

# マイケルJローズ ニュースレター 2009年 春号



お元気ですか？いつもなら2月発送予定のニュースレターをやっとお送りする準備ができました。年4回発行予定でしたが、これからは年2回になりそうです。常に変化しているマイケルとキャロリンの流れに沿ってこのニュースレターも今回で一区切りさせていただきます。これからは、メルマガ及びHPにて配信させていただきます。

5月25日発売予定のスターピープル29号にマイケルのインタビュー記事が掲載されます。楽しみにしてください。

今年度は、東京でのイブニング・トークを準備しています。テーマは「自然界のスピリット・パンとの旅」です。今、マイケルが体験している豊かな学びを話してくれることと思います。お友達やご縁のある方をお誘いいただけると嬉しいです☆

誰もが自分の制限から自由になり あるがままの自分を愛し 内なる愛を喜びとともに表現してこの生を楽しめるようより豊かで広い真理が、一人でも多くの方たちに広がりますように！

たくさん愛と感謝を込めて やすみ

## マイケルのお話 by マイケル



第44代アメリカ合衆国大統領バラク・オバマ氏の就任式を見るためにキャロリンは朝早く起きました。私も1時間ほど彼女と一緒にテレビを見ました。歴史が展開される様を見ながら、アメリカ人の中に新しさを感じることができました。長年、人々は大統領の政策に分離感と不満を抱いていました。分離感とは分離した状態を意味します。大統領が、共和党であれ民主党であれ、「月並み、同じまま」が要因として続いてきました。人々は「同じまま」に大変不満を抱くようになり、投票するのを止めるようになりました。人々の間に無関心が忍び寄りました。無関心が持つ性質は、解体することです。前大統領ジョージ・W・ブッシュ氏の「月並み」な政策に、人々は変化を求めて叫ぶようになりました。変化とは、月並みと正反対です！

オバマ大統領とミッシェル夫人がペンシルバニア通りをゆっくりと通り過ぎるとき、何百万もの人たちが彼らを激励し、彼、バラクの就任演説の一言一言を熱心に聞き入りました。アメリカ人の多くが大統領の選出において一つになったことは明らかです。そこに確実に動いている新しい希望のエネルギーを感じることができました。私たちは土壇場にならないと成長し変化しないようです。不思議ですが、それが人間の現実です。人生がもっとも困難になるまで待つのです。世界的な景気後退と失速する経済で、現在、多数の生活は大変困難なものになっています。

オバマ大統領はすべての大統領が直面しなければならない厳しいテストにまだ合格していませんが、私はこのことに関して楽観的です。彼は 時代が必要とする人であり、きっと成功すると思います。私たちが合衆国をどのようにみなそうと、良かれ悪しかれ、これほど世界的な影響力を持っている国は他にありません。より良い時代到来の機は、とくに熟しているのですから。

私たちの家セレンディピティを売りに出してからもう一年以上経ちました。この間、一件の申し込みもありません。このことにはメッセージがあるようです。私は、人生の道しるべとなるメッセージに注意を払うようにしています。転居を

考えた理由には、キャロリンと自分の為にある程度自給自足できるような新しい家を見つけたかったこと、そして三男のラッセルと同じ敷地に暮らすことで彼が借金をしなくてすむよう経済的援助をしたいことがありました。思いやりからの目的です、多分…。しかし、本当に彼の為に最善なのかどうか、おそらく、そうではなさそうです。経済的援助は彼に義務というハンディを背負わせかねません。私がそんなことを望んでいなくても結果的にそうなるかもしれません。

売らないことに決めたことで、どこに向かうか分かりませんがラッセルは自由に彼自身の道に従えます。オーストラリアの他の州に行くことになるかもしれない兆しがすでにあります。キャロリンにとっても、よい決断となりました。この家を出たとき、長年保留になっていた改修をすべてしてもらいました。キャロリンは内装に彼女の才能を発揮しました。他の国ではどうか知りませんが、オーストラリアでは家を出るとき魅力的にするために本格的な改装をするのが一般的です。その結果、キャロリンはこの家がさらに好きになり、自分の家のように感じています。この間、何件か家を見に行ったのですが、彼女はどの家も気に入りませんでした。それに、今よりも規模が小さく、見劣りする家に住む気はありませんでした。

私は、長く寒い冬の終わりを迎えたリスのように、うずうずしていました。庭を管理しやすいよう庭の造りを少し変えました。それからいくつかの計画、たとえば、家の前にあるドライブウェイで陽が良くあたることを菜園にするとか、たくさんいるウォータードラゴンが庭を自由に動けるようにするため猫用の囲い込みスペースを作るなどに着手しました。24匹のウォータードラゴンはもうすぐ孵化します！

次にすることは、私が収集した一風変わった愛らしいアデニウムとパキポディウムのために温室を作ることです。考えていたよりも規模は小さくなりますが自給自足するための準備も始める予定です。

今年は5ヶ月ほどツアーで不在になりますが、私にとっては好都合かもしれません。執筆に関しても、です。庭の作業に熱中しすぎて、メタフィジカルな旅が少しおろそかになるからです。私にとってメタフィジカルなことはとても重要です。しかし、自分のアイデアを現実にするものである限り、汗を流しての骨の折れる作業も大好きです。

家の売り出し中止について書いた理由は、私たちの人生を垣間見ることで、すべてが計画したとおりに運ばないことが分かると思うからです。あなたたちと同様、私も未来に何が起きるか分かっていないことを伝えるためです。知りたいとも思いません。人生の神秘は、前もって知ることでなく、コントロールすることでなく、あなたの計画を無理矢理実現することでもありません。それは、柔軟性、苦勞のない努力、手放しについてであり、人生が差し出す流れとリズムに沿って動いていくことです。勿論、あなたは、あなたの人生というボートを自分で漕ぎます。しかし、その川の流れに逆らうのではなく流れと共に行くことです。川の主流から離れる準備も必要です。もし、生命がパワフルに指し示しているなら、副流に従う勇気も必要です。人生の主人公になるとは、恐れなく、その流れがあなたをどこへ連れていくのかを知ることなく、流れに沿って行くことです。

このことに関するとてもシンプルな言葉があります。「人生とは謎解きのパズルではなく、生きる神秘です」私たちは、このパズルを解きたいと思います。しかし、大いなる神秘をつなぎ止めておくことはできません。あなたは神秘と一体になることはできますが、そのためにはあなたの信頼が必要です。

あなた自身を十分に信頼するなら、あなたは人生を信頼します。それは、善悪に関係なくあなた自身を信頼することを意味します。信頼にはたくさんのレベルがありますし、たくさんの次元さえあります。しかし、あなた自身の人生で、あなたにとって意味を持つところから始めてください。私は家を出たことが間違いだったとは思いません。振り返って素晴らしい成長の過程だったと思いますし、それぞれにとってとても良かったと思っています。

できるだけ自分に対する深い寛大さをもって新しい日々を生きてください。そうすることで、あなたはあなたの偉大さを受け取ります。

愛と光の中で マイケル

# ローズウェイからのご挨拶

by キャロリン



前回のニュースレターからしばらく経ちました。年4回の発行を2回にすることを決めて以来、初めてのニュースレターになります。海外での日々が長くなってきたのでこれまで通りには発行できなくなってきました。そのため今回の号を盛りだくさんにしましたので、その分楽しんでください。

書籍に関するお知らせです。「Through the Eyes of Love」のドイツ語版とフランス語版が出版されます。「コンシャスガーデニング」のフランス語版も出版されることになりました。「時間のない領域へ」は日本語版が出版されます。「魂との対話」「魂への旅」英語版は今年の終わりにE-ブックとして読めるようになります。その他の本はオーストラリアのローズウェイHPでE-ブックとして入手できます。

今、マイケルは「Through the Eyes of Love」の2冊目を書いています。それには、パンとの出会い・・・永劫の昔・・・どのように彼らのつながりができたかを記しています。彼はまたユニコーンやドラゴンがいる領域を訪問しています・・・単なる神秘ではありません・・・とても興味をそそられる書き出しです！

ドイツ、オランダ、日本、アメリカそしてノルウェーのローズウェイホームページとリンクしました。ジェニーのおかげで私たちのホームページで2008年度ニュースレタードイツ語版を読むことができます。またニュースレターをソフィーはフランス語に、やすみは日本語に翻訳してくれています。

ナナとアンキは今年もオランダとアメリカ東海岸でのインテンシブで歌のワークをします。インテンシブと言えば、アメリカとオーストラリアのマイケルイベントには、オンラインで申し込みができます。

二人の新しいオーガナイザーを紹介します。エリザベス・クック、彼女は今年、私と一緒にオーストラリアのセミナーを主催しますが、来年からは一人で主催予定です。彼女は、数年前、インテンシブで病気が癒される経験をして以来、マイケルの教えにとっても熱心に取り組んでいます。これまで主催してくれたラッセルのパートナーであるカトリーナに感謝します。オランダでは、今年たくさんのイベントがあります。主催者のアイリーン、ようこそ！！同時にこれまで主催してくれたマリエッテに心から感謝します。

山火事と洪水のときに心配してメールを送ってくださった皆さん、ありがとうございます。マイケルはこのことに関する記事を書いています。ホームページの最初のページから読むことができました。

私たちが住んでいるところは、山火事と津波が起きた間の小高い山に位置していますが、問題はありませんでした。

それから、今住んでいるところにもこれから住むことを決めました。マイケルがこのことについては書いているので省きますが、2人ともこの決定に喜んでいました。家を売りに出している間に、庭に手を加え、家の中もきれいになりました。「どうしてこの家から出ようとするのですか？」我が家に来ていた職人さんたちからよく聞かれました。改善すればするほど、ますます笑顔で歩き回りました。次第に新しく、より現代的な家になりました。二人の間の会話が、「とても素敵な家よね。このまま住んだらどう？」・・・その言葉が、「どうして引越すの？」に変わってきました。ここに住み続ける決定はハートから来たものです。引越しの理由は、熱いナイフの上のバターのように溶けてしまいました。私たちがしたかったことで、ここでできないことは何もありません。それで、ここに住み続ける・・・この決定をととても素晴らしく感じます。

実際、すべてを素晴らしく感じています。人生において以前は、どれほど関係がうまく行っても、どれほど、仕事に順調でも、どれほど幸せでも、何か足りないという感じがいつもありました。あるいは何かうまくいっていない、あるべき様と違うなど・・・でも、もうありません。この瞬間に生きることができないといった思いもありません。私は、最愛の人と共にいて・・・すべてを素晴らしく感じます。

お願いがあります。旅の間に贈り物をいただき皆さんに感謝しています。しかし、今年は4ヶ月ずっと旅に出る予定です。四季に応じた服も持って行きます。皆さんの気持ちはとてもうれしいのですが、どこかでスーツケースに入らなく

なってしまいます。また、オーストラリアの自然環境はとてもユニークで、脆弱です。自然からできているどんなものも持ち込むことは禁止されています。ですから、私たちにではなく、無条件の愛の贈り物をあなた自身にプレゼントしてください！

今年の2月14日は、新しい水瓶座の時代の先触れでした。セントバレンタインという聖者の日は、先触れとしてとてもふさわしい日だと思います。この時期、宇宙は愛と平和の顕現をサポートするため完璧な配列を体現しました。この新しい波動は、国々に、環境に、そして私たち自身の内に変容と調和の経験を強めてくれることでしょう。

宇宙のバランスはシフトしました…愛と平和に。私たちが頭の中での戦争を終わらせれば、戦争は終わるでしょう。マスターや聖者が何年も語り、書いてきた千年の平和へと共に乗り出すでしょう。私たちは、個々であり、私たちは一つです。平和への願いが私たちすべてを、完全な表現である一つのハート(One Heart)においてつなげます…誰も傷つけることなくすべての最高の善の為に。

そうなりますように！

愛を、更なる愛を送ります。キャロリン

## 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。質問があるときは、あなた自身のより深いところにすでにその洞察があります。それが一体性というものです。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となるものです。

[質問:物質としての体がほぼ終わりを迎えるとき、医療で手を打つことはありません…では、次にどんな手を？このことに関する、スピリチュアルな見方を教えてくださいませんか？](#)

**洞察:**とても興味深いテーマです。生命がほぼ終わるときではなく、物質的な体がほぼ終わるときと質問者が述べているように生命に終わりはありません。私たちは生命そのものです。知的にも感情的にも理解するのは難しいことですが、スピリチュアルには、それが私たちの現実です。

基本的に死とは、「一体となった肉体とメタフィジカル体を通しての表現を意識が手放す」瞬間です。そして、メタフィジカルな体のみでその表現を続けます。死へのプロセスはよくあることですが、とてもゆっくりしています。その間、患者はできるだけ緩和な痛み止め以外は摂るべきではありません。緩和とは、治療の施しではなく、痛みを緩和して楽にすることです。深刻な病気であっても、病気とは人が体を手放すプロセスなのです。

私たちは死にまつわる偽りの信念や宗教からの暗示的示唆を多く抱えています。死は終わりであると信じている人がたくさんいます。死を迎える年齢についても同じです。子どもが死ぬと早すぎると思います。現代では、60代の死も、早すぎるとみなされます。「まだ若いのに可愛そう」よく聞く言葉です。どうしていつも小さな視野から死を見るのでしょうか。私も数年前に、経験したのでその理由が分かります。たくさんの感情的執着と意識していない感情的不安・不確かさがあるからです。死を迎えている人は、年齢のない存在です。私たちすべてがそうです。「若すぎる年齢」はありません。

生命を本にたとえると、死は本の一章が終わったに過ぎません。他の言葉に置き換えると、死んだということです。私は「移行」という言葉を好みます。死とは物質的な体から、メタフィジカル、スピリチュアルへの移行です。物質的な体とメタフィジカルな体の一つとして保つ霊妙なメカニズムがあります。そのメカニズムが、損なわれたり、乱用から破壊されたり、衰弱したり、あるいは単に解き放たれることで移行が起こります。死はありません。死とはペテン師です。もしこのことに疑いを持っているなら、出版されたばかりの「Through the Eyes of Love-Journeying with Pan」を読んでみてください。死に対する包括的でまったく新しい洞察を与えてくれることでしょう。

物質としての体がほぼ終わりを向かえ、薬も役に立たないとき、その人は、移行の準備をしているのです。その人に愛について話してあげるのは、賞賛と感謝がもたらす素晴らしい価値について、大いなる生命について話してあげてください。生命が終わりを迎えているのではなく、人々がまとっている体という制限から離れつつあるのです。彼らは同じ空間を共有し続けますが、それは大きく異なる波動・振動のレベルにおいて、です。彼らが向かうところ、そこで何が起きるのか・・・すべて彼らが生きた人生次第です。良い人生も悪い人生もありません。私たちが自分の生きかたで生きる人生があるのみです。

移行はある意味、収穫の時です。蒔いた種を収穫します。物質的な時間の間、人生というキャンパスに描いてきたことを私たちはメタフィジカルにも続けます。これは、報酬とか懲罰についてではありません。これは、原因と結果についてです。

物質的に生きている間、私たちは絶えず原因を作ります。そして、すべてのレベルにおいて、物質的、感情的、メンタル的にその結果を経験します。しかし、移行のとき私たちは、以前では、つながりが分からなかったことや、真の理解ができなかったことの結果を、もっと繊細なレベルで、スピリチュアルでありメタフィジカルなレベルで経験します。繰り返します。これは罪とか罰についてではありません。

私たちが、自分自身の現実を創造していることを学ぶことについて、です。私たちが生きる人生、私たちが考えたり、行動したり、反応したりする仕方、それらが、自分で創造している現実という建物のレンガでありモルタルなのです。

無条件の愛、優しさ、許し、相手の気持ちに沿って心から話を聞き、話す・・・これは、「移行」へのよき準備となります。

実際、あなたの人生を生きる素晴らしい生き方です・・・今、生きるのです！

質問:マイケルはいつも「あなたのハートに従いなさい」と言います。それがとても大切なことは良く分かります。その言葉はとてもシンプルです。だから余計混乱します。その意味が本当に分かっているのか自分に確信がありません。考えすぎかもしれません。ハートに従うために何をすべきか話してくれませんか？

**洞察:**一番シンプルな言葉にすると、あなたの人生・生命への焦点を頭からハートに移すことです。同様に、人生について考えるよりも、感じてください。この問題を抱えているのは、あなただけではありません。多くの人が同じ問題を抱えています。「どう感じますか？」と聞いても、彼らは感じていることではなく考えていることを私に話します。人々は考え過ぎています。真面目な話です、大抵の人は考えることを止めている時間よりも、息を止めている時間のほうが長くできるのです！

あなたは、あなたが焦点をあてることにエネルギーを与えています。繰り返します。あなたの焦点を頭ではなくハートにあてるのです。どのように？人生を知的に分析しないことです。人生についての概念的な説明はすべて手放すのです。あなたに示されるままに人生を受け止めるのです。人生・生命は、善悪、正邪、正直と不誠実、すべきとすべきでない、することしないこと、起きること起きないこと、などで判断される必要は在りません。

人生への概念化はすべて恐れからです。恐れは頭にあります。起きるかもしれない、どのように起きるだろう、何がうまくいかないだろうなどと、何時間もおしゃべりします。恐れと心配は、人生の否定的なことを頭で考えます。そのため次第にあなたの自信を蝕んでいくのです。恐れは体を酸性にします。酸性になった体は、心配へ向かわせる否定的な傾向を養うホルモンと酸性の化学物質を作り出し続けます。終わりのない否定的な思考と反応の環を作り出すこととなります。忘れないでください。あなたが焦点を当てるところへ、エネルギーが流れるのです。

起きてくる状況を感じるによってあなたのハートに従うのです。そうすることでハートを元気付け、人生・生命へのハートの直覚(フィーリング)を活発にします。日々のエネルギーを感じるのです。たとえば、動物は彼らが歩く道を臭います。大気の臭いから曲がり角の向こうに何があるか、危険か安全かが分かります。私たちが日々を感じる時、直観を目覚めさせるようになり、直観が洞察を、感覚を、瞬間瞬間のフィーリングを与えてくれます。これは私たちにとって自然なことです。私はこのように生きています。そう過ごしてきて、失望したことは？ときどきはあります。特に、自分の感じを考え、合理的に説明し始めたときに、です。私たちの感じること・フィーリングは通常合理的ではありません。だからといってフィーリングを信頼すべきでないという意味ではありません。

たくさんの方がストレスの苦しみから病院にいます。現代では、ストレスと鬱が病気の主な原因となっています。鬱に

苦しむ人は、ネガティブな思考で生きています。そのためにこの人生が終わっても、次の人生に同じ態度を持って戻ってきます。自分で作り出したことです。ですから、頭からの人生を変えなければなりません。頭の・思考の否定的な側面にエネルギーを与えるなら、つまり、焦点をあてるなら、否定的な感情を刺激することになり、あなたは悲観的な人になります。

ハートから人生に焦点をあてなさい。ハートは愛であり、叡智の場です。勇気は信頼と共にハートに見出されます。

日々をハートから生きると、あなたの勇気を目覚めさせ、人生と自分をもっと簡単に信頼できるようになります。あなた自身を信頼しないなら、人生を信頼することはできません。

ハートに従うことで活力を与えられたハートからの直覚は、人生について、ある状況についてのフィーリングをあなたに与えてくれます。もし、「ひどい」フィーリングを感じたら、引き返すか、注意して進めることです。フィーリングが「良い」ときは、全速力で向かいなさい。このように生きるとき、あなたは楽観的な人になるでしょう。

あなたの焦点を頭からハートに変える練習が必要です。ハートから生きることを学び、ハートに従って生きるなら、あなたはスピリチュアルな道を肯定的な方法で進むでしょう。

スピリチュアルな道は、頭の道ではなく、ハートの道です。

質問: 世界中に金融危機が広がっています。日本でも、同じ状況です。益々たくさんの人たちが仕事を失っています。住むところがない人さえいて絶望しています。勿論、私も決して無関係ではありません。すべては一体ですから。この変化の波にさらされている中、どこに焦点をあて、この世界的な状況をどう認識すればいいですか？絶望のどん底にいる人々にしてあげられることは一体何ですか？

**洞察:** 豊かな国々にも影響を与えている現在の金融危機のずっと前から、「第三世界」は金融危機の中にあります。この種の困難は目新しいことではありません。統計によると毎日飢餓のためにほぼ4万人の人たちが亡くなっています。そのうちの2万8千人は子どもです。この状況を知っていましたか？それとも私たちは危機が身近に迫ってきたときに気づくのでしょうか？

アメリカでは、1日に6千の家が、不動産として回収されているそうです。何故？銀行が、実際の収入よりも、クレジットカードで生活することを人々に勧めているからです。そして、人々は実際に稼いで支払える金額以上のものを買って、それを所有する権利があると信じているようです。銀行の関心事は投資家に対してであって、出資金を貸し出す人々にはありません。もし、人々が収入の範囲内で生活するなら、危機はないでしょう。クレジットカードのひどい誤用が今回の主要な要因の一つです。クレジットで使える上限額が、自分のものであると信じている人たちがいます！遅すぎますが、たくさんの借金を抱えたときに彼らはそうでないことを学ぶのです。あるいは、クレジットを最大限使って、クレジットを有効にしておくために最低限だけ支払います。経済的な破滅への早道です。賢明でいましょう。クレジットカードは毎月精算されるようにしましょう。

おそらく、この危機は、貧しい国の人々の苦境への思いやりを私たちがもっともつことに役立つでしょう。トリクルダウン効果(記者注 政府資金を大企業に流入させるとそれが中小企業と消費者に及び景気が刺激されるという理論)とは、その国の人々が苦しむことを意味しているようです。十年ごとに見ると、ますます多くの国々が、財政的に生き残れるぎりぎりのところに近づいてきています。

どこへ焦点をあてましょう。絶望の中にいる人たちに何ができるでしょう。まず、私たちは経済の授業を学んでいることに気づく必要があります。無知の中でこれからも批難を続ける人もいます。やりくりの責任は自分にあると学ぶ人もいます。このことに関して、正しいも間違いもありません。ただ経験があるのみです。犠牲者もいません。

私たちは誰もが自分の現実を創造しています。危機が解決されることに焦点をあてましょう。愛に焦点をあてるのです。成長と広がりにも焦点をあてましょう。人類はいつも快適さと容易さを通してではなく、危機と苦しみを通して成長しています。どれほど、感情的、物質的なことに思っても、今は、スピリチュアルな成長のときなのです…もしあなたが、このことすべてに肯定的な態度と焦点を選択するなら、です。

あなたの中から危機という言葉が消して、成長に置き換えましょう。

私たちは再構築の時を経験しています。西欧社会が経済的責任というレッスンを学べる時です。

60億の総人口のうち、20億の人々が、1日1ドル以下で暮しています。15億の人々が1日2ドル以下で暮しています。10億の人が、1日10ドル以下で暮しています。振り子が運動(情勢が浮沈)しているとき私たちは気づき始めます。

振り子はいつも運動していると！世界的な思いやりを育てるときです。私たちはミツバチに似ています。もし、ミツバチの巣が栄えたら、すべてのミツバチが栄えます。人類の巣である地球は、困難に陥っています。解決の一端を担うには、必要としている人の助けとなることです。すべての人類は一つです。愛をもって解決の一部となることは、全体とつながり、全体を手助けすることになります。愛から、です。

質問: 仏教のリトリートに参加しました。そこでのメッセージは自分を愛することだけでなく、私たちが知っている自分は存在しないこと、すべてのことへの非妥協への理解(つまり囚われを捨てていく)と無に到達するため、そして自分を無くすために瞑想すべきであること、でした。私の質問です。私が愛すべき自分とは何でしょう？ 仏教では、そのことを「マインド、肉体、感覚、意志、意識の五蘊(5つの苦しみ: 色蘊、想蘊、受蘊、行蘊、識蘊)として表現しています。本当の私は五蘊を愛していると思います。だから、私には、思いやり、愛、平安、祝福、叡智などの素晴らしい質でできている本当の私があります。この本当の私も、マインドの一部ですか？ 本当の私は、仏教徒が呼ぶ自我を愛していますか？ では、自分を愛するにはどうすればいいのですか？ 囚われない態度で？ どんな感じで？ 子どもを愛するように、ですか？

それに私は、そもそもどうして自分を愛したいのか、その理解に苦しんでいます。自分を愛すれば平安がもたらされることは分かります。しかし、それは自分を愛する結果であって、ほど遠い誰かを、何かを愛する理由にはなりません。私は正しく理解したいのです。

**洞察:** あなたは混乱しています。まず、あなたが従う道についてもっと明確になる必要があります。もし、仏教徒の道を歩いているなら、その哲学に、考え方に従うことを学ばなければなりません。すべての主義者と主義には、人生に関する彼らの見解があります。彼らは、人生を、彼らの見方で見ると、そしてよくあることですが、それが唯一の道であると考える傾向があります。

私は、アイデンティティセルフ(自分であると思っている自分)の死を経験しました、仏教では、それを、無我というでしょう。しかし、私は自分自身で作り出した痛みと苦しみの旅の途上、自分自身の方法でこのことを経験しました。あなたの質問は頭からのもので、どんな答えも、あなたに違いをもたらすことはできないのでは、と思います。

魂の旅は、頭ではなく、ハートの旅です。

仏教に敬意を払っていますが、仏教は人生をとっても複雑にしていると私は思います。キリストがそうであったように、仏陀も人生・生命をとってもシンプルに見ていました。しかし、何世紀もの間に、仏教もキリスト教も複雑にされ、そこなわれてきました。私は無宗教ですが、私の観察と経験から、人生・生命は驚くほどシンプルであると言えます・・・しかし簡単ではないと！

あなたが書いている本当の自分(real self)を、私は大文字のセルフ(Self)といつも書きます。セルフとは不滅であり、本当のあなたである大いなる存在です。アイデンティティセルフは、エゴが属する個性の側面です。人々はそれが自分である、鏡に映る姿が自分であると思っています。この一過性の自分には、怒り、批難、苦しみ、信念、そして時間があります。セルフもアイデンティティセルフもマインドを使いますが、どちらもマインドではありません。もっと正確に言うと、セルフはマインドを使いますが、一方マインドはアイデンティティセルフを誤用します！

しかし、マインドは、召使になるようデザインされています。召使としてはとても優れています。マインドが主人になると、あなたは試練と大きな苦しみを経験することになります。マインドが主人になると、私たちは人生の真理を生きるのではなく、人生の幻想を生きることになります。

あなたである大いなるセルフは愛そのものの存在です。あなたがそう感じていてもいなくても愛に満ちています。質問を読むと、あなたは頭の中で愛を理解しようとしています。それは、不可能です。頭にできることは、愛の概念を差し出すことだけです。愛の概念は、愛ではありません。学校の実験室で蛙を解剖するようなものです。解剖されたさまざまな部分は一匹の蛙にはなりません。蛙はユニークな方法で独特なエネルギーを表現する生き物です。解剖されたとき、独特なエネルギーの表現はなくなります。解剖されたそれぞれは、蛙のメタフィジカルな特有さが成し遂げられるための生物学的仕組みに過ぎません。

宗教は、本来の真理を分析し、討論し、再び組み立て、台無しにしてしまいます。キリストも仏陀もそのほかの人たちも本来の真理を経験しました。しかし彼らは、私と同様に真理を十分に説明できません。説明されること・・・それは説明に過ぎません。それは経験ではありません。なぜなら、愛と真理の経験は、直線の時間ではなく、知的なことでも

ないからです。だから、彼らにできることは、真理と愛・・・それは一つですが、真理の方向を指し示す道しるべとして言葉を使うことだけです。

あなたの質問の終わりのほうで、そもそもどうして自分を愛したいのか、理解に苦しむと書いていますが、理解に終わりはないし、理解する必要もありません。しかし、あなたは理解を通して生きようとしています。あなたは、あらゆることを理解しなければならないのです。それは知的な道、頭の道です。その道はあなたをどこへも連れて行きません。頭は、日々の物質的、メンタル的な生活の道具です。スピリチュアルな人生の道具ではありません。理解すべきことは何もありません。何も、です。

人生とは経験されるべきものです。あなたの人生において、神秘的に少しスペースを与えてください。私がここに書いたすべては、知的な理解からではなく、「直接的に知っている」叡智からのものです。「執着する愛」はありません。愛は執着ではありません。強い感情(emotions)だけが執着します。感情は、愛ではありません。これは人生の大きな学びです。私たち人間は、感情的な執着にしがみつ়からずです。

シンプルでいなさい。あるがままのあなたを受け入れなさい。それがあなたです。ユニークで聖なる存在です。達成することも、すべきことも、すべきでないことも何もありません。あなたを受け入れるのです・・・今。あなた自身をしっかりと受け入れる、あなたとはセルフと一つです。あるがままのあなたを受け入れることは自分を愛する基本的な方法です。本当の自己受容とは、自分への愛です。

人生で何かをしようとするのを投げ捨て、人生に明け渡すのです。

どのように？

頭の中で起きる会話に焦点をあてるのではなくハートからの歌に耳を傾けなさい

リラックスしましょう

自分の事をそんなに深刻に受け止めないで

人生とあなたは、美しいもので溢れています

微笑みましょう

質問: 人生のレッスンを学んでいる過程で、最近、拒絶に苦しんでいます。このことが私のスピリチュアルな成長にどう関わるのか洞察を求めています。どうして私は拒絶を作り出しているのでしょうか。

**洞察:** 拒絶は多くの人が抱えている問題です。私もそうでした。その結果が嫌なものであることも知っています。しかし、拒絶はいつもあなた自身の中で始まります。あなたが自分を拒絶するとき、他の人々との間に同じ問題を抱えるようになります。自己批判が強いなら、あなたは拒絶に苦しむことになります。拒絶が起きるとき、あなたは感情的になります。自己批判も、感情的な影響を引き起こします。自分への拒絶と自己批判の間に、感情的違いはありません。

思うにあなたは完璧主義ではないかと思います。それは、たくさんの自己批判を意味し、それは自己への拒絶と同じです。ここに完璧主義への解毒剤があります。

あなたへの受容と支持をたくさん一緒にかき混ぜます。そこに、自己賞賛もたくさん加えます。

日々の暮らしに心地よい効果があると注意書きしてください。

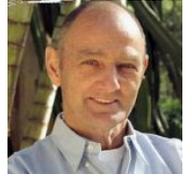
一ヶ月間続けて服用するのです。そうすると、拒絶の症状はなくなるでしょう。

マイケルに質問のある方は下記のアドレスにご連絡ください。

英語での質問はキャロリン宛: [carolyn@roadswayusa.com](mailto:carolyn@roadswayusa.com)

日本語は、こちらへ: [yasumi@galaxy.ocn.ne.jp](mailto:yasumi@galaxy.ocn.ne.jp)

## 地球の凝縮されたタイムライン by マイケル



オーストラリアの地理学の番組を見ていました。番組の中で地球の歴史を1年のタイムラインで見せてくれました。そのことを皆さんに知ってほしくて、番組にメールを送ってその原稿を入手しました。

### 【原稿より】

「地球の46億年の歴史を1年に換算すると、進化の興味深い縮尺となります。

地球が、1月1日に始まったとするなら、岩石・岩盤が現れたのは2月であり、5月頃に最初のバクテリアが発生しました。私たちが発見した化石は11月初旬に現れたものです。11月下旬に生物が、植物と動物が水中で現れ、恐竜たちは12月10日か11日に現れました。12月26日には姿を消します。丁度その頃に、オーストラリア大陸が南極大陸から分離します。しかし、人類に関して言えば、12月31日の最後の数時間に現れます。

たとえば最初のアボリジニは6分前にオーストラリアにやってきたらと思うわれます・・・そして、ローマ人は1年が終わる最後の25秒間に、5秒栄えました。キャプテンクックがオーストラリアに着陸したとき1秒残っていました。ですから、キャプテンクックから宇宙飛行、コメディ漫画のザ・シンプソンズまで、最後の2秒間に起きた出来事なのです」

地球の物質生命について、この凝縮された要約を読むと、大変異なる見方ができると思います。もしあなたが、メタフィジカルな側面からその大きな絵を見るときに思ってください。なぜなら、メタフィジカルが物質生命に先行するからです。生命とは、霊妙な領域で物質の形をとる準備をしている創造の渦巻きであることにあなたは気づき始めます。46億年が創造の逆巻く渦巻きであるように、その渦巻きは続きます。あなたと私はこの本質的な創造の一部です。

創造は、現在の経済的な危機も含んでいます。私たちが行動する仕方が、私たち個人の将来だけでなく、人類の将来を決めるからです。

これは、今年のインテンシブで探求するテーマの一つです。そして、生命・人生と人間のサイクル、チャクラの活性化と調和、内なる癒しから自発的に起きてくるすべて、恐れからの自由、あなたの人生の質の向上など・・・勿論、無条件の愛についても、です。

あなたのハートに触れることを楽しみにしています。

## トレイシーの世界 by トレイシー・ローズ



私の名前はトレイシー、マイケルの一人娘です。時々、家から離れて暮したり、家に戻ったりしていますが、今は、父とキャロリンと一緒に住んでいます。素敵な家での3人の暮らしは快適です。二人が旅で不在の間、私が家や庭の世話をしています。ときどき、ニュースレター用に短い文章を書いています。母が亡くなったとき、私が事務室とウェブサイトの管理をしていました。父が再婚したので、喜んでキャロリンにその仕事を任せましたが、時々手伝いを楽しんでいます。

父から、我が家の庭について書いたと聞きました。戸外に猫用の囲いができてとてもうれしく思っています。25匹のウォータードラゴンたちに定期的に餌を与える場所が養魚池にありますが、その周りに安心して放してあげられるからです。

私は、動物園のすぐ近くにあるオーストラリア野生動物病院で週に2日ボランティアをしています。たくさんの種類の動物の世話をしますが、主にはコアラの世話です。最近、病院に来るコアラの数がとても増えています。先日は85頭もいました。おそらく繁殖期の終わりのせいだと思いますが、生息地が減少していること、犬、人間、そして、車などもその原因だと思います。

病院へ着くと私たちボランティアは、大豆ベースの赤ちゃん用ミルクパウダーをペースト状にします。スポイトを使ってコアラたちにこの食事を与えます。看護婦たちがどのコアラに与えるかを指示してくれます。コアラは、大体幼いか、年をとっているか、重い病気にかかっています。その後、とてもひどい味がするビタミンを与えます。どうしてひどい味だと分かるのかというと、時々コアラたちはそのビタミンを私の顔に吐きかけるからです。その次はお水です。それからヨーグルトが続きます。ときにはヨーグルトが、コアラや私にかかってべっとりします。すべてが終わるとセメント状になる前にコアラの毛皮についているペーストやビタミンやヨーグルトをきれいに拭き取ってあげます。

この拭き取りの作業も、とても簡単なときと、とても難しいときがあります。嫌がらないコアラもありますが、嫌がるコアラもいるからです。嫌がるコアラは、私たちを引っかきます。ひどい怪我をしたことはありませんが、4歳の甥っ子に最新の深い引っかき傷を見せることがよくあります。

最近では、3人から5人のボランティアがおおよそ30頭のコアラにこのようにして餌を与えます。1時間から2時間かかります。一日の主な仕事は、個々の小屋の掃除です。午後は、何人かのスタッフがそれぞれの小屋から古くなった葉を取り除いて新鮮な葉に入れ替えます。コアラが食べるのはユーカリの葉です。オーストラリアには600種以上のユーカリがあります。そのうちコアラが食べるのはおおよそ20種のユーカリだけです。ユーカリの葉は、他の動物にとって毒性があります。コアラにとっても硬くて消化に時間がかかります。だから、新芽を欲しがります。ユーカリの成分は、コアラにとって緩やかな鎮静剤としての働きもあり、その効果もあって彼らは1日18時間ほど寝るのです。次の日は、別のボランティアグループが来て、同じこと繰り返します。

愛を込めて トレイシー

## 地下鉄のバイオリニスト by マイケル



このお話はインターネット上で流されているのであなたはもう知っているかもしれませんが、まだ読んでない人には是非読んでもらいたいお話です・・・

ワシントンの地下鉄で座っていた男性がバイオリンを弾き始めました。寒い1月の朝のことです。彼はおよそ45分間、バッハの作品を6曲弾きました。通勤時間帯だったので、何千もの人々がその駅を通りました。ほとんどの人は、通勤途中でした。

演奏を始めて3分後に中年の男性が演奏に気づきました。歩く速度を緩め、数秒立ち止まりました。それから、また急ぎ足で去っていきました。

1分後バイオリニストは、1ドルを受け取りました。その女性は立ち止まることなく缶の中に1ドルを投げ入れ歩き続けました。

数分後、誰かが演奏を聴くために壁にもたれかかりました。しかし、その人は時計を見て、再び歩き始めました。仕事に遅れたようでした。

演奏にもっとも引き付けられたのは、3歳くらいの男の子でした。母親は急ぐよう男の子の手を引っ張りましたが、男の子は立ち止まってバイオリニストを見ていました。ついに母親はこどもを強くながしたので、こどもは歩き始めましたが、ずっとバイオリニストを振り返ったまま見ていました。何人かのこどもも同様でした。両親は例外なく、こどもを無理やり歩かせました。

45分間、バイオリニストは演奏しました。6人だけが立ち止まり、しばらく演奏を聴きました。およそ20人が彼にお金を与えましたが、普段のペースで歩き続けました。彼が集めたお金は32ドルでした。演奏が終わり、静かになっても誰も気づきませんでした。誰一人拍手も送りませんでした。

そのバイオリニストが世界でもっとも優れた音楽家の 1 人であるジョシュア・ベルとは誰も知りませんでした。彼は、350 万ドルの価値があるバイオリンで、これまで書かれた中でもっとも難解な作品を演奏しました。

地下鉄で演奏する 2 日前、ジョシュア・ベルは一席平均 100 ドルする劇場を埋め尽くしました。

これは本当の話です。ジョシア・ベルのお忍びの演奏は、認識に関する社会的実験の一部としてワシントン・ポスト紙によって行われたものでした。実験のあらまは、次のようなものでした。不適切な時間に公共の場で、私たちは「美」を認識することができるか？立ち止まって演奏を鑑賞できるかどうか？思いもつかない状況でその才能を認識できるか？

この実験からみて有り得る可能性です。最高の音楽家による素晴らしい演奏を立ち止まって聴く時間を逃すとすれば、私たちはたくさんのことを見過ごし、見逃していることでしょう。

## 意識のコラム by マイケル



過去に決めた自分の「決め事」について時々問い合わせがきます。決め事・・これは彼らを使う言葉です。それらは、否定の人生を生きることであったり、苦みの人生を生きることであったり、回避の人生かもしれません。いずれにしろ、彼らは自分の決め事に従う義務があると感じています。

スピリチュアルな道で苦しんでいたとき、痛みの道を歩くというルールを自分に課したとは思いませんでした。「苦みの人生を生きる」は、私の決め事ではなく潜在意識にプログラムされた結果でした。この否定的な決め事に関するメールは何故かアメリカとカナダからです。

私は決め事の前に「否定的」という言葉を付け加えました。なぜなら、自分に対して課す決め事は人生を必要以上に困難で痛みを伴ったものにしてしまうからです。彼らの決め事には、自分を愛することや、気楽に生きることや、自分に対して優しくするといったことは何一つありません。

これまでもたくさんの人々が自分に課した決め事について話すのを聞きました。しかし、彼らが意識してネガティブな決め事を自分に課したということについては同意できません。そのようなことはありません。もしそうだと信じているなら、あなたのマインドは、幻想のゲームを演じています。その信念に固執したいなら、それはあなたの自由です。しかし、そうすることであなたに役立つことは何もありません。もっとよく調べていきましょう。

私たちが抱える問題の一つ、それはあらゆることを合理的に説明しようとすることです。物事を理解するには、合理的に説明しなければならぬと信じています。そして、何かを理解したと思ったとき、もしかしたら間違っているかもしれないとは考えません。どうしてでしょう？理解を得て、その理解が間違っていたら、理屈に合わないからです。

私たちは人生を知的に解釈しようとする癖があります。人生が知的に意味をなす必要があります。意味をなすまで、理解できるまで、私たちは人生の見方をゆがめたり歪曲したりしてしまいます。そして後、人生・生命についてほとんど何も知らない大多数の人たちの中に安住します。もし、十分な数の人たちが何かを信じるなら、それが彼らの生き方を決める尺度となるのです。多数の決め事であり規則です。

このようにして、イスラム教、キリスト教、仏教などの規則が山ほどあるのです。そして、この規則はそれ自身と葛藤がある、あるいはお互いの規則でいつも対立しています。規則、決め事に囚われている人々は、争いを生きています。

はっきりさせましょう。もし自分に対して課した決め事に葛藤があるのなら、あなたは自分と対立しているのです。あなたの中に葛藤を生み出す決め事は、葛藤そのものが目的ですか、あるいは苦しい人生を意識して生きるためですか？それとも信念への執着の結果ですか？その答えは明らかです。内なる葛藤のほとんどは、偽りの信念によって作り出されています。セルフにとって、愛に出番のある決め事以外は必要ではありません。

あなたを大切にしない、サポートしない信念を手放さない。そうすることで新しい日々をあなた自身のために創造することができます。より偉大な真理を見えなくさせる信念は、どんなことでも投げ捨てなさい。あなたを小さくするよう

などんな信念も手放しましょう。これだけが唯一の道というどんな信念も、この道だけが救済への道という考えも、捨ててしましましょう。大体、何百万もの人々が共有している信念は偽りです！可笑しいと思いませんか？真理への真の探求者としてスピリチュアルな道を歩き続けるなら、私が言っていることの真理に気づくときがくるでしょう。

よく話されてきた言葉があります。「私たちは集団で眠りにつきました、そして、1人ずつ目覚めます」この言葉には、多くの真理が含まれています。大多数の人々は、自分に課した決め事によって眠っています。決め事が、彼らを眠ったままにさせています。目覚めるために、全ての信念に対する執着を手放す必要があります。信念という空虚な囲いのなかに自由はありません。

気持ちの上で信念を必要としないことです。このことが、私たちを次のステップへと向かわせます。なぜなら信念は知的であり、同じくらい感情的だからです。実際、信念に対して感情的な囚われがなければ、その信念に対する知的な必要はないと言えます。

感情と知性は、メタフィジカルでスピリチュアルな人生・生命を、理論付け理解したがるため、私たちは混乱しています。理論付けて理解することは決してできません。知性も感情もそうするにはできていません。知性と感情は、全体的な生命の中で異なる役割をすることになっています。

メタフィジカルでスピリチュアルな内なる智覚は、大変異なる仕組みで作用します。これは、普通「神秘的な認知」として知られています。私はそのことを「直接的な知」(direct knowing)と呼んでいます。

「直接的な知」は理解を超えた経験です。それは、受け手の能力に比例して育ち強まります。「直接的な知」あるいは、「神秘的な認知」は知力・知性に基礎はなく感覚の鋭い叡智にあります。私たちはその叡智を信頼し、生きる必要があります。

感情(Emotions)について、私たちは、感情的な存在なので神秘的な認知を伴うことがあるかも知れません。しかし、感情がその経験をコントロールしたり促進したりしません。

自分で課した決め事という幻想を持っているなら手放しなさい。

信念も手放しましょう。信念は偽りです。

その信念を作り出したのはあなたですから、簡単に手放すことができます。

私たちは、誰もが自分で信念を作り出しています。勿論、意識して作り出したわけではありません。しかし、コンピューターのように、私たちは、自分の考えや行動を決めるソフトウェアプログラムを持っています。そのプログラムは自分の過去に基づいています。そして、ほとんどの人は、潜在意識から人生を生きます。

私たちは、十分に意識して生きるようデザインされています。つまり、毎瞬を意識して生きるように、です。しかし、潜在意識の繰り返しに閉じ込められていることに気づかないまま、私たちは昨日の繰り返しを生きています。繰り返しがあまりにも長く続いてくると、自分がかかえている問題や自分の信念の中だけに存在する問題のために精神科医にかかる人たちができます。

潜在意識にプログラムされた私の信念は「人は原罪を持って生まれ苦しみを通して成長する」でした。クリスチャンと同じです。この信念はとっくの昔に捨てたつもりでしたが、49年間、私の中に存在していました。大多数の人たちにとって、潜在意識のプログラム・信念は、一生涯、そして次の生涯と何生にも渡って存在し続けます。偽りの信念は、苦しみを生み出します。では、気づいていない信念をどうやって取り除きましょう？

知的に考えてそぐわない信念を、私たちは排除しようします。しかし、その信念は、潜在的なプログラムに固定されているだけでなく、私たちは、感情的にも囚われています。私たちはそのことに気づいていません。ここでは書ききれないことを書き始めてしまいましたが、とにかく、あなたにとって自由とは何かを書き出してみてください。そして、今のあなたの人生と比べてみましょう。

自由について書いてみましょう。

愛する人たちに囚われない。いかに行動すべきかを考えるというより、ただ行動する。信念に囚われない。あなた自身やあなたの考えに他人の同意を必要としない。あなた自身を深刻に受け止めない。このリストは続きます。

私がかつとも感謝する自由の一つ、それは心配や不安からの自由です。どんな感じがするかさえ忘れませんでした。不安があったところに、今は内なる平安の聖なる空間があります。

誰も、自分の過去に制限されていません。

この瞬間に生きる選択ができます。  
自由に今のあなたを表現できます。

潜在的なプログラムを離れ、この瞬間に意識して生きることが必要です。しかし、その選択をするかどうかはあなた次第です。その選択を現実のものとするには、その選択を生きなければなりません。どうしてもあなたの決め事に囚われるのなら、一つだけ私が認めることがあります。それは「目覚める」です。とても価値があります。

あなたの明日を、過去の繰り返しではなく、新しさに満ち溢れたものにしましょう。  
昨日のあなたではなく、今日の新しいあなたになりましょう。 愛と光の中で マイケル

## 2009年度ローズウェイ・インテンシブ・セミナーのお知らせ

キャロリンが書いているように、「Through the Eyes of Love ... Journeying with Pan」の2冊目をマイケルは執筆中です。1冊目は主にパンから、そしてトリーニー、ヒラリオンからの学びが書かれています。1冊目を読んでマイケルのメタフィジカルな体験の素晴らしさ、そこでの学び、豊かな世界にわくわくし、感動しました。(只今、翻訳中です!) そんなマイケルが、この秋もさらにパワーアップしてより広大な真理の経験を、大いなる愛を伝えてくれることと思います。オープンになって大いなる愛を経験しましょう☆

また、自然界のスピリット・パンからの学びがとても楽しみです♪マイケル、キャロリン、そして、そこに参加した人たちのエネルギーの中から素晴らしい経験と学びが生まれます。

まだ早いですけれど、今からぜひ予定を立てておいてください☆ やすみ

### \*イブニング・トーク in 東京 自然界のスピリット・パンとの旅 Journeying with Pan

日時:10月2日(金) 19:00~21:30( 18:30 開場)  
場所:中目黒 GT ホール(予定) 参加費:3,500円(予定)

### \*東京ウィークエンドセミナー ハートから生きる Living from Your Heart

日時:2009年10月3日(土)・4日(日)  
場所:T's SALON (渋谷予定)  
参加費:50,000円(7月10日まで47,000円)

### \*インテンシブセミナー 愛の癒しのパワー The Healing Power of Love

日時:2009年10月9日(金)10:00~10月13日(火)15:00  
場所:長野 女神山ライフセンター(上田市大字野倉 84-2 0268-38-0777)  
参加費:108,000円(セミナー72,000円 宿泊 4泊5日 36,000円)

### \*スピリット・オブ・ネイチャーセミナー The Spirit of Nature

日時:2009年10月6日(火)10:00~10月8日(木)  
場所:長野 女神山ライフセンター(上田市大字野倉 84-2 0268-38-0777)  
金額:65,000円(セミナー46,500円 宿泊 2泊3日 18,500円)

### \*京都ウィークエンドセミナー 本当のあなたとの関係 Your Relationship with Your Self

日時:2009年10月17日(土)・18日(日)  
場所:京都パレスサイドホテル(上京区烏丸通下立売上ル桜鶴円町 380 電話 075-415-8887)  
金額:35,000円(8/18日以降 申し込み 38,000円)予定

お問合せ先などの詳細は メール [info@roadswayjapan.com](mailto:info@roadswayjapan.com)  
ホームページ <http://www.roadswayjapan.com/>

私たちは愛の存在です  
地球をも超えてすべての生命をつなげているのは、愛です

愛は、生命の最たる要因です  
私たちがここにいる理由は愛です  
何度も何度も生まれ変わる理由は・・・すべてとつながるために、無条件の愛を経験するために・・・そして、感情的に成就するために

あなたの制限を超えて、ハートへと向かいましょう  
本来、あなたがいるべきところへ、  
そこから生きるべきところへ・・・それは大いなる愛です

by マイケル

マイケル・J・ローズに関するお問い合わせ先： Roadsway Japan 大亀安美 tel/fax 0897-34-8914  
URL: <http://roadswayjapan.com/> e-mail: [info@roadswayjapan.com](mailto:info@roadswayjapan.com)