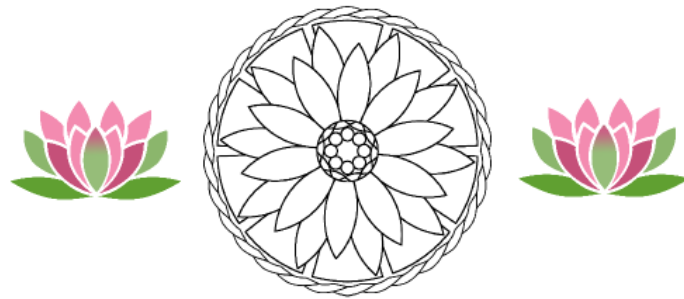


Leela the Buddha



～覚った遊び人（ヒト）～

自由自在へのエッセイ集

vol1 (no.1～no.30)

musashi kojiro
ムサシコジロー

1 【あなたが目的地】

人間はノイローゼになる唯一の動物だと思う。
ノイローゼというのは、本来の自分にとって、
不自然なことをしようとするとき起こってくる。

いったん外に“理想”を持ったりすると、
あなたはノイローゼに陥る羽目になる。

外に“理想”はない。

そもそもあなたが理想。
そもそもあなたが目的地。

“あなた”をフォーカスしてみる。

そんな時、あなたは覚醒する。

そんな覚醒の連続だけが、真のJOY♡喜びの連続につながり、
エクスタシーに浸ることができるのだと思う。

2 【あなたが立つ舞台はあなたが変えられる】

あなたは今舞台に立っている。

その舞台はあなたが創作したもの。

そして、もちろんその演目もあなたが選び、
台本も脚色もあなたが創ったもの。

そしてあなたが主演。

もし、あなたが今立っている舞台に何か違和感を感じているのなら、
あなたは、その舞台を降りる時期なのかも知れない。

きっと新しい舞台に立つ時なのだ。

そして、新たな演目、台本、脚色を手に入れ
その舞台の主演になる時なのだ。

あなたが今立っている人生の舞台、
自由自在にシフトすることがあなたにはできる。

たったひとつの“無邪気な決断”をすればそれは叶う。

新しい人生の幕が開き、まばゆいばかりのライトにあなたが照らされるだろう。

3 【あなたの花を咲かせてください】

あなたは、あなたという花を咲かせてますか？

あなたという、ダンスを踊ってますか？

あなたという歌を、ハミングしてますか？

誰に遠慮する事なく、

“あなた”という“喜び”を拡散してあげよう。

4 【あなたの“我が家”はどこに？】

あなたが本当に安らぐ家はあるだろうか？

あなたのすべてを委ねることができる家はあるだろうか？

あなたの体、そして心が溶けてしまう家があるだろうか？

あなたのすべてを解放できる家はあるだろうか？

それを可能にさせてくれるのが、
真の“我が家”だ。

その家はあなたの内側にいつも存在している。
それは外側にあるのではない。

あなたはあなたの内側にその家があることに気づき、
その家に帰る道に目覚め、
その家の扉を開ければいい。

それが“瞑想”。

マントラを唱えたり、
坐ったりするのが瞑想ではなく、
ただ、我が家に在ることが瞑想。

今すぐ、我が家に帰ろう。

5 【あなたの本当の名前？】

あなたの名前ってなんだろう？
あなたが“自分”だと思い込んでいる名前。

それはただの“もらい名”にすぎないのかもしれない。

それは便宜上のもの。

ほかのどんな名前も同じ。

さて、あなた本当の名前はなんだろう？
あなたのもともとの顔はどうだろう？
あなたは誰なんだろう？

そんなことを探す旅に、でかけてみても面白いと思う。
でもその旅は外に向かう旅ではなく、
内に向かう静寂な旅。

電車や車に乗る旅ではなく、
あなたの内側に流れている“KI”に委ねる旅。

その旅は深まるほど、
あったかいエネルギーに満たされていく。

6 【あなたは“あなた”にしかねない】

私たちは私たちの外に“あこがれ”を持つ。

そして、その“あこがれ”に向かっていこうとする。

しかし、その“あこがれ”になる事はない。

どんなに綺麗な花にあこがれようと、
その花になることはできない。

どんなに素敵な人にあこがれようと、
その人にはなれない。

真似はできても、その人ではない。

あなたが、なれるのはたったひとつしかないのだ。

それは、“あなた”。
真のあなた。

それ以外になれることはない。

だったら素直に諦めたほうがいいのではないだろうか？
それを“潔い”という。

潔さは清涼な場を生み出し、
あなたは、その清涼な場そのものになる。

その場に迷いは存在しない。

“真のあなたに”戻ること、
ただそこだけに人生をフォーカスしてみたらどうだろう。

外はどうでもいい。
他もどうでもいい。

ただ“真のあなた”に戻る。
ただそれだけ。

そのために必要なこと、、、それは、、、
今のあなたを潔く開放させること。

あなたという思い込みを開放させること。

その先に、“真のあなた”の輝きがあふれ出してくる。
それこそが人生の醍醐味なのではないだろうか。

「柳はみどり 花はくれない 真面目（しんめもく）」
禅の言葉です。

じっくり味わってみよう。

7 【あなたはあなたを見られない】

あなたはあなたの目で、あなたを見ることはできない。
鏡に写るのは、生のあなたではない。

なのになぜ外ばかり飾ろうとするのだろう？

どんなに美しいものを身につけようと、
あなたはあなたの目で、それを見ることはできないのに。

あなた以外の目。
それが主役？
観客が主役？
批評家が主役？

そうではないはずだ。
あなたが主役のはずでは？

あなたはあなたのインナーしか、
観ることができない。

あなた以外の目は、
あなたの内側を絶対に観ることはできない。

なのにあなたは、
あなた以外の目を信用し、
そして、その目に振り回されるようになる。

あなた以外の目に、
あなたの内側は絶対わかるはずなのに。

あなたの内側にしか、
本当の“あなた”は存在しないのです。
そして現れることはない。

本当のあなたが現れた時、
真の幸せも現れる。

つまりあなたがあなたの外側を飾ることに、
いくら時間や労力を使おうと、
そこに真の幸せは現れることはない。

あなた以外の目に、
どんなに従順になっても、
真の幸せは現れることはない。

あなたはただあなたのインナーを観ることに、
意識を向けてさえいれば、それだけでいい。

それが真の幸せにつながる唯一の道。

8 【あなたは怯えている？】

ほとんどの人が常に“何か”を求めている。

なぜ、そんなに渴望するんだろう？

その根っ子にあるのは、

恐怖では？

怯えているのでは？

今、この瞬間満たされていないから、

不安になり、孤独になる。

そして、その孤独に怯える。

その孤独を埋めるために渴望する。

恐怖はあなたの影となって、

まとわりつく。

あなたはその影から逃れるために、

光を求める。

光を外に求める。

外に光を求める。

しかし、当然だが外に光を求めても、

影は消えない。

影は相変わらず、

あなたにまとわりつく。

影はあなたが光になることでしか、

消えることはない。

あなたはそもそも“光”である。
そこに早く覚醒すればいい。
それを真に理解すればいい。

その瞬間、影は消える。
恐怖、怯えは消える。

9 【“あなた”は消滅しなければならない】

「究極なるものを実現するために、あなたは消滅しなければならない」
という言葉がある。

そして、、、

「私はあなたのことを言っているのではなく、
あなたではない、あなたのことを言っている」

「私はあなたが自分だと思っている
あなたのことを言っている」

と言葉は続いている。

ちょっと???ではなだろうか。

さて、、、
もしあなたが思っているあなたが、
あなたではないとしたら、
あなたは何を感じて、どんな行動をするのだろうか？

そんな風に考えると、あなたという存在が楽しくなってくるのでは？

10 【あなたは青い大きな空だ】

あなたは空にあるとても巨大な青さだ。

そして、思考はまさしく雲のように、
あなたの青のまわりをいったりきたりする。

思考という雲は、
空の青さを覆い、
あなたを暗闇の世界に手招きする。

悪魔の手招きに応じてしまうと、
あなたは、どんよりした闇から抜け出すことができなくなる。

でも、必ず雲間、切れ間は存在する。

どんなときでも空はまぎれもなく存在している。

そんな普遍の空の存在に気づくこと、垣間観ること、
それを目覚め、覚醒、そして覚（サト）りと言う。

さらに、その空になりきってしまうことを、
サマーディ（三昧）と言う。

サマーディはいつも青い空。
あなたはいつも青い空なのだ。

雲はとどまることができない。

雲に定まった家はない。

雲は漂うから雲。

あなたは何もする必要はない。

ただ、観ればいい。

雲が流れ、いずれ霧散していくのを。

思考という雲はいずれ霧散していく。

ただ、それを観ればいい。

それが思考の定め。

宿命。

何かしようとあせってはいけない。

あせる必要はない。

あせるほど、関わるほど、

雲を定住させてしまう。

あなたはいつどんな時でも空だ。

そして、いつどんな時でも青い空だ。

11 【イーグル（鷲）に訊け！】

これはアメリカインディアンの言葉。

自分の頭で「何をしたい」「何をしなければ」などと考えるのは浅はかなことである、という意味。

イーグルは空高く飛んで、地上を高いところから見下ろしている。

それが創造主の眼と一致する。

だから、自分の頭に聞くのではなく、イーグルに訊くのだ。

もっとおおらかに、そしてぐんぐん高いところで、悠々とすべてを観る。
計画、分析、効率、、、そんなの捨てる！

ただ、
「イーグルに訊け！」

そんな心の在り方って粋だ。

あなたも、これまでの無粋な“論理的な堅い思考”、大空に放り投げてみよう。

そして、イーグルに委ねてみよう。

もっと豊かな未知の次元にワープするだろう。

1 2 【いつ幸せがあるのだろう】

忙しく走り回っていたり、
あちこち落ち着くことなくかけずり回っていると、
それは不幸だ。

幸せとは、“完全”に休んでいる状態。

あなたは奔走している分だけ、
あなたの幸せは奪われている。

あなたはますます不幸になるだろう。

未来という幻影にこだわっているかぎり、
あなたの奔走は続く。

幸せは立ち止まることによって、
静かになることによってのみ、見つかる。

この今の瞬間がすべてだ。
それが“生”のすべてだ。

そうだとすれば、
なぜ未来に向かって奔走する必要があるのだろう。

“存在”は、この瞬間そのものを祝福してくれているのに、
あなたはそこから切り離されてしまっている。

それは不運と言える。

走り回ったり、かけずり回ったりするのはもうやめて、
ゆったりと自然のまま、今この瞬間すべてを味わってみよう。

そこに“幸せ”はいつも存在している。

13 【“くつろぐ”ということ】

エドモン・ジャベスの詩がある。

「あなたはこの世でくつろいだことがない。
あなたはいまだかつて《ここ》にいたことがない。
いつもどこか《よそ》にいる。
あなた自身の一歩手前かそれとも一歩後に」

“くつろぎ”という存在は、
《ここ》にしかない。

そして《ここ》は“間”だ。
ある意味空間ともいえる。

あなたが“くつろぎ”を望むなら、
あなたは空間になればいい。

14 【この世界で何をするんだろう？】

私たちは今ここに存在している。

それは事実だ。

しかし、なぜここに存在しているのかは、
誰にも分らない。

では、私たちはこの世界に何をしにきているのだろうか？

会社に勤めるために、来ているのだろうか？
お金を稼ぐために、来ているのだろうか？
多くの物を所有するために、来ているのだろうか？
家族のために、来ているのだろうか？
着飾るために、来ているのだろうか？
ウソをつくために、来ているのだろうか？

本来のあなたが求めていることは何だろうか？

このテーマはとても大切なことだ。
そして、それが“生”の根っ子のところだ。

あなたが今世でどんな立ち位置に立つのか、
またはどんな立ち位置になっているのか、
まずは覚醒することから始まる。

もし、“あなた”という存在に興味があるのなら、
あなたの内側を観ずることを、
まず実行しなければならないはずだ。

外側ではない。

覚醒はあなたの内側から起こる。

覚醒という鞭（ムチ）が、
あなたを真の幸せに導いてくれるはずだ。

15 【こんな生き方がある】

今この瞬間、私たちがこの世界に存在する理由はなんだろう？

誰も、正しい答えは導き出せないだろう。

誰も、明確な答えは導き出せないだろう。

しかし、その事について、私たちの中にスッキリと透明な柱が建てたらどうだろう。

「魂を浄化させるためにこの世に存在している」
アボリジニのある部族の答えだ。

彼らの透明な柱はしっかり建っている。

彼らにとって、この世に存在するすべては、自分の魂の浄化に関わるもの。

茶色の鷹は、、、
人が目の前のことしか信じなくなっているのを、
気づかせるために空高く舞っている。

すべるように動くヘビは、
なんども脱皮することを繰り返すことを教えてくれる。
常に変わること、鬱滞しないで常に新鮮であることを教えてくれる。

空も空気も花も木も土も石ころも、、、
すべてのものが自分の魂の浄化を促してくれるもの。

すべてが教師、マスターだ。

ある覚者が言った。

「私たちには二通りのパターンの人間が存在する。
ひとつは稼ぐために生きている人。

もうひとつは、真理に向かうために生きている人」

さて、あなたはこの世でどんな生き方をするんだろう。

どちらのタイプでも、あなたが本心からスッキリしていればいいだろう。

いずれにしても、今この瞬間を生きることが大切です。

16 【あなたはそもそも自由な存在として在る】

誰もが自由のもとに生まれてきている。

にもかかわらず、束縛の中で死んでいく。

“生”のはじめはゆったりとして、
自然のながれにながれているだけ。

しかし、それもやがて“社会”という幻想に、
コントロールされるようになる。

そして、自分自身にムダで重いよろいをまとうことになる。
そうすると人は重く堅くなっていく。

身体はもちろんのこと、
こころまでも硬直した状態になっていく。

さらに人は“他人の目”をみはじめる。
彼らから認められること。
彼らから否定されること。
彼らから非難されること。
そして、彼らの目がどんどん、
あなたにとって価値あるものになっていく。

つまりあなたの価値は、
彼らの目によって決まってくるようになってくるのだ。

それは奴隷だ。

なぜそうなるのか？

それは、すべて“社会”という幻想を、
真実だと信じてしまっているからだ。

それはイリュージョン（幻想）。
そこに目覚めよう。。

そして、誰であれ自由のもとに、
ここに存在していることに気づくことだ。

そこにまず起ってみることだ。

17 【ただ飄々と漂う】

風のように漂う

雲のように

ただ飄々と流れる

何ものにも支配されない

何ものも支配しない

自分にも支配されない

自分さえも支配しない

“自分”を放下する

そして清明な風となる

18 【必要なのはティーチャーではなくマスター】

数えきれないほどティーチャー（教師）はいる。

しかし、“真の人生”に必要なのは、
ティーチャー（教師）ではない。

必要なのはマスター（師）。

確かに、ティーチャーは知識を持っているだろう。
知識という情報に長けている。

でもほとんどはそれだけだ。
たったそれだけなのだ。
つまり、Google状態。

そこには“体験”はない。

ティーチャーには体験がない。
知識という情報だけ。

では、どんな体験が必要なのだろう。
“覚醒”だ。
“気づき”だ。

“覚醒”した人。
それがマスター（師）。

人間という神秘、存在に覚醒した人。
だからこそ、あなたを“真の人生”に導くことができるのだ。

しかし、マスターは教えない。
その世界は、言葉で現すことができないからだ。
知識ではないからだ。

マスターは自分を通してのみ、
それを伝えて行くのだ。

自分という“存在”を通して。

外から塗り飾られた厚化粧の人生ではなく。
あなたという透明な光があふれる人生。
あなたをおおっていた闇が消えた人生。

純粋なあなたという存在が、
この世界に在る人生。

あなたにそんな人生を可能にしてくれるのが、
マスター（師）なのだ。

しかし、残念ながら今の時代マスターは希有です。
あなたのまわりを見回してみしてほしい。

ティーチャー（知識）はどこにでもいる。
しかし、マスターに出会えるのは奇跡だ。

でも、真の人生に欠かせないのが、
その奇跡との出会いなのだ。

奇跡は突然現れる。

あなたが真に必要な時にのみ。

19 【ドアを叩く】

あなたが新しい世界を望んでいるのなら、
その世界につながるドアを開けなければならない。

しかし、そのドアがこちらから開けることのできないドアだとしたら。

もちろん、あなたは諦めることもできます。

しかし、諦めずにドアを開けることもできます。

あなたの心のドア、意識のドア、開けるのはあなたです。

「門をたたきなさい。そうすれば開かれる」
(マタイ福音書)

20 【どうすれば私たちは純粋になれるのだろうか？】

どうすれば、私たちは本当に純粋になれるのだろうか。

それには、人間とは本来どうあったらいいのか
その原点を探ってみることが必要だと思う。

オーストラリアの先住民アボリジニの生活に
そのヒントがあるように思う。

彼らは宇宙の愛に包まれながら、
自然と一体になって、
非常に精神性の高い生活を送っているといわれている。

彼らは想念の力にゆだねて生活している。
自分の感覚に従っているということだ。

たとえば、砂漠を旅するときには食糧をもたず、
わずかな水だけをもって彼らは出かけるという。

そして、、、

「もし、宇宙の調和を乱さずに、
すべての生き物にとっていいことならば、
今日もわれわれに糧を恵んでください」

と宇宙に祈る。

すると、必ずヘビや虫が出てきたり、地下水にもありつける。

たとえば、祈りで鳥が想念に浮かび、、、

「今日はどうも鳥が飛んできそうだ。みんな鳥を食べよう」
と言うと本当に鳥の大群が飛んできてくる。

また、彼らの視力は7.0以上だというし、
全員がテレパシーでコミュニケーションできるともいう。

彼らにとって声は、コミュニケーションの道具ではなく、
歌うため、あるいは祈るためにある。

事実このようなことがあるとすれば、
本来、私たち人間はアボリジニと同じような能力を持っていると言えるだろう。
しかし、私たち“文明人”はそれを失ってしまった？

つまり、文明人は本来の人間から逸脱した
変異種になってしまったと言えるでしょう。

もし、あなたが自分の中に眠っている未知の能力をアボリジニ的に開花させたいのなら、
あなたの中から出てくる想念、感覚を素直に受入れ、
それに従い淡々と行動するトレーニングが必要だ。

そんな心のステージにシフトしてみると、
観える世界がとても透明な世界に変わっていくように思う。

2 1 【ハートは感情でも思考でもない】

誤解してはいけない。

ハートは思考ではなく、
そして、当然感情でもない、ということ。

ハートフルな状態は、
快楽ではない。
享楽の状態でもない。
ハイな状態ですらない。

とても静かな澄んだ透明な状態。
そして、とても温かい。

感情よりもっともっと深いところ、
もしくは感情を超えたところに存在する。

感情は思考（マインド）の産物だ。
快楽、ハイな状態はエゴの享楽だ。

思考（マインド）が溶け落ちたとき、
ハートが現れる。

22 【ひとりと孤独は違う】

私たちはひとりで生まれくる。
そして、ひとりで帰っていく。
何も持たず、何も持てず、
素っ裸で生まれ、そして帰っていく。

でも、ほとんどの人がなぜか孤独を感じる。
寂しさや惨めさ、切なさ、怖れ、、、

そして、他者や物を、孤独を埋めるため、
慰めのために探し求める。

依存、中毒。

それはマインド（心）の仕業。
巧妙に仕組まれたマインドのワナ。

そこに気づくこと。

ひとは当然のはずだし、
ひとりが自然の姿だ。

だから、そこに“孤独”などないはず。

あなたが本当に“ひとり”に戻ったとき、
絶対的な安堵、喜び、平和につながる。

“ひとり”が孤独を溶かすことができる唯一のもの。

ひとりと孤独はまるで違うもの。

そして“ひとり”こそが、
真の自立を意味する。

23 【マインドに答えは出せない】

マインド（心）は疑問を生み出す天才だ。
それも無数の際限ない疑問を生み出す。

また、問題を創る創造主でもある。

そして、マインドから出された答えは、
いずれ、また、疑問に生まれ変わる。
それがまた問題を創る。

それは連鎖し続け、
今生で終わることなく、
その連鎖の中でこの生が終わる。

後悔。
悔やみ。

どこかでその連鎖を止めない限り、
また来生でも繰り返されるだろう。

終わることない疑問、
終わることない問題が繰り返される。

そこに真の愛、平和、喜び、安堵は現れない。
それが何生も繰り返され続ける。

つまり、マインドに真の解答は出せない。

真の答えはハートにしか出せない。
ハートにしか解決することができない。

それに気づくこと。
そして、ハートで観ずること。
ハートで体感すること。

でもそれは今この瞬間できる。
あなたが“真に気づき”さえすればいい。
ただそれだけ。

24 【もし迷っているのなら】

私たちは迷う。

それが一瞬であれ、迷う。

迷う原因はあるのかもしれない。

しかし、私たちには確定することはできない。

なぜなら、それはお釈迦様が説いているように、
無限の因果律という中にあるからだ。

迷ったら、迷わせてる“何か”だけを感じてみよう。
そして、そのまま放っておいてみよう。

ムリにどちらかに決める必要はない。

きっと迷いは消えていくだろう。

そして、いずれ透明な決断がストンと
あなたの中に顕れるだろう。

それは思考の決断ではなく、魂レベルの決断。

その決断こそが、あなたの中のサイレント・パワーにリンクするのだ。

25 【もよほした時】

人はもよほすとじっとしていられなくなってしまう。
我慢ができなくなってしまう。

それは、それが人間の根源的なところから出ている本心だからでしょう。

何かをやろうとする時、
あなたはもよほしているだろうか？

何かを伝えようとしている時、
あなたはもよほしているだろうか？

どうしても我慢できない何か、
あなたの中に覚醒しているだろうか？

もよほしたら、遠慮せず、恥ずかしがらず、
堂々とそれを実行してみよう。

もし、あなたがそれを抑えてしまったら、、、
あなたは“欲求不満”という最強の呪縛にとらわれることになる。

“もよほす”体感、それが私たち生命躍動のエネルギーだ。
もよほした時、情熱に満ちた人生とつながるのだ。

あなたは遠慮する必要などない。

26 【できるかできないかではない】

できるかできないかは、
やる前に条件をつけて制限を自ら課している段階。

つまり、チャレンジできない。
なぜチャレンジできないのか、、、
たぶん怖いのだろう。

何が怖いのか、、、
“失敗”が怖いんだろうね。

では、なぜ失敗が怖いんでだろう。

周りから、、、
「さげすまれたくない」
「ののしられたくない」
「笑われたくない」

からでは？。

誰だってさげすまれたくないし、
ののしられたくない。

でも、ちょっと視野を高く広くして考えてみたいのだが、
まだ、なんにもしていないのに“誰が”さげすんだり、
ののしったりしてるんでしょう？

「自分」

だよね。

自分が自分に対して言ってるだけだ。

そして、さらに言えばそれはタダのクセ。

ただのクセ。

クセは習慣のことだ。

ステレオタイプのことだ。

パブロフの犬のことだ。

だから、クセはあなたが変えようと思えば変えられる。

これまでの習慣を変えればいいだけだから。

そして、あなたが望むクセを新たにつければ善いだけだ。

今、あなたが何かにチャレンジできないのは、

そんなクセくんがすこし邪魔しているだけ。

ただのクセですから深刻になる必要はない。

さて、、、

「あなたはどんなあなたになりたいだろうか？」

そして、、、

「あなたは今なにをやってみたいだろうか？」

遠慮せずあなたが望むことをに今すぐやったらいい。

27 【愛は責任ではない】

愛は責任ではない。
また、義務でもない。

愛は自分の内側からあふれ出る、
“喜び”なのだ。

子どもに対して、
親に対して、
そして、パートナーに対して
それが、責任や義務であったとしたら、
それは、愛ではない。

こんな話がある、、、

12歳～13歳位の少女が、
とても太っていて重い子ども背負って旅をしていた。

それをみたある僧がこんなことを言った。

「疲れてないかい？ そんな重荷を背負っていて、、、」

その言葉を聞いてこの少女は激怒した。

「これは私の弟です！！」

彼女にとって弟は重荷ではない。

彼女にとって背負うことそのものが、
“喜び”なのだ。

責任、義務という言葉は、、、
「とても醜い！」
とある覚者は言う。

なぜなら、そこに偽善というものが存在するからだ。

愛は自分の内側から自然にあふれ出るもの、
自発的なもの。

そこに何の理由も存在しない。
見返りも求めていない。
ただ、“愛”だけなのだ。

そして、愛はとても力強く繊細な喜び。

それは人生に深い味わいと、
そしてとても芳しい香りを添えてくれる
唯一のもの。

28 【快樂を超える】

快樂は一瞬で消える。

なぜなら、外に求めるから。

しかし、至福は存在し続ける。

一度至福という次元に繋がると、
それは存在し続ける。

なぜなら、それはあなたそのものだからだ。

“あなた”という囚われを解放してみしてほしい。
そこに至福への道がある。

29 【間抜け！？】

「間抜け」ってやることのろいとか、
とろいとか、って思ってるけどちょっと違う。

“間”というのは東洋、
もしくは日本人独特の言葉かもしれない。

本来は言葉というより、感覚だ。

時の間って書いて時間。
空の間って書いて空間。

合わさる間って書いて合間。
行の間って書いて行間。

間ってというのは、ハンドルの遊びみたいな感じだ。

遊びは余裕だし、ゆとりみたいなもの。

つまり、間抜けというのはそんな遊び心や、
ゆとりがない人、抜けた人のことを言う。

江戸っ子的に言うと、
艶とか粹とかっていうのがない状態だろう。

あまりにも、頑張り過ぎていたり、
視野が狭くなっていたり、
頭が堅い状態のことだ。

逆に間があるっていうのは、、、
あくせくしない状態。
大きな流れを感じている状態。
頭が静かな状態。
そんな状態の感覚が“間”。

もし、あなたが間抜けになりたくなかったら、
言葉や行動、思考に一旦間をいれたらいい。
余白をいれてみよう。
ゆとり、遊びを持ってほしい。
それを今日一日だけやってみてほしい。

きっと違う世界にワープするはずだ。

30 【喜びJOY】

私たちは本来喜びに満ちた存在だ。

もし、今あなたが喜びに満たされていなのなら、
“喜び”そのものを忘れてしまった。

もしくは“喜び”そのものを隠してしまっているからだ。
それも無意識のうちに。

喜びは頭で考えるものではない。
それは体の根源から、
泉のように湧き上がってくるもの。

思考は“喜び”を探す。

さらに“喜び”の条件を満たそうとする。
また、形を欲しがる。
そして、物に依存しようとする。

しかし、探せば探すほど、満たそうとすればするほど、
形を求めれば求めるほど、物に依存すればするほど、
喜びは遠ざかっていく。

あなたは“あなた”のバランスを整えよう。
あなたの身体の快に委ねてみよう。
あなたの静寂に浸ってみよう。

花や草木の精霊と交感しあってみよう。

そんな中に“喜びJOY”の場がある。

思考に喜びJOYはない。

今日一日ハートを開いてみてほしい。

今日一日身体を開いてみてほしい。

空間すべてと交感しあってみてほしい。

このエッセイは主にFacebookへの投稿から抜粋したものです。

“真の自由”へ導く唯一のセッション それが「The Session（ザ・セッション）」

このセッションはよく言われるところのセッションとは違う。
カウンセリング、コーチング、コンサルティングなどで使われるものとは違う。
また、これらのベースとなっている心理学、NLP（神経言語プログラミング）、
マインドリーディング、プロファイリング、などとも違う。
なぜ違うのか、、、
なぜならこういったもので、あなたを“自由自在”な世界に導くことはできないからだ。
“自由な感じ”は手に入るだろう。しかし、“自由自在”にはなれない。
実際、私もそういったものを学んだ。
そしてそれを私自身にも実践し、また、クライアントに対しても行った。
でもそれは低次元の意識界層止まりだ。自由“感”止まりだ。
それを越えた次元にはいけなかった。私が望んだもっと高次の意識の世界に、
結びつくことはできなかった。私が望んだもの、、、
それは、私が実際体験した“真の自由”つまり自由自在な世界。
私は偶然、今思えば必然だが。その世界に入ることができた。
それは、何度となくあった。そんな神秘体験をすることが起こった。
自由自在な世界。それは、言葉ではとても表現することはできない。
しかし、確かに存在する。とても深く静かな世界。
絶対的な安堵の世界。無上の喜びの世界。至福。
存在。意識。
そんな世界へ誘うことができる「The Sessionザ・セッション」体験版（1時間）です。

詳細はこちら↓

<https://www.humanharbor.club/thesession>



Leela the Buddha



“自在人倶楽部”

リーラ・ザ・ブッダ

主宰：ムサシコジロー

〒静岡県藤枝市時ヶ谷372-18

Tel : 054-631-5337

Email: iza_na_ki@moon.tnc.ne.jp

プロフィール：<https://www.humanharbor.club/naoprofile>