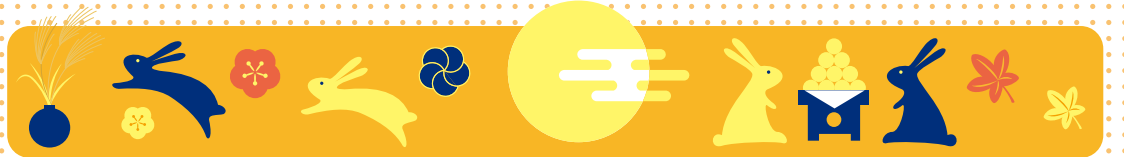


健幸タイム



2024年春に出版された高島亮さんと鳴海周平の共著『運』のミカタ(ワニ・プラス)から、前回に引き続き本編未掲載の特別対談をお届けします。

「明るい」は「あ、軽い」

鳴海周平(以下、鳴海) 前号では「運に良し悪しはなく、生きていくうえで、いろいろな人や物ごとと関わりながら運ばれていくさま」のことを「運」と呼び、運を良くするのではなく運と仲良く(運を味方にする方法)についての共通した認識をあらためて確認しました。周りの皆さんからよく「似ている」と言われる僕たちですが、執筆を一緒にさせていたくなかでも、さまざまなシンクロナ現象がありましたね。

高島亮さん(以下、高島) はい、別々に執筆しているのに照らし合わせたかのような内容になっていたり、文章の一節がまったくおなじだったり……たとえば「明るい」は「あ、軽い」というフレーズもそうでした。周平さんはヒーリングという観点から、僕は語源や言葉としての使われ方といった観点から、それぞれ「明るい」は「あ、軽い」を説明させてもらいました。

明るいとは軽いはつながっているんですね。英語でもそうです。

「Light(ライト)」は「明るい」という意味ですが、「軽い」という意味もあります。

明るいとは軽いにつながりを感じるの、日本人だけではないようですね。

そして、明るさや軽さに心地よさを感じるのも、世界共通かもしれません。

『運』のミカタ第11条高島亮さんパートより抜粋

周平さんがヒーリングのビフォーアフターとして挙げていたこととおなじですね。

ヒーリング前…黒っぽいモヤ、重い、暗い感じ、冷たい感じ

ヒーリング後…クリアになる、軽い、明るい感じ、温かい感じ

『運』のミカタ第11条 鳴海周平パートより抜粋

鳴海 本書のなかで亮さんが書かれていた「光がない(少ない)暗さは、軽さもなくなるので重くなる」ということにも通じますね。

高島 こころが暗くなると「気が重い」と言ったり「落ち込む」という言葉も、こころが重くなると重力に引く張られるさまを表現したものでしょう。逆に、気分が明るいときの「ウキウキ(浮き浮き)」は「浮く＝軽い」。運ばれやすいのは、どう考えても「軽い」ほうなので「運と仲良く(運を味方にする)」ことにもつながります。

僕は形から入るタイプなので、ウキウキをイメージできる被りもの(かぶ)をしていますけど。



鳴海 ウッキー、ウッキーってことですか(笑)……英会話も教えてもらえそうですね。

高島 ……それは、ウィッキーさんですね……って、この会話「あ、軽い」ですね(笑)

「あ、軽い」を簡単に実現する方法

高島 「あ、軽い(明るいとは軽い)」を、手っ取り早く実感できることに「掃除」があります。小林正観さん(こばやし せいけん)からも、よく掃除の効用を教えてくださいました。一流といわれる人たちは宿泊するホテルの部屋を

キレイに使用していること、世界の富豪に共通しているのが、トイレがキレイで蓋が閉まっていることだったり、靴をきちんと揃えていることだったりといったように「身の周りをいつもキレイにしている」という共通点があるようです。

鳴海 たしかに、整った部屋は「あ、軽い(明るくて軽い)」感じがしますよね。

とくに、玄関や窓といった「風」がとおる場所や、トイレ、洗面所、台所などの「水」まわりを整えると「氣の流れがよくなる」ことがわかります。

高島 風や水のように「流れているところ」を整えることは「風水」という観点からもよさそうですね。

『運』のミカタ共著者・高島亮さんプロフィール
新潟県生まれ。東京大学卒業後、大手化学メーカー、出版社勤務を経て、株式会社「ぶれし」を設立、代表取締役になる。小林正観さんの教えを伝える「正観塾」師範代としても活動。講演会や講座の主催、自らの執筆や講演活動を通じて、「毎日が楽しく豊かになる」きっかけやヒントを提供している。著書に『おまかせで今を生きる』(廣済堂出版)『運』のミカタ(鳴海周平との共著ワニ・プラス)などがある。

鳴海周平プロフィール



1971年北海道生まれ。心身の波動を高める製品の開発・普及をおこなう(株)エヌ・ピュア代表。健幸エッセイスト、ヒーラーとしても、ラジオ番組や講演、ブログ、著作などを通じて「こころとからだの健幸情報」を発信している。著書に『医者いらずになる 1分間健康法』(帯津良一氏との共著)『小食・不食・快食の時代へ』(はせくらみゆき氏との共著)(こころとからだのワニ・プラス刊)『1分間ヒーリング』(徳間書店刊)などがある。最新刊は『運』のミカタ(ワニ・プラス)。



LINE
友達登録
こちらから

アメーバブログ
<https://ameblo.jp/npure/>
エヌ・ピュア公式サイト
<https://npure.co.jp>