

[無料レポート]

胸奥(第2章)

世界でたったひとつの「胸の奥でありがとうを言う方法」(第2章)

❖ はじめに

【推奨環境】

このレポート上に書かれている URL はクリックできます。できない場合は最新の Adobe Reader をダウンロードしてください。(無料)

<http://www.adobe.co.jp/products/acrobat/readstep2.html>

【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。

著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

.....

この度は、
この無料レポートをダウンロードくださり、
ありがとうございます。

この無料レポートは、今販売中の E-BOOK
『世界でたったひとつの「胸の奥でありがとうを言う方法」』から、
より多くの人に一番読んでいただきたいと思って書いた[第 2 章]を
ほぼそのまま抜粋したものです。

[はじめに]と[第 1 章]に続く文章のため、流れるに？と
感じられる部分もあるかと思えます。

また、文章がかなり説教っぽい？ 宗教っぽい？と感じられるかもしれません。
その点はあらかじめご了承、お許しください。(汗)

それでは、モノは試し。気軽に読んでみてください。

いがわすみお

.....

.....

[第2章]

この世をつかさどるすべての対象に感謝する方法

.....

[どれかひとつ無くしても私たちは生きてはいけない]

第1章では、
目に見えないものの価値を述べさせていただきました。

この第2章では、**見えているようで見えていないものの価値**について
触れさせていただきたいと思います。

例えば、宇宙。

宇宙って、どんなもの？と質問されれば、ほとんどの人が
教科書で学んだ知識をもとに答えようとするでしょうね。

でも、そんな知識よりも、
この宇宙が存在しないと私たち人間も存在しない！ということを
認識する方がずっと大切なんじゃないかと私は思います。

もちろん、地球もそうですよね。

そもそも**地球が存在するからこそ私たちは生きられているのに**、
それを認識しない(知らない)人たちが、
無意識のうちに環境を破壊してしまっている。

すみません、ものすごくエラそうで！（汗）

でも、これって、ものすごく怖いことだと思うのです。

たぶん、

私たち人類の地球に対する「ありがとう！」の気持ちが足りなかったから、
環境問題がここまで深刻になってしまったわけですね。

とてもとても残念なことに、

私が少年時代を過ごした故郷も、この約 20 年で大きく変化しました。

大海亀が産卵のためにやってきて、
ハマユウが花を咲かせていた美しい砂浜が
巨大なコンクリートの防波堤に迫られています。

岩についた貝を採ってきて煮て美味しく食べたり、
シャコ取りなどをして遊んだ静かな入り江も、
今や情緒のないコンクリートで固められています。

水量の多いときは泳いだり、
台風の後には上流で飼っていた金魚が流れてきた
小川さえもコンクリートの川へと変貌し、
その多くはコンクリートで蓋をされ、
その上を人やクルマが行き来しています。

確かに、昔に比べてはるかに便利で安全かもしれません。
しかし、尊い自然を失ってしまった故郷は、
私の目にはあまりに痛々しく映ります。

まるでコンクリートの包帯で覆われているように…。

すべて「防災」を大義名分とした公共工事のせいなのでしょうが、むしろ、これからは、「自然に戻そう」という大義名分で公共工事をした方が、建築業者さんたちも利益が出るのではないかと思います。

何より、故郷に子供の頃に見た美しい自然が少しずつでも戻ってきます。

最近、日本各地の川や湖で、
徐々にそうした取り組みが行われているようですが、
これらはきっと地球や自然に対する「ありがとう！」の気持ちを
しっかり持った人たちが始められたこと。

そんな「ありがとう！」の気持ちを持った人が、
もっともっと増えると、
この美しい星・地球がもっと美しくなる。

少しは美しさを取り戻せる。

そして、異常気象による天災の被害で亡くなったり
悲しんだりする人が減り、
結果、地球上で生きているみんなが
生きやすく、暮らしやすくなる。

逆に、地球に「ありがとう！」と言える人が増えないで、
今のままだと、やがて人類は予想以上に急速に
絶滅への道を走り始めるのではないのでしょうか。

私は、地球に「ありがとう！」と言える人が、
一人でも増えることを願っています。

(それは、きっと、あなたも同じですよ！)

話しが脱線してしまいました。(汗)

宇宙や地球だけではありません。

水や空気、光だって同じです。
どれかひとつでも無くなったとしたら...
たちまち私たちは生きていくことができません。

想像してみてください。

今この瞬間、太陽から光が消えました。(何週間生きられるでしょうか?)

今この瞬間、地球上の水が無くなりました。(何日生きられるでしょうか?)

今この瞬間、地球上の空気が失われました。(何分生きられるでしょうか?)

確かに水などは、私たちの目には見えます。

でも、**その本当の大切さが見えていない人が多い**のではないのでしょうか。

(見えている人は、ごめんなさい！)

でも、**もし見えているなら、きちんと感謝した方がいい**と思いますよ。(笑)

…………… [具体的な感謝の方法] ……………

第1章と同じ様に、まず、私が実践していることをそのまま表記します。濃い字が私の感謝の対象です。できるだけイメージして言うようにしてください。

天の神様 ありがとうございます！（とにかくイメージを上の方に…）
地の神様 ありがとうございます！（とにかくイメージを地中深く…）
空の神様 ありがとうございます！（できれば空を見上げましょう…）
大地の神様 ありがとうございます！（大地震が発生しませんように…）
土の神様 ありがとうございます！（豊かな作物を与えてくださり…）
海の神様 ありがとうございます！（豊饒な海をイメージ…）

太陽の神様 ありがとうございます！（輝く太陽をイメージ…）
月の神様 ありがとうございます！（静かな月をイメージ…）
星の神様 ありがとうございます！（まさに星に願いを！ですね…）
光の神様 ありがとうございます！（射し込んで来る光をイメージ…）
影の神様 ありがとうございます！（影があるから光が活きる…）
色の神様 ありがとうございます！（特に画家やデザイナーは…）
エネルギーの神様 ありがとうございます！（分子や原子、電子まで…）

雲の神様 ありがとうございます！（真夏の日中は、特に感謝…）
雷の神様 ありがとうございます！（あまり有り難くないかも…）
雨の神様 ありがとうございます！（水不足心配になりますね…）
雪の神様 ありがとうございます！（九州出身であまり縁がないけど…）
空気の神様 ありがとうございます！（とにかくこれは必須ですね…）
風の神様 ありがとうございます！（強風は困りますが…）
音の神様 ありがとうございます！（音楽好きな人はぜひ…）
火の神様 ありがとうございます！（生産の神様でもあるとか…）
荒神様 ありがとうございます！（かまどの神様）

水の神様 ありがとうございます！（とにかくこれも必須ですね…）
水神様 ありがとうございます！（火を防ぎ、守る神）
山の神様 ありがとうございます！（一番は富士山でしょうか…）

川の神様 ありがとうございます！（近くの川をイメージ...）

井戸の神様 ありがとうございます！（昔はスイカを冷やしていました...）

水神様 ありがとうございます！（実家の水神さん、感謝しています...）

木の神様 ありがとうございます！（木って美しいし、素晴らしい...）

家の神様 ありがとうございます！（家内安全でありますように...）

自然の神様 ありがとうございます！（私たちも自然の一部です...）

生物の神様 ありがとうございます！（私たちも生物です...）

植物の神様 ありがとうございます！（美しい花も、雑草も...）

動物の神様 ありがとうございます！（私たちも動物です...）

すべての良き精霊様 ありがとうございます！

すべての良き靈魂様 ありがとうございます！

宇宙の神様 ありがとうございます！（心の中にも宇宙はあります...）

生命の神様 ありがとうございます！（胎児をイメージ...）

運命の神様 ありがとうございます！（変えられる？変えられない？）

気の神様 ありがとうございます！（流れて伝わる...）

真実の神様 ありがとうございます！（きっとどこかにいらっしゃる...）

大きな清き美しき流れの神様 ありがとうございます！

天道の神様 ありがとうございます！（理解できていないのですが...）

時の神様 ありがとうございます！（いい時もあれば...）

時間の神様 ありがとうございます！（あとどのくらい残されている？...）

時の流れの神様 ありがとうございます！（年齢のせい？最近速く感じる）

そして、ここまで胸の奥で念じたら...

第1章と同じ様に、次のようなフレーズを唱えましょう。

「この世をつかさどるすべての神様仏様、皆様の恵みとご加護に心より感謝申し上げます。これからも、私の家族と、私の両親と妻の両親、私の大切な人々、私の会社をお守りください。心より感謝申し上げますと同時に、心よりお願い申し上げます！」

第1章でも述べましたが、こうしたフレーズを唱えるのがどうしても苦手という方は、感謝する対象だけを思い浮かべ、胸の奥でありがとう！と言ってみましょう。

私自身は、このフレーズを心の中で唱えている時、
いつもどこかとても大きな安らぎの世界と繋がっているような
不思議な感覚があります。

なんともうまく表現できないのですが…。そして、感謝している時、
抱えている悩みや不安をすっかり忘れていることに
後で気づかされます。(笑)

[エピソード] 涙は心を洗う水

私の故郷の九州の実家は、敷地が二つの小さな川に囲まれています。川のそばには、井戸があります。井戸と川で、苗字が井川。そのままですね。(笑)

よく、名前や地名は元の自然の地形などを表していると言われますが、現代では苗字と環境が一致するケースはかなり少なくなっているのではないのでしょうか。

で、その井戸と川のそばに、小さな石のお地蔵さんが座っています。当然、私が生まれる前からありました。水神(すいじん)さんと呼んでいます。

なぜだかわかりませんが、この水神さんに私はとてもシンパシーを感じます。帰省して暇な時、父が造作した庭を散歩していると、ついついこの水神さんのそばに行きたくなります。そして、しばしそこでボ～～とします。私にとっての最高の癒しの場なのかもしれませんね。

東京に戻る日は、必ず水神さんにお別れを言うようにしています。都会にいてもイメージすればすぐに浮かんできますので、やはりわたしにとっては特別な存在なのかもしれません。

それに関連し、先日、素晴らしい深夜番組を4夜連続で観させていただきました。NHKで再放送された「にっぽんの心の仏像」という番組です。

この中で、いろいろな顔や表情をされた日本各地の仏像が、その仏像を好きになってしまった人のお便りとともに紹介されるわけですが、ハイビジョン映像の美しさ、ナレーションの素晴らしさ、お便りを寄せた人の人生ドラマが、一体となって、観ているだけで心が洗われるようでした。

正直に告白させていただくと、何度も何度も自然に涙がこぼれ落ちてきました。もともと涙腺は弱い方なのですが、それにしても、こんなに泣かされた番組は初めてです。

そして、涙を流したあと、とても清々しい気分になりました。涙って、実は心を洗う水なのかもしれませんね。メンタル的なデトックス効果（浄化作用や自然治癒力）があるのかもしれません。

番組の中のアンケートでは、やはり仏像に関心のある人は、男女を問わず50代、60代の世代が多いようでしたが、それ以外では30代女性の関心が非常に高いとのこと。そして、最近、仏像巡りがかなりのブームとなっているようです。

混沌としている現代社会、今一番必要なのは、癒されることなのかもしれませんね。

なお、この番組、きっとまたいつか再放送されると思いますので、その時は、ぜひご覧になってください。

また、話しは変わりますが、そもそも私たち人間は、神様や仏様に素直に感謝できる生物だったはずですよ。

人類の歴史を遡れば遡るほど、自然の巨大な力を恐れ、またその恵みに感謝し、強く祈りを捧げてきたと思われまふ。

海に生きる人は海の神に、山に生きる人は山の神に、土に生きる人は、土の神に。その慣わしは、今でも自然と共存している人たちの中には、代々受け継がれています。

例えば、農業に従事している人たちは、春は豊作を祈願し、秋には豊作を感謝する。漁業に従事している人たちは、荒れる海の怖さを知り、大漁を祈り、大漁を海の神様に感謝する。

しかし、多くの人たちは文明の発展とともに、自然の脅威や恵みと次第に縁が薄く遠くなってしまいました。神様や仏様に祈り感謝する意味がだんだんと希薄になっていったのです。

例えば、日本におけるお大晦日と正月、これは一年を無事過ごせたことを感謝し、また新しい一年を無事過ごせますようにと家族全員で祈る感謝と祈願の大切な行事です。

また、お盆はご先祖様や仏様を迎え入れしばし現存する家族と一緒に安息の時間を過ごしていただき改めて感謝する、こちらもとても大切な行事です。

しかし、近年ではその意味さえも知らない、考えたこともない人たちが増えています。

人は、人のありがたさを知って初めて人のありがたさに気が付きます。そして、初めて感謝することを覚えます。

神様や仏様のありがたさを感じにくい世の中で、神様や仏様に感謝しよう！といっても、それは当然無理でしょう。

ただ、恋愛でも仕事でも、その他の人間関係やお金の問題などでも、いろいろな悩みや不安を抱えられている人は、その人の純粹さや真面目さ、真剣さがそれを招いているのではないのでしょうか。私は、それは決して弱さではないと思います。

現実の問題や、自分自身と真剣に向き合えば向き合うほどその悩みは深くなります。

しかし、すでにその時点で、その人の精神的なレベルがひとつ高まる大きな可能性を秘めています。

その不安や悩みをひとつだけ解消できれば、神様や仏様、あるいは周囲の人に感謝することの大切さを知ることができるはずですよ。

そもそも精神的レベルの低い人は、悩んだり不安に思ったりしませんから。(笑)

ですから、今現在、悩みや不安を抱えられている人は、今は人間的にレベルアップする準備段階に入っていると考えましょう。

もちろん、この『世界でたったひとつの「胸の奥でありがとうを言う方法」』をお読みになっているあなたは、間違いなく、まもなくもうひとつ上のレベルへと到達できますよ。

それに、最後までお読みいただくと、きっと気分もスッキリ晴れるはずですよ。

とはいえ、知らず知らずのうちにストレスを溜め込んでいる方、いろいろ悩まれている方や不安を抱かれている方は、たぶん、今はまだとても心が重いかもしれません。

心がどんよりと曇っているかもしれません。それは、きっとその人が今その階段を一生懸命に上ろうとしているからです。

当然、上るためにはエネルギーが必要で、当然、かなりのエネルギーを消耗します。その消耗が、その人の心を重くしているのです。曇りがちになっているのです。

でも、大丈夫！心が軽くなるのも、晴れるのも、もう時間の問題なのですから。

それでは、第3章へとお進みください。



以上で胸奥（第2章）は終わりです。

かなり説教っぽい文章、宗教っぽい文章（本当に申し訳ありません！）に最後までおつきあいいいただき、ありがとうございました。

もし、何かひとつでも新しい気付きがありましたら幸いです。

ちなみに、『世界でたったひとつの「胸の奥でありがとうを言う方法」』は、この第2章を含む「全4章」によって構成され、それぞれ4つの次元で具体的な感謝の対象を紹介。お読みいただいた一人ひとりが自由にアレンジし、世界でたったひとつの読者だけの「ありがとうのリスト」を構築できるようになっています。

また、ノウハウの説明だけでなく、各章それぞれに[エピソード]をまとめていますので、「読み物」としてもお楽しみいただけるのではないのでしょうか。

そして、その実践は、通勤途中の電車の中、布団の中、入浴中など、場所を選ばず、いつでもどこでも自由に行えるのが特長です。

もし、もう少し読んでみたい、どんな内容か知りたいと、興味をお持ちの方がいらっしゃいましたら、下記のサイトにアクセスしてみてください。

<http://ssiii55.sakura.ne.jp>

最後までお読みいただき、本当にありがとうございました。これを読んでいただきましたあなたに、今後、愉快的こと、良いこと、うれしいこと、素敵なこと、楽しいことなどが、いっぱい起きますように！！ 心より願っています。