

# ゆるゆる通信

by 柏崎由紀子

vol 44

今回は、2月6日のブログ「デコルテの扉」に書いた「愛の吐息を」をご紹介します。

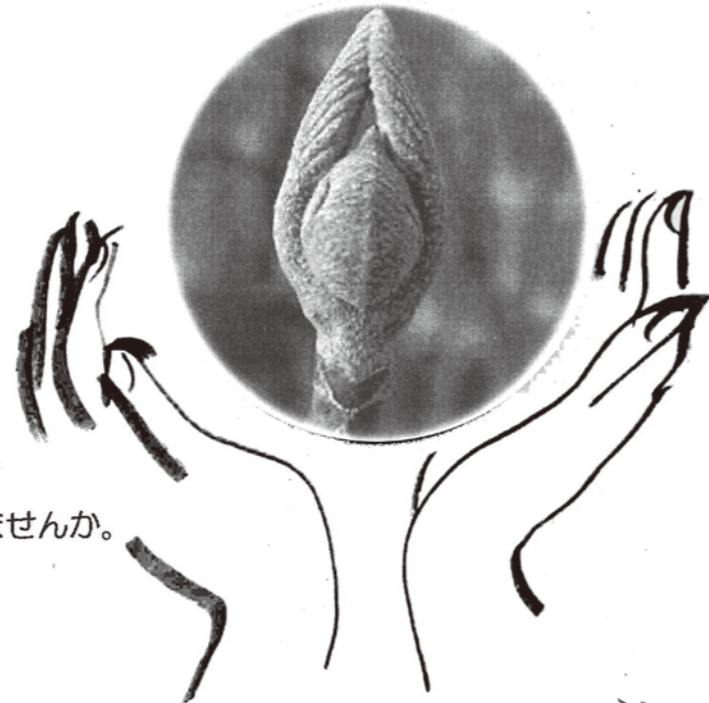
今日は、湯島天神の権禰宜の小野善一郎氏による「古事記」勉強会でした。今回は「黄泉」へ行かれたイザナミさまを、イザナギさまが追って行かれるところです。スペクタクルもあり、ココロに響くところ満載の物語ですが、わたしが最も感銘を受けたのは、テキストに使っている小野先生の著書、「日本を元気にする 古事記のこころ」の解説にあった、「六根清浄祓詞（ろっこんしょうじょうはらえことば）」でした。

目にもろもろの不浄を見て、心にもろもろの不浄を見ず。  
耳にもろもろの不浄を聞きて、心にもろもろの不浄を聞かず。  
鼻にもろもろの不浄を嗅ぎて、心にもろもろの不浄を嗅がず。  
口にもろもろの不浄を言ひて、心にもろもろの不浄を言わず。  
身にもろもろの不浄を触りて、心にもろもろの不浄を触れず

ああ、いまのわたしたちに、もっとも必要な言葉ではないでしょうか  
拘束していた日本人や、ヨルダンパイロットに対する「イスラム国」のむごい仕打ち。  
台湾の航空機の無惨な事故。  
和歌山県・紀ノ川で殺された男の子。

いま、地球の大気は、  
怒り、うらみ、悲嘆、恐怖、不安の  
吐息に満ちています。  
こんな時こそ、  
愛に満たされている自分を思い出しましょう。

太陽は輝き、雲はゆうゆうと流れ、  
木の芽は徐々にふくらんで、  
春への準備にいそしんでいます。  
いま、豊かに、美しく  
生かされている奇跡を想いだし、感謝してみませんか。  
そして、愛と感謝に満たされた吐息を、  
地球の大気に送り出しましょう。



わたしたちに今できる一番美しいことは、  
この胸に宿る命の輝きを  
地球の大気に送り出すこと。

それは、  
わたしたちのカラダにとっても、  
よいことです。  
ただ生かされている奇跡に感謝です！



悲惨なニュース、むごたらしいニュースが流れてくると、わたしたちはその事件の被害者に同情して、自分のココロを悲しみで満たしたり、加害者に対しを罰してやりたいと願ったりしがちです。そういう時に、一息ついて考えていただきたいのです。

無意識には「自分と他人の区別がない」ということを。  
「相手を」罰してやりたいと願うと、無意識には「自分を罰したい」というように伝わり、その願いを叶えようとして、自分を罰する出来ことを引き寄せてしまいます。

また、無意識には「否定形」がありません。  
「～ナイように」と願っても、無意識では「～するように」と変換入力されてしまいます。例えば「病気をシマセンように」は「病気をシマスように」と。ですから、言葉としては「健康になって、ありがとう」と、先に感謝しちゃった方がよいですね。

自分が日頃ココロに思うことや使う言葉が、自分のカラダや人生を作っていきます。美しいことを想い、自分も人も慈しむココロと言葉で生きていきましょう。そのコツを教えてくれるのが「ホ・オポノポノ」であり、宮沢賢治の「世界がぜんたい幸福にならないうちは、個人の幸福はあり得ない」という言葉なのではないでしょうか。

311 や今回のように「暗く、冷たい」ニュースが飛び交う時に、その暗さ冷たさを自分のココロのやカラダに吸いこんで、一緒に「暗く冷たく」なるのではなく、その中で、「じゃあ、自分は、どのように生きたいのだろうか？」と自分に問いかけてください。ニュースと一緒に「暗さ、冷たさ」を吐き出して、地球をさらに暗さ冷たさで覆いたいのか。その逆に、どんな状況の中にあっても自分の中にある、明るさ、暖かさ、優しさを見つめ、この地球に吐息として、輝く光として放って生きたいのか。

北海道の皆さんとは、来月1回だけになってしまいましたね。  
あと1回、どうぞお付き合い下さいませ。

☆まほろば「女神のデコルテ教室」 am10:30~12:00 3月30日(月)  
参加費 2000円 お申し込みは「まほろば」さん(011-665-6624)へどうぞ。