

# マイケルJローズ ニュースレター 2006年 冬号



光の皆さんへ

新しい年になって素晴らしい贈り物をいただきました。もうご存知の方もいるのですが、自然界からの贈り物のお話です。1月8日東京から帰ってきた息子と3人で遅めのお正月を楽しんでいるときのことで、台所で料理をしているとひらひらと目の隅っこに入ってきたものがありました。「あれ、何」と思って振り返ると蝶が床の上にとまっているのです。嬉しい贈り物です。少し暖かい日に外の方がいいかなと思って菜園へ連れて行って、スマイルの上にとまってもらおうと思ったのですが手から離れません。やっぱり、暖かい方がいいのかな・・と思って台所で一緒に暮らし始めました。陽がさしている時は窓際に、夜はリビングに近いところによくとまっていました。ときどき、見えなくなるのですが、探しているとひらひら飛んできて腕にとまることが3回もありました。暖房がない台所は寒いかもしれないと思って観葉植物と一緒に暖かいリビングへ移してあげるとやはりそれまでよりも活動的になってひらひらとよく飛ぶようになりました。毎朝そとリビングの戸をあけて蝶がどこにいるのか確認してから部屋に入る日々が続きました。

水を飲んでくれているのか光のエネルギーで生きているのかよくわかりませんが、毎日葉っぱに水をかけて蝶の近くにおいてあげました。とことこ指先にあがってくることもあり、とっても人懐っこい蝶でした。不思議ですね。どんなに小さくても家族の一員になったようで、嬉しい日々でした。

27日の夜から京都へ出かけたので留守番の俊之さんに蝶の世話をお願いしました。29日日曜日、瞑想中に蝶と野原を遊びました。

そのとき、蝶からいただいたメッセージは「さらなる信頼」でした。そう感じました。

「さらなる生命への深い信頼」です。

瞑想が終わって夕方俊之さんから携帯に留守録が入っていました。朝は元気だったけど外出先から帰ってくると死んでいた・・と。そのタイミングがとても印象的でした。

蝶はさらなる信頼を持った私の中にいまも生きています♪

風が光ると春になるそうです。

もうすぐですね。

体も心もゆるゆる、のびのびさせて、楽しく信頼の日々をお過ごし下さい。

たくさん愛と感謝をこめて やすみ

## マイケルのお話 by マイケル



大変素晴らしいお知らせです。「ジ・オラクル」が製本され入手可能となりました。トリニも私も初めての試みである自費出版を嬉しく思っています。「ジ・オラクル」を手にした人からはお褒めの言葉が届いています。この本はとても豪華なハードカバーの本で、分厚く重さにして約1キロもあります。そのため郵送料は高くなりますが、これは一生役に立つ本なのでその値打ちはあります。「ジ・オラクル」はしっかりした装丁なので毎日使われてもずっと新しい本のように見えることでしょう。

私は人生に対してとても情熱的ですが、普段の私を越えて「ジ・オラクルは大変、大変素晴らしい本だ！」と大声で叫

びたいくらいです。

「家に帰るとマイケルと話ができないので残念です」「普段の生活に飲み込まれてしまいます」「今の気持ちを普段の生活で持続させるのは難しい」とかよく言われます。

「ジ・オラクル」を日めくりの本として読めば、その言葉やエネルギーが差し出すもの、人生への見方に触れることができます。そこで私に会うことができますし、なによりも日々起きる出来事に対するぴったりの言葉をたびたび見出してきくと驚くことでしょう。

雨がたくさん降っています。そして天気予報は「平年並みの夏」とのことです。今では、平年並みがまれなことになってしまっていますが…。平年並みとは、ぎらぎら輝く太陽、それから暑い日々です。そのため午後や夕方には雷が鳴り激しい雨が降ります。サイクロンも発生します。この夏はとでもパワフルな夏です。テニスボール大のあられが屋根や車を打ちつけ、車をでこぼこにしています。小型のサイクロンが村の3分の1を破壊したり、洪水が起きたりしています。我が家は無事です。あられは我が家をよけて通り、サイクロンも遠くで発生し、家は山の上にあるので洪水の心配もありません。

庭はとでも素晴らしく息づいています。いつも庭のことを書いていますが、私にとって庭が大きな割合を占めているからです。ウォータードラゴン、池、魚、そして庭との素敵な関係が続いています。家にいるとき、自分の為に天気予報を見ることはありません。天気予報を見るときはいつも庭にどのような影響があるかを知りたいからです。

2005年のリトリートツアーで、私たちは、オーストラリアでのローズウェイ・リトリート・センター作りの構想を話しました。それ以来ずっと、二人でさらに深くこのことについて考えてみました。その結果、この構想は取りやめることにしました。いくつか理由があります。そういったセンターを維持するには有能な経営管理が必要になります。ラッセルとカトリーナがこの構想をはじめに提案したのですが、それでもその負担を二人に負わせたくはありません。私たちはたくさんのセンターを訪問しているので、どれほど多くの責任と仕事が必要となるかわかりますから。それに私たち二人の人生を振り返ってみると思いもかけない転機や方向転換がありましたから、彼らも同様の思いがけない転機に従う可能性はかなり高いと思います。

もう一つの理由は、旅を終えたとき、自分達のために楽しむことができる時間があることです。トリーニーが事務的な仕事をしている間、私は著作活動とガーデニングをしています。二人ともこのシンプルなライフスタイルを楽しんでいます。時間も空間も私たちのためにあります。大切な時間です。センターはセミナー以外にプラン作りやセンター維持のために多くの時間とエネルギーが必要になります。

最後の理由は、距離です。オーストラリアは他の国から遠く離れています。時間の問題ではなく航空運賃にかなりの費用がかかります。実際、毎年、運賃は高くなっているのです、皆さんに負担をかけることになります。私たちは2006年と同様なかたちで今後も旅することに決めました。今後の変化や進展が私たちのライフスタイルを決めていくでしょう。実際、今年のバリゲットアウエイはその一つです。楽しみです。今後、異国の地でこのようなイベントが企画されるかもしれません！

この夏、私は同時に2冊の本を書いています。一冊は「パンの目を通して(Through the Eyes of Pan)」、もう一冊は「意識あるガーデニング(Conscious Gardening)」です。その瞬間の気持ちに従ってどちらかの本を書いています。二冊ともハートが関わっていますから…。

「意識あるガーデニング」はタイトル通りです。今していることに意識を向けることなく、マインドで終わりのないおしゃべりをしながらガーデニングをする…よくあることです。それでは体は庭で働きながら、頭は習慣や条件付けによって、現在抱えている問題を繰り返し考えることになります。そのためメタフィジカルには、あなたは美しい瞬間を失うことになります。

「パンの目を通して」はまったく違うものです。私はいま、パンによって新しい洞察と経験の中にいます。この本は「魂への旅」のようにドラマチックではありません。なぜなら私とその当時の私ではないからです。

その頃よりもはるかにオープンですから、以前のような劇的なドラマにしなくても簡単に学ぶことができます。良い意味でドラマチックではありません。

新しい年が素晴らしい年、たくさんの楽しみと成長の年、新生さの年でありますように！  
「ジ・オラクル」はきっと役に立ちます！

人々は肉体の誕生が始まりであり  
肉体の死を人生の終わりとして信じています  
この信念は幻想であり  
人類によくある恐れを育てます  
生命を、終わりのないもの  
終わりのない映画のフィルムとして見ましょう  
今のあなたの人生はフィルムの中の一つのコマであり  
セルフ(Self)・本当のあなたの映画は永遠に続くのです

「ジ・オラクル」より

## マイセイ by トリーニー



明けましておめでとうございます！この原稿を書きながら屋根に落ちる素敵な雨音を聞いています。ここ数年間、サンシャインコーストでは聞くことのなかった音です。亜熱帯のこの地域は、この時期いつもなら雨季ですが、これまで長い間乾燥した天候が続いていました。雨が降って欲しいのは植物のためだけでなく、私たちの暮らしも雨に依存しているからです。屋根に降る雨はパイプを通して5つある大きなタンクに流れ込みます。その雨水が我が家の水源なのです。だから私たちにとって雨がどれほど貴重かわかると思います。今、すべてのタンクがあふれています。この5日間で8インチの雨が降りました。

今、朝の散歩を終えたところです(午前5時に歩き始めます)。山を降りて登ってきました。いつも日曜日は休みにして週6日間は歩きます。クリスマス期間中は、夜更けまでこどもや孫とトランプをしたり、遊んだりするので何度か散歩を休みました。よく笑いました。つまり、クリスマスの幸せな思い出がたくさんあります。メルボルンに住む家族にさよならを言うのは悲しいことでした。1年に1度しか会えないのですから。でも素敵な思い出がたくさんあります。それに孫娘とボーイフレンドはまだ滞在中です。

マイケルが「ジ・オラクル」を出版しました。私たちの新しいインターネットのサイトから注文できます。あなたがこのニュースレターを読む頃にはサイトも立ち上げられているはずですが、今のところ、このサイトでは1冊しか販売していませんが、マイケルは有機農法の本を書き直し改訂出版の予定です。今年中に出版予定です。それからウッドフォードでの過去2年におけるマイケルの話が収録されたDVDも販売される予定です。「エネルギーとしての自然と人々」と「真の豊かさを創造する／真の豊かさへのアプローチ」に関してのお話です。

私は今年すでに居心地のよいゾーンからそっと押し出されています。サイトの使い方など、新しいことを学ばなければなりません。ブロードバンドを使用することになりそうです。先日の夜、雷が落ちて、私たちの電話回線が使用できなくなりました。修理工が昨日の午前中かけて家の周りの回線を修理し、変更しました。それで古いファックスを使うのは止めました。これからはインターネットを介してパソコンからプリントアウトすることにしました。

8月にバリでゲットアウエイがあるのでオーストラリアでのリトリートは考予定していませんでしたが、リクエストがあったので急遽7月12日から16日サンシャインコーストでリトリートを開催することにしました。参加したい方はカトリーナに連絡下さい。[ussell.brsr@bigpond.com](mailto:ussell.brsr@bigpond.com)

3月は日本人グループが主催者の仁さん、通訳の信子さんと共に私たちを訪問することになっています。観光もしますし、リゾート地に数日宿泊し、そこでマイケルと私がセミナーもすることになっています。私たちの家にも来て庭で瞑想したり、お茶を飲んだりする予定です。楽しみです。

2008年のゴールデン・ギャザリングに関心のある方は知らせてくださいとの呼びかけに、今のところ60名近くの人から連絡がありました。その半数近くは日本人です。興味のある方、参加したい方は連絡ください。今年中に予定してい

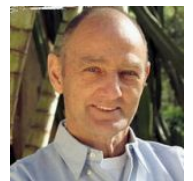
るリゾート先のホテルをおさえておきたいからです。

2日前のことです。ビクトリアに住む女性から電話がありました。うつ病にかかっている人を助けられる人がいたら教えてほしいとのことでした。彼女と話をして役立つことができそうな人を紹介しました。すると、昨日もドイツの友人からメールが届きました。ひどいうつ病に苦しんでいる友人が行方不明なつと。最近よくこのうつ病の話を聞くようになりました。ほとんどが西欧社会、たくさん感謝することがある社会にこの病気が起きています。うつ病の人は自殺をする恐れがあります。私が聞いた話ではうつ病の人は普通自分に何が起きているのか気づいていないとのことです。その原因についてはたくさんの理論があります。私もその原因が1つであることはないと思います。家族や友人の症状に注意を払う必要があります。

心の健康は、私たちの思考の方向性や焦点のかなめとなりますから。

次に会う日まで、元気でいてください。たくさん愛を込めて トリーニー

## 質問と 洞察 by マイケル



質問とは、自分の外に答えを求めていることを意味します。覚えておいてください。あなたに質問があるときは、あなた自身のより深いところにその洞察があるのです。それが一体性です。このコラムはあなた自身の内なる洞察や知恵への飛び込み台になるようデザインされています。

質問: すべての現実自分が作り出していることを知っている私が、手術をしなければならなくなったとします。どうしたら体を苦しめている自分を責めないでいられるのでしょうか？

**洞察:** あなたも赤ちゃんのとき、オムツを汚したに違いありません。そうする以外にどうすればいいかなんて考えたことがないはず。オシッコやウンチで気持ちが悪くからあなたは自分を責めますか？そんなことはしません。あなたの意識は別の方法があることを知らないのですから。しかし、体も意識も成長し、あなたは学びます。大人になると、先程のことはどう違ってくるのでしょうか。

無論、大人になったあなたにオシッコやウンチは問題ありません。しかし、取りのぞき方を学んでいない有害廃物は体の中で蓄積されています。実際、その有害物質は酸性毒物として死に至る主要な原因となっています。アルカリ性の食事を摂るとアルカリ性の体になることは知っていると思いますが、不安や怒りを感じる時体が15秒内で酸性になることに気づいている人がどれほどいるでしょう。

体は、私たちが食べるものの多くによって、私たちの思考の大部分によって害を受けがちです。心配ですか？心配しないように。心配は、病気や手術へと拍車をかけます。そして、病気のせいであな自身を責めると、手術はよい結果よりも悪い結果へとつながります。

私たち皆、意識においてまだ成長しつつあるのでこういったことが起きるのです。

もう一つの見方があります。私たちは自分の現実を作っています。しかし、このことに初めて気づいてからも、私たちは学んでいるのです。まず、好ましくないことを言う人に、ネガティブに反応しないことを学ぶことから始まります。このことが、「自動的に反応しない現実」を作り出すこととなります。

それからこれが欲しいあれが欲しいと、絶えず思わないで、あるがままの自分の人生を受け入れることを学びます。そうすると「必要なことがまずかなう現実」を作り出すこととなります。

次第に自分を受け入れ、愛することさえも学びだします。そうすると、「平安で愛ある現実」を作り始めます。このようにして、楽しめる現実を意識的に作り出すことを次第に学びます。そこで鍵となるのは「意識して」です。

このすべての過程の中にも、私たちはまだ昔の意識の結果や影響を受けています。昔の意識、それはたいてい自分の健康や幸福に無頓着なものです。この無頓着なところからの創造は今回の人生ではなくそれ以前の人生からのものもあります。それから今生の初期のもの、こどものころやあなたがもっと若かったときからの意識の結果もあります。

それではあなたに質問です。現在のあなたの気づき以前に蒔いた種があるからといってあなたを責めるのですか？

あなた自身を受け入れましょう  
決して自己批判しないように  
この瞬間にあなたができる最善を尽くすのです  
あなたの人生のあらゆることに感謝しながら、一日一日を意識して生きてください  
そうすることであなたは、あなたが本当に楽しめる現実をやがて作り出すでしょう

質問: 皆何かについて語るとき、自分のマインドから話しているのではないのですか？私は思考とマインドを混同しているのですか？

**洞察:** 最近同じような質問を何度か受けました。「マインドとは何ですか」と。だから、多くの人がこれで満足するはず、あるいは当惑させるかもしれませんが・・・。

あなたは、思考とマインドを混同しています。あなたはたくさんの微細な体をもった存在です。エーテル体、アストラル体、感情体、メンタル体、より高度なエネルギー体に関してはさらにもっとあります。それから無論、肉体です。これらのすべての微細な体は光のメタフィジカルな体の中にあります。あなたの肉体に細胞や分子レベルがあるように、それぞれのメタフィジカルな体もそのレベルにおける細胞や分子などに相対するものがあります。

そして、肉体のあらゆる細胞とすべての微細な体のそれぞれの相対物をつなげるエネルギーのフィールドがあると言えます。その上、あらゆる微細な体の細胞をつなげているその同じエネルギーフィールドが肉体とメタフィジカルな体のすべての細胞とつながっています。

意識あるエネルギーのこのフィールドがマインドです。マインドが小指でつながれていないのと同じように、脳によってあなたの体につながれているわけではありません。しかし、体にとっての管理コンピューターはあなたの脳です。だから人々はマインドも脳も思考もすべて一つ、同じであると信じるようになるのです。この信念に基づいた言語もあるほどです。

マインドには意識がありますが、マインドは意識ではありません。マインドはあなたの人生を作り出すためにあなたが使うエネルギーです。マインドはあなたの人生におけるあらゆることを、お金からあなたの人生との関係まで、あらゆることを作り出します。マインドはあなたの友人でもないし敵でもありません。マインドはあなたのスピリチュアルな覚醒を止めることも、また覚醒の手助けをすることもありません。

エネルギーフィールドとしてマインドは中立です。マインドを誤って使うと、あなたを殺すこともできますし、正しい使用によって、あなたの生活を素晴らしいものにすることもできます。脳／知性がマインドを使うとよく病気になります。ハート／叡智がマインドを使うと健康へとあなたを導きます。

マインドには欲望も要求もありません。欲望、要求はすべてその人に属するものです。

マインドはあなたに奉仕します。それがマインドの働きです。マインドは何があなたに良いか、悪いかは気にしません。マインドが知っているのはあなたの焦点が何であるか、だけです。もし、恐れから鳥インフルエンザの流行に焦点をあてるなら、マインドは鳥インフルエンザをあなたの中に現わすでしょう。インフルエンザへの焦点です！あなたの不安に焦点をあてるなら、マインドはその不安を形として表すでしょう。

絶えず批判的な思考は一つの焦点を作り出します。つまり、あなたがもっと批判できるようなことをあなたの人生にもたらし、あなたを批判する人をもっとあなたの人生にもたらしめます。「私には余裕がない、支払えない」ことに焦点をあてると、マインドは余裕がない、支払えない状況を作り出します。あなたが美しい幸運な人であるという焦点を持つと、マインドはその状況を作り出します。

正確に言うといつも創造しているのは意識です。しかし、マインドはその創造をあなたの人生の中に実際の形にして

表す、体現していきます。

ある人が「心(mind)を決められない」というときその意味することはあなたは混乱していて焦点が定まらないということです。あるいは、あなたが必要としていることがわからないということです。「私の気持ち(mind)を話しています」と言うとき、それはその人の信念や囚われを話しているのです。

\*\*\*\*\*ジ・オラクルより…訳者挿入

マインドはあなたが欲するものと欲しくないものの違いがわかりません。マインドはあなたが焦点をあてるものだけを認識します。

たいていの人は自分が欲しくないことに焦点をあてます。

日々、喜びと感謝をもって  
あなたの健康、幸運、人生の愛と祝福に感謝しましょう  
そこに焦点をあてるのです  
そうすることであなたの人生は高揚し変化するでしょう \*\*\*\*\*

質問: 気づき・気づいていることと意識は同じものですか？

**洞察:** 良い質問です。同じものではありません。しかし、お互いに属しているといえます。あなたの気づきとあなたの意識を結合させると、充実した生きがいのある人生を生きることになるでしょう。今私は 2 冊の本を書いています、そのうちの 1 冊は「意識ある園芸」というものです。大多数の園芸家は園芸をしながら他のことを考えています。彼らの意識は彼らと共にありますが、働きかける対象がなんであれ、「ともにある」ことはありません。他のことを考えているのです。正直、これが殆んどの人の状況です。

人生に瞬間、瞬間気づいているとき、私たちは意識と共同してクリエイティブになります。それはパワフルなことです！ 私たちに必要なことはいつも意識して気づいていることです。もし頭を殴られ、床に倒れたら、人々はあなたが無意識になったというでしょう。間違いです。意識を失うことはありません。死においてさえも意識とのつながりを失うのは肉体だけです。本当のあなたは意識をもったままです。床に倒れて無意識になるとき、そこで起きていることは一撃のショックで脳が意識とのつながりを一時的になくしているだけです。

真理において、いわゆる無意識とは意識を意識していないことです。しかし、これが人間のよくある状態であるとは皮肉です。意識に気づいているということは、意識していることを意識する状態です。意識に気づいている状態を実践するなら、否定的な思考に迷い込むとすぐにわかります。そうすることで、その手の思考はしなくなるし、マインドにその様な思考を体現させたくないと思います。これが気づきです。

2005年のリトリートは「意識して生きる」ことでした。意識しているとは気づいていることです。この質問が気に入っています。気づきと意識がとてもつながっている、あるいはつながっているはずなので、質問者には気づきと意識が同じものかどうかという質問がわいてくるのです。この瞬間に意識して気づいていましょう。

\*\*\*\*\*ジ・オラクルより 訳者挿入

瞬間に意識して生きる。そこから奇跡が生まれます  
意識することに焦点をあてる、それはとてもシンプルに響くでしょう  
とてもシンプルです  
しかし、それはあなたの想像をはるかに超えてパワフルな引き金となるのです \*\*\*\*\*

質問: もし生命が永遠であるなら、どうして他の人達よりもスピリチュアルに進化している人たちがいるのですか？

**洞察:** あなたが何を言いたいかわかります。すべての生命が永遠であるなら、どうして私たち全員がスピリチュアルにも同じところにいないのでしょうか。

この違いを日常の言葉にすると、それは焦点です。そこに違いがあります。圧倒的に大多数の人たちは世間の総意による現実を信じ、そこに焦点をあてています。この世間一般の現実には肌の色や文化の違い、宗教の違いにかかわらず人々の一般的な信念体系と一致します。

いくつかその一般的な信念体系をみてみましょう。1. 過去は過ぎ去り未来はまだ来ていない。2. すべての生命は分離している。それは目に見えているのだから明らかだ。3. 大多数とは正しいものであり、少数は間違っている。以上は無数にある固定された信念体系のいくつかに過ぎません。しかし、基本的に欠陥をかかえています。

1. より偉大なる現実において、すべての時間が同じ空間を占めています。つまり過去も現在も未来もすべてこの瞬間に起きています。このことは多数ではなくほんの少数にしか経験されません・・・だから世間の総意による現実はこのことを受け入れることができません。

2. すべての生命は一つです。目に見えないメタフィジカルな現実が物質的な現実には先行します。しかし、肉体の感覚は物質界の現実を経験するよう作られています。世間の総意による現実の焦点は物質的です。そのため目に見えないメタフィジカルな現実を除外します。

3. 歴史は殆どの場合、少数が正しくて多数が間違っていることを示しています。イエス・キリストは、あきらかに少数の動きでした。真理はいまだ少数です。

焦点に戻りましょう。世間の現実には幻想に焦点をあてます。より偉大な現実には真理に焦点をあてます。大多数の人々は成功が必要であると信じて、そのためにお金で成功を得ようと物質的な富を築きます。少数の人々は、スピリチュアルな必要性に焦点をあてています。世間一般の現実では、成功の報酬として社会的地位を与えます。成功も地位も幻想です。スピリチュアルな真理を生きること献身する人はごくわずかですし、それと社会的地位とは別です。

しかし、長期的な結果を見てみましょう。真理に焦点をあてて何度も生まれてくる人は、成功という幻想にさらにはまりながら何度も生まれてくる人に比べると、スピリチュアルに進化します。成功と失敗を信じる限りそこに目覚めはありません。

しかし、スピリチュアルに進化していることが、よりスピリチュアルであるとか、より優れているという意味ではありません。あなたが焦点をあて続けることが何であれ、あなたが焦点をあてるものをもっとも発達させるという意味です。

世間の総意による現実の中で生きる人の多くは「人生で何が間違っているか、どこがおかしいか」ということに焦点をあてます。幻想です。しかし、この焦点は、人生の中で逆境、病気、非難を作り出します。あらゆる問題を作り出します。

真理への、人生の美や完全さへの焦点は、やがて幻想を打ち砕き、美と完全さの中で真理を現してくるでしょう。

「同じままでいたいという欲求が進化や変化の危険よりも、より痛みとなる日がやがて来ます」

## リトリートに参加して



マイケルとトリーニーの素晴らしいリトリートのおかげで、私の人生はよりよい方向へ大きく転換しました。1人静かにいる中で、私は内なる自分と友達になりました。もう私の価値を認めるために、他人の肯定は必要なくなりました。そのおかげで、人生はより静かなものに、感謝に満ちたものになっています。マイケルの言葉が私たちの本質への肯定、確信の言葉です。ジョン C. カリフォルニア

最近のリトリートについて私の思いを伝えたいと思います。リトリートに参加する前、私は日々の問題にどう対処する

べきかについての洞察を得たいということ以外は何も期待していませんでした。朝食のときです。マイケルが私に、これから一年間、私の批判的な思考を賞賛と感謝の思考に置き換えて過ごすなら、深遠な変化を遂げることになるだろうと言いました。そして、私はいま、マイケルの言葉を完全に実践しています。リトリートに参加する前、私は自分に必要なことは殆んどわかっていると思っていました。しかし、私が間違っていました。私の頭から、私のハートへ、が本当に幸せへの鍵です。この経験に心から感謝しています。自分の現実気づいてさらにスピリチュアルに深めていく準備ができている人には、リトリートへの参加を是非おすすめします。

エドワード L. ワシントン

## 学術調査の結果から 「愛は癒す」



たとえあなたが伴侶と素晴らしい関係にあっても、30分の口論が、外傷の治癒を1日遅らせ、その関係が敵対的なら、治癒を何日も遅らせることがわかりました。

この調査はまったく同程度の外傷を負った患者を対象に、実際に治癒にかかった時間を調査したものです。詳細な伴侶との関係に関するインタビューと詳しい血液分析もおこないました。

それから、患者を関係において比較的問題のないグループ、まあまあのグループ、ひどい敵対関係にあるグループに分けました。

その結果は、比較的問題のないグループでは自己治癒能力が高く、細菌への抵抗物質の割合が他のグループよりもずっと高く、はやく治癒しました。敵対関係が強いグループは血中のがん細胞を殺したり、多くの病気から患者を守ったりする白血球や化学物質の割合がとても低いことがわかりました。

私たちは自分にも他人にも厳しすぎます。あなたの質問が何であれ・・・愛がその答えです。

(Dr. Richard Schulze's newsletter から)

## 意識のコラム by マイケル



～アイデンティティとパーソナリティ(個性)とインディビデュアリティ(個)について～

先日友人から質問がありました。「アイデンティティ、パーソナリティ、インディビデュアリティの違いは何ですか。私が死ぬとき、私のアイデンティティとパーソナリティはどうなるのでしょうか。死ぬのですか？それなら、そのあと、インディビデュアリティとしての私が続いていくのですか」と。

興味深い質問です。辞書を調べてみましょう。20世紀半ばのチェーンバーズから

アイデンティティ(Identity)・・・同一であること、本人であること、無変化

パーソナリティ(Personality)・・・個人である、個人のものであるという事実や状態

インディビデュアリティ(Individuality)・・・分離した独自の存在、ワンネス(oneness)、特有の性格

アイデンティティが“同一”として、インディビデュアリティに“ワンネス”が書かれていることに正直驚きました。ワンネスに対する言葉、“分離”という言葉が同じところに書かれているのですから。

それでは現代の辞書に変化があったかどうか調べてみましょう。



アイデンティティ・・・ユニークで見分けられる特徴がある  
パーソナリティ・・・個人が特有の存在として認識される行動やメンタルな性格すべてをあわせたもの、個性  
インディビデュアリティ・・・個体、個人、単一体

興味深いですね。長年の間にアイデンティティの意味が完全に変わったようです。他の二つは基本的に同じです。ワネスという言葉を除けばですが。チェインバーズの辞書は私たちがアイデンティティにとらわれている間は無変化のままであることを示しています。

それでは私の見方です。私たちは生まれるとすぐに名前を与えられます。名前の目的は私たちを見分ける、確認するためです。同じ名前の人がたくさんいることを考えると、これはチェインバーズに書かれていることと同じ意味になります。しかし、大人になる過程で私たちは自我のパーソナリティ、個性を発達させます。自我のパーソナリティは悪いものではなく、スピリチュアルな道において非難されたり抑制されたりすべきものではありません。

私たちは自我／パーソナリティとはアイデンティティと同じだと見なします。つまり、自分とは名前や体、そして育っていくパーソナリティであると考えます。

長年の間にパーソナリティはある特質・特徴を発達させ、その中にはあなたの中に深く留まるものがあります。死ぬずっと前から、人は明確なパーソナリティを持ったアイデンティティを確立します。本来、死とはセルフ(本当のあなた)であるあなたのこの偽りの表現を打ち砕くようデザインされています。セルフの真理が示される機会です。

そして、たくさんの生まれ変わりを通して形成されたパーソナリティは発達しつつある魂に刻みこまれます。そのため文字通り誕生からすでにある特質、特徴をもった子供が生まれるわけです。

事実を言うと、私たちはアイデンティティでもなければパーソナリティでもありません。明るくてオープンなパーソナリティを発現させる人はその人に有利なことがたくさんあるし、閉鎖的なパーソナリティの人はハンディを負っています。でもわかっておいてください。どんなパーソナリティであろうとこれらは、アイデンティティの特質、特徴であって本当のあなた、セルフの特質ではありません。

私たちは自分であると信じているアイデンティティと、変化していくとき手助けとなるか抵抗してくるパーソナリティを持っていますが、そのどちらでもありません。

しかし、いずれにしろ変化は起きます。どんな表現であれ真理を表さないものは挑戦を受けることになります。これが人生の目的です。セルフの意味です。できる限り最高の真理を表す為に、です。

発達しつつある魂が人間の表現をとるとき、選択することができます。選択がなければ自由な意思がなくなるからです。自由意志は人間の表現にとって欠かせないことです。

その選択には大きく分けて

ワネスとインディビデュアリティを選択するか

あるいは分離とアイデンティティを選択するかの二つがあります。

明らかに私たちは後者の困難な道を選択しています。アイデンティティは自分の外を、目を通して物質界の分離を見ます。これが私たちの信念、現実となって、いまだに続いています。これが、世間の総意による現実の土台になっています。長い間、私たちはこの幻想の中で困難を経験してきました。その幻想とは、“私たちははかない短命の存在である”というものです。肉体を持ったスピリチュアルな存在であると気づいている人もたくさんいます。しかし、そのスピリチュアルな可能性、潜在性を十分に生きる人はほとんどいません。

何世も生まれてくる間に魂は叡智と経験を通して発達し成長します。叡智と経験、この強力な二つが調合して知恵を生み出します。賢明な魂は、アイデンティティ、パーソナリティ、信念、考え、人々、場所、物質的なものに囚われないようにすることを学びます。そして、アイデンティティがスピリチュアルに目覚めることはないことを学びます。

セルフ・本当のあなたへの気づきは、アイデンティティセルフが死ぬとき起こります。そしてセルフが現れます。

パーソナリティは残りますが、これはたいていオープンで柔軟なパーソナリティです。このパーソナリティはまだ手放すものをもっています。その囚われを手放すたびにますますオープンに、ますます透明になっていきます。

同時にインディデュアリティが成長します。これは違いを表すインディデュアリティではありません。それはワンネスの中にあります。このインディデュアリティはすべての中の一つであり、一つの中のすべてであることを内なるところからわかるときに生じます。意識の中でこの飛躍的な跳躍が起きたとき、あなたはすべての中の一つになります。あなたがアイデンティティを手放すとき、あなたは真理の中で、大切なインディデュアリティへの旅が始まったばかりであることを見出します。

すべての中の一つ、一つの中のすべて・・・それは真のインディデュアリティの誕生です。

この時点でアイデンティティは分離から生まれたペテン師であることがわかります。

一方、あなたのパーソナリティはよりソフトにより穏やかな落ち着いたものになります。

パーソナリティはもはや判で押したような違いではなく、このプロセスによって、あなたはこれまで以上に、ユニークな存在となります。

要約すると、あなたがセルフ、本当のあなたになればなるほど、パーソナリティは透明になっていきます。

この段階でアイデンティティは多くの人が人生と呼ぶ幻想の中で生き続けるためのラベルに過ぎなくなります。

インディデュアリティはそのときワンネスを生きるのみです。

あなたは分離の世界を生きるのかワンネスの世界を生きるのかきめなければなりません