れることはできない。

なぜなら、

これは相手のものであるからだ。

では、わたしのものは一体何であるのだろうか。

(9月7日2008年掲示板)(草稿要転記)

本を買って、相手をゆるすことである。

これはわたしのものである。

本はわたしのものではないが、この行為はわたしのものである。

■モノ・選択・所有

相手が本を返さない。

わたしはまた買えばよい。  
本は買うことができる。  
手に入れることができる。

だが、本を返さないことは買うことはできない。  
本を返さないことは手に入れることはできない。  
なぜなら、  
これは相手のものであるからだ。

本は買えばよい。  
本はあげればよい。

そのとき、

わたしは何も失わない

わたしは与えたということを手に入れる。  
(9月16日 2008年掲示板) (草稿要転記)

## ★9月 2008年

9月1日、4日、8日、12日、13日 2008年

●意識のある人生～援助者

誰も助けてくれないのでなく、<多くの存在>が助けてくれていて、それが<今>である  
ということである。

この<存在>と、この<今>とを感じてみることである。  
(9月8日 2008年掲示板)

創造主が遣わした現実の援助者

四大元素

捨て子の高僧の世界は見捨てないという話。

30歳のときに感じたありがたさ。



(参考)「ハトホルの書」「シルバーバーチ」

●奉仕とわたし

あらかじめゆずる。

わたしをどれだけの大きさにするか。

他人の手足をわたしの手足とみることができるか。

「ハトホルの書」で宇宙の大きさにまで広がった「身体」のこと。

●恩返し

ゲラー氏の恩返し（「ユダヤ人大富豪の教え」巻末）

グルジェフの警官への恩返し、借りた指輪を見つけ出したこと。

神が7倍にして返すということ。

ゲラー氏もグルジェフも神を行なっている。

昔話には恩返しの話が多い。

恩返しをする人が亡くなられたときには生きている人に恩返しをする。

親孝行。

創造主への恩返し。

●意識のある人生～Be Here Now

私は「シルバーバーチ」のいう教会と同じことを考えていた。

教会の建物を作ること。

教会の建物を大きくすることばかりを考えていた。

わたしが今することは何であろうか。

ところで、あなたの教会の建物はないだろうか。

その建物を大きくしようと汲々としてはいないだろうか。

あなたが今すること、

あなたが今したいこと、

これは何であろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

■意識のある人生～あなたの教会

教会は教会という建物を大きくし、立派にすることだけを考えている。

政党は政党という建物を大きくし、立派にすることだけを考えている。

もちろん、本末転倒である。

だが、このようなことは日常茶飯事である。

ひとりひとりにもまた、教会という建物、政党という建物があるからである。

わたしも気功教室という場所を立派にし、広げていくことだけを考えている時間がある。

高塚という表札を大きくしたいと考えている時間がある。

これは本末転倒である。

あなたもまた「本（もと）」と「末（すえ）」とを入れ替えていないだろうか。

あなたが押入れにしまっている「本（もと）」とは何であろうか。

あなたが汲々としている「末（すえ）」とは何であろうか。

（9月12日 2008年掲示板）

#### ●神と人間

人間は問う。

神がいるなら、神はなぜ悪を正さないのか。

それは神がわたしたち人間だからである。

だから、神は問う。

あなたがいるなら、あなたはなぜ悪を正さないのか。

（9月13日 2008年掲示板）

#### ●ヒーリング

直ちゃんの昼のヒーリングは保育園の部屋全体に送る。

全体性は部分性を超える。

法蔵菩薩の誓願

9月2日、12日 2008年

#### ●千円札

お金はいろいろな人の手に渡る。

コミュニケーションをお金に入れてみる。

まるで異なる観点からみてみること。

9月4日、10月6日 2008年

● 飲酒

飲んでも<あと>で回復するというでなく、飲んでいるその時、飲んでいないその時、という<今>を大切にす。

このようにして、いつも<あと>でなく、<今>を大切にす。

9月5日、8日 2008年

● 選択～第三の道

細く長く生きるより太く短く生きた方がよいとって暴飲暴食を自慢する人がいる。言うことは分からないでもないし、自分もそのような思っていた時期があった。一見最もな論法ではあるが、実はちょっと違っている。それは、

「人生は細く長く生きるか、太く短く生きるか」

の二者択一しかないと思っていることである。

(9月11日 2008年掲示板)

9月6日、8日、9日 2008年

● 意識のある人生～天への貯金 (わたしへの貯金)・成長

わたしが知っていること、わたしができることなどどうでもよい。たとえわたしが世界中で一番の知識をもっていたとしても、たとえわたしが世界中で一番の善行を行なう人であっても、そんなことはどうでもよいことである。

新たに知ることができたこと、  
新たに良心に則った行いができたこと、  
このことこそが大切なことである。

だから、  
自分が今どこにいるか、  
ということ自慢するのではなく、また、卑下するのではなく、

次の瞬間にどこにいるのか、  
次の瞬間にどこに踏み出しているのか、

このことだけがわたしのすべてである。

(9月9日 2008年掲示板) (草稿要転記)

何で人のための善行が必要なのだろうか。

なぜ、善行をするのだろうか。

9月8日、11日、12日 2008年

●意識のある人生

何者になりたいか。

何をしたいか。

今日何をしたいか。

今日ゆるされている範囲でのやりたいこと。

その他に、アドリブで生じるゆるされていること、与えられた機会というものがある。

楽しいことは変わるが、とにかく今楽しいことをする。

終わった後にでも楽しさが残ること、ときには倍加することが楽しいことである。

山頭火の人生。遊行の人生。

今日何をしなければならいのか、でなく、そういうこともあるだろうが、そうではなく、今日何をしたいのか、自由時間に何をしたいのか、はっきりと意識していること。知っていること。

●意識のある人生～わたし・知識

わたしのあらゆること、

それは、意識して繰り返して、繰り返して、初めてわたしの属性となる。

属性となれば、わたしにとってそれは永遠である。

すなわち、それはわたしだからである。

(9月12日 2008年掲示板)

ただし、そのようなわたしを使うか使わないかという将来の問題はまたある。

●意識のある人生～何者になりたいか

自由時間にしたいこと。

束縛時間にしたいこと。

「神対」ではこういうわけ方はしないであろう。どちらもあなたがしたいことである、というであろう。両方ともわたしが創り出したことというであろう。

ゲラー氏の自分のためになるという話し。



歩き方を見れば、どのような人かが分かる歩き方をしている人がいる。  
自分はどのような歩き方をしているのであろうか。

9月10日、14日 2008年

●熊谷さんへの返信

熊谷さん、おはようございます。

9月29日午後3時横浜「そごう」前でということで、よろしく～♪

楽しみにしています (^o^)/

(9月10日 2008年掲示板)

高塚先生おはようございます。

>

> 待ち合わせはどこでもいいですが、「そごう」デパート入口の「からくり人形時計」(? ディズニーの時計でしたっけ?) 前あたりいかがでしょうか。

> 時間は3時でも何時でもOKです。

では3時に「そごう」でお待ちしてます (^ ^)

●ヒーリング

重い気でないこと。

「神対」の感じ方

●ヒーリング～健康

いつもいつも毒を飲んでいては死んでしまう。

そしてまた、体だけでなく、

いつもいつも心で毒を飲んでいてはまた死んでしまう。

●対価

1万円の相談料が払えないという。

本当に払えないのだろうか。

どうもそんな生活をしているように思えない。

高いとっているのであろう。

しかし、よりよく生きていくことの知恵を得ることの対価が 1 万円だとしたら、これはそんなに高いことであろうか。

ブッダやイエスに会うのに 1 万円ですむとしたら、これはそんなに高いことであろうか。もちろん、これはわたしと会うことの対価ではありません。

#### ● 自己想起

遠隔の意識と自己想起の意識とは同じなのであろうか。

#### ● モノ・必要性

今あるものを使う。

今あるものをすべて使う。

9 月 11 日、14 日 2008 年

#### ● 意識のある人生

四方八方欲を張りすぎて、何も手にしていないということはないだろうか。

これからしばらくは、「自己想起」のみにすべてをささげる。

#### ● コンプレックス

障害者への見方、外国人に対する見方、セックスに対する見方、そして、自分自身に対する見方への偏見がある。

こうした偏見は通常は尋常な時間では解決されない。

うちからの変化では遅々として進まない。

外への見方、めがねをかけるようなことによる外への見方が変わることで劇的に変化するということはありうのだろうか。

9 月 12 日 2008 年

#### ● 自己想起

自己想起は「神対」の「立ち止まる」という話と同じであろうか。

9 月 13 日、14 日 2008 年

#### ● ほったせんへの返信～ヒーリング・多寡・必要性

ほったさん、おはようございます。

わたしの書き込みを見られて、元気が出て新たなる道を選んでいただければ、それはわたしの最高の喜びです。

そのことがたとえほったさんおひとりで、ただの一回であったとしても、このホームページを開設した甲斐があるというものです。

こちらこそありがとうございました。

以下は、「神との対話」(ニール・ドナルド・ウォルシュ著 サンマーク出版 1巻 154 ページ)に出てくる<多寡>に関する話です。

「あなたの仕事は、彼らを自立させること、できるだけ早く完全に、あなたなしにやっていきなさいと教えることだ。彼らが生きるためにあなたを必要としているかぎり、あなたは彼らにとって祝福とはならない。あなたが必要でないと気づいた瞬間に、はじめて祝福となる。

同じ意味で、神の最大の瞬間は、あなたがたが神を必要としていないと気づいた時だ。

…… (中略) ……

<真のマスター>とは、生徒がいちばん多い者ではなく、最も多くの<マスター>を創り出す者である。

<真の指導者>とは、追従者がいちばん多い者ではなく、最も多くの指導者を創り出す者である。

<真の王者>とは臣民がいちばん多い者ではなく、最も多くの者に王者らしい尊厳を身につけさせる者である。

<真の教師>とは知識がいちばん多い者ではなく、最も多くの者に知識を身につけさせる者である。

そして<真の神>とは信者がいちばん多い者ではなく、最も多くの人びとに仕える者、したがって他のすべての者を神にする者である。

それが神の目標であり、栄光である。信者がもはや信者でなくなること、神とは到達できない存在ではなく、不可避の存在であることをみんなが知ることだ。」

では、<真のヒーラー>とはどのような人でしょうか。この言によると、

「<真のヒーラー>とは、患者がいちばん多い者ではなく、最も多くの<ヒーラー>を創り出す者である。」

ということになるのでしょうか。すなわち、

「患者さんが生きるためにあなたを必要としているかぎり、あなたは患者さんにとって祝福とはならない。あなたが必要でないと気づいた瞬間に、はじめて祝福となる。」

ということです。＜ヒーラー（色あせてしまった言葉です）＞とは何かというのも実は大きな問題ではありますが、少なくとも、

＜あなたを必要としているようなヒーリングをしているかぎり、それはヒーリングではないということです。＞

こころすべきことです。

このことはこの掲示板についてもいえることです。わたしにとっては情報の発信地としての意味があるのですが、同時に、

＜誰もこのような情報を必要としない。＞

ということが理想です。もちろん私も含めてです。

（9月14日 2008年掲示板）

いつも、悩んだりしたときに、高塚さんのメッセージを読ませていただいております

足元を見つめ直す、よい道標をいただいた気持ちになれ癒やされて、仕事とヒーリング活動のエネルギーを充電できます

ありがとうございます。

●ヒーリングの予定表

他の人の人生を「変える」ことに関わるのではなく、他の人の人生が「変わる」ことに関わる。

9月15日、16日、20日、23日 2008年

●意識のある人生～仕事

金銭のための仕事でなく、奉仕のための仕事であるとする。



あるいは、他に、

わたしのための仕事である。

●意識のある人生

貯金の機会を見逃さないこと。

●自他

「目には目を、歯には歯を」

これは私の立場に立っている。

「右のほおを打たれれば、左のほおを差し出さない」

これは相手の立場に立っている。

だからこちらの方が価値ある。。などとはいわない。

この言が価値あるのは、

同時に私の立場にも立っている

からである。

相手も活かすし、私をも活かす道だからである。

(9月23日 2008年掲示板)

●善人・悪人

体に毒を入れる人は心に毒を入れない人が多い。

また、逆に体に毒を入れない人は心に毒を入れる。

9月16日、18日 2008年

●必要十分条件

条件とは、必要であるということではなく、すなわちそれを求めるということではなく、今ある条件ををどのように生かすかということ、そこに着眼すれば、条件は十分となる。

条件とは、条件そのものを求めるのではなく、条件をどのように生かすことができるかをもとめるものである。

●ヒーリング

グルジェフの熱意のようなヒーリング

他方、リラックス

両者ともどちらともいいがたく大切なことである。

●知識と質問

疑問が生じたということは、その答えを知る機が生じたということである。

迷いは答えの始まりであり、そしてまた、必ず答えに行き着くものである。

教室も含めて、疑問・質問は知っているから発せられるのである。

(加筆して教室資料要転記)

9月17日、24日、10月9日 2008年

●意識のある人生～立ち止まること

しばし立ち止まり、大きくなったときの自分を想起してみる。

そのあとの自分は立ち止まった自分と同じであるのかどうか。

●呼吸

呼吸は補助輪か。

無呼吸で達せられる意識のある人生、途切れないベクトル。

9月18日、10月9日 2008年

●意識のある人生～灰

今日一日の人生は与えられている。

すべてを使い切ること。

使い切れれば、満足だけがあり、決して後悔はしない。

●意識のある人生～世界・所有

この世界は弱肉強食のようにみえることがある。

だが、そういうときにこそ、取らないで生きていけるということを思い起こすことである。

(掲示板記入予定)

●所有

すぐにまた買うことになる本を手放せばバカである。

二度と見ない本を手放さないのもまたバカである。

私の中にいるバカは一人だけである。

いっそのこと、もうひとりのバカがいてくれたらどれだけ自由であろうか。

(掲示板記入予定)

#### ■所有・わたし

図書館に行けば本が読める。

スーパーに行けばご飯を買える。

足を運べば手に必要なものは手に入る。

ただ、わたし自身に対してはどうであるか。

わたしはここにいるが、わたしから必要なものを手に入れようとする人は少ない。

わたしに貯蓄する人は少ない。

9月19日、28日、10月5日、9日 2008年

#### ●質問

なぜ質問が生じることが大切かというと、質問が生じたということは答えが生じたということであるからだ。

そして、答えというのは新たなる道である。

(教室資料要転記)

この意味で、わたしは質問にもまだなっていないような混沌たる思い、渴望が好きである。

この混沌は大元へとつながっていて、とても大きく感じられるからである。

#### ■教室の質問と答え

質問へのペーパー上の答えと

汗を流した答えと

<知識となった答え>、すなわち、<それがわたしとなった答え>とがある。

#### ●ノート

ノートを書くことはわたしを裏切らない

#### ●ヒーリング

ヒーリングは、わたしにとっての善と悪と、そして世界である。

#### ■悪人正機説

善は悪を奈落の底に突き落とす。

世界はその悪を救い上げ、そして善をも救い上げる。

悪人正機説～善は気づかないが、悪は気づくことができる。

●日本昔話

「病気を治せる気を出せるようになりたいのですが、どうしたらよいでしょうか。  
ただし、東京にいるので千葉には行けません。

また、高いお金は払えません。」

こういう方には日本昔話がおすすめであるが、もちろんそんなことはいえない。

誰もそんなことはいえないので、現実には昔話を体験していただくしかない。

もちろん皮肉で言っているのであるが、考えてみるに、体験がいちばん分りやすい道かもしれないし、身につくという意味では悪くない道かもしれない。

(9月26日2008年掲示板)

こういうわき道はゴマンとある。もちろん、私もわき道ばかり、泥道ばかりを歩いてきた。

(掲示板記入予定)

しかし、昔話とか童話というのは本来大人が読むべきものではないかと思ってしまう。

9月20日2008年

●所有・モノ

高塚の神様はいう。

貧乏なときにもらった贈り物がいちばんうれしかった。

高橋信次の「ブツダ」

●なみこさんへの返信

ゲゲ～、なみこさん、しっかり覚えてますね(^o^);

酔っ払いのたわごとと忘れてしまってください。

現在のへぼ塚の将棋の勉強は、トイレで月刊誌「将棋世界」の付録を繰り返し読むことと、あと「プロ将棋のネット中継」(主に羽生さん)を見ながら一緒に手を読むぐらいですね。日本一は無理でも何とか五段になりたかったのですが、かなわぬ夢となりそうです。

強い人はみな、ある期間将棋漬けの日々をかならず送っています。

囲碁で一度試みたことはあるのですが、残念ながらわたしにはできませんでした。囲碁漬

けの毎日は一週間でいやになりました。将棋や囲碁はわたしにとっては趣味の域を出ないのでですね。とても残念なことですが、仕方ありません。

しかし、こういう本読んで分かるのは、おもしろい人ってたくさんいるってことですね！  
(^o^)/

(9月20日 2008年掲示板)

こんにちは。そういえば高塚さんは昔スマックLで将棋日本一になるって話をしましたね。今も本で勉強を続けているのですね、尊敬！の一言です。

9月21日、22日、10月5日、6日、8日 2008年

●教室

■スコット・カニンガム

必要性～

羽生の将棋観～端っこにある香車が将棋の勝ちに関係していること。

全体像・実生活では時間と空間と（今日わたしが吐いた息は一週間後には地球の裏側に届いている）

実生活のプレイヤーは愛というプロセスである。ここでは必要性は全体性（一体性）と関係する。

「弓と禪」における的に当たった二本の矢（なくてもよいことであるが、あった方が本書を広めるためには必要である。）

意志ではない・意志を超えていること（意志は的が見えない暗闇で二本の矢を的に当てることだけである）

2, 3秒が2, 3分を感じられたこと

火事場の馬鹿力として特殊化することではない

■情熱の問題

ベクトルの長さの問題

ヨガナンダの無益な瞑想

何ものをも求めないということ（高山氏～自分の中にすべてがあるということ）。

すべてはあるが、種子のようなものである。種子が花を咲かした植物に向かってそれはも

もともとあるものだと言ってみてもむなし。

もともとあるから何も求めないということではなく、もともとあるからそれを開花できるし、開花するためにもともとあるのである。

#### ■創造者

創造者であること～ヒマラヤ聖者

創るという意味では誰もが創造者である。

問題は誰が創造者であるのかということである。

そして、そのことを知っている精神世界の人も現実には主体が<わたし>となっているかどうかということ。

一体性という創造の問題（「神対」2巻044）

#### ■生まれ変わりの村（高山氏）

「あなたがたは脅かされなければ正しいことをしないのか」

死刑抑止論

教育と刑罰

たけしと元最高裁判事の対話

#### ■質問の答えのヒント

人間の成長を促進されるもの

- 1 素直さ（シュタイナー、子どもの囲碁）
- 2 情熱（将棋日本一になる法）

9月23日、24日、10月5日、8日2008年

#### ●意識のある人生～内から外へ・エネルギー

掲示板に書き込むのが大変だと思ったときに思い浮かんだシュタイナーの超人的仕事。

気持ちを変えれば、こころの居場所を変えればこの世界の仕事はどうにでもなる。

自分を忘れるということではなく、自分を使うという形での超人。

60年×60倍＝3600年の人生

懸命に生きるもたない？（小松説）

牛乳配達

### 3年前のヒーリング

#### ■「ルドルフ・シュタイナー」(コリン・ウィルソン著)

「引用」(シュタイナーの講演数)

#### ■生まれ変わりと一回の人生

生まれ変わりの良いところ、悪いところ

3600年の人生の良いところ、悪いところ

9月24日、26日2008年

#### ●意識のある人生～「あなたは何者になりたいか」

子どもに

「大きくなったら何になりたいの」

と聞くと、すぐにいろいろな答えが返ってくる。

ところが、大人に聞いてもなかなか答えは返ってこない。

答えてくれるときでも、小さな答えである。

さらに悪いことは、なりたくないものになりたいと思いついでいることである。

(9月26日2008年掲示板)

#### ■グルジェフ～「あなたは何者であるか」

「あなたは何者であるか」という問いに関するコメントで以下のグルジェフのコメントほど適切な指摘をわたしは知らない。

「だが、＜自分自身についていかに誠実であるべきかを知っているならば、そしてこの言葉が普通に理解されるような誠実ではなく、容赦ない誠実さであるならば、「あなたは何であるか?」という質問に対して、心休まる回答は期待できない。＞そこで、私が話していることをあなた方自身が経験するようになるのを待たずに、私の意味することをもっとよく理解するために、あなた方一人一人が、「私は何であるか?」と、今自分自身に質問することを提案する。あなた方の95パーセントがこの質問に当惑し、「どういう意味ですか?」というもう一つの質問をもって応えるに違いない。

これは、人が自分自身にこの問いを発しないで一生を過ごしてきたこと、自分が「何か」であり、非常に大切な何かでさえあり、一度も問いただすことさえしなかった何かであることは、全く当然のことであるとしてきたことを証明する。それでいながら、他人に、この何かは何であるかを説明できないし、それについてどんな考えも伝えることができないのは、彼自身それが何であるかを知らないからである。彼が知らないという理由は、実はこの「何か」は存在せず、単に存在すると仮定しているからであろうか? <人びとが、

自己を知るという意味において、自分自身についてほんの少ししか注意を払わないのは、奇妙なことではなからうか？ > 愚かな自己満足につかり、真の自己に目をつぶり、自分が何か大切なものを表わしていると快く確信して一生を過ごすということは、奇妙なことではなからうか？ 人々は、自己欺瞞によって分厚く塗られた表面の背後に、いまいまい空虚が隠されていることを見落とし、表面の価値がまったく月並みであることを認識しない。」

(「グルジェフ・弟子たちに語る」71 ページ めるくまーる社)

この問いは一对一で聞くと、相当なインパクトがあるようで、不愉快そうな表情をする人に何人も出会った。ある人は烈火のごとく怒り始めて、

「私はまじめに働いているサラリーマンです。私のどこがいけないのでしょうか」とくっつかかれたこともあった。

怒りというのは、時に自分の苦手な部分を指摘してくれる。このような人は、この問いに対してその言葉の表面の意味しか理解できない人よりはるかにこの問いに接近している。いつかこの問いがよみがえって自分自身を考えるきっかけになってくれればよいと思う。

(9月29日2008年掲示板)

9月25日、26日2008年

●ヒーリング

9月26日、29日、10月5日、6日、11日2008年

●意識のある人生

義務で日記を書くようになってしまっただけはいけない。

前日の反省、前日の意味、これらが書くことによって表れてくるのでなければ書く意味はない。

●意識のある人生～成長・一体

生きていると感じられるのは、ひとつは、できないことができるようになった時である。

ひとつは、わたしがしたことによって相手に喜んでもらった時である。

だから、今日、

昨日までできなかったことをできるようにしてみよう。

だから、今日、

わたしがしたことによって相手に喜んでもらうことをしてみよう。

(10月5日2008年掲示板)



●ヒーリング～シンクロシティ

患者さんが死にたいということと

私が治せないということとの同居がある、布置がある、配置がある。

わたしがすることは治すことでなく、他の場所にわたし自身を置くことである。

わたしのいるところを変えても

患者さんは生きるようにならないかもしれない、それは分からない。

ただ確かなことは、わたしと他者と世界の風景が変わることである。

(掲示板記入予定)

●カマキリの妄想

小さい頃に通りがかりの上級生の子どもからカマキリをくっつけられて泣いた覚えがある。

今ではもちろん平気である。だが、今のカマキリが自分の中にある。

それは何かというと、

職を失うこと

お金がなくなること

...

というカマキリである。

●総裁選・総選挙

声の大きい季節になる。

だが、じっと声をひそめて援助してくれている存在がある。

年はとってもこの声を聞く耳が遠くなっちはいけない。

9月29日、30日、10月1日 2008年

●内なる義務

中学生のときに社会科の授業で義務と権利ということを知った。当時はよくは分らなかったが、まあ。。。ということである。

これは外世界での義務であるが、内世界での義務というものもある。

たとえば、「わたしが恵まれない子どもの支援をするのは日本に生まれたわたくしの義務である」という。これはわたしにとっての義務である。わたしの内世界と外世界の義務である。

内なる義務というのは自己規制としての義務である。

#### ■知識

外的世界の知識の蓄積と伝授（図書館・教育機関）

内的世界の知識の蓄積と伝授～これはどのようにして行われるか～静かなる声と自己伝授  
～外的世界における徒弟制度の修行

#### ●ハトホルの予定表

ハトホルは気を送る人が注意すべき点をいくつかあげていますが、以下は気を送る人が最も陥りやすい陥穽です。

「一方別のレベルで起こるエネルギーの消耗もあります。それは直接「カー」（＝気）に関与するものでなく、個人の感情体のなかの精妙な「感情の流れ」に関わりがあります。その「感情の流れ」はヒーラー側のクライアントに対する考えや感情などの作用によるもので、なかにはヒーラーとしての「予定表」の結果という場合もあります。「予定表」とは、ヒーラー自身の期待を反映させるようなヒーリングを「強要」しようとする意図的な策略であるとも言えるでしょう。ヒーラーである人は、癒しがどこからもたらされ、なぜ自分が人を「癒す」立場にあるかを、思考でも感情でもきわめて明確に把握している必要があります。人を助けたい、よい人間でありたい、尊敬されたいなどという罪のない願望でさえ、潜在的な汚染要素ならびに歪みや消耗の原因となる可能性があるのです。」

（「ハトホルの書」68 ページ）

ヒーラーである人は気を送ることに伴うエネルギーの消耗だけでなく、感情の作用もまたエネルギーの消耗をまねくといっています。ここで、

「人を助けたい」

という善意がなぜ

「潜在的な汚染要素ならびに歪みや消耗の原因となる可能性がある」

となるのでしょうか。

（9月30日2008年掲示板）（教室の質問14）

#### ▲ヨガナンダと小鹿

##### 257～小鹿の死と利己心

ある日、私は用事で町へ出かけた。そのため、私はいつもより早めに小鹿に餌をやって、子供たちには、私が帰ってくるまでは小鹿に何もやってはいけないと言い付けておいた。ところが、生徒の一人が私の言い付けを忘れて、ミルクをしこたま飲ませてしまった。夕方私が帰ると、生徒たちが悲しい知らせを持って駆け寄って来た。「小鹿が、ミルクを飲み

すぎて死にそうなんです！」

死んだようにぐったりした小鹿をひざの上に乗せて、私は涙とともに、神に小鹿の命を助けたまえと祈った。二、三時間すると、小鹿は目を開いて立ち上がり、力なく歩きはじめた。学校じゅうの者が歓声をあげた。

しかしその夜、私は忘れることのできない深い教訓を与えられた。私は夜中の二時ごろまで小鹿のそばに起きていたが、そのうちとうとうと眠ってしまった。すると夢まくらに小鹿が現われて、私にこう言った。

「あなたが引き止めるので、私は行くに行けません。お願いですから、どうか私を行かせてください」

「よしよし」私は夢の中で答えた。

私はすぐに目をさましてから叫んだ「おい、みんな、小鹿が死んでしまうよ！」。子供たちは私のそばに走って来た。

私は部屋の隅の小鹿のところに駆け寄った。小鹿は最後の力を振りしぼって、つまずきながら私の方へ歩み寄ると、ついに力尽きて、私の足もとに倒れて息が絶えた。

この小鹿は、動物たちの運命を支配するカルマによって、今ちょうど鹿としての生涯を終えて、より高等な動物に進化する時期に来ていたのである。ところが、私の愛着——これは利己的なものであったと、あとで気付いたのであるが——と、熱心な祈りのために、小鹿は今の状態から離れることができず、その魂が解放を求めてあがいていたのである。小鹿の魂は、私の理解ある許しを得ずに私のもとを去ることができなかつたので、夢まくらに現われて嘆願した。そして、私の承諾を得るとすぐに旅立って行ったのである。

#### ▲「弓と禅」のブッダの的

##### 099～仏陀の的

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つたが、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つ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ってから、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。

#### ■ 自他

悪いことを願う人も良いことを願う人も他者をコントロールしたがるという意味では同じである。

今戸神社でのある女性の怨念の願い。～悪を願うことでなく、自分をおきざりにしていることが不合理ということである。

善と悪も他者をコントロールしようとするのであれば、ともに悪意である。

#### ● 意識のある人生～教室

規模を広げて人数を増やすのではなく、今いる人を導けるよう自分が努力する。内にも外にも教室のためのあらゆる準備。

(参考) B,z

9月30日2008年

#### ● 瞑想

水面の揺らぎを止めるには、深い呼吸を、息を殺した呼吸を。  
最終的には無呼吸か。

### ★10月2008年

10月1日、6日、12日2008年、10月6日2009年

#### ● 意識のある人生～機会・時空・存在

ジャンプできる機会というのがあった。

横浜に住んでいた大学生時代。

そのありがたさには当時は気づかなかった。

ジャンプはせずに、マージャンと飲酒に明け暮れていた。

そのあと、何度かジャンプはしている。

そのことはどうでもいい。

問題は、

今もまたジャンプする機会が与えられているのかもしれない。

いや、与えられているはずである。

だがジャンプせずに、今もまた明け暮れている「今の飲酒とマージャン」があるはずである。

今の飲酒とマージャンを知ることである。

手放せるもの、手放せることがあることを知ることである。

そして、今のジャンプする機会を目を凝らして見ることである。

(10月6日 2009年掲示板)

●コミュニケーション～自分を語る (時事)

語りは言葉でなく、存在で語るができるようにすること。

そしてまた、そういう語り方しかできないのではないだろうか。

だから言葉だけのコミュニケーションは、それがどれほど「うまく」できたと思っ  
ても、<わたし>という存在を偽れば破綻する。

なぜなら、それは<わたし>ではないからである。

この世界は<わたし>だけが表現され、伝えられるからである。

あるいは、言葉で偽り、身振り手振りで偽り、そして破綻する、そういう体験を<わたし>  
>が選んだということなのだろうか、それが存在の表現であったということだろうか。

(10月12日 2008年掲示板)

言葉という道標

存在だけで表現できるそういうコミュニケーション、他の夾雑物を入れないコミュニケー  
ションをこころがけること。

●シンクロ

内と外とのシンクロとしての宝くじ

内と外というのは別々にあるのではないかもしれない。

コリン・ウィルノン「シュタイナー」

「神対」

西方浄土

●成長～嫉妬・自他・一体

人が得をしたら、自分は損をしたと感じる。

人が得をしても、自分は損をしないことを知る。

人が得をしたら、自分が得をしたように感じる。

(10月1日 2008年掲示板)

●一体化

「神対」の誰だろう瞑想のホームレスと一体となること

このことと

コリン・ウィルソンの「シュタイナー」における“取り込み”  
との関連。

このことに関するNOTEの過去のを参照

●時空

どちらがいいのか。

あっという間にすぎ去った時間

ずいぶん時間が経ったと思ったが、数分間しか経っていなかった時間

～夢や昼寝の時間

どちらがいいのか今の自分には分からないが、確かなことは時間はコントロール可能であるということである。

(加筆して掲示板記入予定)

エネルギーの注ぎ方

意識の継続

世界の創造は一瞬であるということ

●瞑想～長くやったからいいというわけではないが、今は長くやることから見つけるしかない。

●熊谷さんへの返信

熊谷さん、こんばんは。

こちらこそ楽しい時間と素敵なお土産ありがとうございました。

お花は今戸神社の猫ちゃんのご神体の横に飾らせていただいています。

今回はちょっとノリがいまいちでしたか(^o^;) /  
次回はアルコール付きで景気よくおきたいと思います。

私はマージャンはまるっきり弱いです。  
たぶん、お酒よりも弱いです。  
ということで、まあお酒だけお付き合いいただければ幸いです。  
では、また～♪  
(10月1日 2008年掲示板)

高塚先生、先日はごちそうごまでした。  
お店も決めずに失礼いたしました。

次回は、主人もご紹介できたらと思います (^ ^ )  
将棋の話をしたら、将棋じゃなくてマージャンならできるよ・・・とっておりました・・・

次回はお酒でも飲みましょう (^ ^ ) /

では

10月2日、3日、5日、12日 2008年

●意識のある人生・わたし

「神対」のホームレスをわたしだと思ふころの働かせ方と  
普段の自分のころの働かせ方との相違は何であろうか。

●教室

イエスの教えはパソコンに入力するようただ手間だけがかかることの教えとは異なる。

わたしが知っているということ。

わたしが教室を開くことによって得るということ、わたしのためになるということ。

10月3日、6日、10日、12日 2008年、10月6日 2009年

●仕事～この世とあの世・意識のある人生

達観したようなことをいつも書いているが、当然ながら私にも悩みはある。それは夜勤の  
仕事のことである。単価的には悪い仕事ではないし、自由時間も結構ある。私のように、  
あっちにフラフラこっちにフラフラしてきた人間にはありがたい仕事であったと感謝はし  
ている。だが、さすがに27年間やってきて疲れている。精神的にである。

15 年前に一度本気になってやめようと思ったことがあるが（あのときには気功治療で食べていける自信があった）、母に反対され、結局は母が信頼している某僧侶の方（靈感があるという方）が賛成してくれたらやめてもよいとの妥協案で、某僧侶にお会いしたところ、大反対されおじゃんになってしまった。まあ、やめた方がよかったかやめない方がよかったか、そんなことは何もいえない。

今はどうかというと、やめて他のことを——気功治療しかないが——やるパワーはとてもでないが、ない。数人の方に気を送るだけで手一杯で、それを商売にできるとはとても思えない。もう一皮むけないと、気功治療と気功教室で生計を成り立たせることはできない。

現実的には「年金生活に入るのを待つから」と思っているが、それまで食べるためだけに仕事をするというのはたとえ 1 時間であれ嫌なので、何とか仕事に意味を見出そうと思っている。

今、この仕事を始めてから初めてという長期の休暇をとっている。ミニ退職のような期間で、現実の退職がどのようなものであるかは分からないが、とても充実した時間である。何よりも瞑想に関して手ごたえのようなものが感じられたことがとても大きなことであった。

わたしの場合は幸いなことに、給料を考えなければこのような休暇をとることは時々可能である。ということで、仕事のある期間はミニ実人生、長期休暇期間はミニ退職人生、あるいは死後のミニ霊界人生として、ミニ輪廻転生を繰り返し、成長の速度を速めるようにしてみようと思っている（仕事では、世のしがらみにどっぷりかかりつつ、体験の人生を送り、霊界人生では実人生を糧として瞑想三昧の人生を送ろうということである）。

所詮は浅知恵の思いつきではあるが、自分自身は気に入っている。

まあ、個人的な思いをずらずら書きましたが、同じような悩みをかかえている方も多いのではないかと思います、書かせていただきました。これはあくまでも高塚個人のあまりに個人的な解決法です。おひとりおひとりにはまたひとつひとつ解決法があるのはもちろんのことです。何とか工夫され、有意義に働く時間を作っていただければと願っています。

（10 月 3 日 2008 年掲示板）

ミニ実人生 ～総括としての休日のための種まき・ハトホルのいうグランディング  
ミニ霊界人生～



■ 天秤

「祝日出勤手当で4万円」と「覚醒へとつながった瞑想」を天秤にかけてみる。  
また、休んだときには覚醒へと通じる瞑想とする。

まったく別の意味で、仕事を覚醒へと生かす。

● 仕事～見えるものと見えざるもの

この世に対しての仕事と

あの世に対しての仕事とがある。

この世に対して仕事をしてあの世に対しては何も仕事をしていないということがある。

否、破壊したということことさえある。

では、あの世への仕事の基準は何であろうか。

(掲示板記入予定) (教室質問)

誠意ある行い。

「神対」の愛の定義

良心のあるヒーリング

自分自身に対してする仕事と他者と世界に対してする仕事

ただ、この世、あの世というのは別個の世界でなく、世界の見え方という問題ではなからうかと思う。

シュタイナーの思うことも相手に影響を与えているという話。

手をかざしただけで治るヒーリング行為と

一年間さすりつづけたヒーリング行為と

コリン・ウィルソンの見え方の話～あの世とはこの世の見え方の問題であるという話。

ハトホルのいう四つの礎石

## 所有の問題

### ● 願い・時空・言霊

まさかそんなことは。。

ということまで、何から何までかなう。

だから何事をも否定しないことである。

## 個人的と公的

- 1 一体
- 2 求めること
- 3

言葉にして、「〇〇できない」ということはすべて「〇〇できる」となる。

だから、この世界の始まりは言葉であったということである。

問題は言葉にできないことである。

10月3日、6日、7日、8日、12日 2008年、10月6日 2009年

### ● 血液型～論争と受容

血液型と性格を結びつける話というのは、

<本当の話ではないから>拒否することではない。

血液型と性格を結びつける話というのは、

<本当の話だから>拒否することではない。

どちらにしろ、同じである。

(10月6日 2008年掲示板)

### ■ 血液型～シュタイナー

「泉」である方がおっしゃられるのはとても本当のようには聞こえない。しかし、それで感動される方もいらっしゃる。「このこと自体」は拒否することではない。私がすべきことは拒否することではなく、「このこと自体」から流れていく別の通路があるということをお小さな声で話すだけである。

以下は何度も引用させていただいているシュタイナーの名言である。

「神秘道を修行する者は外的な諸条件が命じる事柄と、自分自身が正しいと考える事柄との間に立って、中庸の道を見出さねばならない。彼は周囲の事柄に対して、その世界が理解しえないような事柄を要求すべきではないが、そうかといって、この世界が認めることができるような事柄だけを行おうとする傾向からも自由でなければならない。自分が真実と考える事柄の承認は、認識を求めて戦う自分自身の誠実な魂の中にのみ求めねばならない。

しかし周囲の世界にとっては何が有益なのかをできるだけ知ることができるために、この周囲の声にも傾聴することができなければならない。

このようにして人は神秘学が「精神の天秤」と名づけるものをみずからの内部に作り出す。この天秤の一方の皿には外界の要求に対する「平かれた心」がもう一方の皿には「内的確信と不退転の持続力」が置かれているのである。」

（「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」）

天秤の二つの皿には

<「出来事自体」を限りなく受容する心>が置かれ、  
<どこまでも深い「内的確信」といつまでも続く「不退転の持続力」>が置かれている。  
二つの心は限りなく重いので、決してどちらにも傾かない。  
すなわち、わたしの足は内側にも外側にも立っている。

だから、  
外的に正しいか否かではなく、  
また、  
内的に正しいか否かでもない。

シュタイナーが示しているのは第三の道である、その道を歩むとき、「どちらが正しいのか、どちらが間違っているのか」という論争は消え去ってしまう、そういう道である。

（10月7日 2008年掲示板）

#### ■蛇足

シュタイナーの立派なところは、以上の話を

「いかにして超感覚的世界の認識を獲得するか」

という題名の本の中で書いていることである。

一見とても結びつきそうもないところの話から出発していることである。

（掲示板記入予定）

●ヒーリング～利己主義

もし気づきがあれば、  
「わたしのために病気がある」  
という世界がある。ある観点からは世界はそうできている。

では、すべきことは、  
病気を治すことではなく、  
わたしを治すことである。わたしを生かすことである。

手をかざして、病気を治して、わたしを殺す愚を犯してはいけない。  
現象にこころを取られぬことである。  
慢心でこころを一杯にしないことである。

手をかざした後にわが身を振り返ることである。  
(掲示板記入予定)

●意識のある人生～時空

時間を生き生きとさせるには、  
すなわち、  
時間をのばしたり、ちぢめたりするためには、  
すなわち、  
時間が自分でねった粘土のようなものとなるためには、  
まずは<エネルギー>を注ぎ続けることである。  
(掲示板記入予定)

10月4日、6日、7日、8日、22日 2008年

●ヒーリング～病体

> 生きていてほしいと願うことは相手を愛していることなのだろうか。

いつも使い切っているとは言いがたい膨大な量のプリンター用紙も、この世界の終わりに  
その用紙一枚と一本のペンしかなければ、その一枚をどれほど大切に使うであろうか。

体もまた同様である。

最後の一枚になってもたくさんのことをその用紙に書ける。

願うことは書くことであり、  
用紙をもっとたくさんくださいと言うことではない。

わたしは一枚に本当に書きたいことを書けるようなヒーリングをしたい。  
もちろん、二枚目三枚目が必要になるかもしれない。  
必要が必然であれば、それらはいくらでも天から降ってくるであろう。

(10月18日 2008年掲示板) (草稿要転記)

#### ■ヒーリング～群盲と象

私がいなくともあなたは生きていける。  
そのために私が亡くなる。  
そういう側面もある。

#### ■ヒーリング～恋愛

10年以上前のことであるが、男性から  
「知り合いの女性が自殺すると言っているの、気に入れてやめさせることはできないで  
しょうか」  
と問い合わせの電話があった。  
「そんなことはできないし、やってもいませんが、まあよろしければ一度お越しください」  
と返事をし、お二人でおみえになられた。  
事の顛末は、男性は既婚者、女性は独身でいわゆる不倫である。男性は離婚するつもりは  
毛頭ないと彼女の前で言い、女性は別れて結婚してくれなければ自殺すると深刻な顔を  
しておっしゃられる。  
どういのお話をしたかは覚えていないが、もちろん気に入れることもなく——女性はそんな  
ことは望んでいないということもあり——、お帰りいただいた。

男性は女性に生きていてほしいと願っている。

これは愛であろうか。

女性は男性を死ぬほど愛している。

これは愛であろうか。

もし、愛でなければ何なのか。

(10月8日 2008年掲示板)

また、愛でなければ、男女間での愛とはどのような愛が愛であろうか。あるいは、男女間では愛は成り立たないのであろうか。

(掲示板記入予定)

●ヒーリング～家族愛・恋愛

生きていてほしいと願うことは相手を愛していることなのだろうか。

このように問うわたしは人にあらざる者だろうか。

(10月6日2008年掲示板)

もしかして、私を愛しているのではないだろうか。

わたしは指一本自分の力で動かすことはできない。

もしこの事実を感じ取ることができれば、当然ながら家族が生きることができるように願ったりはしないであろう。

それはありがたかったこととして感謝することではあっても、願うことではない。

願いとはもっと別のことである。

生きていくというのは、体を自由に使えるというのは、わたしの自由ではない。

わたしの自由は、どのように生きるかということであり、どのように体を使うかということであり、そして、相手がどのように生きるか、どのように体を使うかということとは

愛以外のものが生きることを妨げる。

あるいは、

愛だけが生きることをやめることを選び取る。

これまでさんざん相手をごんじがらめにして生きてきて、相手が死にそうであるという、今生きていてほしいと願う。

生きていてほしいと願うことも確かに愛することなのかもしれませんが、では、父、母、そしてあなたは、相手を愛していたといえるのかどうか、ということです。

今生きていてほしいと願うことは愛しているといえるのでしょうか。

厳しい話ですが、厳しいご病気なのでそこまで踏み込まざるをえないのです。

そして、わたし自身もである。

## ■ヒーリング

この世界の出来事に無意味なことは何もない。

では、明日亡くなられる方へ手をかざすことを依頼されることの意味は何であろうか。

その出来事にしろ、他の出来事にしろ、

すべての出来事を有意味にすることはわたし自身にかかっている。

ではその意味のなさそうな出来事に対して、どのようにすれば、それは有意味となるのであろうか。

わたしが死人をも蘇らせるできるヒーリング能力を身につけることであろうか。

(10月12日 2008年掲示板)

## ■コントロール

コントロール力（創造力）の間違った使い方である。この力は他人に対して用いるのではなく、自分自身に対して使うものである。他人には無効であるが、自分に対しては有効である。

自分に忠実であり、自分が変わるということ。

これも愛である。

究極の愛は善も悪も含む。

愛は方向性である。ベクトルである。自由である。創造である。

どのようなものであっても、方向があり、自由があり、創造があれば、それは愛である。

## ■祈願～自他・自己研究

ある神社で若い女性が毎日来て祈っている。一ヶ月以上、毎日数時間祈っている。すさまじいエネルギーである。それほどエネルギーを注げることというのは何であろうか。

「好きな人が私を好きになってくれるように」

ということであろうか。いや、そうではない。

××をのろって、祈っているのである。××が不幸のどん底に落ちるように祈っているのである。

これはとんでもないことだろうか。

確かに、とんでもないことである。

では、

「〇〇さんの病気が治るように」  
という祈りはどうであろうか。  
これは素晴らしいことだろうか。  
確かに、素晴らしいことである。

だが、どこかそうではないという「におい」もまたするのである。

二つの祈りのどこが違って、どこが同じなのであろうか。

(10月27日 2008年掲示板)

エネルギー・誠意・良心

化石の発掘

ノートの無意味に思える書き込みを有意味に変えること。

反芻して思い起こすこと。

#### ●瞑想

自己意識の拡大～ヒーリングを通じて知り合えた人々に拡大する。

10月5日、9日 2008年

#### ●自己想起

人間には異なる指示系統がある。

ひとつは誰もがもっている、そして、時にはその系統だけで一生を送る、ロボットの私が下す指示系統である。

そして、もうひとつは自己想起によって出てくるわたしが下す指示系統である。

10月6日、7日、8日、9日 2008年

#### ●身体

寝不足+朝食=眠気・体調不良の解消～気を全身にめぐらすこと+不食

#### ●意識のある人生～力・法則・プロセス（神）

美醜というものは確かにある。

私の肌に浮き出た黒いシミは醜い。若い女性のエクボは美しい。

だが、美醜をつくり出す力はまったく同じである。

この力を見ることができれば、美しさの中にも醜さの中にも神を見ることができる。

プロセスの完璧さを見ることができる。



見ることができれば、そのプロセスはわたしがコントロールできるものと知ることができる。

このことが<わたしの意志>が<意識のあるプロセス>となる始まりである。

(10月9日 2008年掲示板)

プロセスをどのように用いるかということ。

ハトホルの四大の4

神はプロセスであるということ

10月7日、8日 2008年

●条件・創造

条件付きの未来というものはない。

あるとしたら、ただ意志だけである。

「わたしは何々になる」

という意志だけである。

さらにいうとしたら、実は存在だけである。

「わたしは何々である」

という存在だけである。

だから、

「望みをいう前にすべてが叶えられている」

ということである。

逆側からの実現～「癒されたら癒す」という論法ではなく、「癒したら、癒されている」という論法。

■実現

「お元気で過ごせるよう、全力を尽くしたいと思います」

でなく、

「お元気で過ごせるよう、全力を尽くします」

という。

●ヒーリング

重い病気の場合、

病気が治るためのだけのアドバイスというのは不可能である。

成長のためのアドバイスがあって初めて病気のためのアドバイスも生じる。

●マントラ

「ありがとうございます」の「在り難い」

「南無阿弥陀仏」の「アミータ ()」

「アーメン」

「AUM」

10月8日2008年

●ヒーリング

室蘭、秋葉原、御坊

●自己想起

まず自分自身を登場させること～鏡・呼吸法

そのための時間を多くとること（現実には少ない時間）

10月10日、19日2008年

●総合判断と分析的判断（カント）

人間とは分析的判断である。

そこからすべてが生まれてくる。

（加筆して要転記）

分析的判断（神）であり総合的判断（人）である

10月11日、13日、18日2008年

●土着

100年前、200年間にその時代、その土地に染まっていた考え方、ふるまいをしていた自分をイメージしてみる。

そして、現在を省みる。

ふりほどけない土着の衣服をふりはらってみる。

10月12日、13日2008年

●時空～奇妙奇天烈

まあ、時々とんでもないことを書く。

このとんでもないことのわたし自身の確信度は50%から90%である。まあ、かなり幅がある。

どういう話かというと、妻が

「△△の靴がない」

という。玄関にあった靴がないという。妻はキクニの漫画「」のなぞとくこの推理のようにとんでもない発想をする。その推理を書くといいのだが、本人が嫌がるので、まあ、それはおいておく。

わたしの発想はもっと奇想天外である。

何らかの理由があり、少し前からさかのぼって人生を生き直しているからである。

要するに、ダブル部分もあるが、違う人生をやり直して生きているので、あったはずの靴がなくなっているということである。

こんなことを誰が信じるであろうか。

まあ、たまには自分だけしか納得できない話を書くのもいいかなということ。。。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ●ぬこさんへの返信～箱庭

ぬこさん、お気づかいいいただきありがとうございます。

母、妻、私の生活の潤滑油となっているのが駄犬ハッピーで、妻は

「癒し犬だよ」

といっています。人間では「食っちゃ寝」しているだけではなかなか癒し人間にはなれないとしたものですが、その点犬は「食う、寝る、遊ぶ」だけで癒しとなるのですから、たいしたものです。

精神世界の本ではダントツに「神との対話」シリーズを評価しているのですが、グルジェフ、シュタイナーも人間臭さがあって好きです。そのシュタイナーの本は高橋巖先生の訳がわたしには一番ぴったりきます。他の方の訳本しかなければ、おそらくシュタイナーの本は読んでいなかったと思います。

以前は高橋先生の「シュタイナーの講座」(横浜の朝日カルチャー)に通っていたのですが、講座よりお酒が優先でやめてしまいました。今はお酒は飲みませんが、講座よりもやりたいたいことが山ほどあるので、やはり参加できずにいます。少し残念な気もしますが、どこか必然といった感触もあり、流れるままにしています。

「シルバーバーチ今日のことば」は寝る前と朝起きた時に読んでいます。一日の始まりと終わりに読むのにちょうどいい本です。ただ、この現代であればまた違ったメッセージも残されるのではないかと考えています。うまくはいえないのですが、このメッセージはひ

と昔前の人々に語りかけているという感じはしますね。もちろん、今現代にも有益なメッセージではありますが、古きよき時代の人々に語りかけているといった感じがします。わたしとしては今のところ「元気の着火」に使わせていただいています。

元気がないときにどうするかというのはとても大切なことで、ぬこさんが自分なりのノウハウをもたれているというのはいいですね。シルバーバーチも不安や取り越し苦労、陰鬱、落胆、絶望感等々の除去をさかんにいわれています。自分自身も時々津波のようにこれらの感情に襲われる時があり、まあその時々いろいろ工夫しながら乗り切るよう努めています。

ただ今回はそれほど大きな波ではないのですが、とにかく元気がわかないという状態です。こういうときには、

- 1 まず寝てしまう。
- 2 とにかく外に出る。
- 3 ノートの整理をする。

自分の場合は、だいたいこの三つの方法のどれかで元気が出てきます。

あと前述の津波に巻き込まれそうになったときで、どうにも手立てがつかないときには、  
<神様に頼む>

という方法も使っています。頼んでからあといろいろ注意していると（気づきを求めていると）、何らかの示唆を与えてくれます。ただ自意識が強いので困ったときにはなかなか頼めないというのがやっかいな点です。

困っていないときに<神を使う>ようにするというのは好きなのですが、困ったときに頼るといのは「ちょっとなあ」という感じがします。この自尊心というか慢心というか、これを解きほぐさないことには何も始まらないと思っています。

> 庭に出て 一日中 お花いじりしてまーす。

河合隼雄先生の箱庭療法の話を読んでも思い出してしまいます。

お読みになられたかもしれませんが、

「ブッダの夢」河合隼雄と中沢新一の対話

の中に取り上げられている箱庭療法の話はすばらしいですね。

グルジェフは愛の難しさについてよく知っていた人で、

「初めに、動物に愛を実行しなさい」

と言っています。

私が犬にふれるというのも一種の箱庭療法的な意味合いがあるのかもしれませんが。  
箱庭がわたしに従いながら「箱庭のいろいろな相」をみせてわたしを違う場所に運んでくれるように、犬もわたしに従いながら「犬のいろいろな相」をみせてわたしを導いてくれているのかもしれませんが。

箱庭療法といますが、この世界全もまたが大きな箱庭のようなもので、世界はわたしの  
こころとシンクロして存在しているようです。わたしが世界に働きかけてシンクロしている  
場合もあれば、世界がまたその働きかけに照応して形を示し、その形を通じて人間に働  
きかけているようです。

そう、この世界はまったく魔法のような世界です。

そして、この魔法がしっかりと発揮されるためにはふさぎこんでいてはいけないというこ  
となのでしょうか。

今日も一日やわらかな気持ちでいて魔法ワールドを生きていきたいと思います。

またいつでもお越しください。お待ちしております。

(10月13日 2008年掲示板)

毎日 楽しみに読ませていただいています。

日記は お犬様との様子がなんとも いい感じです。本って、シルバーバーチだけでなく 訳  
者によって 感覚がちがいますよね。

お疲れのようですが お気をつけてくださいね。

私は 気分や体力衰退しているときは 庭に出て 一日中 お花いじりしてまーす。時々 お邪  
魔させてもらいますね！

10月13日、14日 2008年

●ヒーリング～自他

重い病の人にあなたができることは何であろうか。

そばにいて体をさすってあげる。

身の回りの世話をしあげる。

神仏に回復を祈ってあげる。

高塚にはなかなかできないことであるが、どれもそれはすばらしいことである。

だが、まだある。それは、

重い病の人が亡くなられた時にあなたの手に入るものを、あらかじめ思い病の人が生きて  
いる間に手に入れることである。

まさかそんな人はいないと思うが、もちろん財産のことではない。逆に財産を手放すこと  
かもしれない。要は、存命のうちにあなたが変わるということである。

そうすれば、あなたに対しては亡くなるという意味は無意味となる。無意味なことは生じ  
ないというのがこの世界である。ただ、それでご病気の方が元気になるかどうかは分から  
ない。生老病死は当然のことながら、病人とあなただけとの関係ではないからである。も  
っと多くの人との関係、そして、自分自身との関係があるからである。

(10月15日 2008年掲示板)

#### ●ヒーリング～寿命

意識しているかどうかは別として、どのような人も自分で自分の寿命を決めている。

だから、49歳で亡くなった兄も49歳は寿命ではなかったということはない。もちろん、使  
い方によってもっと長く生きることはできたはずである。だが、そのような使い方をすれ  
ば、「兄が生きてきた人生はなかった」ということである。もちろん、別の人生を生きても  
よい。生きてもよいが、そのことは兄の人生を否定するということである。

それは誰にもできないことである。

だからむやみやたらに人の体の長さのことを惜しんだり、非難したりしないことである。

(10月14日 2008年掲示板)

10月14日、17日、27日 2008年

#### ●ヒーリング～自他

他者のいいなりになること。

シュタイナー

イエス

#### ●ヒーリング～見る・感じる

健常者の10分の1しか体が動かなくとも、健常者の100倍も世界を見ることができる、感  
じることができるということがある。動きが10分の1になって初めて見ることができる  
ということがある。もちろん、それはそれで尊いことである。だが、動けなくなって見るの  
でなく、動かなくなって感じるのではなく、普通に生きているうちに感じることに、このこ  
とが気功教室の目的である。

では、これまでの 100 倍も世界を見る、100 倍も世界を感じるにはどのようにしたらよいであろうか。

(10月17日 2008年掲示板) (教室質問 15)

■ 辻村ジュサブロー

人形作家辻村ジュサブローは人形制作に行き詰まり、自分の目を突こうとするが、己の慢心に気づき、思いとどまる。もちろん思いとどまってよかったのであるが、目が見えなくなることへの引き金が慢心だけでなく、見えなくなることによる利というものもまたあるのではないだろうか。



思いとどまらなかった人生もあるのではないだろうか。

サヴァン症候群

ジミー大西

バカになること・一途になること

■ 所有～金銭

お金がたくさんあれば多くのことができる。自由度が増す。

だから、持っているお金を全て手渡すと、自由でなくなる。だが、自由でなくなるが、別の自由を手に入れる。

半分の水の入ったグラス。

10月16日、27日 2008年

● 家・時間

一軒家が壊されて、新しく家が四軒建てられた。

土がなく、家だけである。

何があって、何がないのか。

何が必要で、何が必要でないのか。

今朝いつもより五分早く家を出た。

もう五分多く眠れたかもしれない。

何を得して、何を損したというのか。

何を考えているのだろうか。

(10月29日 2008年掲示板)

●自他

裏切られて救われるということもある。

他人に助けを求めて裏切られ、そして、世界に救われるということもある。

10月17日、27日 2008年

●所有

シンクロ～花園まつり

●身体～コントロール

体の声に耳を傾ける。

体の声に耳を傾けない。

悲鳴を上げているのか、わがままを言っているのか。

悲鳴に耳をふさぎ、わがままを聞くというのが、悲しいかな、地球人の性である。

■選択

それはできないと言う。

あなたの声に耳を傾けてみる。

あなたが本当に悲鳴をあげているのか。

あるいは、ただわがままを言っているのか。

あなたの声に耳を傾けてみる。

どちらなのだろうか。

シュタイナーの人生

●プロセス

プロセス全体に何を注ぎ込むか。

ありがとうございます、か。

10月18日、29日 2008年

●

神様からの贈り物を開けること。

本を開いたが、それは開いたとはいわない。



●感じること

離れる場所

●意識のある人生

一日の始まりに希望に燃えていること。

一日の始まりが鉛色の時には、あらゆる手立てを使ってその色を変えること。

●地球人～逆さまの文庫本

40年近く前に読んだエッセー本で、著者は誰であったかは覚えていないが、おおむねこういう話が出ていた。

「真夏の湘南電車で揺られながらボックス席に座っていると、若い女性が乗り込んできて、熱心に文庫本を読み始めた。楚々とした美人で、よい家庭の出なのだろう。ページをめくる姿が涼しげである。

目的の駅に着いたので、席を立ちざまにふと文庫本をのぞき込むと、何とその本は逆さまであった。」

悲劇か、喜劇か、ホラーか、あるいはそれら全てか。それはおいておいて、

<われわれ地球人もまた逆さにこの世界の本を読んでいないだろうか。>

逆さに読んでいる例があったらあげてみてください。

そして、その例について正しく読むにはどのようにしたらよいかを考えてみてください。

(10月29日2008年示板)(教室資料質問16)

10月19日、22日、11月6日2008年、7月25日、26日2012年

●プロセス～道しるべ

竜王戦が始まった。羽生さんがデビューしてから四半世紀が経つ。この25年間を思い浮かべて私もずいぶん変わったと思う。今のようなく場>にいるとは25年前には思いもよらなかったことである。このことは自身の本性に由来する部分があるにはあるが、それより「見えざる姿の聞こえざる声」の導きによって初めて可能であったことを最近しみじみと思う。

もちろんこの導きはすべての人にある。導きを感じないというのはこの声を聞こうとしなかった、声を感じてもその声を無意味としてきたことにその理由がある。道しるべを助け

としなければ、道しるべの先にあるものも見えないし、道しるべの存在も忘れてしまうであらう。わたし自身も数え切れないほどこの導きを無視し、そして、今現在無視している。それでも時にこの声を感じ、その声に従って生きてみると、はっきりとわたしの前にひかれた道というものが見えてくる。

(10月19日 2008年掲示板)

#### ■ 選択

車中のコーヒーの広告に

うそがつけない。

だから、うそはつかない。

というCMがある。

立派な話しであるが、わたしからすれば、

うそをつける。

うそをついたことがある。

でも、うそはつかない。

この方が立派であり、本当である。

もともとうそがつけない

このことから導かれることなどたいしたことではないという立場である。

(10月22日 2008年掲示板)

#### ■ 自己研究

もつというと、

うそがつけない

などという選択の余地がない状況というのはこの世界には存在しない、また、人のところの中にも存在しない。

そう、この人は実は

「うそがつけない」といって、うそをついているのである。

このような自己欺瞞はこの世にいくらでも存在する。

だから、自己研究というものが必要であり、

古代の聖哲パタンジャリは、ヨガを、

“意識の中に生ずる動揺を静止させること”

と定義しているが、そのための第一番目に行うこととして、

「ヤマ（倫理的戒律）（……、他人をも自分をも偽らぬこと、……）」

（パラマンハサ・ヨガナンダ著「あるヨギの自叙伝」233 ページ 森北出版）

ということを挙げている。

（10月23日2008年掲示板）

#### ■神聖なる矛盾・第三の道

さらにまた、

「うそをつく、本当のことを言う」

「善をなす、不善をなす」

この世界は二律背反のようにみえるが、

<わたしはそのどちらでも選ぶことができる>

というフレーズを持ち込むと、この二律背反の世界はその様相を全く変えてしまうということもまたある。

（10月24日2008年掲示板）

#### ▲選択という魔法

この世界は、民族、国家、宗教の違いにより、あるいは性差、年齢、育ちの違いにより価値基準が相反し、互いに歩み寄ることがない。

世界は二律背反のようにみえる。

しかし、

<わたしはそのどちらでも選ぶことができる>

という、このフレーズを持ち込むと、この二律背反の世界はその様相を全く変えてしまう。

（10月24日2008年掲示板）（加筆済み7月30日2010年掲示板）（加筆済み新7月25日2012年掲示板）

## ■プロセス

車中のコーヒーの広告に

うそがつけない。  
だから、うそはつかない。

というCMがある。  
立派な話しであるが、わたしからすれば、

うそをつける。  
うそをついたことがある。  
でも、うそはつかない。

この方が立派であり、本当である。

もともとうそがつけない  
このことから導かれることなどたいしたことではないという立場である。

なぜかというと、  
前者にはプロセスがないが、後者にはプロセスがあるからである。  
前者は機械的である。ブリキのロボットのように反応する。  
後者は有機的である。この世界を創った創造主のように自由に創り出すからである。  
(11月6日 2008年掲示板)

## ■意識のある人生

この見えざるプロセスを、今感じるか、今使ったか。

## ■気功教室資料18～バックミンスター・フラワーの動詞

バックミンスター・フラワーは

「人間とは何か。  
それは知らない。  
だが、はっきりしていることがある。  
人間とは断じて名詞でない。人間とはいわば動詞である。」  
とこのようなことを言った。

これは一体どういう意味であろうか。

また、最近動詞であったといえる顕著な体験をあげてみてください。

(11月6日 2008年掲示板) (教室資料質問18)

▲ロビタの選択

教室資料 2008年3月9日参照

▲1円貯金

10月22日、23日、25日 2008年

●時空

時空のゆがみ～セナ・羽生

タコへのヒーリング

●ヒーリング～イメージ

グルジェフの妻の霊を呼び出す話。

ヨガナンダの馬のイメージ

●プロセス～イーグル・アイ

(以下は、映画「イーグル・アイ」を見られる予定の方にはおすすりできません。)

映画「イーグル・アイ」は国防のために作られたスーパーコンピュータが携帯電話や防犯カメラなどあらゆるコンピュータシステムを通じて人を監視し、コンピュータの指令を無視したアメリカ大統領をコンピュータが抹殺に動くという話である。

この抹殺の片棒をかつがされるのが一般の市民であるが、何もかもコンピュータに監視されているので反抗することができない。

そのくもの巣にがんじがらめになったようなところが、この映画の見せ場である。

私がこの映画を見ながら思ったことは、これはこの世界とよく似ているということだ。近未来の話として似ているというのでなく、神と人間の関係によく似ているというところである。

主人公はいろいろ危ない目にあうが、コンピュータの指示にしたがっている限りは、決して死なない。コンピュータはこの世界では万能なのである。

これはハトホルが



ヨガナンダの「歩くときには～」

●意識のある人生～ポケット（愛の定義）

いつもポケットに自家製の本を作って入れてある。どういう本かという、「神との対話」「あるヨギの自叙伝」「ヒマラヤ聖者の生活探求」「ハトホルの書」等々の本から引用したものと、自分自身が書いているノートから抜き書きしたものを載せた本である。1ページがA4版の4分の1の大きさなので、夏でもポケットに入れて持ち歩くことができ、電車の待ち時間や外食中、あるいは個室等で時間があれば見るようにしている（ご希望の方にはお送りいたします。もちろん無料です）。

以下はその一文で、「神との対話」からの引用です。

「神との対話」の愛の定義はヒーリングをされている人、あるいは看護されている人すべての人に読んでいただきたいものです。そしてまた、人間関係に悩まれているすべての人に読んでいただきたいものですね。

必ず自分に欠けているものが見つかるはずですよ。

「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。」

これをできないということは簡単です。

これをできると思い、実際に行くことは困難なことです。困難ではありますが、この愛の定義を果たせる人間であれば、どれほど肩の荷がおり、自由になれることでしょう。

（10月31日2008年掲示板）

10月24日、25日2008年

●自他・わたし・所有

あなたの目の前にいる人があなたのことをもっと気づかってくれたら、あなたは幸せにな

れるという。

だが、気づかうことは相手の持ち物である。これはあなたのものではない。

あなたはあなたのものでないものにより、上がったたり、下がったりする。

あなたの前にそれしかないのであれば、それもまた仕方ない。

だが、あなたの前にはもっと他のものもある。

あなたの前というか、あなたにはあなたがある。

だから、

あなた自身により上がったたり、下がったりすることもまた可能である。

どうということかという、

相手がどのようであろうと、

あなた自身が相手を気づかう

と決めることである、そのような存在であるということである。

これはあなたのものであるので、決してなくなるし、変えようと思わない限り、変わらない。

もちろん、あなたは幸せである。

(10月25日 2008年掲示板)

10月26日、27日、11月3日 2008年

●大小

朝の5分の小さな損得——それを大きな損得と小さな私は考えるが——にこだわり、大利を逃す自分がある。

何を大切にするか。

朝の余裕。

10月27日、11月1日、2日、3日、5日 2008年

●自己想起・瞑想

立ち止まること。

これを習慣とすること。

何で喫茶店にいる時間が楽しいのだろうか。

それは立ち止まっているからではないだろうか。

そのように、どこにいても、時に立ち止まってみることに。

まあ、＜瞬間瞑想＞ということです。

(11月2日 2008年掲示板) (意識表要転記)

●意識のあう人生～自己継続

意識の途絶＝休憩 → 慢心 ⇔ 「行為への愛」の逆の状態である

●選択～善悪

善であることがすばらしいことなのでなく、  
悪であることがとんでもないことなのではなく、

＜どちらでも自由に選ぶことができる＞

という、このことがとんでもなくすばらしいことなのである。

だから、

善を選んだ人も、悪を選んだ人も、

選んだのであれば、

それは祝福すべきことなのである。

だが、選ぶというのはどういうことなのだろうか。

(11月1日、3日 2008年掲示板) (加筆して草稿要転記)

■「神との対話」～マスター

「神との対話」の神が話す＜マスター＞(大師)の選択の話である。

「あなたは何度でも自分自身を創造することができる。それどころか、あなたは毎日、自分自身を創造している。だが、いまの段階では、いつも同じ回答を出すとは限らない。環境や条件によって、ある日は人間関係において忍耐強く愛情深く、親切である自分を選ぶだろう。つぎの日には怒ってみにくく悲しい自分になるだろう。

＜マスター＞とは、つねに同じ回答を出すひとたちだ。その回答とは最も気高い選択である。

その点で、＜マスター＞のふるまいはすぐに予想がつく。逆に未熟な者のほうはまったく予想がつかない。ある状況への対応、反応について、最も気高い選択をすると予想できるかどうか——それを見れば＜マスター＞への道のどのあたりにいるかがわかる。」

(「神対」1巻174ページ)



私は外によって変わる。

給料日にふところが豊かになると、元気な私を選択する。

人にほめられれば舞い上がり、上機嫌の私を選択する。

お金がなくなれば、緊張し、不機嫌な私を選択する。

人にけなされればふさぎこみ、不安に満ちた私を選択する。

私の選択の基準を外に置く限り、私は永遠に外に従い右往左往する。波にゆられ上下する木の葉である。

だが、私の選択の基準を内に置けば、自分自身の発心に置けば、私はいつも木の葉であり、波にゆられて上がっても下がっても、木の葉である。

そして、もしかしたら、この木の葉には枝と幹と根のついた木の葉なのかもしれない。

だから、あらかじめ

#### ■ 選択

悪を滅することはできない。

それはもともとあるものだからである。

だから、自分の中にある悪に目を閉じ、他人の悪に目を見開いて非難するのではなく、

また、自分の中にある悪に気づき、驚き、滅しようとするのではなく、

自分自身の中にある善と悪ともに気づき、

ただ、ただ、自分自身の目を善を通じて見ることである。

だからいつも善に向かうことだけが本来なすべきことである。

#### ● 瞑想

托鉢ながら春を買う僧侶。

彼の人生全体が瞑想なのかもしれない。

10月28日、11月1日 2008年

#### ● 意識のある人生

待ち時間を大切にす。

#### ●

小さな自分の選択をよく見ること。

●自己想起

これまでで一番大きな自分を思い出し、いつもその自分であること。

10月29日、11月1日 2008年

●意識のある人生～選択

不愉快なことを減するのではなく、見るものを変えること。

不愉快なことに入らないこと。

10月30日、11月1日 2008年

●条件・わたし・所有

与えられている全てが

<自己充足>

自分だけで満ち足りているということへの道である。

10月31日 2008年

●意識のある人生～時空・エネルギー

今日一日で人生が終わるように過ごす。

同時にまた、

今日一日が一千年間の人生の一日であるように過ごす。

いつも両方の眼を持っていること。

●意識のある人生～瞑想

まるで違う見方をするために、わたしを固定すること。

★11月 2008年

11月1日 2008年

●所有・遊行

いつも喫茶店にいるときの持ち物であれば、実に多くのことができる。

わたしにとっての多くのことができる。

だから、モノも用事も持たないこと。

仮に住むのであれば、一隅の住処でよい。

多くのモノがあるから落ち着くのではなく、何もないから落ち着く、そういう落ち着き方もまたある。

11月3日、4日、5日 2008年

●量と質

将棋～正確な読みと妙手の関係、正確な読みと感動する手との関係

●意識のある人生～所有

人生ではぶくべきことがある。

また、絶対にはぶいてはいけないこともある。

日常生活の中にあるこれら二つ、そして、こころの中にあるこれら二つ、この二つをチェックする。

そして、今まではぶかずにいたが、新たにはぶいたこと、逆に、これまでにはぶいていたが、新たにはぶかなくなったこと、そのような気づきと実践があったら書き記してみてください。

(11月3日 2008年掲示板) (教室資料転記済み・質問17)

■聖クリストファー

以前紹介したのは3年前ぐらいだろうか。ユング心理学の入門書として書かれた「人間と象徴」はユングとそのお弟子さんによる共著で、以下はお弟子さんのフランツ女史が書かれた話しである(下巻108ページ)。

もしかしたら、重荷を背負っていると感じる人のはげみになるかもしれない。

「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と決心する。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。」

(11月5日 2008年掲示板)

#### ●瞑想

昨日「モスバーガー」で食事していると、小さな女の子を連れた夫婦が入ってきた。

女の子は「千歳飴」と七五三と印刷された「風船」を持っている。

まあ、ただそれだけであるが、還暦が近づいてきたわたしからはこの女の子が送るであろう人生のすばらしさについてははっきり分かる。

もちろん、この女の子にはわたしから見える可能性のすばらしさ、これからの人生で生きていくことのすばらしさは見えていない。

これは仕方のないことであるといえる。

そして、同じことは私自身にもいえる。今の私自身の持っている可能性のすばらしさ、これからの人生のすばらしさについては私は知らない。女の子を見るようにして、私を見ることができないうし、感じる事ができない。

だが、私は仕方のないことだとはいわない。

私は私を将来から見たいし、私より大きな自分から見てみたい。

瞑想はその視点の獲得の試みである。

(11月4日 2008年掲示板)

#### ●意識のある人生～佐川幸義

佐川幸義の歩き方。

あるいは、写真から見て取る。

11月4日 2008年

●木下さんへの返信

木下さん、こんにちは。瞑想会、ご参加いただき、ありがとうございます。

何回かメールをいただいただけでアドバイスをするのも気が引けないわけではないですが、エネルギーがおありの方と思いますので、そのエネルギーを、その思いを、滅しようとされるのではなく、ある方向へ向け続けることを試みられればと思います。

向ける方向というのは、最終的にはご自分で探して決めていただきたいのですが、わたしが最近していることは、

- 1 ただ額のあたりを見ているだけ
- 2 宇宙空間に浮かんでいる自分をイメージする
- 3 気配のない呼吸をして宇宙全体になること

ですが、これにこだわることはありません。

ただ、雑念を滅しようにとすることだけは避けられた方がよいと思います。雑念を捨て去るのでなく、別のものに焦点を合わせるということです。

正直なところ、瞑想に関しては指導できるような立場ではありません。

ご一緒に瞑想する場とお考えいただければと思います。

わたしがいる時間はまちまちですが、できるだけその場にいるようにいたします。

ということで、こちらこそよろしく願いいたします。

(11月4日 2008年掲示板)

瞑想会参加させていただきます。よろしく願いいたします。

●モノ・身体

万卷の経典を読み、限りない数のマントラを唱えても、寺の掃除をしない修行僧は必ず行き詰まる。

(11月8日 2008年掲示板)

■

進歩した星での価値ある仕事は掃除である。

それは全ての人のためになるからである。

■ 神の掃除

宇宙はエントロピー（乱雑度）増加にいつているか、減少にいつているか。

ビッグバンと縮小をどのようにとらえるか（宇宙の終焉）。

宇宙人全体の宇宙へのかかわり。

どのレンジで乱雑度を考えるか。

11月5日 2008年

● ヒーリングの二面性

このことは全てのことに對して言えるのであるが、見過ごしてしまいがちな話しである。

イエスのヒーリングへ至る道に善悪のヒーリングがある。

イエスに對した悪魔の試練

11月6日 2008年

● なみこさんへの返信

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。

耳は4、5年前から少しずつ遠くなってきました。残念ながら、お医者さんから

「あつ、これは老化ですね。まあ、半年にいつぺん検査に来てもいいけど、次回来る必要もないし、薬飲んでも治らないから、薬出さないよ」

と、宣告されてしまいました。ガ～ン。

まあ患者を引つ張らないだけ、良心的といえれば良心的なお医者さんですが(^^)

なみこさんのようにハキハキとしっかりと話してくださる方には何の問題もないのですが、口ごもって話される方や小さな声で話されると聞き取りづらくなってきて、とりあえずは職場だけでつける予定です。

老化に気は効果あるかというお話しですが、どうなんでしょうか。まあ毎日気を受けてれば、老化予防にはなるかもしれませんが、シワを取ったりするのは、やる気もないし、今の自分には無理かもしれません。

自分に気を送るといふのはこれまた全くやる気はしなくて、難聴やシラガぐらいでは絶対

にしないですね。もしかしたら、ガンになってもしないかもしれません。ガンになったら他の方法を用いると思います。まあ、生活と考え方を改めるというやり方で、、、おまけで治ればラッキーという方法ですね。

以前、ある方から「気を出す人は結構ポックリいってしまう人が多い」と聞いて、そうかもしれないと最近思っています。自分でも理にかなった方法で出しているのかは自信はありません。

今、合気の達人である佐川幸義先生に関する本を読んでいます、体を使うということの意味をあらためて考え始め、また実践しようと思っています。

年取って口だけ達人になったというのだけは避けたいですね。

しかし、高塚の老後はどないな予定になってるんでしょうかね。もちろん未来は自分で創るものですが、機会は神様が与えてくださると思っているので、、、シラガは想定範囲でしたが、補聴器と足が痛くなるというのは全く想定外。まさかまだ大きな想定外の落とし穴が待っているということはないんでしょうね神様！！

(11月7日 2008年掲示板)

こんにちは。高塚さん、いくら何でも「補聴器」は早すぎるんじゃ！！(^\_^;)。中耳炎をこじらせたか、突発性難聴でしょうか？「老化に効果のある氣」はないのでしょうか。難聴に効果のある「氣」とか……。もしそのような「氣」を発せられるようになりましたら、ぜひ私にも発信していただきたいと思います。こちらは「超特急老化」どころか「音速で老化」しているような状態です・・・トホホ(=\_=)。

11月7日 2008年

●身体

自分の体だけを身体であると思わないこと。

まわりもまた自分の体になりうる。

■自己想起

大きな空間、長い時間、そして、動かし手としてのわたし(=動詞)を意識すること。

11月8日、9日、10日、11日、12日 2008年

●時事～金銭

1万2千円もらえるという。まあ、単純に喜ばばいいかもしれないが、天邪鬼なもので。。。

最初に思ったこと。

「中途半端な額だなあ〜」

次に思ったこと。

「何か変ではないか」

その次に感じたこと。

「こんなお金を受け取るなんて、やだなあ〜」

何かエサをもらえるとって喜んでるポチの気分である。

1億円差し出されて、「人間と地球と宇宙のためになることをしなさい」といわれれば喜んで受け取るが、「貯金しないで高いもの買って景気よくしましょう」というお金では素直に受け取れない。

私の中にはいろいろな私がいるが、「こういうものに飛びつく私」が我々の世界の唾棄すべき部分を作り出しているのではないだろうか。今度の経済危機ももとをただせばこのような「私」を表に出すことによって生じたことではないだろうか。

そして、ない頭で考えた結論。

申告制のようであるから、申告しないか、寄付である。

国に入れておくより寄付したほうが人間のために有効に使ってもらえそうであるから、たぶん後者にする。

寄付するところは、毎月寄付している次の二ヶ所のどちらかである。

関心のある方はあたまたに [h](#) をつけて検索してみてください。

<http://www.msf.or.jp/about/>

<http://www.worldvision.jp/>

(11月12日 2008年掲示板)

このようなお金を求めているか、自分自身チェックしてみること。

#### ■グルジェフ

お金を何に使うか。

10円の小遣いであれば、たいして考えることではない。

わたしも右から左に



●時事

あなたの身内は誰であるのか。  
そのことの解き明かしである。

●トヨタのSF

人間は動物園に。～売り上げだけを見て喜びホルモンが分泌される動物  
ロボットのために栄える星。

●ヒーリング～身体

気を送るときに身体にも注意すること。  
身体の緊張を変えてみること。  
佐川幸義先生の体の動き。  
体の動きを相手を飛ばしたように、体の動きでヒーリングの気もまた出てくるのではない  
だろうか。

11月9日、11日 2008年

●身体

クローン人間にも魂はあるのだろうか。  
では、体そのものに魂はあるのだろうか。  
あるいは、クローンという体を選んで魂は入っていくのだろうか。  
ロボットはどうであろうか。

●教室～モノ

一昨日の教室で「所有・モノ」についてのコメントを求められたときに、話したことである。

「モノ」に関して注意すべきは二点だけである。

- 1 どのように管理しているか。
- 2 何に使うのか。

押入れにしまいこんだままになっていないか。  
一生のうちに一回使うかどうか分からないものをほこりをかぶせてしまっているのではない  
だろうか。  
それは管理していることになるのだろうか。

私はそのモノの管理人といえるであろうか。

そのモノを何に使うのか。

自分のどのような部分を表現するために使うのだろうか。

見栄か、過去の栄光の記念碑を見せるためか、将来の不安を保証するためか。

もちろん、そうではない。

わたしは何者であるのか。

そして、わたしは何者になりたいのか。

そのようなわたしを表現するために使う、それがわたしの手元に置いておくモノである。

「所有・モノ」に関しては「神との対話」の愛の定義が理想であり、いつも心得ておくべきことである。

**「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。」**

何も必要としないから、

すなわち、わたしという存在だけで完結し、すべてがあり、すべてが創り出せるのだから、

<自由に与えられるもの以外は何もとらない>

という。

高塚にできるかという、できていない。できていないが、できることだと分かるし、これが本質だということも分かる。

さらにもうひとつある。支離滅裂なような話しではあるが、そうではないと思っている。

<モノを使い切るということはどこか創造に結びつくところがあるのではないだろうか>

ということである。

(11月11日 2008年掲示板) (教室資料要転記)

■

イエスの弟子を送り出した言葉

11月10日、12日 2008年

●

上がっても、下がっても、木の葉は木の葉である。そのことに気づけば、木の葉に枝がつき、幹がつき、根までもついていることに気づくことができるかもしれない。

上がること、下がることが何であるか。

木の葉が何であるか、一日と自分自身を省みること。

11月11日、12日、13日 2008年

●意識のある人生～わたし・存在

夢はまだわたしではない。

決意もまだわたしではない。

今まで続けてきたもの、ただそれだけがわたしである。

では、私は今まで何を続けてきただろうか。

そして、今日は何をしていただろうか。

(11月13日 2008年掲示板)

●身体

意識のある動き

小食

11月12日、19日、20日 2008年

●ヒーリング～身体

体を統御している力を抜く技、力をつける技。

投げられて元気になる話。

11月13日、18日、19日 2008年

#### ●条件・わたし

与えられた条件は完璧であるとよくいわれる。

だが、現実はとても完璧には思えない。

だから、私は叶いそうもない夢を願う。

では、なぜ与えられた条件が完璧に思えず、今の状況に不満を抱くのであろうか。

それは、私が、私の考えていること、私の話していること、私の行っていることを知らないからである。

私を知らないから、私が創り出したもの、私が望んだものに不満を抱くのである——そう、人生は私が創り出したものであるし、自分で創り出せることができる——。

だから、人生を変えるには、まず自分を知り——自分の考え、言葉、行為を知り——、次にその自分を変えることである。

自分を変えずに生じる出来事だけを変えることはできない。

個人的な出来事も社会的な出来事も地球規模の出来事もである。

(11月18日 2008年掲示板)

#### ■意識のある人生～自己研究

自分を知るには自分の外の部分だけを見ても何も分からない。

目玉焼きひとつ作るにしても、いやいや作るのか、心をこめて作るのでは、仮に出来上がった目玉焼きが一見同じであっても、そのふたつの行為は全く異なるものである。

行為が異なれば、当然結果も異なる。

もちろん、目玉焼きは異なるし、目玉焼きのあとの人生も異なる。

だから、いつもところがどのようなかを見ていていやいやな私は変えなければならない(もし違う人生を生きたいのであればだが)。

こうして自分自身の内側を振り返ると、ほとんどが「不安」で占められているのが分かる。

これをひとつひとつチェックし、こころの方向を転換しなければならない。

「不安」なことというのは、実際には生じないことであつたり、生じたとしてもたいしたことではないことである。

このことはあとになって振り返ってみれば分かる。

だが、大切なことは、あとになって振り返って分かるのでなく、今現在を振り返って「不安」に向かう気持ちの方向を変えてあげることである。

そしてまた、次の瞬間に「不安」に陥る自分の気持ちをあらかじめ救ってあげることであ

る。

人のこころはただ二つの根しかない。

愛であるか、不安であるか。

実相であるか、仮相であるか。

ほぐれているか、固まっているか、

今の創造の立場に立つか、明日の憶測の立場に立つか。

変えることができる私の立場に立つか、変えることができない相手の立場に立つか。

いつも、いつも、私は後者であった。

だが、これからは、いつも、いつも、

愛であり、実相であり、しなやかであり、創造であり、わたしでありたい。

(11月20日 2008年掲示板)

#### ▲損か得か（「神対」）

自分を知るといのはとても難しい。

これまで当然と考え続けてきたわたしは見過ごされてしまうからだ。

わたしが手にしたものがわたしのものである。

わたしとはそのようなわたしである。

だから、わたしは得ると喜び、失うと悲しむ。

このような考えで

#### ■錬金術1（変容）

どのようにすれば変えることができるであろうか。

アーサー・ケストラーは科学雑誌の編集長だった頃、

「今世紀中に人類は月に行く」

と言い、編集長を解任されそうになったという。

だが、このアーサー・ケストラーのように、

月に行けるという確信を持っていること、すなわち、知っているということ、即ち<知識>を持っていること、

このことが変えることの唯一の力である。

だから、知っていることを豊かにしなければならない。

## ■錬金術 2

不安な出来事というのは、全て自分のために役立てることができる（転換することができる）。

それを使い切ってこそ、すなわち、それを自身のために役立ててこそ、新たな出来事（成長のための条件・状況）が生じる。

（加筆して掲示板記入予定）（所有の項へリンク）

（参考）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、確実にそうなると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れば、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、選びなおしなさい。新しい現実を呼び出しなさい。新しいことを考え、新しい言葉を口にし、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。」

11月15日、18日 2008年

●意識のある人生～オールトの雲

●ヒーリング

Y O氏～体を動かさないことの大切さを知る。

J O氏～体を動かすことの大切さを知る。

11月16日 2008年

●ヒーリング～遠隔

瞑想して、呼吸をととのえてから遠隔治療を行なうこと。

11月18日、19日、22日、12月5日、6日、7日、8日、9日、13日、14日、16日、17日、18日、19日、30日 2008年、1月8日、9日、10日、11日、13日、2月9日、13日、3月16日、17日 2009年、1月12日、13日、14日、15日、16日 2010年

●身体～自己コントロール（加筆して再掲）（2009年5月・2010年1月気功教室資料）

身体のコントロールができないと、これでいいというまで——もちろん、そんな時はこない——生きていたいと思う。いつ死ぬかは分からないが、いつまでも生きていたいと思う。

だが、身体のコントロールができるようになれば、いつまでも生きることができるのだから、もっと生きていたいなどとは思わずに、生きたいだけ生きて、死にたい時に死ぬことができる。

身体に関して肝心なことは、いつまでも生きるためにはどのようにすればよいかではなく、自分自身の身体はどのようにすればコントロールできるようになるのかという、このことだけである。

（12月4日 2008年掲示板）（1月14日 2010年掲示板）

▲

こう言う時に、わたしの言のバックにあるのは、正確には、影響された話しとしてあるのは、以下の「神との対話」の言葉である。

いつまでも生きることができる

進化した宇宙人は……

■教室資料作り

教室の資料作りは、これまでペーパーにするすことだけであったと思っていたが、そうではなくて、気功体操の実践であること（わたし自身の存在が資料である）。

自転車こぎの実践であること。スクワットの実践であること。犬の散歩の実践であること。

呼吸とともにきれいな気を体に通すこと。

体に手をふれること。

## ■身体～価値

人生好きなことをすれば身体はどのようになってもいいなどという人は身体のありがたさを知らない。

水素で走る車は希少金属を使っているので 2 億円するということであるが、この車の持ち主はガードレールや石垣にぶつけて走っても「車は走るためにあるのだから傷などはどうでもいい」などと言わないであろう。

もちろん、人間の体の価値は 2 億以下ではないし、また走らせることだけしかできないのではないし、動かせることだけしかできないのでもない。

(12 月 6 日 2008 年掲示板)

## ▲アーサー・ケストラーの身体論

スーパーコンピューターとしての人間。そして、つり銭の計算にしか使っていない事実。スーパーコンピューターとしての人間はつり銭の計算以外にどのようなことができると考えるか。

あなたがこの人生で使用可能なスーパーコンピューターにはどのようなことができると考えるか。

世間ではスーパーコンピューターの使用範囲ではないということで、あなたが使用範囲であると考えることにどのようなことがあるか。

ジュリアン・ハクスリー卿は、彼のエッセイの一つの中で、人間という種にユニークな特徴のリストをかかげている。——言語と概念的思考、書かれた記録による知識の伝承、道具と機械、他のすべての種に対する生物学的な優越、個体変異、物を扱う目的だけに前肢を使うこと、一年中生殖可能なこと、芸術、ユーモア、科学、宗教など。けれど、進化論者の見地からみて、人間のもっとも目立った特徴は、このリストにのっていないし、他の指導的生物学者によって論じられたのをみたこともない。

それは「望みもしなかった贈りもののパラドックス」とでも呼ぶことができる。それを一つのたとえ話でお伝えすることにしよう。昔、アラブの市場に、アリという無学な小売商がいた。彼は足し算があまりうまくなかったので、ほんとならお客をだますべきところなのに、いつもお客にだまされてばかりいた。それで彼は、針金にそって玉を押せば足し算ができるあのソロバンという神聖な機械を恵んで下さるよう、毎晩アラーに祈っていた。けれど、ある悪い霊魔（ジン）が、彼の祈りを天の通信販売部の間違った売場に送付してしまった。そこである朝、市場にやってきたアリは、自分の店が鉄筋の高層ビルディングに変わっていて、蛍光を発するオシレータやダイアル、マジック・アイ等々の計器で四面



の壁がうめられた最新のIBMコンピュータが据付けられているのを見出した。おまけに、数百ページもある使用手引書もあったけれど、無学な彼には読むことができなかった。何日かの間、あっちこちのダイヤルをやたらといじくりまわしたあげく、とうとう彼は怒りだし、コンピュータのピカピカしたデリケートな壁のパネルを蹴飛ばしはじめた。そのショックが、機械の何百万という電子回路の一つを動かした。まもなくアリは、そのパネルをたとえば三回蹴り、それから五回蹴ると、一つのダイヤルが八という数字を示すことを発見して、すっかり喜んでしまった。彼はこんなすばらしいソロバンを送ってくれたことをアラーに感謝し、その後ずっと、二と三を足すのにこの機械を使い続けた。幸いにも彼は、この機械がアインシュタインの方程式を導いたり、数千年後の惑星や恒星の軌道を予言したりできることを知らなかった。

アリの子供たちも孫たちも、この機械とそのパネルを蹴る秘密を代々うけついで。けれど、彼らがこの機械を単純な掛け算に使うことを学ぶのにさえ、何百世代もかかった。われわれもアリの子孫である。われわれはそのほかにもこの機械を働かせるいろいろなやり方を発見してきたが、まだ1000億はあろうと思われるその回路の潜在能力のごく一部を利用することを学んだにすぎない。この望みもしなかった贈りものは、いうまでもなく人間の脳である。使用手引書はいつかは存在していたかもしれないが、今はどこかへ行ってしまった。プラトンはそれがかつてはあったと主張している。けれどそれはうわさである。

このたとえば、こじつけに見えるかもしれないけれど、そうでもない。その背後の原動力がなんであろうとも、進化は種の直接の適応的要請をみたすものである。そして、何か新しい解剖学的構造や機能が生じるとき。それは概してこの要請によって導かれている。いまだかつて、進化がどうやって使ってよいか自分でも知らない器官を一つの種に与えたという例はない。しかもその器官たるや、アリのコンピュータのように豪華きわまるもので、その所有者の直接的で素朴な要請をあるかにこえたものであり、かりにその適切な使用法を学習するとしても、何千年かはかかろうというしろものなのだ。

あらゆる証拠が示すところでは、五万年から十万年前に舞台に登場するホモ・サピエンスの最古の代表たるクロマニヨン人は、すでにわれわれと大きさも形も同じ脳をもっていた。けれど彼はほとんどそれを使わなかった。彼は洞窟生活者にとどまり、石器時代からぬけだすことはなかった。新皮質のあの爆発的な成長は、時間の上では天文学的な大きさで彼の要請の直接をとびこしていたのである。何万年かの間、われわれの祖先たちは、弓や矢や槍を製作し続けた。けれど、明日はわれわれを月へ連れていくであろう器官は、すでに彼らの頭蓋骨の下に、いつでも使える状態で存在していたのであった。

精神的な進化こそ人間独自の特徵で動物にはないものだとわれわれがいうとき、われわれは論点を混同しているのだ。動物の学習能力は、彼らが脳を含めて彼らの生まれもった装備器官を、フルに、あるいはほとんどフルに使うために、自動的に限定されてしまっている。爬虫類や哺乳類の頭蓋骨の内部にあるコンピュータの能力は、フルに活用されており、それ以上学習する余地は残っていない。ところが、人間の脳の進化は、人間の直接的要請

をおよそ荒っぽくとびこしてしまっているのに、人間は今なおその脳のまだ活用も開発もされていない可能性に追いつこうと息を切らせている。この観点からみれば、科学と哲学の歴史は、脳の**潜在能力を現実化することを学習する**緩慢なプロセスだといえる。今後征服すべきフロンティアは、主として脳のしわの中に存在するのだろう。

(アーサー・ケストラー著「機械の中の幽霊」395ページ ペリかん社)

#### ■身体～望み

人間の体は間違いなく高級車よりも高いし、有用であるのだから、自動車会社よりも救うべきは人間の体である。

もちろん、人間の体を救うために自動車会社を救うのであるが、では、自動車会社を救い、雇用を確保し、景気が回復し、懐が豊かになった時、

<私は体のために何をするのであろうか>

そして、これまで

<私は体のために何をしてきたのであろうか>

このことを省みることがなければ、私が豊かになってお金を欲しいといっても体はお金がない方がいいというかもしれない。

(12月7日 2008年掲示板)

10年前に宝くじが当たり、仕事をやめていたら、毎晩朝までどろどろに飲んだくれていたでろう。

グルジェフのお金持ちの女性弟子の話し。

金銭と仕事

#### ■身体の使用マニュアル

身体をどのように使うかということは、世界をどのように使うかということでもある。

F1のセナや野球のイチローのような身体コントロールだけでなく、身体はもっともっとコントロールできるし、世界もまたコントロールできる。

たった一度だけの体験であるが、

小学5年生の時に空中に浮いたことがある

中学2年生の時にいくら走っても全く息が上がらない走りをしたことがある  
高校3年生の時に体が自然に動き、知らない目的地に到着したことがある

ここでは、別に不思議な話をして驚かせたり、自慢したりするのが目的ではない。言いたいことは一度できたことはもう一度必ずできるということである。この人生で達成できるかどうかは分からないが、これらは一度だけの体験でなく、

<わたしがそれを選択する時に>

<できる>

そういう体験であるということである。

(もちろん、私にできるならば、すべての人にできるというそういう体験である。)

そして、このような「力」(～もっといい表現がありそうだが)の使い方は身体に対してだけでなく、世界に対してもできることである。

(以下、続く)

(12月9日 2008年掲示板)

自動性

スコット・カニンガム三法則

#### ■SOMETHING→世界

世界に対する力の働き方が物質を介さないで行われるということを感じたのはスプーン曲げを通じてであった。もう20年前の話になるが、父が危篤の時にいとこの光さんが病院にみえられ、手をかざしてくださったのであるが、海外に出張のため遠隔で気を送るから私高塚を介して送るので手をかざしておいてもらいたいとのことで、まあスプーン曲げぐらいはできた方がいいだろうということで教えてくださった。要点は

「右の額から白いものがスプーンに入っていくようにイメージする」

ということであるが、本質はこのイメージにあるのではなく——現実にスプーン曲げができなくなった今、このイメージをいくらもってもスプーンは曲がらない——、彼といることにより私自身に内在する能力が触発されたということではないかと思っている。

まあ、それはそれとして、スプーンには少し触れるのであるが力はほとんどかかっていないのに、曲がるのである。スプーンは物質としての人の体を介して曲がるのではないので

ある。世界はわたしの物質以外の SOMETHING の働きかけを受けて変わるのである。

このことは手かざしによる治療、遠隔による治療、雲消しなども同様であり、この世界は私の SOMETHING の影響を受けて変わるということである。

このことがひとりひとりの内に神があり、その神を使うということではないかと思っている。

神が嫌いなら仏でもよい。

神も仏も嫌いなら力でもよいし、SOMETHING でもよい。

そしてまた、こういうこともある。

私は以上の文章をワープロで書いてから、メールの返信の参考に「ヒマラヤ聖者の生活探求第5巻」を調べる。そうすると、たまたま開いたページに次のようなことが書いてある。

「さて神聖なるものとはすべてのもの、すべての形あるものに宿る神のことです。キリストとはこの内なる神聖を実現する力のことです。してみれば、すべての人々の姿形やすべての形態の中にキリストが窺（うかが）える道理です。この事が実は、イエスの最初の宣教の一つだったのです。私達は研究の途上でこの事を発見しました。『わたしはすべての人、すべての形あるものにキリストを観る。初めて地上に人の子が生まれた時がキリストの生まれた時である』のです。

それが征服者・キリストです。征服するもの、一切の主（マスター）です。主でない者は今日では一人もいないのです。主という言葉をお口にすると、すぐ人々は自分を措（お）いて外に主を探し始めるものですが、自分の外に主を求めた瞬間、われわれは、吾が内にこそ主のいますことを忘れ去ってしまっているのです。人類は今日まで神を外に求めること、或いは神を外に視ようとすることによって、最大の過ちを犯して来ています。何故か。それは、まさに吾が内にあるものを外に探し求めるからです。自分自らが神であると明言すれば、その都度、あなたはまさしく神になっているのです。」

（同書 38 ページ ベアード・T・スポールディング著 霞ヶ関書房）

これは私のいいたいことと同じである。私は「たまたま開いたページ」と書いたが、これは「たまたま」ではない。＜必然的に開いたページ＞なのである。この必然は上述書の言葉に従えば、

「内なる神聖を実現する力であるキリスト」

ということになる。内なるキリストがページを開かせるのである。

内なるキリスト、内なるブツダ、内なる SOMETHING は「私の身体」、「世界としての物

質」だけでなく、「世界としての出来事」にも力を発揮するのである。

(以下、続く)

(12月14日 2008年掲示板記入予定)

#### ■ 日常性～佐川幸義師の合気

この神は特殊な場合のみに現れてくるのではない、日常茶飯事に現れているものである。その顕著な例が自分自身の身体である。以下は合気の木村達雄氏の話である。

佐川幸義師は晩年カップヌードルのビニールが破れないほど筋力が衰えてしまったが、屈強な体の弟子がかかってくる道着ににふれるかふれないかの瞬間にすっ飛ばしてしまったという。亡くなられる前日に受けた稽古では、木村達氏は受け身も取れないほどこっぴどく投げつけられたという。

不思議な話であり、高塚がある拳法家にその話をしたら露骨にいやな顔をされたことがある。そんなことはありえない、あれはやらせであると。弟子の木村達雄氏もそんなことはありえないと思いながらも、現実にはたたきつけられるのであるから、そのジレンマに悩むのであるが、ある時まったく逆の発想にいたる。

どういう発想かというと、「体は簡単に倒れるのがあたりまえである」という発想である。どういうことかというと、ロボットを考えてみるとよい。人間の体をした二本足のロボットは何百キロあっても、子どもが軽く押せば簡単に倒れてしまうであろう。コンピュータの制御で様々な筋肉(?)を動かせるロボットができて二本足のロボットなどは倒れて当然なのである。

では、人間はなぜ倒れないかかというと、体に内在する力があるからである。この内なる力の制御が合気なのである。佐川師は「しこをふむ」ことをさかんに勧めたというが、これは筋力をつけることのみならず、そのことを通じて内なる力の増強を目指したのである。

以上、簡単ではあるが、木村達雄氏の合気に対する見解で、著書「合気修得への道」からの引用である。木村氏は筑波大学の数学の先生であるが、同書の院生時代の数学研究の話など秀逸で、人が前に一歩進んでいくためには何が必要かということがよく分かる本である。また、佐川師の合気が武道だけの合気であったかということ、ヒーリングに通じるような話もあり、読んで損はしない本であると思っている。

(以下、続く)

(12月16日 2008年掲示板)

#### ■ 体の力と人の力

「神との対話」で確か、このような話が出てくる。

「あなたがたは、自分では指一本動かすことさえできない」

この話は人間存在が何であるかということ物語っている。

すなわち、人間存在の本質が＜自由＞であるとしたら（わたしはそう考える立場であるが）、その自由は体を動かすことにはないということである。

では、＜自由＞、すなわち、＜自らが原因であること＞というのは何かという問題がある。

ただ、これはおひとりおひとりにご自分の問題として考えていただきたい。

（何度も言うように、こういう問題は答えを得ることに意味はない。このメビウスの輪のような＜自由＞の問題のまわりを限りなく巡回しながら近づくこと、このことだけが意味を作り出すからである。私は問題に答えることができるが、答えを果たして＜知識＞として持っているのか、すなわち、わがものとしているかどうかは疑問であると思っている。）

佐川師は晩年、いわば指一本動かせない状況になった——すなわち、カップヌードルのビニール袋をはがせないぐらい筋力が衰えた。二階に上がるのも弟子にささえてもらってあがったぐらいである。

しかし、亡くなる前日の稽古では、弟子が受け身もとれずに頭から突っ込むような合気ですつとばしている。佐川師は死ぬまで体をコントロールすることはできなかったが、合気に関しては死ぬまでコントロールしていたということである。すなわち、佐川師にとって合気は＜自らが原因であるもの＞なのである。だからまた、最晩年まで進歩し続けたとご本人が語っていたことも当然である。

ただ多くの人はこのようなコントラストの中に二つの力——神の力と佐川の力——の濃淡を見るのでなく、重い病気のとくにただひとつの力を見る。すなわち、神の力を見るのである。

亡き兄は49歳で癌で亡くなったが、最後はやせてトイレに立つこともままならず亡くなっていった。いくらやせているとはいえ、49歳である。歩けないはずはなかろうが、歩けなくなるのである。自分は7歳のとき7ヶ月間、ベッドに24時間しぼりつけられ、上を向いたままの姿勢でいた。だが、7ヵ月後に直ちにベッドから降りて歩くことができた。体を動かすのはもちろん筋力によってであるが、それだけではない。

癌のような重い病気になって初めて、健康なときには体を動かしているのは私であると思っていたのが、実は私ではなかったと知るのである。体を動かしているのを神と思うかどうかは別として、

<それは当然のことではなく、ありがたいことであった>

として知るのである。

(以下、続く)

(12月19日 2008年掲示板)

■ヒーリング～行としての身体

(佐川幸義師の問題はしばらく中断させていただいて、「行(ぎょう)」の話である。)

10年以上前の話であるが、交通事故による頰椎損傷で四肢麻痺、首から上しか動かせないという患者さんをヒーリングしたことがある。

事故と書いたが、毎日のようにしていた酔っ払い運転が原因である。

<事故とは言いがたい出来事である>

ちなみに、事故後手足が動かなくなってからもお酒を飲みながらテレビを見ていた。

とても暴力的な方で、酔っ払った部下を「足腰が立たなくなるまで飲むんじゃない」とボコボコに殴ったこともある。

私は病院にヒーリングに行ったのだが、病院の許可を得ていて、その時に婦長さんに呼ばれ言われた。

「何というわがままな方でしょう。こんな方はみたことがありません。みな一生懸命になって何とか手足が動かせるようにならないだろうかと言っているのに」

と相談されたことがある。そして、その日手をかざしていると、看護婦さんが入ってきて

「××さん、こんにちは。私今日準夜勤なの。よろしくね」

「ああ、よかったね。準夜勤だと近くに泊まれるから楽だろう」

私は度肝を抜かれて看護婦さんがどんな顔をしたのか見ることもできなかった。こういう会話が自然に出てくる方なのである。

この会話を聞いて思ったことは、この人は必ず治る。ただ、手かざしや西洋治療によってではない。自分自身がどのような人間であるかを見ることができれば 100 パーセント治ると確信した。実に簡単なことである。だが、実に難しい。

<だから、四肢麻痺があるのである>

他では分からない。自分の手足がびくとも動かせなくなって初めて、自分が手を上げた他人の恩が分かるのである。世ではこれを自業自得という。患者は「神も仏もあるものか」という。

わたしはいいたい。

<神仏の愛が働いている>

と。だから、自分自身を知れば四肢麻痺は終わる。なぜ終わるか。意味がないからである。自業自得といって他人を傷つけたいと思う「人間の意味」はあっても、「神仏の因果法則の意味」はないからである。

(以下、続く)

(12月30日 2008年掲示板)

#### ■ヒーリング～行としての身体

病気に関してはそうそうのことで驚かなくなっているが、ヒーリングを頼まれて病室に入り、度肝を抜かれた体験がある。それは脳血管障害の患者さんで、意識がなくなって一ヶ月寝たきりであるという。てっきり子どものように寝ているのだろうと思ったが、これがまるで逆である。身をくねらせ、大きな口を開け、目は驚きの表情で見開き、まさしく阿修羅のような表情なのである。もちろん、意識はない。正直、

「ええ、これを何とかしろというのですか」

と言いたくなってしまった。だが、ありがたいことに手をかざすとただちに呼吸は楽になり、目の表情が変わってきた。しかし、通常の状態を基準にすれば異常事態に変わりはない。しかもそれ以降、何回手をかざしても改善することはなく、手かざしをして2ヵ月後に亡くなられた。

ではヒーリングは失敗であったのかというと、そんなことはない、これはまるで別の意味でうまくいったヒーリングであったと思っている。というのは、高塚の身勝手な思い込み



と思われるかもしれないが、この方もまた DV まがいのことをされている乱暴な方であり、ある時ふと思ったのは、

<この世で最後の「行（ぎょう）」を行っているのであろう>

ということである。行というのは楽であっては意味がない。かといって、過度の難行苦行も苦痛にしばられるだけである。

その意味で、気を送ることにより、ほどよい体の行に行えたのではないかと思っている。というのが、手をかざしたあとの表情がまるで違うからである。相変わらず口をあげたままの呼吸であるが、顔の表情はまるで修行僧のようである。

意識はないが、この方の場合、意識があっては修行にならないのであろう。

<意識をなくして、体だけの行を行う。>

このことが 60 年の今生の総決算なのであろう。ある側面からは確かに自業自得ともいえる状況である。だが、どのような修行僧であれ、自業自得である。自分で為したものにより修行に至るのである。この方は修行とはとても縁遠い方である。意識があっては行は行えない。だから、

<体だけが行を行うのである。>

あの病室にいた患者さんはそういう修行僧ではなかったかと今も思い続けている。

なお、蛇足ではあるが、もしもこの行を私がかわいそうだと思い、中断させるのであれば、すなわち、治してしまうのであれば、私は修行僧の覚醒を妨げる悪魔となるであろう。これがハトホルのいう

「最後になりますが、ヒーラーは、人には病んだり苦しんだりする権利もあるのだということ

を明確に理解しておく必要があります。ヒーラー自身の予定表を人に押しつけるべきではありません。クライアントが自分の速度でより大いなる気づきへと歩むことができるように、そのための空間と時間を認めてあげるようにしてください。」

(高塚注～予定表とはヒーラーが手をかざして治したいと思うこと)

(「ハトホルの書」74 ページ)

ということであり、イエスが地球上の全ての病人を治さなかったということである。

だから、わたしは手をかざすことだけをする。きれいな気を送ることだけにつとめる。気を送ることののちに生じるプロセスは完璧である。高塚の思惑を超えて完璧に働く。なぜなら、そのプロセスが神だからである。

(以下、続く)

(12月31日 2008年掲示板)

#### ▲OM氏・YY氏・OT氏・内観法の××氏

##### ▲「天元坊」の姉の行

弟のためにしている行で、実は自分のためにしている行。神聖なる矛盾。

##### ■召使

今日の朝事務所を出る時に、普段は絶対に忘れない紙袋を忘れる。もう一度取りに戻るが、テーブルの上に「回想のグルジェフ」という本がのっている。せっかくだからと、私はその本を持って家に帰る。家を出る前に10分ほど時間があったので、その本をくたまたま開いたページに私がここ数日探していた文章が載っていた。ちょっと分かりにくい文脈もあるが(誤訳か?)、以下はその個所である。

オツギヴァンニと一緒にワークすることを命じられた。私たちは互いに鋸の端を引き合せて、冬用の薪を作り、それを薪小屋に積み重ねた。そのとき彼女は、コーカサス山脈でのグルジェフとの日々を私に話してくれた。ティフリスでグルジェフは、あなたは願いを、本当の願いを持っているか、と彼女に尋ねたことがあった。「私は不死を願っています」と彼女は言った。「今、あなたは何を願っている？」と彼が言った。「家と召使が欲しいのです」と彼女は答えた。「あなたはワークしているのだろうか？ コックが赤ん坊の面倒を見るだろうか？」「いいえ、召使が私の世話をします。」「あなたは何もしていないのに、不死を願っている！」と彼は言った。「しかし不死は願うことではなく、特殊なワークによってもたらされるのだ。あなたは、不死のためにワークをしなければならない。努力をしなければならない。さあ、私は今あなたにワークのやり方を示そう。まず、召使に出てゆくように命じ、どんなことも自分でするようにしなさい。」

(C.S.ノット著「回想のグルジェフ」162ページ(コスモス・ライブラリー))

ひとりひとりに召使がいる。私の召使がいる。いつか召使がしていることを自分がする時がくる。

私、高塚の召使は私のために何をしてくれているのであろうか。。。

ひょっとして全部ではないか。。。

そんな気がしないでもない。。。

(1月15日 2010年掲示板)

#### ■身体～＜知識＞

毎日のように片道3時間かけてヒーリングに行けるか。

お礼は交通費込みの月額5万円。

午前中は鍼灸学校、夜は一日おきの夜勤で、疲れ切っていた。私の住まいは千葉であるが、治療宅は武蔵境から多摩川線の終点。そこから車で10分余りのところにある。車中居眠りはよくあることだが、ある時終点に着いても目覚めずに車中で寝込んでいて、迎えにこられた家人があわてて電車の中まで入ってみえられ、起こして下さったこともあった。

一ヶ月に十回は確実に行った。

十五回、いや、二十回行ったかもしれない。

もしかしたら、もっと行ったかもしれない。

よく覚えていないが、はっきりしているのは、

朝から朝までの夜勤以外二十五回、すべての日に行ったわけではない。

では、すべての日に行けるか。

<神であれば行けるが、神でないので行けない>

グルジェフ、シュタイナーなら行ったであろう。彼らは体を自分自身とみていないからだ。

だから、体を使う。体に使われるのではなく、体を使う。

この意味でふたりは神である。

——自由に使うことができるという意味で神である——

二十回と二十五回、たった五回の違いであるが、これは天地の違いである。

休まないこと、立ち止まらないこと、いいわけをしないこと、自分自身に決してうそをつかないこと。これは体を自分自身であると感じ、自分自身とみなしている身にはとても難しいことである。体はわたしではないという＜知識＞があつて初めて可能になることであることだからだ。

では、この＜知識＞はどのようにして得られるのであろうか。

<それは一ヶ月に二十五回ヒーリングに行くことによってである>

矛盾する話である。

そう、矛盾する話であるが、わたしはそう思っている。

(1月10日 2009年掲示板)

だが、少しずつ神になって行けるようになる。正確には、飛び越えて行けるようになる。

#### ■身体～映画「地球が静止する日」

映画の一場で、ボーっしながら見ていたので正確ではなく、若干の脚色あるが。。。

夜のファミレスで中国の老人がひとりさびしく食事をしている。

そこにひとりの若者が声をかけてきて老人に困ったことがないかときいてあげる。

ところがその老人は70年前にエイリアンが送り込んできた調査員で人類の評価の任務を任されている。その老人は若者と別れた後、今回新たにやってきたエイリアンの最終報告者に報告する。

「人類はだめだ。こんな乱暴な種は見たことがない。70年間、人間の体をまとって観察してきたが、どうしようもない連中だ。救いようがない」

と言う。最終報告者は

「そうか、仕方がないな。地球を救うために人類は一掃してしまおう。

では、これから一緒に宇宙船に戻ろう」

と言うが、老人は

「いや、私はここに残る」

と言う。

「ここに残ると、死んでしまうぞ」

「分かってるが、私は残る。彼らにもいいところがあるんだ。私は彼らと最後まで一緒にいるよ」

と言う。

まあ、おおむねこういう会話である。

身体について、選択についてここ10年以上ずっと考えてきたが、こういう身体の使い方というのはSF映画の世界であれ、初めて知った。この手の問題については相当知っているとは実は自負していたが(慢心おそるべし)、脳天をくだかれたような会話であった。

この老人はイエスのような深刻さでなく、さらりと十字架にかけられることを選ぶのであ

る。人類を捨てたが、人類を救っているともいえる、不思議な感覚である。

(1月11日 2009年掲示板)

#### ■身体～能動・受動

気功教室では気功体操から始めるが、実はこれは私は好きではない。一昨日の教室でも

「これをはぶくわけにはいかないだろうな。でも、ディスカッションだけで終わるのが一番いいのだが」

と思ったりしながら、半分いやいやでやり始める。だが、動かす瞬間から気持ちは180度変わる。やり始めると、気持ちがよい。続けてやりたくなるのである。

「体の動き、呼吸、そして、できる気に注意を向けるように」

というアドバイスを与えるが、私自身もそのアドバイス通りに動かし、呼吸し、気を感じることができた。

続いて瞑想してから、気功治療の実践を行う。これも気のりしないメニューなのである。だが、やると決めた瞬間から180度これまた変わる。手をかざす前に手を水で洗うが、この時には心身とも準備万端である。そして、手から気体と液体と固体の間のような気が出て行く。呼吸はできるだけ静かに、そして時々息を止めて気がそこにあるがままにしておく（あるいは、流れるままにしておく）。不思議な感覚に浸っているだけである。

体というものは実に不思議である。特上寿司食いながら大酒飲んで、漫画や昔の日本映画見ながらごろごろしていることを至上の楽しみとしているので、体を健康のために動かす、人様のために使うなどということは考えもしないことであるが、いやいやでもいざその方向に体を使い始めると身体はわたしに何かメッセージを送るのである。どういうメッセージかと言うと、満足感である。中トロや吟醸酒に劣らない満足感が得られるのである。

#### ■労を惜しまぬこと

35年前、親元を離れ、牛乳配達をしながら一人暮らしをしていた大学生時代の話である。お酒が好きで毎日ボロアパートの自室で飲んでいたが、「ジン」を割るコーラは感じのいいおばさんがやっている小さなお菓子屋さんでいつも買っていた。ある時コーラを買いに行った際に、おばさん、ちょっとしたひょうしにコーラの入った箱を落としてしまい、何本かのビンが割れてしまった。その時、

「横着するもんじゃない！」

と自らをきつく叱責していた。どうということもない逸話であるが、その言葉がなぜか強烈な印象を残し、いつまでも胸に残っている。

まさか、おばさんも 35 年後にこの掲示板に書かれるとは思ってもみなかったであろうが、人の言葉とはそんなものである。私にとっては一生も二生も忘れられない言葉である。

「横着するな」

というのは現代では社会でも個人でも死語になってしまい、むしろ横着が幅をきかせる時代、個人になっているのかもしれない。

労を惜しまぬことに関してはグルジェフの弟子のフリッツ・ピータースの話も印象的である。

「グルジェフはしばしば、一種のパズルを引用した。子羊と狼とキャベツという、三つの互いに敵対する有機体を連れた男が川辺に到着し、一度に二人だけ——その男ともう一人の「乗客」——を乗せることができる船で川を渡らなければならない。彼らの一人が他の「仲間」を襲ったり、殺したりすることができない方法で、彼自身と「仲間」を対岸へ運ぶ必要がある。

<この話の重要な要素は、人間に共通する一般的な傾向が、「近道」を見つけようとするということであり、この話が教えていることは、近道はないということである。>

乗客全員の安全と幸福を確保するには、必要な回数だけ往復することが、常に、絶対必要であるということなのだ。グルジェフは、初めは、たとえ貴重な時間の浪費と思えても、起こり得る危険をおかすよりは、かえって余分の回数を往復することが、往々にして必要なのだと言った。しかしながら、彼の訓練と方法に慣れるにつれて、行く行くは、正確に必要な回数だけ往復できるようになれ、しかも、どの乗客も危険に陥らないようになるということであった。男と子羊と狼とキャベツの場合は、

<時間の浪費に思えても、返り道には、乗客のだれかを連れて来ることが必要であるという事実も認めなければならなかった。>

(フリッツ・ピーターズ著「魁偉の残像——グルジェフと暮らした少年時代」263 ページ めるくまー社)

身体の使用を考える際、繰り返し反すうし、省みるべき話しである。

(2月9日 2009年掲示板)

#### ▲能力・ワーク (仕事)

「ヒマラヤ聖者の生活探求」(霞ヶ関書房)はヒマラヤに聖者を求め、彼らとの交流を描いたアメリカ探検隊の物語である。「あるヨギの自叙伝」と同様、いかがわしい話しが盛りだくさん出てくる(ただ何度も言うように、その話しがうそか本当かはわたしにとってどうでもよい。要はわたしに役に立てばそれでよい。その意味では両書はわたし自身へのお薦めの書である)。

その中で、テレポテーションできる聖者が探検隊に寄り添い、一週間も徒歩での移動を共にする話しがある。探検隊にとって次の目的地でその聖者と合流するだけでこと足る話しなので、なぜその聖者が苦勞して同行してくれるのかをいぶかる。

もちろん同行することに意味があるからではあるが、どのような意味かは覚えていない。覚えていることは、瞬間移動で何の問題もないのに(なさそうに見えるのに)、徒歩で一週間歩くという姿勢である。

<能力を得ても歩くということが出来る能力者か>

<能力を得たら歩くということをしなない能力者か>

身体を使う人か、使わない人か。

仕事をする人か、しない人か。

このことが能力者であるか、すなわち、何を持つことができるか、すなわち、何がわたしであるか、の境界線のひとつであろう。

(2月13日 2009年掲示板)

能力は持っていない方がその人にとってよりよい仕事ができる

という場合もある。

(掲示板記入予定)

#### ■「ハトホルの書」の均衡のピラミッド

身体のコントロールに関しては、いわゆるスポーツのように勝ち負けやいかにして体を鍛えるかということだけが問題ではない。以下は、ハトホルのいう

## 122～均衡のピラミッド

底面が正方形で、頂上の尖ったピラミッドを想像してみてください。その頂上はあなたがたがそこまで進化できるという意識の高みを表わすシンボルです。頂点をなす意識の高みが底面の四つの基点ないし角で支えられており、その四点は**バランスのとれた高次の気づき**に達するために不可欠なそれぞれの要素を表わしていることに注目してください。あなたの解釈や経験における自己の土台の安定性、すなわち四つの基点による基盤が**持久性**をもつことが非常に重要になるのです。

わたしたちがこれからお話する安定性の要素である四つの基点は、文字どおりこの世におけるあなたという存在の礎石であると言えます。注意深く以下の項目を読み、それぞれどのように感じられるかを心にとめておいてください。

- 1 あなたと、あなたの肉体および「カー」を含む精妙なエネルギー諸体との関係。
- 2 あなたと、**あなた自身**または**他者**との関係。
- 3 あなたと、あなたの**宇宙**や**世の中**や**地域社会**に対する奉仕との関係。これは仕事という形をとる場合が多いが、かならずしもそうでないこともあり、職業だけに限るわけではない。
- 4 あなたと、あなたの暮らす世界を構成する聖なる元素との**意識的な**関係。地上に暮らす人類にとっての「聖なる元素」とは、土、火、水、気（空間）である。

## 127～四つの基点に注意を向ける

- 1 肉体そのもの、そしてあなたと肉体との関係を育み、強化する。
- 2 あなたと自己の真実との関係、あなたと他者との率直関係を意識し、それを強化する。
- 3 あなたと仕事の関係、あなたと奉仕の機会との関係を強化する
- 4 あなたと、肉体や地球の現実世界（リアリティ）全体を構成する「聖なる元素」との関係を強化する。

この四つの分野を強化して見守り、それを日々確認してください。それらに意識を向けて各分野の強化に最善をつくしていれば、基盤の安定促進に必須なエネルギーを確保することができます。そのように安定した基盤は、より高次の領域へと安全に上昇させてくれるのです。

### ■記憶

いつ死んでも何の後悔もないが、望むことはただひとつ。今知っていることを忘れないということだけである。もちろん、ある意味忘れようがないのであるが、忘れるようにできているというところもある。次回の人生では、どのような人生であれ、今の知っているところから出発したいという思いはどうしようもなくある。



(1月17日 2010年掲示板)

■身体行使

- 1 身体を自分自身と同一視する (イチロー・佐川幸義)
- 2 身体を自分自身と同一視しない (佐川幸義・シュタイナー・ゲルジェフ)
- 3 身体コントロール (ババジ)

内在する力、内在する神の顕在化はどのようにして行われるかということ、無意識的使用から意識的使用によって顕在化する。顕在化するとは、人がそれを使えるようになるということである。

では、この神をどのようにしたら使うことができるだろうか、ということがある。  
どのようにしたら意識的に使うようになることができるか、私が意図するように使うことができるかということがある。

集中力・呼吸・映像化・捨身 (ブッダの前世・ババジの弟子の身投げ) (新大久保駅での韓国人の行動) (

捨身～pre serve (直観により生命に仕える)

食事の問題

「山よ動け」といえば、動くことができるのかということがある。

感情・必要性・法則

プロセスとしての神～物質だけでなく、出来事にも神は内在する。

呼吸・動き・こころのシンクロ

■

<わたしがそれを選択する時に>

<できる>

■身体～得失と表現・意識的と無意識的

病院へ2時間かけていくことを浪費と思うことの戒め。

ヒマラヤ聖者の生活探求で大師が徒歩での同行を行うことを思い浮かべること。

身体にとって無駄なこと、無駄でないこと

無駄なことは存在しない。

意識的であれば、どのような身体行為も無駄ではない。

無意識であれば、無駄であったり、有益であったりする。

### 回想052～<意識のある人生><苦しみ>

問い「苦しみとは何ですか？ 肉体的な痛みのことではなく、感情や精神にのしかかる苦しみのことです。あるいは、はっきりとした理由もない時の感情的・精神的な苦しみのことです。」

グルジェフ「苦しみにもいろいろな種類がある。一般的には、誰もが苦しんでいる。しかしあなたがたの苦しみのほとんどは機械的なものだ。人生には二つの川がある。最初の川では、苦しみは受動的で無意識的なものだ。二番目の川では、苦しみは『任意』的なもので、非常に特別で大きな価値を持っている。すべての苦しみには原因と結果がある。現在のあなたがたの苦しみのほとんどは、自分のせいであり、あるいは他人に傷つけられたせいである。二番目の川へと至るためには、あなたがたはすべてを棄てなければならない。」

グルジェフの雪道での超努力が意味があるのは意識的に行ってこそである。

現代人が考える無駄ということ。

穴掘りの刑罰

<行為への愛>と<目的行為>

#### ▲ヒーリング

一千回手をかざす覚悟でいること。

(掲示板記入予定)

#### ▲Be Here Now としての実現

ひとつひとつを今なすことによって得られるもの。

明日に先送りしないこと。

今日のことは今日できる。

(加筆して掲示板記入予定)

#### ■体から身体へ・身体と世界

身体のコントロール、  
それは、  
世界のコントロールでもあるのだが、  
佐川幸義師の場合は、そのコントロールはどのようにして行われたのであろうか。

当初は身体との自己同一化による鍛え。  
身体を鍛えるということ  
その鍛えることによる技術

「ヒマラヤ聖者の生活探求」のテレポテーションできる太師が同行して歩くこと。  
この教訓に自分自身は学ぶべき点が多々ある。

グルジェフの自己観察は肉体を観察するとよいという話。

高塚の中学陸上時代の疲れない走り方

虚としての体の自覚

力が入っていること（緊張とは何か）  
力を抜くこと（肩の力を抜くこと）  
力が抜けること（腰が抜けること）  
合気において、抜くことと抜けること  
ヒーリングにおいて、抜くことと抜けること

#### ■その他

ポアンカレの夢・藤原正彦の半年間の数学研究・木村達雄の院生時代の数学研究～この面での身体の使用～この時の身体とはどのような身体であるのだろうか。

この世界は神の表現であり、その表現から神に至ること。

スリ・ユクテスワの無呼吸の話

ヨガナンダの護符が消えた話（物欲（食欲）の減却から神性の発現に至る）

知識を得ることの問題～身体化により得る知識・グルジェフの狼と羊とキャベツの問題・矢口渡の商店のお婆さんの「横着をしてはいけない」という話し。

病体のコントロール（ヒーリング）だけでなく、健康体のコントロールをすることが目的である。

多くの人は健康体のコントロールをごくわずかしかしていないし、また、している人でもごくわずかのことしかコントロールしていない。

グルジェフの印象の問題～身体を用いた印象

将棋の棋譜並べ～将棋盤に体を使って並べること

現代の横着～長短

白川静の象形文字

ヒーラーと「火の鳥」の尼僧

この世界の愛と不安の実現としての身体

自己ヒーリング～気を入れ続けければ足の痛みはない。というか、入れ続けることがコントロールである。

「神との対話」3巻文庫版 400 ページ

「あらゆる点で進んでいるものもある。技術的に。政治的に。社会的に。靈的に。。物質的に。そして心理的に。

たとえば、あなたがたはすぐに比較したが、善悪」「高低」「正邪」を決めずにはいられないが、それは、あなたがたがどんなに深く二元論に落ちこんでいるかを物語っている。どれほど、分離主義に埋もれているかを示しているのだよ。」

■意識のある人生～知識・わたし

本を読むのでなく、人の言葉にロボットのように反応するのでなく、昨日までの自分によって一喜一憂するのでなく、今日目にするすべてを身体化すること。

（掲示板記入予定）

自分自身の体を書くこと。

■身体～病気とうそ

人は体の痛みについてはうそをつかない。

(参考)「あるヨギの自叙伝」

### 243～クリヤ・ヨガ

“クリヤ”のサンスクリットの語源である“クリ”(Kri)は、行なう・作用する・反応する等の意味で、同じ語源は、因果の法則である“カルマ”という語にも見いだされる。したがってクリヤ・ヨガとは、「特定の行法(クリヤ)による神との合一」という意味である。このクリヤを忠実に実行するヨギは、因果(カルマ)の法則による束縛から、しだいに解放されるようになるのである。

“クリヤ・ヨガ”は、人間の血液中の炭酸ガスを除去して酸素を補給する、簡単な心理生理学的技法である。この技法によって、体内に吸収された余分の酸素原子は生命エネルギーに変換され、脳や脊髄の中枢に活力を与える。ヨギは、こうして静脈血の蓄積を止めることによって、体内の細胞の老廃を減少させたり阻止したりすることができるが、さらに熟練すれば、肉体細胞を完全にエネルギーに変えることができるようになる。エリヤや、イエスや、カビール等の預言者たちは、当時、クリヤまたはこれに似た技法を用いた大師たちで、彼らはこの技法によって、自己の肉体を意のままに物質化したり非物質化したりすることができたのである。

### 244～クリシュナのプラーナ・アパーナ

バガヴァッド・ギーターの中で、インド最大の預言者クリシュナは、クリヤ・ヨガについて二度言及している。そのひとつに、「吸う息を吐く息に提供し、吐く息を吸う息に提供することによって、ヨギはこれら二者を中和する。こうして彼は、心臓からプラーナを解放し、生命力を自己の支配下に置く」と言っている。これを言い替えば、「ヨギは、肺と心臓の動きをはずめることによって放出される余剰のプラーナ(生命力)を獲得し、これによって体内の老廃物を阻止する。彼はまたアパーナ(体内の老廃物を排除する機能をいとなむ生命力)を制することによって、体内の生長を阻止する。こうして、老廃と生長の二つの相互作用を静止せしめることによって、ヨギは生命力を制御できるようになる」という意味である。

(参考)「ハトホルの書」

プラーナ管の話

エル、カー、リーム、オームの話～音の問題(固有の音～例えば地球とかボイジャー) …  
…もしかして、絵画の問題も

11月25日、26日、29日 2008年

●ヒーリング～群盲の象

手が動きにくくなる。なぜそうなるのか。

脳に腫瘍ができたから手が動きにくくなったという。

そう医者に言われれば納得する。

手を動かさなかったから手が動きにくくなったという。

納得するであろうか。

では、これはどうであろうか。

そのように言うあなたのために手を動かさなくなったという。

(11月30日 2008年掲示板)

■わたし

「生命保険に入ると病気になる。生命保険に入るということは、自分が病気になると認めていることだからである。病気になる不安がないので、自分は生命保険などには入らない」  
そういった人は病気になった。

では、前言はうそであろうか。

そうではない、自分自身に生命保険に入らなくとも別の形での不安があることを見過ごしてきたからである。

グルジェフ

悪いことをして多額のお金をグルジェフからもらい、もうかったとおもうかどうか。

もしかして、今の日本人はそう思うようになったのではないだろうか。

●なみこさんへの返信～不完全燃焼と善悪の内と外

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。

病院では待つというのはメチャクチャ消耗しますが、病院で気を出すのは全くといってよいほど疲れないものです——まあ、朝から晩までやったりすると別ですが——。エネルギーは気を出す方が使っているに決まっているのですが、気を出すエネルギーの使い方はことヒーリングに関する限り、不純物が出ないので、エネルギーを費やしても嫌な感じが残

らないのです。しかし、待つというのは少しのエネルギーでもくすぶり続けて一酸化炭素が大量に発生し、こころがやられてしまうというイメージがあります。

ですから、待ち時間は<積極的に>何かやっている方がいいですね。昨日はちょうど気を送る時間なのでよかったといえます。

人間関係はとても難しい問題です。特に家族関係は難しいです。まあ、私は仮面親孝行人間で、世間的な価値観からは自分自身本当はロクデナシと知っていますが、人間はみんなこのロクデナシの部分を持っていると思っているので、持っていることに関しては気にしていません。ただ、これは外にも内にも出してはいけません（持っているも出さないことはできます）。私は外には出さないですが、内には出しています。へぼ塚の人生の課題のひとつですね。

まあ、そういった人生観なので、なみこさんが外にロクデナシ（失礼）を出していても、ゼンゼン気にしませんよ。子供のときからずっと親孝行人間なんて気持ち悪くて仕方ないデス。少なくともそんな人間とお付き合いしたいとは思いませんね。ただ、ずっとそれでいいかどうかは別問題ですけどね(^o^;/

(11月26日 2008年掲示板)

確かにその通りですね。他の場所の待ち時間と違い、何というか「生気が吸い取られる」ような気がします(-\_-;)。しかし、自分の通院ではなく、人の通院に付き添ってあげられる、精神的に余裕のある高塚さんはエライっ！と思います。私の場合両親の手術の時はおろか、入院中も1度もお見舞いさえも行きませんでしたからね。まあ、実家は長野で遠いという事と、昔から親子仲がとても悪かったというせいもありますが(^\_^;)。オヤジが癌の手術したのなんて、退院してから知ったし・・・。

#### ■意識のある人生～エネルギー

この世界では通常、考え、話し、行動することによりエネルギーを消耗する。

だが、実は、

エネルギーが湧き出てくるような行為もまたありはしないだろうか。

そのような行為とはどのような行為であろうか。

また、今のわたしはエネルギーを消耗させているが、どのようにすれば、消耗を少なくすることができるであろうか。あるいは、どのようにすれば、エネルギーを産出する行為へと変換することができるであろうか。

(11月29日 2008年掲示板) (教室質問19)

11月28日、29日、30日 2008年

●知識・条件

知ることだけが真の救いである。

知ることのために必要なことはある。だが、それは神の仕事である。

今日一日にわたしが一歩進むためのすべてがある。

知るとは、ハトホルの気づきであり、仏教の八正道である。

●自己観察

一回一回の呼吸で私を観察し、本当のわたしでいるかどうかを見る。

他人の思惑に支配された私ではないかどうかを見る。

過去の悔恨、未来の不安に支配された私ではないかどうかを見る。

わたしがこう生きたいというわたしから発した私であるかを見る。

一回、一回の呼吸で私を観察する。

そんなことはできっこないか。

以下は「神との対話」の記述である。

「そんなふうには、精神的見張りを続けているなんて、へとへとになりそうですが——。」

「そうかもしれない。だが、いつかは第二の天性になるだろう。実際に第二の天性なのだから。無条件に愛するというのが第一の天性。その最初の天性、真の天性を意識的に表現する——そう選択することが第二の天性だ。」(1巻106ページ)

「自分の考えにたがをはめ、コントロールすることは、それほどむずかしくはない(エヴェレストに登ることだってそうだが)。すべては鍛錬の問題だ。意志の問題だ。」(1巻127ページ)

人生を意識的に生きることが第二天性であるという。

(意識表記入予定)

フィギュアスケートのように表現すること。

マラソンランナーのように走る続けること。

11月29日 2008年



- 神殿としての身体・条件  
自転車の補助輪を求めること。

## ★12月 2008年

12月1日、24日 2008年、3月29日、30日、31日、4月1日、2日、9日 2009年

- ヒーリング

変えようとするのではなく、  
今現在でのベストの気を送ること。  
では、家族はどうなのであるだろうか？

- 郵便将棋とネット将棋～二つの時間（時空）

昔郵便将棋があった。私はやったことはないが、葉書きに一手ずつ指し手を書いて投函するのであるから、一局終わるのに半年、一年かかる。された方のお話しでは、将棋の手だけでなく、日常の様々な出来事、思いをやりとりするのが楽しいという。

ところが、今はネット将棋の時代である。インターネットで対局し、一局が10分、20分で終わる時代である。もちろん、そのネット将棋の方が将棋は強くなる。指す回数は桁違いに多いし、自分よりも強い人と数多く指せるのであるから当然である。

将棋が強くなるためには郵便将棋よりもネット将棋である。

では、郵便将棋は過去の遺物でしかないのであるだろうか。

郵便将棋をしている人はもういないのであるだろうか。

話しは飛ぶが、

人生においても、自分自身ネット将棋のような人生になってはいないだろうか。

強くなるために人生を送ってはいないだろうか。

夾雑物のない人生を目指していないだろうか。

効率だけの人生に流されてはいないだろうか。

風邪のため、期せずしてここ数日間は郵便将棋のような日々であった。

（4月9日 2009年掲示板）

■ 一瞬一瞬の自分の考え、言葉、行為のなかでネット将棋になっていないかをよく注意してみることである。もしかして、郵便将棋に変えてみた方が新しい視野が開けてくるかもしれないからである。

■反芻する読書。写本。

■斉藤孝氏の集中できるのは30分とあって、そのような時間を多く作ること。(3月31日  
2009年朝日新聞)

■人が成し遂げたことは集中による。

■ノートは郵便将棋の時間とネット将棋の時間とによって書かれている。

■損をしたとか得をしたとか言っている人生はネット将棋の人生である。

■仏教の四行期を日常にする。同時の時期に四を行なうこと。

12月2日、3日、24日 2008年

●モノ

叔母が先日92歳で亡くなりました。

モノについては

どのように管理しているか、

何のために用いるか、あとは、

それを使い切るか、

この

三点が要諦である。

この点に関しては昔の人の方がモノを本当に使っていたのではないだろうか。

●

意識を今に持つことは、空間的にも、時間的にも広がりを持つことができる。

また、そのような形で意識を持つようにする。

叔母の死、東先生の引退というシンクロ。

●補聴器

声を大きくすると、話の内容も変わるということはないだろうか。

その他、声を大きくすることに類することはないだろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

12月3日、11日 2008年

● 身体

両目があることをわたしの全てと思うか

●

ヒーリングの質的な飛躍、違いというのはあるのだろうか。

アナログとしての違い

デジタルとしての違い

● 結果の私

なぜ私だけがこんな目に合うのか。

いつも結果だけが私であるから、そのように思える。

原因の私を知らないから、なんでこんな目に合うのかという。

私を知れば、こんな目に合うのも当然といえるようになる。

私を知れば——いつも何を考え、何を言葉にし、何をしているのかを知れば——、結果は当然のことであり、もしかしたら、その結果に働く大きな力——プロセス——神——を感じることができるかもしれない。

そうすれば、結果に生きるのではなく、原因に生き、大きな力を新たな生き方に役立てることができる。

(12月11日 2008年掲示板)

12月4日、24日 2008年

● 自由

自由は選択である。

始まりであり、終わりである。

$\alpha$ であり、 $\Omega$ である。

自己コントロールである。

この自己コントロールが世界を創る。

本気・呼吸・全体性

12月6日、7日、10日、13日 2008年

●条件

ぜいたくな悩みかもしれないが、また長期休暇をとっている。しかし、こんな予定ではなかったというほど飲み会の予定が入ってしまった。

だが、したいことはどのような予定が入ってもできる。

いや、予定が入ってこそできるということもある。

そのようなことを試みること。

佐川幸義氏、木村達雄氏の鍛錬

●表現

新宿でチベットの国旗を掲げ、デモをしている人たちがいた。

以前はデモを見ても一切心を動かされなかったし、あんな無駄なことをしても仕方ない、自己満足だけであるということしか思わなかったが、今は違う。

デモをする人とは表現の仕方は違うし、目的も違うが、自分も人間が人間らしく生きることができるよう訴えかけていきたいと思っている。

後悔ない表現をして生きること。

世界を刻むこと。

(掲示板記入予定)

12月9日、13日 2008年

●

百万円の治療費、二億円の伝授料

●わたし～変容

いつも、いつも、同じように自分自身を規定しようとすると、苦しむ。

それはできない、という苦しむ。

新たに自己を規定し、それはできる、というのが人間の本質だからである。

**027～ダヴィンチの不可能**

ダヴィンチはまた、「われわれが出来ない」という言葉を使った時、その時に実はわれわれは内なるキリスト<実相、無限の能力者なる神我>を裏切ったのである、とまで言っています。

自分たちの使用する否定的な言葉は、すべて内なるキリストを否定するものであることを、現在われわれは証明することができます。さて、ダヴィンチ自身としては、実はイエス。キリストのみ姿を描くという考えはなかったのであるが、その青年の顔に「普遍実相のキリスト」を視たのであると言葉を続けています。

(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5巻 27ページ 霞ヶ関書房)

12月10日2008年、3月31日、4月2日、7日2009年

●ヒーリング～行為への愛

法外な慢心を得るためのヒーリング

法外な金銭を得るためのヒーリング

どちらがましであろうか。

後者はみえるが、前者はみえない。みえないがゆえに怖ろしい。

ヒーリングをして感謝を受け、法外な慢心に陥ることのないよう自戒すること。

あるいはまた、

ヒーリングをして顧みられず、法外な慢心に陥ることのないよう自戒すること。

ただただ手をかざすこと。

(4月7日2009年掲示板)

12月11日2008年、4月2日2009年

●身体

「武士は食わねど高楊枝」というが、食わないとおなかが減り生きていけない。食うためにはお金がいる。だから、どんなに守銭奴になったっておかしくない。

だが、自分自身の身体をコントロールできるようになって、食べなくても生きていけるようになれば、食べるためのお金はいらない。

また、自分自身の身体をコントロールできるようになって、テレポテーションが自由にできるようになれば、移動するためのお金もいらない。

他人が何を考えているか、自分が何を考えているかの交流である、ネット世界も、自分自身の身体をコントロールできるようになって、テレパシーで自由に交流できるようになれば、通信費もパソコン代もいらない。

そんな馬鹿なことを考えているのかというと、そんな馬鹿なことを考えている。

要は、この世の欲望を抑えることが覚醒への道ではなく、この身体のコントロールが覚醒への道ではないだろうか、最近思っているところである。

要は心を傾ける方向を変えるということである。

(加筆して掲示板記入予定)

12月14日、15日2008年

●うそ

「何も影響を受けない」というハトホルの食事観

「タバコは体に悪いのだが、私はタバコを無害化するので問題ない」といったヒーラーNさん。

似て非なるものである。

前者は真理であり、後者は仮に真理であっても「私はタバコをやめることができない」という、自分自身に対する視点が欠けているからである。

毒をわざわざ無毒化して飲み、その飲むことを正当化するバカがどこにいるであろうか。

12月15日、19日2008年、3月31日2009年

●神と人間～今日の願い

第二神棚には、友人の女神主さんが描いてくださった招き猫のお札がある。そのお札には「今日もいい日でありますように」と書かれてある。

朝そのお札を見ながら「神様、今日がよい日でありますように」と祈る。

だが単に今日がよい日であるようにと祈るのではなく、

<よいことを考え、よいことを言葉にし、よいことを行う>

ことを誓うのである。

<わたしが行なうこと>

そのことがよい日であることを作り、

そのことが神を使うことであり、そのことが神の善用であり、

すなわち、神頼みではなく、

<わたし自身の神を使う>ということであり、<わたしは自由＝神である>ということだからである。

朝神棚に手を合わせて一日がよくなるのであれば、私は一日中飲んだくれていたであろう。

(4月2日 2009年掲示板)

■ <よいことを考え、よいことを言葉にし、よいことを行う>

<今日わたしがよしとすること>

それがわたしである。

■

わたしがよいことをしてもよい日とならないのはなぜか。

■ 神の使用・神に乗ること

ひとつひとつのことを上手にすること。

そのことを意識していること。

ひとつひとつの時間をその前の時間よりも上手に刻むこと。

丁寧・意識・呼吸・集中・俯瞰

(4月6日 2009年掲示板) (意識表裏面転記済み)

● 意識のある生活

自己を観察するだけでなく、自己を発すること。

(意識表裏面転記済み)

● 意識のある人生～食事

生命のエッセンスを取るように意識して食事する。

12月16日、17日 2008年

● ヒーリング

一面、取り込まれずに客観的に見ること。

他面、すべてを忘れるほど、ほかに何も浮かばないほど取り込まれること。

そして、両者を両立させること。

12月17日 2008年

● ヒーリング

AさんはBさん、Cさん、Dさんとの新たな関係性を築こうとして、医者が奇跡的といわ

れる生を得た。だがまた、Aさんは重い病いに陥り、苦しんでいる。

外なる世界——

医者の方が奇跡的に効いた。

高塚の手かざしが奇跡的に効いた。

本人の生への意志が奇跡的に功を奏した。

外なる世界では、どのように言うであろうか。

どのように因果を求めるであろうか。

内なる世界——

魂が生を求めて、奇跡的に生きることができた。

魂が生を求めるときには、いつでも生きることができる。

高塚の世界——

なぜ、Aさんの魂は奇跡的に生きることができ、死からの生還とでも呼べるようにもう一度生きようとしたのであろうか。

それは、

Bさんの<生きること>を救うためであり、

Cさんの<生きること>を救うためであり、

Dさんの<生きること>を救うためであり、

それらを通じて、Aさんを救うためである。

だが、

Bさんも、Cさんも、DさんもAさんの命を救うために心と体を動かしまわる。

B、C、Dさんが救うべきは、Aさんとの関係性を通じての自分自身であることに気づくべきなのである。これがすべての出発点である。

Aさんのこの世の命は、Aさんの魂を通じて神の手によって生かされているものである。

しかし自分は今日また、この世の命が助かるようにと手をかざしに行く。

矛盾であるが、これは神聖なる矛盾である。

(12月17日2008年掲示板)

12月19日2008年、1月13日2009年



●原因と結果・条件・プロセスとしての神

(小さな)私とその体験を何と名づけるか

——いいというか、悪いというか、好きだというか、嫌だというか——

何と名づけようが、

その今日の体験は、今日のこの状況でなければ体験できなかった体験である。

今日のこの状況とは(大きな)わたしの人生の、そしてまた(小さな)私の人生の一連の体験として今日ある。

今日私が何を選び取るか、今日私が何を選び取らなかったかは別として、

一連の人生である今日一日はプロセスとして完璧であるということである。

これまで私が何を選び取り、何を選び取らなかった結果が今日一日であるからだ。

だから、自分が選んだ今日一日を肯定すること、

自分の何が原因で今日一日があるかを理解しようとする事、

そして、今日の一日がまた、明日、明後日、一年後に連なるプロセスであることを知り、今日を生きること。

(加筆して掲示板記入予定)

12月20日、24日2008年、3月31日2009年

●クリスマス

クリスマスは人に喜んで受け入れられるが、死は忌み嫌われる。死を喜んで待つ人はいない。

だがクリスマスのお祝いイベントと同様に、死のイベントも喜んで受け入れられるはずである。いや、死のイベントの方がはるかに多くの祝福を人に与えてくれる。

クリスマスプレゼントは人を成長させはしない。喜びも一過性である。

死は人の成長と他者の祝福が前提として準備されている。喜びは永遠である。喜びが受け入れられないなら、感謝は永遠である。

イエスの死だけが讃えられるのではない。

どのような人の死もまた讃えられるべきである。

(掲示板記入予定)

イエスの死とイエスの生誕

12月21日、27日2008年、3月31日2009年

●ヒーリング

看護の手と手かざしの手、往々にして看護の手の方が価値がある。

おそらくそのことが地球人の価値というものであろう。

では、今日、手かざしの手でなく、看護の手を私は使ったであろうか。

(加筆して掲示板記入予定)

●意識のある人生

気功人間として生きること。

いつも意識的に気を出していること。

いつも気をコントロールしていること。

(4月1日 2009年掲示板) (意識表裏面転記済み)

●意識のある人生

観察と表現

自己観察のみならず、反転して自己表現を意識的にすること。

12月22日、23日、24日、25日、26日、27日、28日 2008年

●ヒーリング～思い込み

残念なことに、手をかざしながらもしかしたらもうだめかもしれないと思うことがある。

残念なことに、手をかざしながら必ず治そうと思うことがある。

(12月25日 2008年掲示板)

■ヒーリング

生きたいという人の足をひっぱる人がいる。

死にたいという人の足をひっぱる人がいる。

癌になった人は他人に内緒にする。理由のひとつは、癌であると知ると他人はその人が死んでしまうと思うからである。癌患者は病気のほかに他人の思いとも戦うことになる。

他方、もう十分であると思い、あの世に旅立とうとする人がいる。家族は「だいじょうぶだよ。よくなるよ」とか「私を置いていかないで」と言って、自分の思いだけからこの世に引きとどめようとする。

相手が何をしたいのか、何を望んでいるかをいつも知っている人間でありたい。

生きていきたいのであれば、生きていく手助けを、

死んでいきたいのであれば、死んでいく手助けを、

これができるのであれば、内なるキリスト、内なるブッダをたずさえた人であるといえる

のであろう。

(12月28日 2008年掲示板)

■ハトホルの書・自分自身の関わり

15年前に代々木で「気功治療院」を始めた時に友人が

「病人は病気になりたくてなっているんじゃないだろうか」

と言われたが、当時は正直

「何言ってるんだ。そんな馬鹿なことあるもんか」

と思っていたが、最近はもしかしたらそういうこともあるかもしれないと思い始めている。

以下の「ハトホルの書」からの一文は以前にも取り上げたが、ヒーリングをする上でヒーラーが陥りやすい陥穽について語られている。

**074～ヒーリング（自己統御能力・霊的問題の反映・時間表）**

ヒーラーの**自己統御能力が進化すれば**、エネルギーを巧みに操作することでエネルギーの障害物を溶かしたり、結晶化したパターンを解消したりすることができるようになります。こうした熟練レベルは自然に養われてくるものです。しかし**変化の必要を見てとることと、変化を強いること**のあいだには微妙な違いがあります。ヒーラーはそうした変化を起こすのに機が「熟して」いるかどうかを見極めなければなりません。つまるところ、**変化を起こすかどうかの選択はヒーラーではなく、癒される側が下さなければならない**のです。たとえ人助けを自認していても自分の意思を人に押し付けるようなヒーラーは、どれほど巧みにヒーリングを施したとしても、結局はそれほど効果をあげられないことに気づくでしょう。

ヒーラーである人は、癒されたいと扉をたたく人々の訪れが、どれも偶然でないことを理解すべきです。ヒーラーが自分に引き寄せるクライアントは、往々にしてヒーラー自身の**心理的・霊的問題の反映**であることが多いからです。したがってヒーリングを行い、より高次のエネルギーの通り道となるというプロセスにおいては、ヒーラー自身もまた**学びの徒**なのです。もしヒーラーみずからが謙虚で、自分の「**進化徒上のプロセス**」の反映であるクライアントに対して寛大かつ率直であれば、そのようなヒーラーは自己認識や思いやりにおいてさらなる成長を遂げるでしょう。最後になりますが、ヒーラーは、人には病んだり苦しんだりする権利もあるのだということを明確に理解しておく必要があります。ヒーラー自身の予定表を人に押しつけるべきではありません。**クライアントが自分の速度でより大いなる気づきへと歩むことができるように、そのための空間と時間を認めてあげるようにしてください。**

(掲示板記入予定)

#### ●ヒーリング～奉仕

高見順は病床で、病院の床下に泊まりこんで看護する妻を見て、私が地獄に落ちずして誰が地獄に落ちるのだろう、と言ったという。

気持ちはよく分かる。30年前にその文章を読んだときに目頭が熱くなったものである。だが、今は少々違う。

高見順は看護されるが何も得ない。

妻は看護し、多くのものを得る。

この世的には高見順が世話をされて、その看護を享受するのである。

だが、あの世的には妻が看護し、多くのワーク（仕事）をし、＜世界＞と＜自分自身＞に奉仕するのである。グルジェフ流にいうならば、世界はその奉仕への負債をかならず支払わねばならないのである。

もちろん、高見順は妻に感謝すべきであるが、高見順が地獄に落ちるいわれはない。高見順が省みるべきは病床に着くと＜世界＞と＜自分自身＞に奉仕できないということだけである。

（12月22日2008年掲示板）

#### ■フリッツのクリスマス（ワーク）

1924年11歳のフリッツ・ピータースは家庭の事情で「人間の調和的發展研究所（通称ブリオーレ）」に入所し、指導者グルジェフのもとで100人以上の生徒と共に共同生活を4年間送る。フリッツは子どもであるから、クリスマスが来るのを楽しみにしているが、当日グルジェフからパーティ会場とは別の建物での電話番を命じられる。フリッツは別棟の建物からパーティ会場の建物の窓の明かりをながめて涙を流すのである。

もちろんグルジェフはフリッツがクリスマスをどれほど楽しみにしているかを知っている。知っていてあえてそうするのである。彼は確かこのようなことを言う。

「楽しむことができるためには、そのために働いている人がいる」

我々は誰もが楽しむ人でありたいと思うかもしれないが、いやいやにしる、積極的にしるそのために働いている人がいるのである。

お金のために働くのか、命令のために働くのか、あるいは、楽しんでもらうために働くのか

か、天地の差があるが、それはさておき、この世的には楽しむ人が喜びを享受するのであるが、あの世的には働く人が天と自身に貯金をし、世界を創り、喜びを受け取るのである。

人生は残酷にみえる出来事がある。だが、その残酷さは我々がこの世で受け取ろうとする立場からのみ見えてくる残酷さかもしれない。

(12月25日 2008年掲示板)

#### ■ 「神との対話」

ということで、洗練された「神との対話」の神の言葉から引用する。

「生きるとは、最上のものを得ることではなく、最上のものを与えることだ。あなたがたは、忘れている (forgetting) が、人生は得るためにある (for getting) のではない。生命とは、与えるために (for giving) あるし、そのためには、ひとを赦す (forgiving) 必要がある。とくに、期待したものをくれなかった相手を赦さなければならない。そうすると、あなたがたの文化の物語は一変するだろう。現在の文化でいう「成功」は、どのくらい自分が「得た」かで測られている。どのくらいの名誉や金や力や所有物を蓄積したかで測られているのだ。新しい文化では、「成功」はどのくらいひとに「蓄積」させたかで測られる。」

(「神との対話」3巻 270 ページ)

このように生きれば高齢化社会はこわくない。

このように生きれば切り捨て社会は一変する。

過酷な看護も平気——平らな気——でいられるし、クリスマスの電話番も平気でいられる。

この一週間の24時間勤務も平気でいられるし、寝不足のヒーリングも平気である。

そして、今日、得るために人生を送らぬよう、瞬間瞬間を変えていこう。

(12月26日 2008年掲示板)

#### ● 希望と知識

私が自宅から新検見川の駅まで歩くとき、着くことを「望まない」。

なぜなら、着くことを<知っている>からである。

だが、私が患者さんに手をかざすときには、治ることを「望む」。

なぜなら、治るか治らないか「知らない」からである。

では、治ることは<知ること>ができないことなのだろうか。

そんなことはないと思っているが、今はまだ「知らない」。  
だから、今日もまた、手をかざすことが目的地に向かっているかどうかは「知らない」ま  
まに、治ることを「望んで」手をかざすのである。

(12月24日 2008年掲示板)

#### ■希望にある不安

12月23日、24日、26日 2008年、1月13日、4月20日 2009年

#### ●意識のある人生～進化・成長・神

岩石が集まって地球が生まれたこと。

地球から海が生まれたこと。

海から魚が生まれたこと。

魚から人が生まれたこと。

そして、

人から生まれるものを、

今、人が——すなわち神が——創っているということ。

このことをはっきりとイメージして、

わたしとしては、ただ、ただ、成長していきたいという思いだけである。

(1月13日 2009年掲示板) (意識表裏面記入済み)

プロセスについて知ること、感じること。

知るといことは、たとえば「目を得た過程についての本」や「NHK宇宙」で「人類が  
電磁波的な存在として生き延びる」という話や「あるヨギの自叙伝」でのスリ・ユクテス  
ワが死後存在している世界の話。

#### ●不安

隠して不幸になることの大きさは隠さないで不幸になることの比ではない。

隠すということには、大きな不安が根っこにあるからであり、この不安の使用はあらゆる  
不幸の根源である。

12月24日 2008年

#### ●わたし

高塚はお酒が好きである。将棋も好きで、囲碁も好きである。ダブル、トリプルであれば、  
つまりお酒を飲みながら将棋が指せ、囲碁が打てれば好きの三乗となる。

では、それがしたいことであるかとなると、微妙である。20年前はそれが好きなことであり、したいことであったが、今は微妙に違う。

どこが違うかという、<したいこと>というのは、わたしにとっていわば「読後感がよいものである」。つまり、そのことをやり終えて、満足感が残るものである。

囲碁将棋も満足感が残るのであるが、ヒーリングやノートの整理、写本の満足感とはちょっと違うものになってしまった。

12月25日、26日 2008年、3月29日、4月1日、2日、3日、5日 2009年

#### ●質問 27～ヒーリング

ヒーリングは人生に割りこむことである。

生き方を変えるとすることで人生に割り込むことである。

だが、人生は割りこむべきではない。

割りこまないようなヒーリングをこころがけること。

では、そのようなヒーリングとはどのようなヒーリングであろうか。

(4月1日 2009年掲示板)

#### ■シュタイナーの支え

##### ■「神との対話」のイエスのヒーリング

イエスはヒーリングも「自他の原則」を貫いている。

- 1 自分したいことをする。
- 2 相手の立場に立ち、相手のしたいことを実現してあげる。

#### ■万能の人

私がイエスのようにどのような病気も瞬時に治せる人間であったとしたら。。

すべての人の病気を治してしまうであろう。

あるいは、

お金持ちや権威のある人、あるいは自分のお気に入りの病人を治すであろう。

あるいは、

すべての死人を蘇らせてしまうであろう。

あとの二つに違和感があつて最初には違和感はないであろうか。

あるいはまた、

「わたしの大切な人が死にそうです。助けてください」

と言われて助ける時に、それだけは違和感はないのであろうか。

(掲示板記入予定)

## ■返信

発田さんこんばんは。書き込みいただき、ありがとうございます。

このホームページがご縁となり、新たな関係が生まれてくるということはありがたいことです。ただ、この世で生じることは全てが新たなご縁ともいえるので、日常の中にもそのようなご縁への気づきがあるとよいですね。

<ヒーリングによる割りこみ>については多くの語るべきことがあります。つまるところ、人間関係の問題であり、それはこの世界でとてもやっかいなことであり、時に喜びともなることです。

>確かに、落ち込んだり、塞ぎ込んだりされてる方から、或いはそのご家族からの依頼で、  
>ヒーリングをさせていただく場合に、ふと感じる事は、やりすぎてはいけないけど、どこまで、やってよいものか？  
>こちらからの声掛けはしない

>これは、少し割り込んでしまったけれど、後は自分で立ち直ってね..  
>なんて考えてしまって良いものでしょうか？

この人が発田さんの最愛の人であつたらどうでしょうか。

—もちろん、最愛の人ではないでしょうが、過去に最愛の人であつたかもしれないし、将来に最愛の人になるかもしれない。過去であれば手をかざし、未来であれば手をかざし、今は手をかざさないということがあるのでしょうか。

>何年も寝たきりの方や、車椅子生活の方を歩けるように、サポートさせていただく事は、一生懸命やりすぎても、よいことかもしれません



この人が元気な時に家族に暴力をふるい続けた人であればどうでしょうか。

—おそらくその方はそのような方ではないとおっしゃられるかもしれませんが。しかし、その方のことを本当にご存知なのでしょうか。知ることができれば、手をかざさなくなるかもしれません。

以上、ヒーリングを続けることを勧めるものでもないですし、やめるようにと忠告しているわけでもありません。新たなご選択の一助になればと思い、失礼な書き方かもしれませんが、返信とさせていただきます。

(4月3日 2009年掲示板)

高塚さんお久しぶりです。このホームページで柴田さんと知り合う事が出来まして大変有意義なヒーラー生活をつとめさせていただいております  
有難うございます。

実は、先日、高塚さんのコメントの中の言葉に「ハッと」する言葉がありました。  
割り込まないようなヒーリングです。

確かに、落ち込んだり、塞ぎ込んだりされてる方から、或いはそのご家族からの依頼で、ヒーリングをさせていただく場合に、ふと感じる事は、やりすぎてはいけないけど、どこまで、やってよいものか？  
こちらからの声掛けはしない

これは、少し割り込んでしまったけれど、後は自分で立ち直ってね..  
なんて考えてしまって良いものなのでしょうか？

何年も寝たきりの方や、車椅子生活の方を歩けるように、サポートさせていただく事は、一生懸命やりすぎても、よいことかもしれません

どこまで？が ヒーラー生活で課題になりだしました...

#### ■自由・選択・自己規定

以前、人によっては完全には治さないというヒーラーの方がいらっしゃいましたので、そのような考え方もあるのかもしれません。  
ただ、

手をかざして治ったあとは相手の人生ですから、それはそれで仕方のないことだと考えることもできます。コントロールするのは病気だけとする考えです。相手の生き方はコントロールしないという考えです。

また、「7度の70倍ゆるしなさい」という考えがありますが、それからすると、「7度の70倍手をかざしなさい」という生き方もあるかもしれません。

どちらも相手の生き方を最大限に尊重するという考えです。

それらを承知した上で、なおかつ、相手の生き方に割りこむとしたら、

完全に治さないという手かざしもあるでしょうし、  
全く治さないという手かざしもあるでしょうし、  
そして、誠心誠意、未来永劫手をかざす

という生き方もあるでしょう。どの選択肢も相手の人生に割りこむことになります。どれを選択するか、それはあらゆる人間関係と同様にケースバイケースです。ケースバイケースなので、いいかげんでよいということではなく、その都度の選択で自分自身が規定されてくるということです。

(4月5日 2009年掲示板)

難しく考えております。

気をコントロールできていなかった頃は、闇雲にヒーリングしておりました。

少しばかり上手に(笑)なってきましたら

若い方が、治しやすい事に気づき

痛みを完全に取り除くより、あとちょっとを本人の治癒能力で治って欲しいと願えるようになりました。

そのほうが、身体は自分で治ったと自覚できるのでは？と考えたからです

実は、悩みは自分自身ではこの辺りにあるのでは？と思える節があるのです。

最後の痛みは、次の朝には消え、直ぐに次の日にはプレーに復帰して、今度は痛みの元の原因箇所を痛めてしまう事例が多く

また、依頼が舞い込む

アマチュアスポーツ界は、安静な状態を良しとしないんですね。  
口酸っぱく、言い含めても動ける嬉しさが先にたち、痛めた原因は探そうとしてくれません

愚痴ぽくなりました...

これからも、皆最愛の方と信じ、ヒーラー生活を続けてまいります。

有難うございました。

12月26日、27日2008年、3月29日、4月1日2009年

●ヒーリング～権利

体が健康であるということは権利であるのか。  
権利と思う人は病気になると怒りを感じる。当然の権利が侵されたと感じるのである。  
だが、体に関して健康であるというのは権利ではない。  
権利は体をどのようにでも使えるという、これが権利として与えられている。

もちろん、乱暴に扱えば壊れる。  
体を数限りなく殴り倒し、罵倒し、邪な心を注ぎ込み続けたら、動けなくなるのは当たり前である。  
乱暴に扱ったことを忘れていたら、棚上げにするなら、気づきがないなら、それこそ、顔を洗って出直すしかないということである。

そして、顔は洗えるし、出直せる。  
何度でもである。  
(掲示板記入予定)

●柴田さんへの返信～行為への愛

柴田さん、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。  
こちらこそ、一年お世話になり、ありがとうございました。

進歩というものは日々目に見えるというものでないだけに、ただただ続けていくことが肝要であると思っています。

教室を始めて15年になります。その間中断もありましたが、続けてきて本当に多くのこと

に気づくことができました。

気とは何であるか、人間とは何であるか、宇宙とは何であるか、

このことについて人前で語る事など、およそ考えもしなかったことであり、また、そうした話しは唾棄すべきものとして考えていた自分が精神世界にどっぷりつき、生きがいとなっているのは、まさしく

<人生では何が起きるか分からない>

ということです。

気功教室はもともとは気功を教えるためだけに始めたのですが、月日がたつうちに内容は全く変わってしまいました。ちょっと言い過ぎかもしれませんが、

<量を重ねると質的に変化する>

ということです。

だからまた、

<（特定の結果を）求めるな>

ということであり、<行為そのものを愛する>ことが肝心だということです。

<どのような花が咲き、どのような実を結ぶのかは分からない>

のです。ですから、一步一步行くだけです。

もし気功教室でお役に立つような話がありましたら、その話を実際に使われて、ただただ歩まれることを願っています。

どのような人も裏切らないのですが、

わたしの話も柴田さんを裏切るようなお話はっさいありません。

気にかかったお話を実際に使っただけであれば、違う自分になったことに、いつかはつきりとお気づきになられると思います。

私も自分の話を、話だけでなく、現実の体とするよう、今日また歩んでいきます。

(12月27日 2008年掲示板)

高塚さん。おはようございます。

ご無沙汰致しております。

今年は大変お世話になりました。

教室での気付きが今のところ形や実行に移せているかと言えば、霧の中をウロウロではなく立ち止まっている状態ですが、自分を理解してみる時間なのかとも感じています。これが、恐怖に変わる前に歩き出そうと思います。

今年も後僅か、ご自身にもご自愛頂きます様お祈り申し上げます。

ありがとうございました！

●年賀状

来年の年賀状を書く。

一年間の報告の年賀状を一年前から書く。

12月28日、29日 2008年、4月1日 2009年

●所有（加筆して再掲）

イエスの教えが宮殿の中からはなされたのであれば、二枚舌とののしられるであろう。

では、私はどうであるのか。

宮殿の中からヒーリングをしようとしていないだろうか。

イエスが住まわなかった私の宮殿とは何であろうか。

イエスが住まわなかったあなたの宮殿とは何であろうか。

(12月29日 2008年掲示板) (加筆済み掲示板再掲予定)

●わたし～時空（記録）

百メートル走の世界記録の限界は何秒であるか。

9秒は切るかもしれないが、5秒では走れないであろう。

では、超えられない世界記録はあるのだろうか。

何人かが、限界世界記録、たとえば8秒にとどまるのであろうか。

<人間の体は機械ではない>のだから、そんなことはない。

世界記録が8秒だとすると、

<かならず>

それより百分の一秒早く走れる<人間が出てくる>。

5秒では走れない。

しかし、

記録に限界はない。

この両立する時空とはどういうことだろうか。

誰もが考えるこの問題にこの世界の時空の秘密を解く鍵がありはしないだろうか。

(1月3日 2009年掲示板)

答えになっていない答えである。

自分自身のためだけの、とりあえずのヒント、とりあえずの答えである。

その意味でナンセンスであることは重々承知で書く。

5秒について——私が考える未来はない。

限界について——私が変わられる今がある。

(加筆して掲示板記入予定)

テレポーションということもありえる。

人間が変わるという意味での。

1億人のトップランナーがのべ100億回走ると変わるものがありはしないだろうか。

### ●身体と意識

姿勢を変えることにより考えが変わるということがある。

12月29日、31日 2008年、1月3日、4日、6日、13日、2月27日、8月8日 2009年

### ●気功人間

将棋の奨励会のような環境を自分自身に対して作ること。

### ●2009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。

実は、以上は一年前の元旦の書き込みです。あらためて読んでみると、目標は全く達成されていません。他にもこの一年いろいろやってきたので、後悔は一切ありませんが、

<感じてみること>

しかも、

<意識的に感じてみること>

つまり、

<今、どのような感じがするのか>

このことを人生の指針の道標とすることはとても理にかなっています。

どういう人生を送ることに理にかなっているかという、

<自分のしたいことをする>

人生のためにです。得るための人生、他人の思いに応えるためだけの人生には役立たない指針です。しかし、わたしのしたいことをする人生にはとても役立つ指針であるので、あらためてこの一年の目標にしたいと思っています。

あと、毎日の指針、一瞬一瞬の指針としているペーパーをいつもポケットに入れ、持ち歩いています。とてもたくさんの方が書いてあるペーパーですが、順次書いていきます。よろしければ、皆様の抱負の参考になさってください。とりあえず、1ページ目です。

意識のある人生・仕事（ワーク）

永遠の目標

すべてを知ること、すべてを体験すること、すなわち、永遠の創造者であること。

2年後の目標

遊行という実現のため→健康であること（特に脚力）・ヒーリングができること・借金の返済・無所有・テレポテーション（あるいは、省エネの歩行）

□今日の目標

深い呼吸をし、空っぽにして、感じる。何を感じているのか。その感じを羅針盤とする。

完璧な遠隔治療・出来る限り明確にイメージすること（ヨガナンダの馬）・創造者であること。

集中した瞑想（開かれていること・意思を持っていること・期待せずにいること）

1時間のノートの整理・1時間の原稿

疲れを取るような行動（疲れたと思わない・完全な行為・エネルギー産出する行為（親切・超努力））

完全に生き、完全に休むこと。ここでいう「完全」とは、エネルギーを注ぎ込み、不完全燃焼をさせないということである。寝る時までエネルギーを注ぎ込むこと。

そしてまた、生きているときにも、死んでいるときにも力を抜くこと、緊張しないこと。

□一瞬後の目標

内側からの意識を持ち続けること・創造の意識・あらかじめ愛でいること

内から外を見る・力を抜く・呼吸・神の小さな声を聞く

以上です。

う～ん、しかし、われながらすごい目標ですね。少々解説を入れながら、2ページ目以降についても書き込んでいきます。

皆様もよろしければ、今年の抱負を書き込んでみてください。

蛇足になるかもしれませんが、一緒に考えさせていただきます。

（1月1日 2009年掲示板）

■

「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。……

（以下は後日）」

■抱負

抱負とは、抱（いだ）き、負うものである。

いつもところに抱き、背に負っているものである。

それはまだわたしではない。

だから、時にその抱負を置きざりにしてしまうかもしれない。



だが、この言葉を思い起こした時に、いつも置きざりにしたしたところに戻り、  
また、背負い、ここに抱いて、進む。

そうすれば、必ずその抱負はわたしとなる。

だから、いつも、いつも、わたしの抱負を忘れないことである。

(1月3日 2009年掲示板)

▲神と人間～＜永遠と今＞の永遠

身体を通じてわたしとなるもの。

毎日1円ずつ貯金をして1兆円にすること。これが神の一側面である。

どういうことかということ、労をいとわないことである。

へこたれないことである。

できないといわないことである。

そして、続けることである。

1兆円になったあとは、いわば利子が自動的につく。

量が質に変換する。

では、あとは働かないかということ、そんなことはない。

別のことをまた毎日行うのである。

これがグルジェフがいうところの＜ワーク（仕事）＞である。

もちろん、人にも＜ワーク＞はできる。

ちなみに毎日1円貯金をして1兆円とするまでどれほどの時間がかかるかということ、

一生を約80年として、一生で約3万円

生まれ変わりの回数としては約3000万回である。

3000万回の生まれ変わりとは、気が遠くなる数字であろうか。

3万日（一生）×3000万回（生まれ変わり）の毎日とは、気が遠くなる数字であろうか。

否である。

これは、まっすぐのびた一本の道である。

仏教でよく出てくる桁数を越えたような呼び方の数字をなぜ用いるかということ、この数字は人が＜為すこと＞の力となるからである。

仏教の数は、ある意味で人を小ばかにしたような数字である。

無意味な桁数のインフレである。

だが、とても不思議なことだが、こうして「サンマルクカフェ」で前日のメモを清書（パソコン入力）して、

<1兆円を3万円で割る割り算をしているうちに、この答えはある力となった。>

この計算はもちろん、単なる算数であるが、

<わたしが手とペンを使って計算するという事>

このことが、1兆円、すなわち、1兆日の人生を一步踏み出したことであり、踏み出したことにより<その道にある力>を与えてくれたのではないかと思っている。

(以下、続く)

(1月4日 2008年掲示板)

#### ▲仏教の時間桁数は

時間がないということへの仏教の時間表現である。

これが法蔵菩薩の誓願と法蔵菩薩が即阿弥陀如来となったことの原因である。

#### 菩薩の抱負

大きければ大きいほど実現する。→時空の濃度の圧縮

大きな抱負を。

そして、今日、一步の実現を。

#### ■今年の抱負

仮想空間の掃除をいつも行うこと。

気ヒーリングルームの掃除をいつも行うこと

12月30日 2008年、2月18日 2009年

#### ●意識のある人生

丁寧に生きること。

#### ●身体

行として身体を使う特殊な使い方

患者さんも高塚も身体の特異な使い方をするという意味では同じである。

●ヒーリング

病気

1 コントロール（未病）

2 手のひらを使うこと

●意識のある人生

不安が出ないように生きること

デミアン

「怖れちゃあいけないよ」

●ヒーリング

悪魔になること

ハトホルの苦しむ権利があるという話し

12月31日2008年・1月2日2009年

●大晦日

Kさんと津田沼で飲んだ大晦日

今であったならもう2時間飲むのにつきあって、タクシーで帰ったであろう。

ヒマラヤ聖者の大師の徒歩

●ヒーラーの陥穽

火の鳥の話

ハトホルの話

●風の語りかけ

へこたれないこと

永遠の身体を活かすこと

永遠のレンジで人生を見ること

今のレンジで人生を見ること

プロセスで神を意識すること

●ヒーリング

寝たきりの患者さんと比べると高塚は自由度はある。  
その自由の功罪  
どのように運転してもよいという問題  
患者さんはそのようにして生きるしかないということ