

第二の人生

—ラストチャンスです—

塩川香世



第二の人生―ラストチャンスです―／目次

第一章

1. 自分の中に、自分の人生を見ていきませんか 6
2. あなたの時間 12
3. デジタル化の流れの中で 32
4. 本当の生き方 ― もしかして、ラストチャンス? ― 40
5. 本当の生き方 ― 自分を知っていかう ― 80
6. 本当の生き方 ― 自らに優しさを注いでください ― 86
7. 本当の生き方 ― 心に巣食う闇とともに ― 91
8. 本当の生き方 ― 限らない時間に思いを馳せて考える ―

第二章

1. 私も第二の人生のスタートをします 108
2. 自分の修正——何を修正するのか—— 116
3. 自分の修正——どのように修正するのか—— 123
4. 自分の修正——なぜ、修正しなければならないのか—— 132

第三章

1. 人生の前半部分の後始末を…… 144
2. 人生は喜びです 151
3. 原点回帰 168
4. 最後に一言です 174

第一章

1. 自分の中に、自分の人生を見ていきませんか

第二の人生をこれから歩もうとされているあなた、あるいは、もうすでに歩み出しているというあなた、そんなあなたに、今だからこそ、少し考えていただきたいことがあります。

いいえ、時間に余裕があつて、前向きに、これからの自分のあり方を思つておられる今のあなたに、ぜひ考えていただきたいことがあります。

それは、次のようなことです。

【あなたは、何のために生まれてきましたか。

あなたは、これまで何を思つて、生きてこられましたか。

1. 自分の中に、自分の人生を見ていきませんか

そして、あなたは、これから何を思っ、生きていきますか。】

それなりに、様々な人生体験を経て、今に至っておられると思います。そして、その時々で、色々なことを思い、色々なことを考え、生きてこれたと思います。

しかし、自分は、いったい何のために生まれてきたのかということについては、どうでしょうか。

【何のために生き、何のために死んでいくのか。

自分の人生とは、いったい何なのか。

何が幸せなのか、どうあれば幸せなのか。】

あなたは、これまで、立ち止まって、じつくりと考えてみたことがありますか。

おそらく、立ち止まる時間はなかったと思います。

人生、立ち止まってなんかいられないと、若い時は、前へ、前へ向かって突き進んでいくだけだったのではないのでしょうか。

また、それが若さの特権かもしれません。

若いからこそ無茶もできるし、そして、少々無茶をして頑張ってきたからこそ、今の自分があると思っておられる人達も多いと思います。

受験、就職、仕事、結婚、子育て、介護等々、人生の様々な転機を経て、その中で、いかに生活をしていくかを中心に、時間が慌^{あわ}ただしく過ぎ去っていったことでしょう。

その中で、苦しいこと、辛いこと、悲しいことなども、たくさんあったは

1. 自分の中に、自分の人生を見ていきませんか

ずです。

もちろん、喜びもあったし、幸せも感じてきたし、嬉しいこと、楽しいこともあったでしょう。

そして、それが人生だと思ってきたでしょう。

色々ある中でも、生きがいや、やりがいを見つけて、人生を全^{まっ}うしていけば、平々凡々なながらも、良い人生だったと言える、あなたは思ってきたのではないでしょう。

しかし、本当にそうなのでしょう。

実は、その考え、思いを、これからあなたに残された時間の中で、見つめていきませんか、見つめ直し、考え直していきましよう、私は呼びかけた

いのです。

今、定年を迎えられた人達や、子育てを経て、子供が独立して、比較的自由な時間を持つておられる人達は、一応、ほっと一息ついておられるかもしれません。

そこで、一度、こんなことを、自分に聞いてみてください。

【私は、本当に自分自身がやらなければならないことを、やってきたのだろうか。】

仕事に、家族に、これまで、身体を使い、心を使い、時間やエネルギーを消費してこられたあなただからこそ、これから、自分の人生について、もっと踏み込んで考えていただきたいのです。

1. 自分の中に、自分の人生を見ていきませんか

そして、仕事や家族の中に、自分の人生を見るのではなくて、自分の中に自分の人生を見ていただきたいのです。

あなたの第二の人生という時間が、これから始まろうとするならば、その時間こそ、今度は本当にご自身のために、大切に使うてくださいたいという思いを込めて、私は、自分の思いを語ってみたいと思います。

2. あなたの時間

今や、日本の国においても、不登校とか、閉じこもりとかで、若くして、社会からドロップアウトしていく社会現象が起こっています。

若さの特権を自ら放棄して、自らに与えた時間を、空しく過ごしている若者もたくさんいるという、見過ごせない現実があることを考えれば、やりがいのある仕事や、大切な家族に恵まれてきた人達の人生は、それなりに幸せかもしれません。

そういう人達が、晩年に差し掛かり、ふと自分の来し方を振り返って思うことは、できることならば、人生の最後の時間を、健康に明るく、有意義に過ごしたいということでしょう。

そして、その中で生きがいを感じ、生きる喜びを味わい、生まれてきたことに感謝して、この人生を終えていけるならば、これほど幸せなことはないというところに、大体は落ち着くと思います。

そこで、長年、家族を養ってきたお父さんも、そして、家族の幸せのためにと頑張ってきたお母さんも、どうでしょうか。ある程度、今まで一生懸命にやってこられたことに、区切りを付けられる時期に来ているならば、ここは、さっと方向転換して、人生の最後の時間を、本当に自分のために生きてみませんか。

とはいうものの、もう年齢も五十、六十を過ぎ、やがて、七十も目前に迫り、体力、気力の点から言っても、そんなに自分の時間は長くないという時期です。

年齢を重ねていくことで、身体の機能が低下していくことは、やむを得ないことかもしれませんが、できるだけ健康に留意して、まだ、体力も気力も充実している時期に、自分の本当にやるべきことをして、自分の人生を閉じていきませんか。しょうしんしょうめい 真正正銘、自分のための人生設計について、この辺りで、真剣に考えてみませんか。

もちろん、無事に定年を迎えられて、これからさらに、第二、第三と、仕事を求めていく人や、家庭人から新たに社会復帰を目指す人や、時間にゆとりができた今だからこそ、自分の好きな世界に没頭していきたいと思う人など、様々です。

これからの時間の中で、そういうことも、それぞれの選択肢のひとつに挙げられることだと思えます。

しかし、です。

私は、そういう選択肢がない状態を前提にして、これからのあなたの時間について、ぜひ考えていただきたいと思います。

そこで、あなたの時間ということについて、ここで、少し触れさせていただき、考えを新たにしていただきたいと思います。

どういふことかと言いますと、これは、第二の人生をこれから歩み出そうと張り切っている人達に限りませんが、おそらくみんな、自分の人生の時間は、生まれてから死ぬまでの、例えば、七十年、八十年……、その時間を自分の時間だと思っています。

だからこそ、限りある時間を楽しみながら有効に使いたいということでしょう。そして、限りある時間は自分のものだ、自分のやりたいことをした

いということだと思えます。

それとは逆に、もしかしたら、自分の思い通りにいかない今を嘆き、もう私の人生は終わりだと、自暴自棄になっている人達もあるかと思えます。

確かにそうです。あなたが生まれてから死ぬまでの時間は、あなたにとって大切です。

それは、あなたの時間であり、あなたの人生でしょう。その中で、浮き沈みがあることも確かでしょう。

しかし、あなたの時間は、本当に限りある時間なのでしょうか。

本当に、あなたの時間は、あなたが生まれてから死んでいくまでに限定されるのでしょうか。

ここで、少し、違う方向から語ります。

そもそも、私達は、自分達人間を、ひとつの形としてとらえてきました。もちろん、その形は一樣ではありません。

現に、みんな、顔の特徴も、身体の特徴も、それぞれに違います。

だから、この人、あの人と見分けられるのです。

そんなことは当たり前のことだと、笑わないでください。

実は、このあまりにも当たり前過ぎることが、大変重要なポイントなのです。そのポイントとは、私達は、一事が万事、ずっと、形のある世界を中心にして物事を見つめ、形のある世界を中心にして物事を判断してきたということです。

人間のみならず、形があるから実在するという見方が、私達の中に深く根を下ろしています。

そして、その逆は、形がなければ、実在しないことになります。

そういった見方から、人間をとらえ、その生き様をとらえてきたのが、これまでの私達でした。

例えば、人の生涯、人の一生、男の人生、女の人生、我が人生、それらをテーマにして小説が描かれ、映画ができ、歌や、芝居の世界が古今東西から、数多く生み出されてきました。

言うまでもなく、そこで示されている内容は、生まれてから死ぬまでの限られた間に、人間は、いかに生き、何を成し遂げたかを、主眼にしています。限られた時間、限られた命の私達だからこそということを経調にして、様々なテーマで作品が作られました。

中には、人々の心に共感を与え、感動を与え、人々に生きる喜びを呼び起こしていく、不朽の名作も数多くあると思います。

今、一例を挙げましたが、この世の中は、一事が万事、そうでしょう。

あなたも、何が現実かと言えば、今、あなたの目や耳などの五官で確認できる世界、形がある空間こそが、実在する世界だと思っ**て**いるはず**で**す。

もつと簡単に言えば、今、自分が生きていると感じるのは、この身体があるからだ**と**、あなたは思**っ**ている**で**しょう。

息をしている、心臓が動いている。

だから、私は、今生きている、私は、ここに存在していると思**っ**ています。
逆に、あなたの心臓が止ま**っ**て、息もしなくな**っ**たら、あなたは死んだ**と**
いうこと**に**なります。

そうなれば、あなたの身体は茶**だ**毘に付され、あなたの身体は、完全に消えてなくな**り**ます。

それと同時に、あなたという存在も、完全になくな**っ**てしま**う**ということ

になります。

人間を形あるものとしてとらえているならば、そうでしょう。

形としてとらえている以上、形がなくなれば、何もない状態になってしまいます。

もちろん、あなたの時間もそこで止まってしまう。こういう理屈は成り立つと思います。

しかし、ここで、あることを、仮定するとしましょう。

私達人間は、形ではとらえることができない。つまり、私達人間の本当の姿は、目に見えないという仮定です。

そこで、頭や顔や手足があつてというこの身体は、自分達の本当の姿では

ない。今しばらくの間、その仮定のもとに、話を進めていきます。

本来、形では示すことができない私達が、今、ひとつの肉体を持っていると考えてみてください。

肉体というのは形ですから、千差万別です。

そして、形の違いはもちろんのこと、身長も体重も、性別も、年齢も、そして、皮膚の色も違います。

また、私達の中には、その肉体を使って、スムーズに動ける人も動けない人もいます。

つまり、見て聞いて、話をして考えて、食べて、笑って泣いてという諸々のことを、難なくこなせる人達がいれば、そうでない人達もいます。

形を中心にして物事を見ていけば、できる、できないは、大きな違いかも

しません。

しかし、その見方を変えていけば、つまり、この身体は、自分達の本当の姿ではないとしたならば、できる、できない、を問題視するのではなくて、むしろ、なぜ、できる人とできない人が存在するのか、ということのほうが注目すべき事柄になってきませんか。

このように、何を中心にして見ていくかで、注目すべきポイントは違ってきます。

何を中心にして見ていくか。これは非常に重要なことですが、ここでは、少し横に置いておきます。

とにかく、私達には、今、それぞれに肉体というものがありますが、それが自分達の本当の姿ではないということを仮定としていますので、その点にだけ着目していただくさい。

私達の肉体の中で、心臓の動きが止まれば、これは、誰の目から見ても、死です。

そして、死を迎えた時、つまり、心臓停止の状態になった時に、全く動かなくなつて、そこに横たわっているだけの肉体イコールその人物だとしたら、確かに、その人のすべてが、その時点で、途切れてしまうでしょう。

一方、人間は、それぞれが、今、ひとつの肉体を持っているに過ぎないとする見方からすれば、その肉体の機能の全部が停止したところで、それは、身体的なことであつて、もともと形がない自分達にとつて、その時点で何が途切れてしまうのかと言えば、何も途切れるものはないということになりませんか。

肉体というものを通して知った、形の世界の中での諸々の出来事などは、

確かにそこで途切れてしまいます。

肉体という形がなくなるのだから、それは当たり前のことです。

もちろん、それには、日々の生活の中に流れている時間という概念も含まれます。

ここまで、少し長くなりましたが、もうお分かりのように、限りある時間というのは、あくまで、形を中心にしたところから発想されるものです。

私達人間の本当の姿は目に見えないという仮定のもとでは、その発想は当てはまりません。

先ほど、何を中心にして物事を見ていくかが、非常に重要なポイントだと書きました。

そうなんです。

形を中心にして、自分や自分の周りを見ていく生き方と、そうでない生き方とでは、全く違ってきます。

そこで、まず、あなたが、これまで何を中心にして、日々の生活を過ごしてきたかということを考えてみてください。

自分を含めて世の中のすべてのことを、形を中心にして見て、聞いて、感じて、生きてきたという答が返ってくるはずですよ。

形を中心にした物の見方、考え方の中で、善悪や、幸せ、不幸せを判断する、それは、今までのあなたにとって、至極当たり前のことだったはずですよ。

世の中は、もちろん、そうです。

類まれな才能たぐいを発揮すれば、また、前人未踏の偉業が達成されたならば、

世界中大騒ぎですよ。

ノーベル賞、勲章、金メダル、その他それらに類する色々な功績に、大変大きな価値が付けられます。

形のある世界が自分達の現実だとする思いからすれば、当然でしょう。

そういうものは、素晴らしいと称^{たた}えられるでしょう。

それが世の中です。

そのような世の中に向けて、形があるとかないとか、自分達の本当の姿云々の話をしたところで、今すぐ、スムーズに受け入れていただくことは難しいのは承知しています。

しかし、それでも、私は、語らずにはいられないのです。

それは、私の心に、確かに響いてくる思いというか、メッセージがあるからです。

【人間の本质は、意識。】

私は、この短いフレーズが伝えてくれる真実に出会うために、今があることを知りました。

今はまだ、その真実の声が、世の中の人達にスムーズに届かなくても、それは大規模な天変地異という形で、必ず、皆さんに届けられる時がやってきます。しかも、それは、もう目前に迫っていることを、私は、感じています。

【肉体が消えたとしても、そこに残るものがある。肉体云々に関わらずに厳然としてある存在、それが自分自身に他ならない。】

このことが、それぞれの心で感じられるように、これから、ますます、混

沌とした時代に、私達は突入していきます。

それこそ形の上からすれば、音を立てて崩れていく現実が、目の前に繰り広げられていきます。

私は、その足音を心に感じています。

それを未然に防ぐとか、被害を最小限に抑えるとか、そういうことは、もはやできないのです。

私を感じている天変地異の足音は、今、地球上で起こっている規模のものとは、到底比較できません。

天変地異イコール死、そんな規模の天変地異が、幾度となく起こってきます。

すでに、私達は、そのような流れの中にあることを、ご承知おきください。おそらく、今のあなたが守りたいもの、守るべきものは、一瞬のうちに消

え去り、崩れ去っていくでしょう。

そのような規模の天変地異を目前にした時、あなたの心に去来するものは、何でしょうか。

まだ、時間の猶予があります。

だからこそ、これからの時間を、本当に大切にしていってほしいと思います。

【あなたは、何のために生まれてきましたか。】

これです。このことを、しっかりと心に問いかけながら、これからの時間を過ごしていくことが、本当に大切なことです。

夫がどう、妻がどう、親が、子が、と言う前に、まず、自分です。一人ひとりが、自分を大切に生きていくことです。

それは、決して、自己中心的な生き方ではないのです。

あなたが、自分は何のために生まれきたのか、自分の心で分かり、あなたの中に、自分の本質は意識だという目覚めが起これば、自分を大切に生きていくことの意味が分かります。

少し、話がそれましたが、もうお分かりのように、人間の本質は意識、というのは仮定の話ではなくて、決定的な事実だとして、ここから先を進めていきます。

結論です。

あなたの時間は、あなたの肉体を中心にして考えると限定されますが、あなたの本当の姿を中心にしてみれば、あなたの時間は限りがありません。

故に、あなたは、死んでも、あなたの時間は続いていきます。

だからこそ、限りなく続いていくあなたの時間を踏まえて、では、限られた時間をどのように過ごしていくかが、非常に大切になってくるのです。

3. デジタル化の流れの中で

人間の叡智^{えいち}を集結して、様々な分野で、今や、社会は目まぐるしい変貌^{へんぼう}を遂^とげています。

結果として、生活水準は格段に上昇する反面、格差社会の広がりとは、どんどん進んでいきます。

それが、人間の心の中の闇をあぶり出していくのです。

格差社会のひずみから噴き出してくるエネルギーは、凄いです。

人間の意識の中には、こんなにドロドロした闇が渦巻いているのか。同じ人間として、到底信じられないというか、未恐ろしくなっていくというか、そのような闇の世界が露出していきます。

もともとあった人間の飽くなき野望というか、醜い局面が、あからさまになつていくのが、これからの時代です。

デジタル化の波は、超スピードで、人間社会を変えていきます。

その一方で、これもまた超スピードで、人間の心の闇の世界が噴き出してくる時代です。

そんな中で、あなたは、いったいどのようなことを思いながら生きて、そして、死んでいくのでしょうか。

コンピューターやロボットに囲まれた生活空間は、確かに快適さと利便さを、私達に提供してくれています。

そのシステムに機能の障害などが起きれば、私達の生活は、立ちどころにストップして、多大な影響を被っていくことも確かですが、デジタル化の流

れは、もはや、私達の生活には欠かせないものとなり、これからも超スピードで、社会を変えていきます。

私達人間が、形ある世界を自分達の現実としている以上、より快適な、より便利な生活を望むのは当然です。

コンピューターやロボットが、私達の生活の中に、より深く関わり、浸透していき、生活を変えていくことは間違いありません。

コンピューターによって、スマートに生活環境が整備され、私達人間の動きに限りなく近い動きをするロボットが、続々と出現してくるでしょう。

そうしたデジタル化の流れの中で、確実に、快適で便利な生活は提供されますが、それで、私達が、本当に喜びを感じ、幸せを感じていくかというと、そうではないのです。

私達が、快適さ、利便さを追求していけばいくほど、つまり、巨大にシス

テム化された社会になればなるほど、その弊害が発生していきます。

万能細胞が作られ、優秀なロボットを輩出する時代が到来しても、それらによって、予期もしない、新たな問題が続出して、本当に私達が幸せになることなど、難しいです。いいえ、あり得ないのです。

そして、私達人間の心の奥底にある思いは、どんなに精密なコンピューターでも、解き明かすことはできないことを、私達は知っていかなければなりません。

たとえば、便利で快適で、よりスマートな生活空間が提供されても、また、より高度な先端技術により、医療の分野が特段に進み、人間の死亡率低下に貢献できたとしても、それらによって感じる喜びや幸せは、人間の本当の喜びや幸せに繋がっていくとは言えないのです。

なぜならば、そのような喜びや幸せは、一時的なものに過ぎないからです。状況が変われば、一変します。

形の世界を中心にして感じる喜びや幸せには、その裏側というか、奥に潜んでいる思いがあります。

それらの喜びや幸せは、ただ単に喜びだけ、幸せだけではなく、その喜びや幸せには、必ず、不安や恐怖、執着といった暗い思いが付いて回ります。

だから、いつ何時、なんどき心の状態がひっくり返るか分かりません。

そうでしょう。状況次第では、今まで喜んでいた人の心が真逆さまに落ちていくことは、充分あり得ることです。

形の世界に喜びと幸せを求めているのだから、それが崩れ去るとか、消え去っていくとか、あるいは事態が一変すれば、心に変化が起こるのは当たり前です。

そんな不確かで不安定な条件とともにある喜びや幸せが、本当ののだとは、とても言い難いとは思いませんか。

本当の喜びと幸せとは、状況云々で変わるはずがないのです。

喜びは、消えていくものではなく、遠ざかっていくものでも、薄れていくものでもありません。

また、幸せと不幸せとが裏表にあるなんて、そもそもおかしいのです。

もつとも、消えていったり、薄れていったりする喜びや、不幸せと裏表だと感じる幸せは、何を中心に行っているか、何を基準に行っているかを知っているか、納得はできますが……。

ところで、状況次第で、変化していく喜びや幸せは、本当に儚いものだと、はかな

それは、あなたも心のどこかで感じているかもしれません。

それでも、そんな儂いはかないものを求めて、あなたは、これから生きていくのでしょうか。

儂いはかなと感じつつ、それを追い求めていつてしまうのが人生であり、人間だと、そう思っていますか。

そうではありません。

状況がどのように変化しても、決して変わることはない喜びと幸せを知っていく生き方があるのです。

つまり、本当の喜びと、本当の幸せを知っていくこそが、まさしく本当の人生です。

そして、本当の喜びと、本当の幸せは、いくつもあるはずがありません。本当の、と言っているのだから、それはひとつです。

だから、あなたにも、ぜひ、その生き方を模索してほしいのです。
そのためには、どうすればいいのでしょうか。そのことを中心に、これから語っていききたいと思います。

4. 本当の生き方

—もしかして、ラストチャンス？—

あなたが、これから本当の生き方をしてみようと思うならば、あなたに残された時間（あなたが肉体を持っている時間）はすべて、そのことに集中していこうと決意をしてください。

まずは、あなたの決意、決断が大切です。

自分の決意、決断なくして、本当の生き方などできないと思っていただいてもいいと思います。

何か大変なことだなあとと思われるかもしれませんが、そうです、大変なことなのです。

言ってみれば、本当の生き方とは、今の人間社会の流れと逆流する流れを、自分の中で起こしていくことですから、それは大変です。

しかし、この逆流する流れは、これからの時を経て、その真価を発揮してきます。主導権を握ります。

色々などころから、私達人間が行き詰まってくるからです。

私達が、鋭意努力してあらゆる手法を使っても、人間社会は、あらゆるところから崩れていき、二進も三進もいかない状況になっていくのです。
にっち さっち

実は、「本当の生き方をしてください」という自らへの促しは、もうすでにこれまでに、どなたにもあつたはずです。

人生の転機を、これまでにいくつか体験されてきたと思います。

実は、その転機こそ、その促しだったのです。

しかし、残念ながら、これまで殆どの人は、それらを、自らが発しているメッセージだという局面から、とらえることはできませんでした。

【あなた、本当の人生を生きていますか。本当の人生とは何ですか。あなたは、あなたを知っていますか。】

私達は、人生の転機となる節目節目に、そういうメッセージを自らに託してきたのです。

ただ、私達が、そういうふうを受け取ることができずにきただけです。

それは、なぜでしょうか。

これまで、形の世界を中心に物事を見て、判断してきた私達の心は、常に

外に向いてきました。

心が外に向くとは、どういうことか分かりますか。

私達は、外部から情報を取り入れようとする傾向があり、その思いが強いのです。

目や耳などの五官をそのために使い、また、それらを通して入ってくる情報を受け取るために、常に、心のアンテナは外に向けられている状態です。

そのような状態だから、情報を取得すれば、次に、それに対して、自分はどうのように対処していけばいいのか、対処していくべきかという方向に心が動き、思いを巡らしていきます。

このように、心が外に向くとは、自分の周りの人達の言動や、自分の周りで起こる出来事と、その顛末に終始^{てんまつ}していくことだと思ってください。

例えば、人は何を言ったか、何をしたか、どんなことが起こったかという

情報を受けて、自分はどう思い、何を感じたのか。そして、その結果、どんな行動を取ろうとするのか、取ろうとしたのか、という一連の流れがあったとします。

大抵は、その中で、自分はどう思い、何を感じたのかという部分だけが抜け落ちるのです。

あるいは、そこはあまり重視することなく、その前後の部分、つまり、人が言ったこと、したこと、起こった出来事、それに対して、どうなったか、どんな結果になったか、そういうことだけを、重視していきます。

そして、首尾よく事態が自分の思うように終結すれば、めでたし、めでたし、で終わります。

逆に、自分の思うようにならなければ、あなたの心は、いつまでも、そこにこだわるというか、思いを引きずっていつてしまうのです。

このように、心が外に向いていると、どうしても、周りの人達の言動や、周りで起こる出来事にとらわれていきます。

そこに終始して、肝心なことがお座なりになってしまいます。

そうなんです。

肝心なこと、つまり、その時、自分はいつたい何を思い、何を感じ、何に気付いていったのか。そして、その気付きを、それからの自分にどのような活かしていこうとしているのか。そういった肝心なことについては、殆ど素通りしていきます。

人生の転機を迎えるということは、そこで、何かを学び取っていくということか、今、何かに自分が気付いていかなければならないことがあるということでしょう。

だから、転機と言うのではないでしようか。

しかし、心を外に向けたままであれば、転機が転機でなくなってしまうです。

もちろん、その時に、全く何も学ばずに、何も気付かないというわけではないかもしれませんが、本当の人生を生きていますか云々の問いかけを、心に聞くまでには到底至らないでしょう。

心が外に向いている状態では難しいです。

それで、今、本当の生き方をしてみようと決意したならば、あなたがこれからするべきことは、外に向く習性にある心を、自分の中へ、中へ向けようと試みることです。

心の中へ向けるということは、少し触れましたが、周りで起こる出来事や、

人の言動に対して、それを見て聞いた時に、さて、今、自分の心の中に出てくる思いはどんな思いか、心に上がってくる思いを拾い上げ、自分の心の動きを追っていくことを言います。

最初は、そういうふうにして、自分の心の向け先を、いつも確認することからしていただく。

【今、自分の心は、どこを向いているだろうか。

人の言ったこと、したことばかりに思いが向いているのではないだろうか。】

そのような確認をする習慣を付けてください。

そして、自分の心の動きを、さらに追っていけば、やはり、結果ばかりが気になって、その結果次第では、次を考えなくてはいけないと、心というも

のは、どんどん先へ行ってしまうことを感じるでしょう。

ああなったらどうしよう、こうなったらどうしよう、最悪の場合は……、ああそれは考えたくない、まだ、何も始まらないうちから、心というものは、千々に乱れていくのです。

しかし、心が外に向いていれば、それが苦しいとか、なぜ苦しいのかとか、そういうことは、あまり気に止めません。

あくまでも、関心事は、事態の顛末てんまつです。

よしんば、自分の心が苦しいことは感じられても、その苦しさは、どこから来るのかは分からないし、なぜ苦しいと感じるのかも分からないでしょう。強いて言うとすれば、今、目の前にある出来事などが発生元かなあというくらいのもです。

心が外に向いていれば、苦しみもまた外からやってくるのだと思ってしま

うからです。

しかし、自分の中に思いを向けていれば、そういう出来事などが引き金となって、どんどんどんどん苦しみ、自分の中から湧いて出てくることを感じていくはずです。

ただ、そうであっても、苦しみの原因は自分の中にあることが、心で納得できるまでには、時間がかかります。

おいそれとは、認めることができません。

それが人間の実態です。人間は、自分を正当化する生物いきものです。

こういうことも、また、あなたの心の片隅に留めておいてください。

それはさておき、本当の生き方をしてみようと、自分で決断したならば、心の向け先を確認して、心の中に向ける習慣を付ける。ここまで、まずやつ

てみてください。

実践すれば、心の中に向けることは難しいと感じると思います。

日々の生活の中では、思ひは、心は、色々な方面に分散されていくのが普通です。

気が付けば、そういう状態になっているのです。

だから、次にしていくことは、毎日の時間の中で、短時間でもいいですから、どこか、自分が落ち着ける空間を探すことです。

毎日の生活の流れの中で、そのような時間と空間を確保して、そして、それからやるべきことがあります。

本格的に、自分の心の中に向けて、心の中を見ていくという作業です。

その作業に必要なものは、ペンとノート、あるいは、パソコンができる人は、

パソコンです。

それを用意して何をするのでしょうか。

あなたを生んでくれたお母さんの反省をしていくのです。

あなたが生まれてから今日まで、お母さんがあなたにしてくれたことを、
まず思い出していきます。

お母さんは、色々なことをあなたにしてくれたはずです。

生んでくれて、おっぱいを飲ませてくれて、おしめも替えてくれてという
ところから始まって、本当に些^さ細^{さい}なことでも何でもいいのです。

とにかく、お母さんがあなたにしてくれたことを、ノートなどに書いてみ
てください。

それをしていく中で、あなたの心は、幼い頃に戻っていくでしょう。

記憶が鮮明に蘇ってくる箇所もあれば、思い出したくもない部分もあるかもしれません。

そうやって、お母さんがあなたにしてくれたことを思い出すと同時に、では、その時、あなたがお母さんに対して、どんな思いを出してきたか、どんな言葉を出し、お母さんに接してきたか、その都度のことを書き出してみてください。

色々な思いが出てくるでしょう。

最初から、ありがとう、お母さん、ありがとう、そんな思いは、まず出てきません。

出てくるのは、やはり、文句です。不平、不満です。

もっとこうしてほしかった。あの時、ああしてくれればよかったのに。私は、

こんなことはしてほしくなかった……。

お母さんは、あなたにとって、何でもしてくれて当たり前、何でも与えてくれて当たり前存在だった。そうではないですか。

当たり前だから、してくれないことに、無性に腹が立った。そんなこともあったはずです。

反省のポイントは、あなたの思いを包み隠さずに出すということです。

奇麗事ばかり綴っても、どうなるものでもありません。

母親の反省というのは、あなたの中のどうしようもないドロドロの思いを、自分自身で確認していくことが狙いだからです。

あなたは、お母さんをどのように見てきましたか。

あなたは、お母さんを、真つ直ぐに見てこなかったのではありませんか。

見下してきた人、美化してきた人、恐れてきた人、認めてほしかった人、逃げようとしてきた人、独占したかった人、その他、色々な見方をしてきたのではないのでしょうか。

母という存在は、あなたの色々な部分を引き出してくれます。

母親という一人の人間に対して、自分が出してきた思いを振り返っていけば、甘えたくても甘えられない素直でない自分とか、依頼心の強い自分とか、色々な自分を知っていきます。

お母さんがあなたにしてくれたことを思い出しながら、その時々に使ってきた思いを拾い出すことが一通り済めば、今度は、あなたがこれまでに、お

母さんにしてあげたことを、これも、その時々の中に思いに触れながら拾い出してみてください。

さて、この場合は、どうでしょうか。

そんなに多くはないと思います。

お母さんがあなたにしてくれたことに比べたら、あなたが、お母さんにしてあげたことなんて、本当に数の内にも入らないのではないのでしょうか。

とにかく、色々な角度から、お母さんに対する思いを見つめてみてください。

なぜ、母親の反省が、これほど重要なのか、そして、父親の反省は必要なのか、ということがあるかもしれませんが、まずは、やってみてください。

私達は、母親の胎内から生まれてきました。父親から生まれてきたものではありません。

生まれてくる、つまり、母親の胎内を通ってくる間に、私達は、大切なことを伝えてもらうのです。

しかし、母親の胎内から、この世に出てきて、時間が経過していくうちに、私達は、その大切なことを、すっかり忘れ去っていきます。

そして、自分の肉体を通して知る世界の中に、喜びや幸せを見出そうとして、目に見えて耳に聞こえる形ある世界のほうに、どんどん、心を向けていきます。

形ある自分にとって、形の世界は、非常に魅力的なのです。
実は、そうやって、どんどん、自分を見失っていくのです。

形ある自分と、自分の周囲にばかり、思いが向いていきます。

心を外に向けて、母の意識から伝えられたことに、背いていくことばかりをやっています。

心は外に向いた状態だから、それは、ごく自然な行動であり、それが、形の世界を本物として生きる生き方です。

だから、あなた自身には、自分を見失っていくという感覚もなければ、自分が何かに背いてきたという思いなど、全く感じないはずです。

むしろ、形の世界に喜びや幸せ、自分の存在意義を求めて、一生懸命に生きた結果として、自分の手の中に、たくさんものをつかめば、それなりの満足感や達成感を実感していきます。

しかし、そのような満足感や達成感は、長続きしないはずですよ。

だから、夢よ、もう一度と、再び、何かに挑戦していくとか、新たな目標を設定するとか、やはり、あなたの心は、外へ、外へと向いていくのです。

喜びだ、幸せだと沸き返っている自分の心とは裏腹に、母の意識に背いて生きてきた心の中は、苦しみで満杯だなんて、知る由もありません。

いいえ、表面的には満たされても、心の奥底までは満たされないことを、あなた自身も、本当は、どこかで感じているはずなのです。

このような心の仕組みを、もっと具体的に、はつきりと自分で分かっているためには、母親の反省を通して、自分の使ってきた心、思いを繰り返し見ていくこと、つまり、心を自分の中に向けていくことしかないのです。

どんなに情報化が進んだ世の中になろうとも、その中から、自分に本当の生き方を教えてくれる手立てを見つけることは、絶対にできません。

世の中は、形を絶対なものとして、それをすべての基準にして、動いてい

るからです。

つまり、その基準は、形が整うとか、形が立派であれば、それが私達の喜びや幸せに連動していくとしています。

確かに、形が整っていけば、心は喜びや幸せを感じます。心に感じているということを否定はしません。

しかし、問題となるのは、その心の解釈です。

大抵の人は、心は、目に見えないものだとしながら、それは、身体の一部というか、肉体に連動しているものと、とらえています。

だから、その心が感じる喜びや幸せが、自分達の喜びや幸せに直結しているのです。

しかし、本来、心というのは、そういう次元のものではありません。

心は思いとして、意識として、そしてまた、エネルギーとして、単独で存

在します。

そんな人間の肉体というちっぽけな中に収まっているものではありません。

心は肉体に付随するものではないのです。肉体に付随する心の世界は、ちっぽけな世界です。

肉体に付随する心が感じる喜びや幸せ、あるいは、肉体に付随する心が感じる苦しみの世界は、ちっぽけな世界です。

そんなちっぽけな世界の喜びや幸せ、苦しみを大きく取り上げて、「人間は」とか、「人生は」とかを論じ合うこと自体が、そもそもおかしいと、私は思っています。

本来、私達は、そのようなちっぽけな心の世界の喜びや幸せを知るために、

母親から肉体をいただいたものではありません。

【私は心です。私は思いです。そして、私達人間の本質は意識です。】

それを自分の中で知っていくために、生まれてきたのです。

それを、私達は、母の胎内にいた時に、伝えてもらいました。

【あなたのその肉体を通して、真実の世界を知っていきなさい。そして、今度こそ、
本当の人生を歩んでください。】

そのようなメッセージとともに、私達は、この世に出てきたのです。

そして、今、あなたは、そのような生き方をしてきましたかと、自分に問

いかけようしているところなのです。

ようやく、そのような時を迎えていることを、どうぞ、知っていただくさい。

だから、母親の反省なんて思わずに、一度、真剣にその作業をしてみてください。

心を中心に、母に使ってきた思いを確認しながら、そして、本当に生きていくとはどういうことだろうか、私は、何かを間違えてきたのだろうか、自分に問いかけながら、やってみてください。

もちろん、その作業は、根気が要ります。なかなか大変です。

思い出すことといえば、同じことばかりだし、どんな心を使ってきたかといつても、それも同じことの繰り返しかもしれません。

また、悲しいかな、あなたを生んでくれた母親というものは、たくさんの

欠点を持ち、癖を持っています。

その辺のところがネックとなつて、なかなか前に進んでいかないかもしれません。

しかし、そこで諦めたり、投げ出したりしないでください。そこでやめてしまえば、あなたの思う壺つぼなのです。

あなたの思う壺つぼ、これがどういうことか、分かりますか。

あなたは、確かに、お母さんから伝えてもらったメッセージとともに生まれてきますが、実は、あなたの中には、それに徹底抗戦する思いが、すでに蓄積されていて、その思いとともに生まれてくるというのも事実なのです。

本来、その思いは、修正されるべき思いです。

しかし、現実には、修正されるところか、大きく膨らませてきたのが、私達だったのです。

これまでの私達は、その徹底抗戦する思いを中心にして生きてきました。形の世界を本物とする思いを中心にして生きてきたのです。

つまり、母の意識が、「あなたの本当の姿は意識ですよ」と伝えてくれていたのに、私達は、それに、ずっと逆らってきたということです。

そして、今現在も、その母の意識に逆らってきた思いが、あなたの中を仕切っている状態です。

そこへ、今、あなたに、「間違っていないませんか」という問いかけをしてみました。

その問いかけに、本当のことを知つていこうとするあなたの中で眠っていた思いが、今、微かに反応しかけています。

こんなことは、初めてです。

あなたの中で、長年仕切ってきて、大きな胡坐あぐらをかいていた意識の世界も必死です。

我一番、我こそ正しいとしてきた独裁国家の存続を脅かすかどうかは、これからのあなた次第だとしても、自らの存続を危うくする芽は、早い時期に摘み取っておかねばならないと、自分達の帝国を死守します。

あの手、この手を使って、自分は何も間違っていないと主張してきます。

【形の世界に喜びと幸せを求めて何が間違っている。これまでのお前でいいんだ。

お前は、正しい。仕事に生きる。家族の幸せがお前の幸せだ。世間を見てみる。

みんなそつだらう。】

そうやって、あなたの中で、自分達の主張の正しさを強調していくのです。母親の反省が、なかなか進まないのは、このように、あなたの中に、過去よりずっと、あなた自身が作り上げてきた世界があるからなのです。

私は、それを独裁国家だとか帝国だと比喩ひよしましたが、まさにそんな感じ
です。

そこで、母親の反省を継続しながら、それと並行して進めていくのは、自分の中の独裁国家、帝国を確認していく作業です。

あなたは、間違いなく、形を本物として生きてきました。

いいえ、私達人間の歴史は、形を本物として生きてきた歴史なのです。

さらに言えば、今現在は、確かに宗教とかそういう類たぐいの世界に縁遠いと感

じている人達であつても、誰一人例外なく、過去において、私達人間は、他力信仰をしてきたのです。

過去においてというのは、今世以前ということです。

私は、過去、他力信仰によつて人間自ら作つてきた世界を、ここで独裁国家、帝国と表現しましたが、その世界が、どんな世界なのかを知つていく作業が、必要となつてきます。

「母親の反省」と同時にしていかなければならないのが、この作業です。それは、「他力信仰の反省」です。

実は、母の意識に背いてきたのは、自分達の心の中に、自らが作つてきた世界があつたからです。

それは、これまでに幾度となく登場してきました。

形を本物とする思いを中心に、その立場から、自分を見て、自分の周りを見て、そして、人間を、人生を語ろうとしていく世界です。

私達が、これまでに本当の生き方をしてこなかった、いいえ、できなかったのは、自分達の心の中に、他力の世界という世界を作ってしまったからです。他力の世界というのは、一言で言うならば、欲の世界です。

あなたは、自分の幸せ、家族の幸せ、世界人類の幸せ、世界の平和を願い、祈る思いというのは、どのような思いだと思っておられますか。

普通に考えれば、そういうものを願い、みんなが幸せになっていくことを祈ることは、いいことであり、当たり前のことかもしれません。

普通に考えればという、その普通とはどういうことなのか。

何が自分達の幸せなのか。

あなたが願いをかけ、祈りを捧げる時、あなたの心の中には、どんな思いが出ているのか。

願いをかけ、祈りを捧げる対象物があるならば、それと自分との関係は、どのような関係なのか。

みんなが幸せになっていくとは、どういうことなのか。

どうすれば、みんなが幸せになっていくのだろうか。

例えば、このような点を中心にして、自分がこれまでに手を合わせ、祈り続けてきた、願い続けてきた時を振り返り、そこで自分が使ってきた思いを確認していくことが、「他力信仰の反省、他力の反省」です。

他力信仰をしてきた心の世界は、独裁国家、帝国と表現した通り、そびえ立つ牙城がじょうです。

その牙城がじょうを取り崩すことは、母親の反省と同じくらしい難易度があります。しかし、この牙城がじょうを取り崩すことをしなければ、あなたが、本当の人生を生きて、本当の喜びと幸せを満喫することはできないのです。

表面上の薄っぺらな喜びや幸せなど、あなたは、すでに感じておられるでしょう。

しかし、それでは、せつかく生まれきたのに、もったいないと思います。もっと、深くて広くて優しくて温かな、本当の喜びと幸せ溢れる自分と出会っていただくさい。

そうです。

そのようなあなた自身と出会うというか、知っていくことが、本当の人生であり、本当の喜び、本当の幸せなんです。

そのためには、自分達の本質を捨て去って、他力の世界を追い求めてきた間違いを、自らが正していくことをしなければならぬのです。

間違いを自らが正していくには、自分達の本質に迫っていく必要があります。

自分達の本質に迫っていくには、その心の奥深くにある世界を解き明かす作業が必要です。

コンピューターやロボットは、快適な生活空間は用意してくれますが、このお手伝いはできません。

それは、自分自身が、自分の心を見るところから、始まっていくのです。

そして、自分の心を見るという作業の代表格が、「母親の反省」と「他力の反省」ということになります。

あなたのこれまでの時間の中では、この二つの反省をやっていません。もつとも、「母親の反省」というのは、どこかの宗教団体や組織に入っておられたならば、その経験はあるかもしれませんが、ここで言う「母親の反省」と、それとは、全く違います。

ましてや、「他力の反省」に至っては、全く未体験のはずです。

しかし、この二つの反省は、必須事項です。

あなたが、本当のことに目覚めゆくためには、この二つを抜きにしてはあり得ないことです。

本当のことを知らずに、生きて死んでいく人生なんて、人生ではないと言

えると思います。

だから、私の思いとしては、みんなに、「母親の反省」と「他力の反省」をしてほしいのです。

いいえ、今、この本を読んでくださっているあなただけでもいいのです。

今、何かをしたいとか、何かをしなければならぬとか、何をやっていいか迷っているならば、ぜひ、この二つの反省に、あなたのこれからの時間とエネルギーを費やしていただく。

ここで、再確認します。

「母親の反省」と「他力の反省」は、人生の中でやるべき大切な作業だと書きました。

なかなか手ごわい作業ですけど、焦らずに継続していただく。

焦らずに継続していれば、いつの日にか、「母親の反省」を通して、私達は、母の温もりを、心で感じていきます。必ず、そうなります。

いつかとか、そういうことを抜きにしてやっていけば、ふと気が付けば、随分優しくなっている自分自身を感じていかれると思います。

母の思い、それは、あなたの中でしつかりと息づいている波動だからです。「母親の反省」を重ねていくうちに、その波動の世界にあなたの心、意識は触れていくのです。

ここで思い出してください。

私達の本質は意識です。だから、そういうことになっていくというのは、何の不思議ありません。

どうぞ、母の温もりを、あなたの中に思い出し、本質を忘れ去ってきた自分の愚かさ、心から気付いていってください。

まずは、「母親の反省」です。

「母親の反省」にも増して難しい「他力の反省」を進めていくには、どうしても、「母親の反省」を通して知る母の温もりが必要なのです。

「母親の反省」が進んでいけば、「他力の反省」も進んでいきます。

「母親の反省」が、はかばかしくなければ、「他力の反省」も然りです。

言ってみれば、「母親の反省」が前輪ならば、「他力の反省」は後輪です。

両輪が回転して、初めて、車は前進します。さらに、スムーズに回転していけば、快適なドライブが楽しめます。

私達の本当の喜びと幸せは、まず、自分達がいったいどのような存在であるのかを知ることから始まります。

そして、それは、肉体という形を持っている自分を自分だとするところからは、決して、うかがい知れないことなのです。

私達は、そのような肉体というちっぽけな枠の中に収まっている存在などではありません。

この事実を心で知るために、あの人も、そして、この人も、これまでに転生、つまり、生まれて死んで、そして、また生まれて死んでということを、数え切れないほどしてきたのです。

しかし、数え切れない転生を体験してきても、今までどなたも、自分の世界から、肉体という枠を外すことはできなかったのです。

つまり、肉体を持つ自分から、自分を解き放つことはできませんでした。

別の表現をすれば、この地球上に、人間という生き物が出現したその瞬間から、これまでの歴史の中で、人間は、自らに目覚めることはなかったとい

うことになります。

人間は、肉体という形を持ったその時から、ずっと今に至るまで、その肉体を自分だとする立場から、延々と活動が続けてきたのです。

その結果は、あなたもご承知の通りです。

この地球上の至るところで、争いが起こっています。

平和を願い、人類の幸せと繁栄を願っても、根本を忘れ去り、間違ってきたから、なかなかその火種は消せません。

それは、神と金の戦いと言えるでしょう。

なぜ、人間は、神と金で血みどろな戦いを繰り返して行くのでしょうか。

それは、人間は、自分達の本当の姿を知らずに、貪欲に生きてきたからです。

人間は、それぞれに、形ある自分を自分だと思って、その形ある自分達の栄耀栄華を求めているこうとします。

神と金、その両方のパワーを得て君臨しようとする思いは、真つ黒なエネルギーとなつて、自らに返ってくることに気が付かずにきたのが、他ならぬ私達人間だったのです。

私は、そんな大それたことは思つたことがない。

私は、私と私の家族が幸せで安泰であれば、それでいい。

そんなささやかなことを願う私のいったい何が、どのように間違っているのか。

そう思っているあなた、確かに、今は、ささやかな生活を楽しむ一庶民かもしれません。

しかし、そのあなたの心の奥深くに眠る意識の世界を、あなた自身が知つてごらんなさい。凄いですよ。

あなたは、自分を知っているようで、全く知らないから、そういうことが言えるのです。

だから、あなたが、今、時間に余裕があつて、蓄えもある程度あつて、まだ身体も元気ならば、それは、願ってもないことなのです。

そんなあなたにとって、第二の人生は、あなた自身を知っていくラストチャンスだと、私は、位置付けています。

「母親の反省」と「他力の反省」に、ぜひ取り組んでいってください。

5. 本当の生き方

— 自分を知っていただく —

人生とは何だろうか、訊ねられた時、あなたは、どのように答えますか。
私は、人生とは、自分が自分に与えた時間だと思っています。

そして、その時間の中で、できる限り自分を知っていくことが、本当に生きることだと思っています。

では、自分を知っていくとは、どういうことでしょうか。

自分の何を知っていきばいいのでしょうか。

それは、いかに間違った自分だったかを知っていくこと、そして、その間違ってきた自分の心の世界を知っていくことです。

間違ってきた自分の心の世界と一口に言っても、どういうことが間違なのか、今の段階では分からないかもしれませんが、私達は、みんな間違ってきたことは、確かなことなのです。

だから、あなたは、生まれてきて、今そこにいるのです。

生まれてくるといことは、そういうことです。

自分の間違いを修正するために、この世に出てくるのです。

そこで、まず、自分を知っていくために、必要なものがあります。人です。自分以外の人間です。

だから、私達は、自分を知っていくために、何らかの仕事に就いて、社会と繋がり、人と繋がっていきます。

あるいは、家庭を作り、家族を持ちます。

そうして、人との繋がりから、そして、その人達との間で起こる様々な出来事から、自分の心に出てくる色々な思いを感じるといふか、知っていくことが、自分を知っていくことになっていきます。

しかし、殆どの人は、自分を知っていくために生まれてきたとは思っていないから、当然、仕事や家族というものを、正しくとらえられないのです。

仕事や家族に執着していく思いは、その最たるものです。

それらは、自分を知っていくためにあるものなのに、そこに填^はまっていくというか、とらわれていくというか、仕事や家族そのものに、エネルギーを注いでいってしまうのです。

そうやって、大切な自分に与えた時間を費やしていつてしまいます。

自分が自分に与えた時間、この肉体があるその時間には、制限があります。

無制限ではありません。限られています。

ぜひ、大切にしていってください。

あなたの周りにいる人達や、周りで起こる出来事から、自分の心に出てくる思いを拾っていけば、いかに自分が形というものにとらわれてきたかが、はつきりと分かってくると思います。

形にとらわれ、形を本物とする思いが、いかに強くて、そして、それこそが自分の苦しみ of 大本であることが、分かってくると思います。

誰しも、幸せで健康的で、明るく楽しい人生の時間を刻みたいと願っているでしょう。

現実には、なかなかそうはいかずに、四苦八苦しているかもしれませんが、形を本物とする思いが間違っていたことに気付いていけば、何も悪戦苦闘することなく、幸せも喜びも、すでに、自分の手の中にあつたことに、気付い

ていけるはずなのです。

少し怖い話をします。しかし、現実です。

しっかりと生きてきました。一生懸命に生きてきました。私の人生は幸せな人生でした。そう言って死んでいく人達に意識を向ける時、とても、とてもそんなところではないという話です。

大変苦しい中から生まれてきたことを、生まれた途端に忘れ去っていくのが私達です。

そして、殆どの人が、自分がもともと間違ってきたことにも、もともと苦しかったことにも気付かずに、だから当然、その修正もなく死んでいきます。私達には、これまでに転生を重ねてきた結果、自分の意識の中に作ってき

た暗闇があります。

暗闇は、いわば、自分の本質を知らずに苦しみ喘いできた過去の自分です。何度も言いますが、私達は何のために生まれてくるのでしょうか。

私達は、苦しいから生まれてくるのです。

自分を修正したいから生まれてくるのです。

だから、暗闇の中で苦しみ喘いできた自分に、何もしてやれなくて、死んでいくことは、自分にとっても冷たいことなのです。

自分の心を真実の方向に向けることを一切せずに、またそういうことを、全く知らずに肉体を終えていく人生、これほど、不幸せな人生はありません。それでも、幸せだったと死んでいく現実には、私は何とも言えない思いを感じています。

6. 本当の生き方

—自らに優しさを注いでください—

人間を形あるものとしてとらえるところから、形のないものとしてとらえるところへ、あなたの目線を移してみて、先頃、不世出と評されたスーパースターが、突然の死を迎えたという報道を思い起こしてみてください。

メディアは、それを一斉に伝えました。

あなたは、この報道に触れた時に、どのように感じられましたか。

そして、今、あなたの目線を変えて、このことを思い返した時、どのように感じられますか。

そこには、あなたの視覚や聴覚で感じ知り得る世界と、映像や音声とは関係なく、あなたの心に響いてくる世界がありませんか。

確かに、彼は、その世界においては、不世出と言われるほど、才能に恵まれていたかもしれません。いいえ、そうだったのでしょうか。

才能に恵まれ、望めば何でも自分の元に届けられる、そんな生活の中で、では、心の世界はどうだったのでしょうか。

大好きな歌やダンスで、心を本当に癒していたのでしょうか。

自らをマシンだと言ってきた心の中は、おそらく、誰にも推し量ることはできなかったでしょう。

莫大な財産を残したまま、この世を突然去ったことにより、様々な波紋を投げかける結果となりました。

私は、突然の死ではないと思っています。それは、起こるべくして起こった出来事でした。

彼は多分、自分で自分を殺したのだと思います。自殺ではありませんが、自分の思いが自分を追い詰めていったと、私は思っています。

浴びるように飲む薬、お酒、そうやって、彼は、何とか身体を持ちこたえてきたのではないのでしょうか。

肉体細胞は、すでにボロボロのようでした。どれだけの妙薬があっても、また、どれだけ名医が専属にいても、彼は、遅かれ早かれ、自分の息の根を、自分で止めていくしかなかったのです。

それは、彼の意識の世界を思いやれば、感じられることです。

あなたの心には、そう響いてきませんか。

仮に、彼が、自らに目覚めることがあったならば、肉体を酷使してまでも、自らを追い詰めていかざるを得なかった心の苦しさを知ることができたでしょう。

そして、もっと自分に優しく接していくことができたと思います。当然、それが自分の生き方にも反映されていったはずです。

残念ながら、彼は、その環境の中で十分に学ぶことなく、この世を去っていったのです。

しかし、彼の肉体、つまり、形として認識できる彼の存在は、もうこの世にはないけれど、彼の意識の世界、心の世界、つまり、形として認識できない彼は、厳然として存在しています。

肉体が消滅しても、決して消滅しないものがあります。それが、意識の世界です。

私達は、人間は、意識として、肉体云々に関わらずに、ずっと存在し続けることを学ぶために、今、色々な場所で、色々な境遇で、奮闘努力をしているのです。

彼も、もちろん、その一人に過ぎませんでした。

その学びの場を、もっと大切にしてほしかったと私は思います。

自らの心の叫びを知り、その自分に限りない優しさを注いでいくことができたならば、いいえ、本当は、彼もまた、そのことを切望していたのではないのでしょうか。

7. 本当の生き方

— 心に巣食う闇とともに —

人間はみんな、自分の人生を、生まれてから死ぬまでと考え、その時間の中で、いかに生きていくかを模索しています。

真剣に生きることを考え、人生とは何か、そして、自分とは何かをテーマに、絶えず、何かに挑戦している人もあるでしょう。

絶えず、自分にハードルを課して、そのハードルを飛び越えることを目標に、日々、前向きに、澆刺^{はつら}として、時を楽しく刻んでいく人もあります。

こういった人達は、一般的に言えば優等生です。

しかし、世の中は、そのような人達ばかりではありません。

もっと自堕落に、場当たり的に生活をしている人も結構多いし、おもしろおかしく、その時、その時を過ごしている人達も多いでしょう。

また、家族にも仕事にも恵まれず、何をやってもうまくいかず、まるで、坂道を転がるように、どこまでも落ちていく人生だつてあります。その中には、同じ落ちるならば、自分だけではなくて、道連れを探す人もいます。

そういうえば、自分の人生の転落に、人の人生をも巻き込んでいく人間が、昨今、際立つて多いと思いませんか。

自分に社会に、そして、何もかもに嫌気が差し、どうせ破滅するならば、諸共にということでしょう。

そして、一思いに自分を消滅させたいと叫ぶのです。
ひとおも

また、一方では、そういう輩のあまりにも傍若無人やから ほうじゃくふじんというか、自己中心的

な行動に、落ちるならば一人で落ちろ、死ぬならば一人で死ねと、口にこそ出さないけれど、人々の心は、一斉に、そう叫んでいるような感じでした。

そのようなことを感じさせる事件が、最近、多くなっています。

今は、そんな時代です。人間の心の中に沸き起こるどす黒いエネルギーは、これから、ますますはつきりとその形を現してきます。

事故、事件、犯罪、あらゆる方向から、私達に提示されていきます。それは、誰も、自分の心の中の叫びを知らないからです。

人生に失望して、自暴自棄になる人達はもちろん、その人達の様子を外から眺めている人達も、自分の心の世界、意識の世界を思いやることがなければ、冷たい人間ばかりが、ウヨウヨいる社会になっていきます。

その心からどんな攻撃、破壊、戦いのエネルギーが流れ出していくのです。

その結果、社会のあちらこちらから、色々な問題が噴き出してくるのです。そして、どのような場合においても、ただ、その対処に躍起になって、その問題の根本の解消に至らないから、ひとつの事が沈静すれば、またどこかで似たような現象が起きる、この繰り返しです。

今、このような社会情勢を背景にして、先行きの見えない不安感が、人々の心の中に大きくなっています。

その中で、何に喜びを、何に生きがいを、何に夢を持てばいいのか分からずに、刹那的せつなてきに生きていく人も多いでしょう。

小説の世界に、ゲームの世界に、言うなれば、仮想現実の中に自分を埋没させたい思いが、人々の心の中に膨らんでいつでもおかしくはないと思います。

現実逃避です。

お酒を飲んで、麻薬を吸って、現実の自分から目を背けていつてしまうのです。

そうやって、現実か夢か分からない中を彷徨^{さまよ}っていきます。

自分一人の世界に埋没している間は、まだいいでしょう。

そのうちに、その心の中に、ずっと闇が入ってくるのです。

そして、自分の中の闇の声に、思いがどんどん向いていきます。

その声をどんどん聞いていくのです。

死ねと言ってくれば、自分を殺します。

殺せと聞こえてきたならば、見知らぬ人でも、いとも簡単に殺します。

もちろん、そこに至る事情は、外から見れば様々です。

生い立ち、境遇など色々な要素が絡まって、自殺をしたり、人を殺傷した

りしてしまったということで、一応の説明が付くかもしれませんが。

しかし、そういうものは、ただ単なる条件であつて、自分の中の闇の声に、肉体が従つていっただけのことです。

つまり、自分自身にすべての原因がありました。

しかし、それを知らずにきたから、ストップさせることができないのです。みんな、本当のことを知らずに生きてきたからです。

闇の声とは、いったい何だと思いますか。

本人も、そして、周りの人達も、その闇の声の実体を知りません。

ただ操られているとか、何か得体の知れないものと思つているかもしれませんが、
せん。

狂っている。そう、それは、確かに狂っている意識です。

しかし、狂つていると言え、本当のことを知らずに生きていることが、

もうすでに狂っていることなのです。

そういえば、何か思い当たることがあるでしょう。

事件が発生して、犯人を捕まえてみれば、あんなおとなしそうな人が、何でこんな事件を起こしてしまったのか、信じられないと、皆さん、よく言うじゃないですか。

心の奥底に巣食うエネルギーを、しっかりと確認することを怠ってきた結果です。

火種は、すべての人の心の中にあります。

引火する条件さえ整えば、いつでも発火、そして、爆発するのです。

最近の事件は、そのことをはつきりと示しています。

だから、動機の説明はできません。

起こるべくして起こってくるということです。

心に巢食う闇とともに、また、あなたは奈落の底に落ちていきますか。

それとも、その闇の声を、しっかりと受け止めて、落ちていくことにブレーキをかけますか。

8. 本当の生き方

— 限らない時間に思いを馳せて考える —

生まれてきた人間は、必ず死んでいきます。

あなたも、これから何年か、何十年かすれば、必ず死んでいきます。

しかし、それで終わりではありません。

あなたは、間違いなく、これから、また生まれてくるのです。

そして、その間の時間は、すべてあなたのもの、あなたの時間だと記しました。

これから死んでいくまでの時間だけが、あなたの時間ではなくて、死んで、また生まれて、そして、死んでということを繰り返していく時間の中で、あ

あなたは、途絶えることなく、流れているのです。

それを前提にして、まず、あなたが今から死んでいくまでの時間のことを考えてほしい、考えてください。

人間の誕生も死も、連続している時間の流れの中の点に過ぎないという事実が、あなたの心で感じられたならば、これからのあなたの生き方が、自然に変わってくるだろうと、私は、思います。

あなたの今の肉体は、いつかは何らかの理由で朽ち果てていくけれど、あなた自身は、何の変わりもなく、そこに存在しています。

つまり、私達人間の本当の姿は、今、目の前にある形を成しているものではないことを、私は、重ねて強調します。

では、自分達の今のこの肉体は何なのか。

これが自分でないとするならば、自分はどこにいるのか。

今、話をしたり、話を聞いたり、物を見たり、物に触れたりして感じているこの私は、いったい何なのか。

色々なことを考えてください。色々なことを思ってください。

本当に今、目の前にある自分を振り返ってください。

笑ったり、泣いたり、怒ったり、色々なことをしているけれど、その自分って何だろうかと。

そして、自分の時間ということについても、考えてみてください。本書の最初のほうでも記しましたが、ここでもう一度、あなたの時間について、思

いを馳せていってください。

一秒、一分、一時間、今日、そして明日、来週、来月、一年後、時間は刻々と過ぎていきます。

その過ぎ去っていく時の流れの中で、自分というものを思う時、あなたの心に過ぎる思いとは、どのような思いでしょうか。

時は移ろい、周りの風景は変わるけれど、そして、それとともに、自らの肉体も衰えていくけれど、それとは関係がなく、この世には、決して消えない、変わらない何かがある。そう感じられたならば、しめたものです。

そうです。その決して消えない、そして、変わらない何かの中に、あなた

は存在しているのです。

だから、あなたには、限らない時間と限らない空間があるのです。

生まれてくると、死んでいくことは、あなたの中の点です。

永遠と続いていく時間の中で、あなたは生まれてくる（肉体を用意する）ことと、そして、死んでいく（肉体を捨てる）ことを繰り返してきたのです。

あなたは、生まれてくると、死んでいくことによって、途切れるのではないのです。

あなたは、死んでもからまずと続いていつて、そして、ある時点でまた生まれてきます。

自分は限らない時間の中にあるという感覚が、自分の中でつかめたなら、きつと何かしら、あなたの感じ方が違ってくると思います。

例えば、生まれてくるということは、肉体を持つということだから、以前とは違った顔形となつて、自分は、どこかの国に現れてくる。

そして、死ぬまでの間に、色々な出来事や色々な人との出会いがある。

その繰り返しをしてきた。

そういうふうに思つて、今を振り返れば、何か見方が違つてきませんか。

今現在の仕事に生き、仕事に賭け、あるいは家族のために献身してきたことについて、自分の中で、これまでとは何か少し、感じ方が違つてくるのではないだろうか。

自分は、今の仕事、今の家族、その他、今の何々だけを考えてきたけれど、どうも、そこだけにこだわるのは、あまりいただけないことかもしれない。今の仕事や家族だけをとらえて、こだわっていくこと自体が、何かおかしいと感じてくるかもしれません。

そして、自分が今だけを見つめて、そこに思いを集中させていることが間違っていたとは思えなくても、少なくとも、それだけでは何か違ってはいるような、何か、自分の中で釈然としないものが感じられれば、それでいいのです。何か人生の目的というか、何のために生まれてきたのかということに対して、自分の中に迷いや、疑問が起こってくるのは、いい傾向だと思います。

第二章

1. 私も第二の人生のスタートをします

さて、ここまで、いわゆる第二の人生の時期に差し掛かっている人達を念頭において、ページを進めてきました。

意気揚々と第二の人生の一步を歩み出せる人は、見様によっては、幸せな人と言えます。

一応、自分では、何らかの形で、これまでの人生の区切りを付けて、そして、その次を考えているのだから、おそらく、体力も気力も、そして経済的にも、余裕があるでしょう。

そういう人、そういう条件が整っている人こそ、本当の意味の第二の人生を堪能していったなら、おそらく、自分の人生の締めくくりとしては、最高

のものになるだろうと、私は思うのです。

そのような思いから、これまで綴ってきました。

もちろん、この内容は、本来は、一部の人達に限定されるべきものではありません。

というのも、私達人間が生まれてきて、本当は何をしていかなければならないかと言えば、それは、自分の修正以外に、何もないからです。

生まれ落ちたところがどんなところでも、そして、どんな肉体を持って生まれてきても、またそれから、どんな人生が展開しようとも、私達がしなければならぬことは、自分の修正なんです。

それは、老いも若きも男も女も、みんなです。

人種、民族、国籍を問いません。

この世に生を受けた人間は、みんながみんな、自分の修正に取り組み、そして、本来あるべき姿に戻っていく道筋を、見つけなければならないのです。しかし、私達人間は、そんなことは全く頓着せずに、これまで、それぞれの生活を続けてきました。

それは、取りも直さず、自分達の姿を見誤ってきたからです。

もちろん、私も、全く間違つて自分をとらえてきました。

自分のことを、全く知らなかったのに、自分のことは自分が一番よく分かっている、偉そうに生きてきました。

私は、あるようでないような心の世界などには、殆ど興味がありませんでした。

それよりも、この目で見て、触れて、確認できるもの、確認できること、

それらを重視してきました。

まさに、私は、形のある世界に価値を求めてきた人間でした。

喜びも幸せも、形で示されてこそ、感じられるものだとしてきたのです。

そんな私が、ようやく、自分の間違いに気づき、本当の私が求めてきたことが何だったのかを、心で知りました。

自分の目に映る風景は同じでも、私の心に映る風景が、全く違っているのです。

そして、今、私は、五十歳。決して若くはありません。

半世紀を、この肉体とともに過ごしてまいりました。

その中で、波乱万丈の時を経験してきたとは、とても言えません。

私は、戦争を知らない世代です。

しかし、私にも、これまでに、いくつかの転機がありました。

決して、順風満帆じゆんぷうまんぱんの時間を過ごしてきたわけではありません。

そんな私が、悩み、迷い、苦しみながら、ここまでやってくることができたのは、本書の前半で記したように、私自身もまた、「母親の反省」と「他力の反省」を通して、必死で、自分を見つめてきたからです。

そして、この肉体とともに、自分の世界を見つめていくことが、私がすべき仕事なのだとすることを、私は、知ったのです。

今は、自分の心の向け先を、絶えず確認しながら、本当に私がすべきこと、すなわち、意識の世界の修正を可能な限りして、この肉体を置いていこうと思っています。

そのような思いを改めて確認した今が、私にとっての第二の人生のスタートと言えるでしょう。

そして、今より、私の肉体を終える時まで、しっかりと心の管理をしていくことが、私の第二の人生の仕事です。

先行き不透明な時代が、これからも続いていきます。

時代の流れに翻弄ほんろうされることのない自分の行く末が、しっかりと感じられる今、そして、その方向へ真っ直ぐに進んでいっている今を感じる時、私は、大変強い決意をして生まれてきたことを感じずにはられません。

「母親の反省」と「他力の反省」によって、自分を見つめていく過程の中で、私は、そのことを、幾度となく確認してきたことが、思い起こされます。

その決意とは、真実とは何かを、何としてでも知っていくことでした。

言い換えれば、私は、私の意識は、本当にどうしようもないところまで落ちて沈んでいたということです。

暗黒の中で、苦しみ喘いできた意識は、今世という時間に自分の存亡を賭けてきたのです。

その意識の世界を背景に、私は、今の肉体を母からいただきました。

温もりに徹底抗戦する背景を抱えて、そのような意識とともに生まれてきた私です。

母の意識に対して、歯向かい、反逆するエネルギーは、半端ではありませんでした。

もつとも、今、このように記したところで、何が何やら分からないかもしれませんので、この続きは、またの機会に譲ることとして、話を戻します。

この世に生を受けた人達は、全員、自分の修正に取り組まなければならないというところまで、話を戻します。

1. 私も第二の人生のスタートをします

自分の修正と言ってみても、漠然としています。
そこで、

1. 何を修正するのか。
2. どのように修正するのか。
3. なぜ、修正しなければならないのか。

この三点に絞って、これから私の思いを綴ります。

2. 自分の修正

—何を修正するのか—

再確認です。

この世に生を受けた人達は、全員、自分の修正に取り組まなければならない。そして、それが私達の本当のすべき仕事です。

くしなければならぬ、くすべきだ、という文章表現だから、強制的な感じを受けるかもしれません。

しかし、本来は、あなたの自由です。

やりなさいと強制しているわけではなく、やってくださいとお願ひしてい

るわけでもありません。

ただ、第一章を、真面目に読んでくだされば、なるほどそうだなあ、そうしていくことがベストかもしれない、というくらいには、なっておられるのではないかと思います。

そこで、第二章では、もう少し、核心部分に触れていこうと思います。

まず、自分の修正ということで、自分の何を修正するのかという点です。

私達には、それぞれに癖があります。

それは、「なくて七癖、あつて四十八癖」という諺ことわざにあるような癖ではなくて、心癖です。言ってみれば、自分の思い癖です。

私達の心は、外に向く習性があります。

これも大きな修正すべき癖ですが、その外からの情報に、心は、クルクル動き、コロコロ変わります。

その時々動き、変わる心から出る思いは、同じ情報を受けても、人によって違います。

また動き、そして、変わる度合い、頻度も違います。

同じものを見たり、聞いたりしても、全く同じ思いを出しているとは限らないし、その思いの強弱も違うはずです。

それぞれの心癖、思い癖が違うからです。

その心癖、思い癖の修正に努めるのです。

しかし、自分の心癖、思い癖には、どんなものがあって、その中でも、ど

の癖が強いのかということの確認がなければ、修正もままならないのです。だから、一番大きな心癖、しかも、誰にも共通な心癖、心が外に向くという癖です。

この修正に、まず、どなたも取り組んでいってください。癖ですから、しつこいです。何度も、何度も失敗します。

それでも、いつも、自分の心の向け先を確認していく習慣を付けていけば、外に向きかけても、中へ向こうとするその時間は短縮していくと思います。

まず、心を外に向ける癖の修正に取り組み、そして、さらに、心を中へ向けていけば、自分の心癖、思い癖は、簡単に分かります。

ただ、しつこいのが癖と言うのなら、気付かないから癖とも言えるようです。

気付かない癖、これはやっかいですね。

気付かないというのは、自分の心が上がってくる思いを見ていないか、確認しているが、それが何で間違っているのか分からないかの、どちらかです。後者の場合、重症だから、じつくりと時間をかけて、自分を治療していく必要があります。

その治療方法は、あとのページに譲るとして、それぞれに自分の心癖、思い癖を確認して、そのひとつでも、ふたつでも、緩めていくというか、弱めていくようにしていけばいいのです。

あなたが、お母さんから生まれて間もないまだゼロ歳の頃、あなたの心の中には、何もありませんでした。

ただ、お母さんの胸の中に抱かれ、お母さんだけを見つめていたあなたは、

自分のすべてを、お母さんに託することができたのです。

それが、ただあなたの幸せだった。

お母さんと自分を繋ぐ喜びの中で安らぐあなたの心の中は、静かでした。何のざわめきも淀みもなく、穏やかな空間が広がっていました。

今、あなたの心の中にある、ざわめきや淀みの思いを聞いてあげてください。あなたの心癖、思い癖として、凝り固まっているかもしれません。

その苦しさは、人を通して教えてくれます。出来事を通して教えてくれます。凝り固まっている苦しさを、教えてくれているんです。

心癖、思い癖を少しでも緩めていけば、それだけあなたの心は解きほぐされて、楽になっていきます。

頑固にせき止めてあった部分が少し崩れて、あなたの中が、少しスムーズ

に流れていけば、その流れは、やがて、凝り固まっているその他の部分にも、浸透していくでしょう。

3. 自分の修正

—どのように修正するか—

心癖、思い癖を少しでも緩めていけば、それだけあなたの心は解きほぐされて、楽になっていきます。

それは確かにそうなんです。

しかし、なかなかそうはできないのです。それは癖だからと言ってしまえば、そうですけれど、それを、やはり、何とかしてみましよう。

心癖、思い癖の修正に取り掛かる前に、確認です。

あなたは、日常生活のリズムをきちんと整えていますか。

早寝早起きの励行と、暴飲暴食は避ける、少なくとも、この二つは心掛けて、日常生活のリズムを整えてください。

というのも、「母親の反省」にしても、「他力の反省」にしても、そして、これから出てくる最も大切な作業、「瞑想」ということにしても、体力と気力が必要とする作業だからです。

私は、生活のリズムの狂いは、意識の世界の狂いだと思っています。

もともと、私達の意識の世界は、狂っている状態です。

しかし、狂っている状態であるとしつかりと確認して、その状態から、少しでも脱出していこうと、今、私達は、ここに存在しているのです。

私達人間が持っている肉体という機能には、様々な欲求が伴います。しかし、同時に、人間は、理性というものも、兼ね備えています。

その上、現代人は、それ相應の教育を受けていますから、狂っている意識の世界が、肉体の要求するままに表面化していくことは、幾分セーブされています。

水面下では、活発な動きがあつても、それが、表面化して、エスカレートしていくには、猶予があるのです。

しかし、生活のリズムの狂いにまで反映されてきた意識の世界の狂いは、いつ表面化してもおかしくないのです。

生活のリズムが崩れ出していくということは、狂った意識の世界の暴発までに、カウントダウンの状態です。

そうなれば、自分の心を見て、自分を修正していくことは、かなり難しいです。

だから、決して、自分も他人^{ひとごと}事ではなくて、狂った意識の世界の暴発に、

自分で待ったをかけるつもりで、まず、自分の肉体の管理をすることが、必要です。

つまり、生活のリズムを整えて、その中でしつかりと、今度は、本当に文字通り、自分の管理をするようにしましょう。

ということで、生活のリズムを整えることは、大変大切なことだという確認をしてください。

さて、自分の修正をどのように進めていくのかということです。

それは、第一章で記した通り、まず、「母親の反省」と、「他力の反省」を、実践することです。

「母親の反省」については、第一章で、ある程度、記しましたので、ここでは、

「他力の反省」について、もう少し語ってみたいと思います。

あなたが、特に心を向けてきた、あるいは向けている宗教団体、組織等がなくても、占いやまじない等に興味がなくても、あなたの意識の世界には、他力という意識の世界が根付いているのです。

他力信仰というのは、お寺や神社に詣でて、手を合わせたり、鐘を鳴らして祈ったり願ったりすることとか、あるいは、もっと過激に、山を駆け巡り、滝に打たれ、一心不乱に行をすることだと、一般には、解釈されています。

先祖の墓や仏壇に手を合わせ、先祖供養をすることも、他力信仰です。

仮に、そういうことを、これまで一切したことがない人であっても、その人の意識の世界には、他力の心、他力の世界が、しっかりと根付いていると言ってもいいくらい、私達人間は、転生を重ねる度に、他力の世界を上塗りしてきました。

それが、私達人間の歴史です。

他力の世界が、私達の意識の世界を覆い尽くしてきたと言っても、決して大げさなことではないほど、それほど、私達は、自分の本質を忘れ去って、長く、長く、存在してきたのです。

ましてや、今の人生の中で、宗教団体等に入って活動をしてこられた人、その中で、修行、座禅、瞑想等をしてきた人、宗教書等を読み漁^{あさ}ってきた人、能力開発、気功等のパワーの世界を体験してきた人、それは、それは、大変です。

それらを欲してきた心の世界、意識の世界には、どれだけの欲が渦巻いているか、本当に、心が敏感であれば、そのほうに意識を向けていけば、あなたの肉体細胞など、木っ端微塵に吹っ飛んでいくことが、如実に感じられる

は
ず
で
す。

それだけのエネルギーを、自分は溜め込んでいる。まずは、そこに、どれだけ気付いていくことができるかです。

このことは、本当に各自が、「他力の反省」を通して、自分の心で気付いていかなければならないことです。

自分達が心に作ってきた他力の世界の崩壊、それを引き起こしていくのが、「母親の反省」を通して知る母の温もりだということは、第一章でも記しました。

その通りです。

母の温もりが分からなければ、「他力の反省」は、前に進みません。

むしろ、自分の心の中に、疑惑の思いが生じてきます。

そうなれば、自分の修正どころではありません。

しかし、たとえ、そうであっても、その時にこそ、しっかりと、自分の心を見ていってください。

トコトン苦しんでください。トコトン悩み、迷ってください。

そんなに簡単な作業ではないということを、自分に言い聞かせて、再度、挑戦してください。

そして、実は、千載一遇のチャンスが巡ってきたと、あなたの中の狂った意識は、大喜びで大騒ぎしていることに、早く、気付いていってください。

これは、本当です。

苦しみ喘いできたからこそ、一筋の優しさ、微かな温もりに触れたならば、

もう、それは、上を下への大騒ぎです。

だから、あなたの中で、色々と言ってくるだけなのです。

まるで、それは、喜びをどのように表していいか分からない駄々っ子のようです。

と、このように、あなたが心で受け止めていくことができるようになるには、一も二もなく、「母親の反省」を通して、母の温もりに出会うことなのです。

そして、「母親の反省」と「他力の反省」の両輪をうまく回転させて、自分の修正にエネルギーを注いでいけば、遠くに忘れ去った本当の自分との出会いが叶います。

本当の自分との出会いが実現すれば、人生は喜びということが、分かります。人生は、荒波、苦難の道ではなくて、快適なドライブを楽しむことができます。喜びの時間だと、心に実感します。

4. 自分の修正

—なぜ、修正しなければならないのか—

自分の修正に取り組むのは、あくまであなたの自由です。基本はそうです。現に、自分が、なぜ、何のために生まれてきたのか、本当の理由を知らない人は、世の中にごまんといます。

殆どの人は、人生は一度切りと思っ生きています。

一度切りの人生だから、頑張るのです。

一度切りの人生だから、楽しく、幸せに、そして、自由に生きてみたいということです。

だから、人生色々で、幸せ、喜びも色々なんです。

そんな中で、あなたは、幸か不幸か、「本当にそうでしょうか」という呼びかけに、今、触れています。

そして、実はそうではないんですよ、と言われてるんです。

実際、今はまだ、あなたには、それはただ単なる呼びかけかもしれません。しかし、触れた以上、呼びかけに応じる、応じないは、あなたの自由だとは言えないようになってくると、私は思っています。

あなたも、いずれ、自分が、その呼びかけに応じざるを得ない「意識の流れ」の中にあることを感じていくと言えるからです。

今、「意識の流れ」という言葉が唐突に出てきました。

ここで言う流れというのは、「時代の流れの中で人の価値観も変わる」というふうに引用される流れではなくて、いいえ、その流れも含めたもつと大

きな「流れ」だと思ってください。

その大きな流れは、先行き不透明な時代に、これからますます翻弄ほんろうされていく私達人間をみんな、その中に取り入れて、そして、ゆったりと流れていきます。

ゆつたりと、しかも大きく流れる「意識の流れ」に逆流することなど、本来不可能なことです。

しかし、人間は、今も、そしてこれからも、悠然と流れる流れに、まだまだ逆流する生き方を選択していきます。

ゆつたりと大きく流れる「意識の流れ」の存在に、なかなか気付けないのです。あなたもまた、今はまだ、その中のお一人かもしれません。

ただ、私は、その中から、これから、この日本の国や世界各地で起こってくる様々な出来事や、自分の身の回りで起こってくる様々な出来事を通して、

自分達人間には計り知れない何かを感じていく人達が、ポツリ、ポツリと出現してくるを感じています。

その何かとは、神とか仏とか、何とかのパワーといったものではないと、気付いていくのです。

その気付きが、やがて、声となり、行動となっていくきます。

しかし、それには、まだもう少し時間を必要とするでしょう。

ゆったりと大きく流れる「意識の流れ」の存在が、私達人間の中に浸透していくには、もう少し時間を要します。

少し、話がそれていきましたが、自分の修正に取り組まなければならない理由など、実は、本当はありません。

ただ、あるのは、今、記した「意識の流れ」です。

「意識の流れ」の中にある私達人間は、自らの修正に取り組まざるを得ない状況に、自らを導いていくのです。

つまり、取り組まなければならないというよりも、取り組まざるを得ないのです。

そういう事態になるのは、必至のことだから、それならば、この呼びかけに触れた人達には、これは、単なる呼びかけではありません、遅かれ早かれ、自分自身の修正に取り組むようになっていきますと、逸速いちはやく伝えているのです。

しかも、その実践は、なかなか拂はからないことも承知の上で、やっていくってくださいと言っています。

しかしながら、

【自分は、何のために生まれてきたのか。

自分の修正に取り組むために生まれてきた。】

明確な目的意識を持って、これから死んでいくまでの間の時を刻んでいく人達は、おそらく、「意識の流れ」の中にある自分であることを微かに感じながら、そして、たとえ微かでも、そういうことを感じられることが幸せであり、喜びだとしみじみ思いながら、人生の幕引きができるでしょう。

たとえ、ひっそりと静かに息を引き取っていても、単なる孤独死とは違います。

生まれてきた意味を知って、そして、死んでいくことができたなら、誰かに看取られて死んでいても、そうでなくても、いいのです。

ただ自分は幸せの中にあつた、喜びの中にあつた、自分を見つめていくことができた時間にありがとう、静かにそう思えたなら、と私は思います。

何を、どのようにして、修正をしていくのかということを、自分の本来するべき仕事としてとらえ、そこにエネルギーを費やしていくことができる時間を持てるほど、幸せなことではないのです。

そして、その時間が、これからの自分にとって、必ず貴重な時間となっていくことを、死ぬまでに、自分の中で確信ができたならば、それはベストです。しかし、これは、難しいかもしれません。

だから、せめて、あなたの心の片隅に、留め置いていただければと思います。

以上、人生も折り返し点を過ぎて、さて、これから、どのような生き方をするのか、時間の過ごし方をしようかと思っている人達に向けて、私は、自分の思うところを綴ってきました。

自分の本当の姿を知ることが、人生の最大の目的であること。

そして、それには、「母親の反省」と「他力の反省」を通して、自分の中に蓄えてきた暗い思いを確認していくこと。

確認したら、その修正に全力を注ぐこと。

そうしていけば、本当の喜びや、本当の幸せとは、どういうものであるのか、自分の心で分かってくるようになる。

そういったことを中心に、話を進めてきました。

確かにそうです。人生の目的は、自分の本当の姿を知る以外にはないし、このような手順でやっていけば、どなたも、気が付けば、自分の本当に歩いていく道筋が、何かしら感じるというか、響いてきて、しみじみ嬉しさを集感していくと思います。

その嬉しさは、おそらく、あなたが今まで味わったことのないような安らぎを伴ってくると思います。

しかし、実は、この手順には、あとひとつ大切なものを加えて完成なのです。自分の暗くて間違ってきた思いを確認していき、修正する方向に、進んでいくにしても、それだけでは詰めが甘い状態です。

そこで、手順の最後の詰めとして、また、それは同時に、本書の核心部分にもなりますが、【瞑想】、しかも、【正しい瞑想】ということについて、綴っていききたいと思います。

その前に、本書の内容を、図式化するところになります。

この図式をまずは、あなたの頭に入れてください。

私達は、なぜ生まれてくるのか。

←

自分に目覚めるために生まれてくる。

←

自分に目覚めるとは、どういうことか。

←

本当の自分を知ることだ。

←

本当の自分とは何か。

←

意識、永遠の命、エネルギーだ。

結論。

【私は心です。私は思いです。そして、私達人間の本質は意識です。】

この図式は、UTAブックさんから出版されている、意識の流れシリーズに、共通です。

よろしければ、意識の流れシリーズの他の書籍も、読んでみてください。

それでは、第三章に移ります。

第三章

1. 人生の前半部分の後始末を……

人間は誰しも、いつか、どこかで、自分の間違いに気付くチャンスを用意しています。

自分の間違いとは、道義的な間違いというのではなく、自分を知らずにきたことを言います。

自分を知らずに、つまり、自分が流し続けてきたエネルギーに頓着せずに、ただ目先のことばかりにとらわれて、そこだけに執心して生きてきた間違いは、いつか、どこかで正していかなければならない。いいえ、正していくようになっています。

自分達の本質である意識、エネルギーと、自分達がこれまでに流し続けてきたエネルギーの差異は、大きいです。

大きな隔たりであればあるほど、苦しみという形で、目の前に現象化されていきます。

大きく隔たっているからこそ、色々な人達や、周りの様々な出来事が伝えてくれるのです。

あなたが流し続けてきたエネルギーを知ってくださいと。

オギヤーと生まれて、物心がついて、そして、ある程度の年齢に達し、ある程度の生活を確保するまでは、みんなそれぞれの立場で、一生懸命に頑張ると思います。一般的にはそうです。

中には、ガムシヤラに生きてきた人だつてあるはずですよ。

その時に使ったエネルギーは、凄いでしょ。

人が生きていくためには、生活をしていくためには、そうです、凄いエネルギーを消費していくのです。

人生の前半、いわゆる第一の人生においては、それは、仕方がないことだと思います。

エネルギーを出すことに必死で、そのエネルギーを検証する余裕などなくて当たり前です。

むしろ、人の一生の中には、そのような時期がなくてはならないと思います。一昔前に言われた無気力、無関心、無責任を決め込んで、何もしないからエネルギーを出していないのかと言えば、決してそうではなくて、得てして、そのような人達は、中にエネルギーを溜め込んでしまつて、ある時、あるきっかけで、それが飛び出していきます。

それよりも、たとえ、凄いエネルギーを外に撒き散らしても、勉強に、仕事などに、目いっぱい頑張つて、若さの特権を十二分に活かしていけばいいのです。

少々、羽目を外しても、失敗しても、若気の至りとして大目に見てもらえるだろうし、その気さえあれば、充分にやり直しができる時間もあります。

躓^{つまづ}いたり、転んだり、寄り道や回り道は、第一の人生には付き物です。色々悩んで迷つて苦しんで、そういうものだと思います。

しかし、もう、あなたは、第二の人生の時期に差し掛かっている人です。

この時期に、第一の人生と同じように、ただエネルギーを撒き散らしていくだけでは、どうもいただけません。

同じように、悩み、迷い、苦しみながらも、今はもう、自分が出してきた、

流し続けてきたエネルギーを検証していくべき時期なのです。

しかし、現実には、そうではないでしょう。

豊かなセカンドライフにするためにと、あの手この手のお誘いがあります。

そういう世間の波に乗っていけば、豊かで楽しい晩年、余生が約束されるかのように、人生の前半部分の後始末をしないで、そういうことはあり得ないのです。

人生の前半部分の後始末とは、繰り返しあるように、これまでに本当に痛いエネルギーで生きてきた自分の、そのエネルギーの検証です。

そして、その検証の方法は、「母親の反省」と「他力の反省」にあるのです。

自分が生きてきたことと、それらの反省とは、一見すれば何の関連もないようですが、このことは、あなたが実践されていけば、あなたの心で分かります。

二つの反省をすることにより、自分は、凄いエネルギーを流し続けてきたことが、あなたの頭ではなくて、心に響いてきます。

凄いエネルギーに突き動かされてきたことが分かるのです。

形の世界を本物として、その中に、喜びや幸せ求めてきた思い、エネルギーは凄いことが、段々と分かってきます。

あなたに用意された第二の人生の時間を、自分の検証に費やしていきます。その時間があつて、しかも、そうできるあなたは、幸せ者です。

人生の前半部分の後始末をすることによって、豊かな晩年になっていくはず。です。

晩年よければ、すべてよし。

私達人間の生涯は、晩年わびしければ、やはり哀しいものです。

日の出の勢いだった頃を、未練たらしく振り返り、命の灯が消える寸前まで、この世に執着していく人達の心の世界を思う時、ああ、その人達も、ほんの少しでも、真実の世界に触れることができたらと思わざるを得ません。

2. 人生は喜びです

「母親の反省」と「他力の反省」を通して、自分の流してきたエネルギーの凄さを確認できれば、自分がなぜ生まれてきたのかが分かります。

そして、どんな状態の中から生まれてきたかが、心に響いてくるのです。

あなたが、そのような状態になっていけば、いよいよ、今までしてきた反省のパターンを、瞑想を通してする反省のパターンに変えていきましょう。

そうすることによって、これまでにしてきた反省を通して心に感じ響いてきたものが、さらに、はつきりとしてきます。

瞑想、それも正しい瞑想を重ねていけば、間違いなくそうなっていき、しみじみと、今ここにある喜びを感じていきます。

かけがえない家族や、気の置けない仲間達と楽しい時を過ごしていくのもいいでしょう。

ゆとりのある生活の中で、多種多様な趣味の世界を満喫するのもいいかもしれません。

また、まずまずの健康は、あなたの行動範囲を広げていき、程よい刺激が気力の充実につながっていつて、いい循環をもたらすと思います。

そういった中において、今ここにある喜びをかみしめている、人生の喜びを味わっているという人達も、現実にはたくさんおられます。

それはそれでいいけれど、ベストではありません。

そういうことでは、自分がなぜ生まれてきたのかということ、そして、どんな状態の中から、その肉体をいただいたのかということが、決して分から

ないからです。

このことが分からない限り、喜びをかみしめている、喜びを味わっているというその喜びは、本物ではないと言えるでしょう。

はつきりと申し上げて、人生は喜びですという「喜び」は、そんなちつぽけなものではありません。

それよりも、そういうことは、ほどほどにして、静かに目を閉じて、今まで続けてきた反省の中で、書き出し拾い出してきた思いを、振り返っていく時間を持つてみてください。

特に、あなたが母親に向けて出してきた思いを、静かに思ってみてください。

母親があなたの^{まぢかた}の瞼に浮かんできます。

その時のお母さんは、どんな様子でしょうか。

あなたに小言を言っていますか。恐い顔をしていますか。

いいえ、あなたに微笑みかけているのではないですか。

お母さんって呼びたくなるような、駆け寄っていきたくなるような優しいお母さんがそこにいませんか。

お母さんって呼んでいるあなたはどうかでしょうか。

もしかしたら、あなたはお母さんに抱かれていた時に戻っているかもしれない。

そうして安らいでいるあなたは、今、こんな感じではないですか。

「何もないけれど、何か嬉しいなあ。

赤ちゃんの頃は、こんなだったのかなあ。」

例えば、こんな時間を、持つていつてくください。

現実にあなただを生んでくれた母親は、今では、あなたの中では遠い存在になつてゐるかもしれません。

今のあなたは、母親を通り越して素晴らしいあなたに成長されているかもしれません。

もしかしたら、今は、自分にも子供がいて、孫がいてという年齢になつて、今更ながら、母親の偉大さが身に染みてよく分かるという人もゐるかもしれません。

そういうことも、考え併せながら、日々の時間の中で、先ほどのように、目を閉じて、静かに母を思うことを実践していつてくください。

これまでに、自分の出してきた思いを振り返り、その思いが、自分の肉体を動かしてきたエネルギーであることに、微かすかながらでも気付いてゐる人な

らば、この実践を重ねていけば、どんな母親が目の前であろうとも、愚かなのは自分、間違ってきたのは自分だと、段々と見えていく過程を経ています。

目を閉じて静かに思うこと、いわゆる瞑想をすることによって、今までしてきた反省が活きてくるし、だからこそ、色々なことが感じられるのは確かです。

瞑想をするということは、五官を閉じて、自分の意識の世界を感じていく作業です。

目や耳などの五官に頼らずに、自分に響いてくる世界の存在を信じていく作業です。

五官が開きっぱなしの生活の中で、それらを閉じていくこと自体が、難しいかもしれませんが、自分の生き方について、思うところがあるならば、前

向きに、この作業に取り組んでいってください。

ただし、ここで要注意です。

これは、世間でいうところの瞑想、メディテーションとは、全く異質のも
のです。

だからあえて、正しい瞑想としています。

癒しのための瞑想、パワーを引き寄せる瞑想、ヒーリングといったものと
は、全く異質です。

実は、この一点が、なかなか理解できないところなのです。

言葉は同じです。

同じですが、中身は同じではありません。

どこが違うのでしょうか。

さあ、ここで、あの図式を思い出してみてください。

結論は、こうでした。

【私は心です。私は思いです。そして、私達人間の本質は意識です。】

人間の本質は意識、そうです、人間は、エネルギーとして、波動として存在しているのです。

エネルギーには、プラスとマイナスがあります。

そして、波動には、明るい波動と暗い波動があります。

人間は、絶えず、波動を流しています。エネルギーを出しています。

ただし、人間は、今現在、形の世界を基準として存在しており、自分達の本質である意識の世界を基準としていません。

このように、私達人間は、大きな矛盾の中にあるのです。

矛盾があるということは、エネルギーで言えば、マイナスです。波動は暗いです。

だから、形の世界を基準にしている人間から流れる波動は暗い、そして、エネルギーはマイナスです。

では、癒しのための瞑想、パワーを引き寄せる瞑想、ヒーリングという世界は、どんなエネルギーの世界と繋がっているのでしょうか。そこから流れる波動はどうでしょうか。

要は、どんなエネルギーと繋がっているか、どんな波動を流しているかの問題です。

ただ、今のところは、殆どの人が、そういうことには、無頓着です。

自分自身がエネルギー、波動であることにさえ気付けていない状態だから、どんなエネルギーと繋がっているか、波動はどうか、などということは、

頓着しなくて当然です。

「ああ、瞑想か。瞑想なら、私もこれまでにしてきたことがある」というくらいにしか、受け取っていただけないのです。

また、「母親の反省」にしても、確かにそのことを行っているところがあるという話は聞いたことがあります。

話だけで、その内容まで詳しくは知りませんが、母の深い愛に触れ、涙を流して、自分の愚かさを詫びるということでしょうか。

この場合も同様です。

そこで言う母とは何か、自分とは何か、何を基準にしているのか。それが、最大のポイントなのです。

涙を流して、心がすっきりしてということかもしれないませんが、心がすっ

きりとして、引っかかるものが何もなく、心が明るければ、そこから流れ出す波動も明るいはずです。

それなのに、なぜ暗いのでしょうか。

現実には、誰も、そこに着目しません。できません。だから、要注意なのです。

このように、心得ておかねばならないことがあります。瞑想は、非常に大切な作業です。

いいえ、最後は、瞑想しかないのです。

しかも、正しい瞑想です。

正しい瞑想なくして、真実は分からない、自分というものの本当の姿が分からないということになります。

分からないから、私達人間は、いつまで経っても、自分の外へ心に向けて

しまうのです。喜びや幸せを与えてくれる対象物が要るのです。

あれがあるから、これがあるから、あの人がいるから、この人がいるからと、五官を頼りに、いつも、何かを外に求めていく生き方しかできなくなってしまうのです。

だからといって、瞑想をして、無念無想の境地になれということではありません。

もつとも、無念無想の境地など、本当はあり得ません。

人間は、絶えずエネルギーを出しています。

だから、その人の心の世界もまた、何かのエネルギーと繋がっているはず
です。

無念無想と言いながら、神であるのか、仏であるのか、宇宙のパワーであるのかは分かりませんが、必ず、心の向け先があるのです。

その人の意識の世界は、何らかの意識の世界、もっと言えば、他力のエネルギーと繋がっています。

だから、大切なのは、瞑想ではなくて、正しい瞑想です。

あなたが目を閉じて思う心の向け先を、きちんと正しい方向に合わせてする瞑想です。

そこで、正しい方向とは、どの方向かということになります。

それは、何も特別なものではありません。

あなたが、母親の反省を通して知っていく母の温もりです。

あなたが、ゼロ歳の時にお母さんに委ねていた世界です。

それは、安らぎの世界、すべてを包み込む優しく温かくて広い世界です。

そこには、何もなかったはずですが、ただ、あなたは、何も無い中に、自分のすべてを託すことができる幸せを感じていただけなのです。

その世界を、その波動の世界を、あなたは、間違いなく憶えているのです。あなたには記憶がなくても、意識のあなたは憶えています。

だから、あなたが、正しい方向に心を向けることを邪魔しなければ、その波動の世界が心に響いてくるのです。

それは、明るい波動です。その明るい波動の世界を、どなたも知っているはずなのです。

その中にある喜びを感じながら、母の胎内から生まれてきたからです。

しかし、実際は、癒しやパワーだとして、波動の見極めもできないまでに、人間の意識の世界は墮落してしまっています。

墮落した意識は、「母親の反省」を通し、母に使ってきた自分のエネルギーを確認することで、ようやく、温もりの世界を拒否し続けてきた現実を目の当たりにするのです。

そして、温もりを拒否すればするほど、寂しさが増していき、その思いが、他力のエネルギーを引き寄せていくという、悪循環の中にあつたことも分かってきます。

日常生活の中で、自分が、何に思いが向いているのか、そこでどんな心を使っているのか、じつくりと振り返れば、この構図、つまり、プラスの温もりを拒否してきた心に、寂しさが募り、その寂しさを癒すために、マイナスの温もりを求めていくという哀しい人間の姿が浮き彫りになってきます。

以上のようなことを、あなたの頭で理解するのではなくて、あなたの心に響いてくれるのです。

また、そうならなければ、その悪循環を断ち切ることはできないでしょう。

もともと、明るい波動の中にあつた私達が、なぜ、暗い波動しか流すことができなくなったのか。反省と正しい瞑想を継続していくことにより、自分の心で答を出す以外にはありません。

私達人間は、そのために生まれてくるのですから。

どうでしょうか。

それでも、あなたは、かけがえのない家族や、気の置けない仲間達、ゆとりある生活に多岐にわたる趣味、まずまずの健康が、あなたに、本当の喜びと幸せをもたらしてくれると思いますか。

本当に、それだけで、今、生きていることの喜びをかみしめていますと言えますか。

それだけで、人生は喜びですと言っているあなたのその喜び、幸せの薄っ

2. 人生は喜びです

へらさを感じていってください。

3. 原点回帰

そろそろ、本書を閉じるにあたつて、さて、どのように進めていこうかと
思案していたところ、ふと、私の中から、「原点回帰」という言葉が浮かん
できました。

唐突に出てきた言葉ですが、今、私の中に上がっている思いを、ここに綴り、
本書の締めとしたいと思います。

私達人間の原点は、母の温もりです。

この場合の母とは、もちろん、父親、母親というところの母ではありません。
温もりの世界が、私達の原点です。

私達は、温もりから生まれてきました。

そして、私達は、温もりへ帰る過程にあります。

そうです、私達人間は、温もりから出てきて、温もりへ帰る旅の途上にあるのです。

確かに、私達の原点は温もりの世界でした。

その原点である温もりから出てきてというのは、温もりを捨て去ってきたという意味です。

人間には、温かい慈しみの心があるのではないかと、言われるかもしれませんが、温もりを捨て去ってきたという温もりとは、繰り返し語らせていただいているように、自分の本質、本当の自分を言います。

私達人間は、自分の本質を見失っている状態です。

いいえ、もっと、深刻です。

見失っていることにも、気付いていない状態です。

今は、確かにそのような状態です。

しかし、いつまでも、そのような状態が続いていくのかというと、そうではありません。

ということは、これから、本当に、日本はもちろん、世界各地で、大変なことが起こってきます。

もちろん、その兆しは、すでにあります。

しかし、その程度では、私達人間は、何も気付いていない現実も見落としてはいけないと思います。

本当に、私達は、まだ何も気付いていないのです。

ある人達は、日々の暮らしに汲々^{きゅうきゅう}として、またある人達は、日々の暮らしに満ち足りて、そして、ある日突然、遭遇するのです。

自分の心を見ることを知らない人達は、自分が遭遇している現実を現実として受け入れるまで、さあ、どれくらい時間を要するでしょうか。

そういうことを、何度か繰り返して、人間は、ようやく、何かを感じ始めるのです。

自分の原点を忘れ去った心に、さらに、原点回帰の衝撃が走ります。

原点を忘れ去った意識は、マイナスのエネルギーをどんどん作り出し、マイナスをさらに増幅していきます。

増幅したマイナスのエネルギーは、地球を覆い尽くし、そして、どんどん宇宙へ放出されていくのです。

その過程において、地球上では、様々な出来事が起こります。もちろん、未体験規模の自然災害も然りです。

今は、まだその前哨戦ぜんしやうせんと言えるでしょう。

しかし、私達人間の飽くなき欲望は、それで留まることはありません。

祈りが続きます。平和を願い、安穩を祈り、マイナスのエネルギーを、宇宙に垂れ流すことを続けます。

その中で、私達は、宇宙を含む大きなスケールの天変地異に遭遇するのです。

天変地異イコール死という規模のそれは、まさに、私達にとって、原点回歸を促すプラス、プラス、プラスのエネルギー、波動です。

そのエネルギーは、マイナスで覆い尽くされている宇宙を大きく包み込んでいきます。

マイナスのエネルギーで満杯だった私達の心の中にも、プラス、プラスのエネルギーが作用していきます。

しかし、原点に帰りましょうという促しに、すべてが応じていくかどうかは、定かではありません。

マイナスのエネルギーのまま、留まることもあるでしょう。

一方、呼応する意識は、ともにひとつになって、原点回帰の旅を続けていく道筋にあります。

【三次元という次元を超えていきましょう。】

力強いメッセージが原点回帰の衝撃として、私達に届く時も、もう間近に迫っています。

4. 最後に一言です

【私達人間の本质は、意識、エネルギーです。】

どうぞ、あなたも、【正しい瞑想】を通して、この短い一文の真実に触れていくてください。

究極的に言えば、この一文の示す真実が、あなたの心で本当に分かったならば、それでいいのです。

なぜならば、それがあなたの目覚め、本当のあなたとの出会いだからです。

重ねて言います。【正しい瞑想】です。

【正しい瞑想】なくして、真実に目覚めることはありません。

真実に目覚めることなくして、つまり、本当の自分との出会いなくして、本当の喜びも、本当の幸せも分かるはずがありません。

あなたも、この証人^{あかしびと}になってください。

第二の人生の時間は、今世のラストチャンスです。

同時に、それは、あなたの第一歩にもなり得ます。

未来永劫続くあなたを思い、どうぞ、今を大切にしてください。

塩川香世（しおかわかよ）

1959 年 3 月大阪市に生まれる。

1991 年 3 月税理士登録。

税務関係業務に従事、現在に至る。

著書／「ありがとう」意識の流れ姉妹編

「母なる宇宙とともに I」

「母なる宇宙とともに II」

「意識の転回」

「愛と死の真実」

「あなた、このまま死んでしまって

いいのですか」

第二の人生 ― ラストチャンスです ―

初版発行 2009 年 10 月 10 日

著 者	塩川香世
発 行	U T A ブック（株式会社シルクふぁみりい） 奈良県北葛城郡広陵町馬見北 4 丁目 14-7 TEL 0745-55-8522 FAX 0745-55-8440

印刷・製本	モリモト印刷株式会社
-------	------------

© Kayo Shiokawa, Printed in Japan 2009

落丁本・乱丁本はお取り替えいたします。