こころとからだの健幸タイム

「ぶんぶん通信」に素敵な表紙デザインをご提供いただいているはせくらみゆきさん。画家・作家として「生きる喜び」をあらわすアートを発表しながら、科学や経済、教育など幅広い分野でも活躍を続けるミラクルアーティストでもあります。

中編となる今回は幼少期からのエピソードや「言霊（ことだま）」などについてお話を伺いました。

対談編　ゲスト　はせくらみゆきさん　中編

子どものころから宇宙人!?

鳴海周平（以下、鳴海）

とつぜんですが、みゆきさんって子どものころから宇宙人だったんですか？……って変な質問ですか（笑）

はせくらみゆきさん（以下、はせくら）

よく訊かれるので大丈夫です（笑）

4～5歳のころ「表面の私」とはべつに「本当の私」を感じていたことは覚えています。朝起きて、天井にあるシミを見ながら「あれ、このシミを見てる人誰だろう？」と、ふと思ったんです。手をあげようとすると手が上がるし、起きようとするとからだが起き上がる。そんなあたりまえのことを、すこし不思議な感覚でみているもう1人の自分（本当の私）がいました。両親が散髪屋を営んでいたので、店にある大きな鏡に映っている自分をみながら「あぁ、私はこの人のなかに入っているんだなぁ」と思ったこともあります。

鳴海　さすが、宇宙人！「こころとからだは地球服」という表現そのものの体験ですね。地球服が「表面の私」で、地球服を着ている本体が「本当の私」という感覚でしょうか。

はせくら　はい、そんなイメージです。ふだんは「表面の私」が優位に過ごしていますが、1人になったときには「本当の私」がおしゃべりをはじめて、花や鳥や雲などとも会話をすることができました。ときにはコロボックルや妖精のような目にみえない存在たちともコミュニケーションしていたので、1人でいても、ちっとも寂しくなかったんです。

ところが、小学校入学のタイミングで、こうした感覚がどうやら人と違うらしいこと、そして人には言わないほうが良いようだということに氣づいて

から、周りとおなじように「声なき声」を聴かないで過ごしてみることにしたところ、急に途方に暮れてしまって、まるで迷子のようになってしまいました。誰にも言えないので、ただひたすらこころの奥にいる自己との繋がりだけを支えにしていた感じです。たしか、なるみんもおなじような幼少期だったんですよね。食べても減らないクッキーの話とか、大好きです。

鳴海　覚えててくださって、ありがとうございます。小さいころ、クッキーがあまりにも美味しくて「食べても減らなきゃいいなぁ」と思いながら蓋を閉めて、開けたらまた元の枚数に戻っていたということはありましたね。でも、周りに言ってはいけないということがすこしずつわかってくると、食べるとふつうに減るようになってしまって、クッキーの自給自足生活は終わってしまいました。

「この虫、かっこいいなぁ」と思っていた珍しい生きものが、半ズボンを履いていた膝の上にとまっていたこともあります。北海道には生息していない「ナナフシ」という虫で、僕の人生のなかでも「ナナフシぎ」のひとつです（笑）。

はせくら　子どものころは素直にイメージができるので、物質化もストレートに起こりやすいのでしょうね。大きくなるにしたがって、執着とか思考という地球独特の観念の影響を受けることが増えてくると、ほんらいの物理法則が狭い範囲のものになってしまうのかもしれません。

地球服との快適な付き合い方

はせくら　私も周りからアヤしまれないように、しばらくは表面の自己を優先していたので青春時代はごくふつうに過ぎていきました。

でも、そうして過ごしているうちに、知らず知らず「常識」という固定観念に縛られていたのかもしれません。というのも、転勤族だった我が家の引越しの最中に過労が重なり、脳卒中で倒れてしまったことがあるんです。

氣がつけば左半身がまったく動かない……しばらく、呆然としましたが、強制的に時間がたっぷりできたおかげで、久しぶりに自分自身とじっくり向き合うことができました。

なんとまあ、からださんに無理を強いてきたことか。「頑張ることがなによりの美徳」「今日できることは明日に延ばすな！」というポリシーで毎日を過ごしていたんです。

鳴海　いまのみゆきさんからは想像もつきませんね……あ、いい意味で（笑）

はせくら　まあ、きっと「常識」という物差しで「いい人、いい妻、いい母」になろうと一生懸命に自分を演じていたのでしょうね。それで、このときに「ねばならぬ、ではなく、こころとからだがワクワクするほうを選ぼう」「明日できることは今日やらなくてもいいじゃない」って決めたんです。そうしたら、胸の奥がキーンと高鳴って、涙が自然に溢れてきました。細胞のひとつひとつから感じる慈愛の波動に対して感謝の氣持ちがどんどん湧いてきて「ああ、本当にありがたいなぁ」と思いながらいつしか眠りにつくと、翌朝目覚めたときには左半身がふつうに動くようになっていたんです。

鳴海　それは、お医者さんもさぞかし驚かれたでしょう。

はせくら　もう、漫画のように、カルテを落としながら目をまるくしていました（笑）。

鳴海　じつは、僕も銀行員だったころ、全身にじんましんが出たり、事業を立ち上げたばかりのころパニック障害になったことがあるんです。どちらも心身に無理がかかっていた時期なのに、渦中にいるときは氣がつかないんですよねぇ。

はせくら　銀行員のなるみんって想像できないなぁ……あ、いい意味で（笑）

でも、そうした体験を経て、心地よい地球服との付き合い方を学んでいくのでしょうね。地球服が心地よくなると、いつの間にか、なにごともいいように運ばれていることに氣づきます。そのためにも、感情の扱いに長けることがとてもたいせつだと思うんです。

鳴海　こころとからだは地球服という観点からみると、感情もまた地球服に付属しているオプションのようなイメージでしょうか。

はせくら　もちろん、感情は素晴らしいオプションだと思います。喜怒哀楽があるからこそ地球生活をより味わい深く体験できるので、最高のエンターテインメント道具でしょう。

要は使い方次第。起こること自体にプラスもマイナスもないように、感情にもほんらい善し悪しはありません。勝手に湧き起こってくるものだから、思考で善悪を判断せずに、そのままるごと認めてしまえばいいのだと思います。

たとえば、ムカつくことがあったら「うん、ムカつくね」「落ち込むことがあったら「うん、落ち込むよね」みたいに。こうしてただ感情に寄り添っていると、波打っていた感情は自然に落ち着いてきます。

鳴海　そもそも起こっていることは、ただ起こっているだけなので、付随して湧き上がる感情も含めて「判断しない」というのが、感情の扱い方に長けるコツなのかもしれませんね。

はせくら　感情は、神情。神さまと表現される「いのちの座」が一人ひとりのセンサーを通じてさまざまなエネルギーの質（情報）をデータ収集しているということでもあります。私たちが体験するさまざまな感情もまた宇宙全体のアップデートにつながっていると想像したら、どんな感情も愛おしいものに思えてくるのではないでしょうか。

　また、こころとからだはつながっているので、からだをラクにすることでも、こころにアプローチできますね。なるみんオススメの「わかめ体操」とか、とてもいいと思います。

鳴海　たしかに「わかめ体操」でからだがゆるむと、いろいろなことがどうでもよくなるようで（笑）皆さんとってもいいお顔になります。「ゆるむ」と「ゆるす」という言葉は語源がおなじらしいので「わかめ体操をしてから怒ることが少なくなった」というお声もたくさんいただきます。

はせくら　たしかに、あの運動をしながらは怒れないかも（笑）

　怒りもたいせつな感情ではあるのですが、やはり度を越すと健幸に影響をおよぼしてしまいますよね。私がオススメしていることに「怒りは光！」と言って、パンッと勢いよく手を打ち鳴らすという方法があります。言霊と、手を鳴らす音の響きによって怒りのエネルギーが解放されるんです。

鳴海　両方のワークを同時にやったら、すごいことになるかも。

はせくら　……ちょっとカオスかも（笑）

鳴海　からだをラクにしたり、言霊の力を使ったりすることでも感情にアプローチできることがわかると、地球生活はより快適になりそうですね。

言葉とは「事」と「場」を起こすエネルギー

鳴海　みゆきさんは言霊についても造詣が深いので、「言霊」という概念についてわかりやすく教えていただけますか？

はせくら　言霊とは、音波・電波・波長が380～760nmの光波から成る電磁波の一種で、口腔内から発振されるエネルギーの発振システムのことなんです。

鳴海　……ぜんぜん、わかりやすくないんですけど（笑）

はせくら　（笑）そもそもの言葉の成り立ちからみてみると、言霊の本質をより実感してもらえるかと思います。

　宇宙がビッグバンによって誕生したときに生まれた場のポテンシャルエネルギーが可聴域で発生される音声（言霊）を「う」、次に生まれた重力の作用が「あ」、そして強い力のはたらきを持つ「お」、弱い力のはたらきを持つ「え」、電磁気力の「い」「ゐ」と続きます。

　言霊の解説書ともいわれる『古事記上つ巻』では、それぞれ「天御中主」「高御産巣日神」「天常立神」「国常立神」「伊邪那岐神」「伊邪那美神」として示されていて、日本語の母音にあたるものです。

5つの母音が示すもの

言霊	性質	発展形	気根	心理	神名
い	創造意志	創造原理	生命の力	生命意志	伊邪那岐神
え	知恵・道徳実践知	政治・利他心	叡智の力	理性	天照大神・国常立神
あ	感情	芸術・宗教	愛の力	感性	高御産巣日神
お	記憶・経験	学問・科学	気胆力	悟性	月読命・天常立神
う	欲求・五官	産業・経済	行動力	感覚・現識	須佐之男命・天御中主神

『パラダイムシフトを超えて』（はせくらみゆき著 徳間書店）より一部抜粋

鳴海　うーん、わかりやすい……ですかね（笑）

はせくら　「神」という字は「示す」編に「申す」。つまり、申したもの（言・波動性）が示されていく（事・粒子）ということなので、「カ」というみえない力が「ミ」というみえる実体となるはたらきのことでもあるんですね。

目にはみえない言葉が、目にみえる現象界で起こっているでき事にはたらく原理として言霊というエネルギーが関係しているということで、言葉とは「事」と「場」を起こすエネルギーだということもできます。

鳴海　あ、ちょっと、わかったかも（笑）

よく「口グセが大事」といわれるのは、いつも言葉にしているエネルギーが現象界にも影響を及ぼしているからと解釈することもできますね。

はせくら　自ら発した言葉をいちばん身近で聴いているのは自分自身でもあるので、心地よい言葉をなるべく選んで使うことも地球生活を快適に過ごすコツではないでしょうか。

ところで、日本という国と日本人の精神性をひと言であらわすとしたら、どんな言葉が思い浮かぶか……おそらく大半の人は「和」という字を挙げるのではないかと思います。

じつは、このことは日本語の起源にも関係しているんです。

新しい時代のキーワードは「元号」にあり

はせくら　いまから1万2千年ほど前、アトランティスとムーという大陸が沈んだところから「五十音」がはじまっています。本当は、たくさんの時間軸やパラレルストーリーも存在しているのですが、シンプルに説明すると、そのとき沈んだムーの民の一部が日本人の祖先となって縄文文明の礎をつくりました。黎明期にはテレパシーによる会話だったものが3次元という濃密な生活スタイルに伴って「言葉」を持つようになり、このときに物質化とエネルギーの仕組みや関係性をしたためたものが「五十音」になったんです。

この経綸を広めるために日本から各地へ散らばっていった民たちの痕跡が、仏教では「マニ」と呼ばれるもので、ヒンズー教の「マヌ」、キリスト教の「マナ（神の食べもの）」、ネイティヴ・ハワイアンの「マナ（生命の息）」として、意識が現象界へ影響をおよぼすための元のエネルギーとしてたいせつにされていました。

鳴海　言霊のエネルギーの基になった世界共通語は日本から出ていたんですね。

はせくら　五十音を活用することは、宇宙存在とも交流していたムーの時代の記憶遺伝子をONにすることでもあります。

これは「三種の神器」にもつながっていて「新しい時代」のひな形にもなるのですが、かなり長くなるので「和」の話に戻りましょう（笑）。

日本神話の主神である天照大神の言霊的な解釈は「え」で、音の並びは「あいえおう」となります。そして横列が「あたかまはらなやさわ」。漢字で書くと「吾高天原成弥栄和」で「吾（あ＝わたし）、高天原（たかまはら）と成（な）りて、弥栄（やさ＝いやさか、ますます栄えるということ）となり、和（わ）があらわれる、と読み解くことができるんです。

これは数千年のときを経て、その時期がきたときに原理が解き明かされるよう「暗号」として秘められていたものでしょう。音に秘められた箱（おとひめの玉手箱）が開くときが、まさにいまの時代であり、「令和」という元号がそのサインになっているわけです。

次号では「令和からはじまる新しい時代」について伺います。どうぞお楽しみに!!

はせくらみゆきさんのプロフィールは本誌3ページをご参照ください。

撮影／安田龍太郎