

よくある質問をピックアップして長谷川先生に答えて頂きました。チラシ本文をお読みになった上で、ご参照くださいませ。

**Q** この「心の学校 (愉氣の学校)」に出れば、ほんとうに心がリフレッシュされますか？

**A** はい。

それも受講前の課題だけでも！

「人生の棚卸しができた」と仰る受講生も多いです。

また心だけでなく体も芯からリフレッシュされますよ。

しかも、行うことはとってもシンプルです。(チラシにもあると思いますが散歩の時間ばかり…)

また、特筆したいことは、“どこまで進むかも含め、すべての進行度合は自分で決められる”ということです。

**Q** 私は「心のデトックス」をして、楽しく生きれたらなと思っているだけなのですが、悟りとか目覚めとかには興味がないですし、逆に引いてしまうのですが。

**A** もちろんそうした目的で大いにOKです。(むしろ健全です！)

この学校は、楽に楽しく生きるためにこそ存在しています。

ひとことと言えば幸せになるための学校。

(ですから、この学校は別名【幸せの学校】と呼ばれています)

そして、今まで受講された方々は、それぞれの方がその時点で得たいものを、全員得られていらっしゃいます。

前半の、瞑想を深めてゆく「風の学校」の時間は、コンピューターでいえばハードディスクを空っぽにするようなクリーニング(デトックス)の時間です。

ですから人によっては、無、空、目覚めという、思考が完全に止まる素晴らしい経験をされる方もいらっしゃいます。

ただ、それを目的にして座禅をしても数十年たっても悟れないということがありますように、そうした思いもクリーニングしていくと、その人その人にとって、最もふさわしい体験ができます。

そしてまた、「ほんとうの体験は受講後の新しい生活の中で得られる」

そのためにこそこの学校がある、ということは限りなく強調しておきましょう。

**Q** 私はサラリーマンなのですが、仕事に生かれますか？

**A** はい、大いに生かれます。

しかも意識しなくとも生かされるようになります。

最近では、仕事の能率を上げたり、脳力アップのために瞑想が推薦されていますが、

この「心の学校」では、座禅を数十年行うのと同様といってもいいほどの瞑想の深まりが得られることがありますので、受講された皆さんが、その後の様々な変化に驚かれています。

仕事に関して言えば、それは仕事の能率だけでなく、上司や部下などの人間関係の改善において顕著に実感される方が多いです。

また、そうした実感は受講後すぐに味わえることもあります。

「そういえばいつの間にかこんなに楽になっていた」というような気づかないうちに生じていた変化のほうが、どちらかというとも多いです。

**Q** なんだか怪しい講座みたい…

**A** そ、そうですか…

瞑想を深めるとか潜在意識のクリーニングという表現でそう思われるのでしょうか。

目に見えないものを表現することはとても難しいですね。一度ご受講していただければ、決して怪しいものではないことが分かって頂けるのですが…

ただただ、ポカンと純粋に集中(=愉氣)していく、というトレーニングを散歩や瞑想を通して行っていただくのです。

(前半の風の学校)

けれども、氣道の考えは一般の常識とは異なっていますので、(例/風邪に役にたっている etc.) その意味では氣道自体が怪しいのかもしれませんが。(笑)

特に、この学校は、氣道の中で最も氣道らしい、「これこそ氣道の真髄!」という氣道のど真ん中の講座ですので、逆に最も怪しく思われてしまうのかもしれませんが…

しかし、「すべての事が自分の現れである。すべてのことを自分の責任にできる」という氣道の主旨にご理解頂ける方には、必ずや得るものがあることを保証します。

## Q 料金が高額なのはなぜですか？

A 申し訳ありません。

氣道の中核をなしている講座ですので、多くの方にご受講頂きたいのですが、講座の内容上、どうしても個人レッスンのような少人数でしか行えないのです。

ただ、常識的な水準を踏まえた上で、これでもかなり安価には設定させて頂いているつもりです。

(たとえば、この学校の内容に近い講座は安価なものでも50万円以上するでしょう)

また、この講座ではマンツーマンのサポートをしております。(講座中には個人セッションもあります。そしてまた講座前には予約時から毎日スタッフ全員の遠隔愉氣をしています。その金額だけでも1日4万円以上です)

そうは言っても、まとまった金額ですので参加に二の足を踏まれる方もいらっしゃるかもしれません。

しかし、そうした方にこそ、ご受講をお薦めしたく思っています。(なぜなら必ず後日、何倍になって戻ってくるので。

そうした器づくりをしていく講座です)

## Q いつも連日での開催ですが、なかなかまとまった時間がとれないのです。週一回などの講座形式で行っていただけられないでしょうか？

A この10年間、そうしたご要望にいつか応えられたらと思ってはいました。

ただ、整体法習得講座のような技術の習得がある講座ですと、日時を空けることのメリットがあるのですが、心の深い変化を誘う時には、連日で行うことによってはじめて、深い進行が得られるのです。

また、講座形式については、現在の私たちの力量では、一人一人のマンツーマンの指導でしか実現できない部分が非常に多いのです。

どうかご理解くださいませ。

## Q 「個人レッスン」では氣道のあらゆることが学べるということですが、この学校の内容も個人レッスンで学べますか？

A はい、学べます。

ただ前述しましたように、連日での受講が基本となります。

(どうしても日時が空いてしまう場合は、その分、回数が増えてしまう可能性が大きいです。これはその方の進行状況によります)

## Q この学校に出ても、その時はよくても、その後その効果は持続しないのでは？

A 実は逆なのです。

ご受講あとの日常生活こそが「本番」でして、この学校は本番ステージの前の、舞台裏のお稽古に過ぎないのです。たしかに、講座中に素晴らしい体験をされる方もいらっしゃいますが、受講後の生活にこそ、この学校の訓練成果を発揮できるようにしています。

そして、ご存じのように愉氣や瞑想は、行うほどに体や心が育まれ、敏感な身心になっていきます。ですから、この講座で研鑽したことは、日常生活で使えば使うほど効果が増していくのです。

**Q** 以前、内観法を行ったことがあるのですが、  
この講座に出るとさらに成果がありますか？

**A** はい、さらに成果があります。

私自身、何度も内観法を行わせて頂きましたが、そうした内観や禅の修養をされている方や、ティク・ナット・ハン、クリシュナムルティ、ニサルガダッタ・マハラジに興味のある方にとっても、とても実りある時間を得られることでしょう。

**Q** 私は愉氣が深まるということにだけで興味があります。  
この学校は整体法をする上で役に立ちますか？

**A** はい。

この講座で行っていくことは、全て愉氣だけです。

ですから「愉氣を限りなく深めていく」というこの講座以上に整体法の修得に役立つ講座はないと断言できます。

(整体法に興味を持たれる方は、自分で行う健康法や、瞑想などには逆に興味がない方が多いのですが、素晴らしいご質問ですね。

愉氣あってこそ初めて技術や知識が活きますし、また愉氣さえ深まれば知識や技術はあまり意味がありませんので)

**Q** 自宅からの通いとホテルでの宿泊ではどちらがお薦めですか？

**A** ホテルです。

連日での講座というメリットを活かすためには、他に邪魔されない平安な環境がベストですから。

(ただ、もともと自宅からの通いでしか難しい場合は、「できる範囲で」静かで落ち着いた環境を作ってくださいませ)

**Q** 講座前に課題があると以前に受講された方から聞いたのですが…

**A** はい、あります。

ご予約時に、学校前に行ってほしい課題をお送りします。(とても楽しい貴重な時間になることでしょう。なお、先述しましたようにご予約完了時から私たちは皆さんのことを毎日クリーニングしています)

また、講座中にも若干ですが課題を提示します。

「講座後の新しい生活こそ本番」と申し上げましたように、講座中においてはホテルやご自宅に戻った夜や朝の時間も“講座中での本番”と捉えてください。

その時間も含めて、とても素敵な時間ですよ。

**Q** 夢の実現のために参加したいのですが、  
一年を創る講座とか七夕会や新月瞑想会に出るのとどう違うのですか？

**A** ひとことで言えば、この講座に出ると「夢がほんとうに実現しやすくなってしまふ」ということです。

(そのトレーニングを行うわけですから当然です!)

ともかく最速で実現してしまいます。というか毎日がシンクロシティの連続の日になってしまいます。“夢実現装置”になります。

また、「今までの自分の夢は実現していた」というカラクリも分かります。魂が求める夢は、こうすれば実現できるということが分かります。(それを実習するわけですから)

人によっては、「全てが既に叶っている」という絶対的な安心感と共に「もう夢は何もない。全部ここにある」と感じ、それでももし願えばすぐに現実化するという感覚を得ます。

なお、一年を創る講座や七夕会などは、この学校のための準備であり、またこの学校のアフターフォローという位置づけになります。

(なぜなら、この「心の学校」こそが“夢を叶える器づくり”を研鑽していくわけですから)

※その意味では「書くだけで夢が叶ってしまうカレンダー」は、その付録CDが「特別新月瞑想会」でもあり、七夕会と新月瞑想会以上の内容が収録されておりますので、夢の実現に興味を持たれる方には心からお薦めします。

## Q 座禅を 20 年ほど行っていますが、この講座で得ることはありますか？

A 今までの実績から申し上げて、必ずや得ることがあるでしょう。(また、悟りの認定証明を受けられ衆生の為にご活動されている方にとっても(とってこそ?)ご参考となる面があると思います)  
ただ、前記の内観法のご質問その他で申し上げましたように、そうした結果をも期待せず、つまり夢を持たない時、あなたに一番ふさわしいことが訪れることでしょう。  
そして、その時間と空間を提示したく私たちはいつも次の【心の学校】のために日々準備しています。

Q この5年間、ホ・オポノポノを行っています。  
『自然に生きるためにこそ、まずはすべてを自分の責任にしよう』という  
氣道の主旨に共感しましたし、実際、自分がとらえているのだから、  
自分だけなのだ、という説明にも納得できました。  
「心の学校」に出たほうが良いとウニヒピリ(注・潜在意識)は言っているのですが、  
この学校に出るとホ・オポノポノとどのような関係になるのかだけ聞きたいです。

A ホ・オポノポノと、とても良い関係になりますよ。  
クリーニングが更に行いやすくなり、そしてヒューレン博士やKR女史、モーナの意思にも通じていくと思います。  
上記に、この学校は内観者や禅者など長年求道されている方も大歓迎と書きましたが、ホ・オポノポノ実践者もぜひいらしてくださいませ。  
(何より大歓迎は、そういうことに興味がまったくない「ただ楽に楽しく暮らしたいの♪」という方ですが…)

また、先に「健康法は要らなくなるために存在する」とも書きましたが、マントラも瞑想を深めるために存在し、そして深まっていくとマントラ自体が要らなくなっていきます。

ですから、クリーニングに習熟していくとだんだんとホ・オポノポノのツールが要らなくなっていきます。

ただ、言葉は言葉の役割や特長がありますので、クリーニングに習熟されても、ツールを使ったほうがよい状態のこともあるでしょう。

この学校をご受講されることによって、だんだんと行なわなくてはならない余分なことが少なくなっていきますが、それと共に、その時その時に行ないたいものもハッキリと浮かび上がってきますよ。

そうして、ただ自然にまかせて生きられるようになっていきます(=氣道)。

(なお、ホ・オポノポノに関しては参考文献としてチラシに掲げてありますのでご参照ください)

