

ECTON

この本は、1989年に2度にわたり来日し、
数々の名セッションを残した「エクトン」チャネリングの全記録である。

人々は、時に問い、時に想い、時に黙し、時に動かされた。
そして、その意識は、恋を、愛を、性を、豊かさを、宇宙を、時間を語りつくした。

その意識は、語りつづける。

「力」は常に、あなた自身のなかに存在する、と。

VOICE

目次

| | | |
|--------------------------|--------------|-----|
| はじめに | | 3 |
| Q&A公開チャネル① | IN 東京 3月11日 | 9 |
| Q&A公開チャネル② | IN 東京 3月18日 | 47 |
| Q&A公開チャネル③ | IN 名古屋 4月23日 | 89 |
| ワークショップ① 「チャネルになる」 | | 121 |
| | IN 東京 11月23日 | |
| ワークショップ② 「エネルギーとしてのお金」 | | 167 |
| | IN 大阪 11月26日 | |
| ワークショップ③ 「セクシュアリティと人間関係」 | | 207 |
| | IN 東京 11月18日 | |
| おわりに | | 245 |

はじめに

リチャードは、「いい男」である。

顔が、いい。(本の後ろに写真があります)

よく「良質なチャネラーを、どうやって選んでいるの？」と聞かれるが、「顔」で選んでいるのです！

なんていうと誤解されるけど、もちろん呼ぶ前に、必ず実際のセッションを見て、内容のチェックはしている。でも最初に、なにはともあれ見るのは、顔である。

“まっとうな”顔。

すべては顔にです。ある雑誌にも書いたが、アメリカの西海岸に行くと、まあ精神世界の講師というのは実にたくさんいるものなのだ。しかし、だがしかし、“まっとうな”顔が少ない。

「顔」がいいということは、私の独断と偏見によれば、かなりの確率で「内容がいい」ことを意味する。だいたい、いいチャネルはみんな「顔がいい」のである。

こうした精神世界は資格審査があるわけではないし、「きょうから私はチャネラー」ってなもんで、それがいいところでもあるけれど、あぶない面も持っている。

私達が日本に呼んでいる講師達は、クオリティのレベルからいくと、世界的に見てもかなり良いと思ってください。「私を信じる必要はない」という人間は信頼に足る。

エクトンのリチャードはもう、かれこれ10年近くこうした仕事をしている。非常に誠実な男で、明るく、冗談ばかり言っている、おおよそ「らしくない」人なのです。私の経験では、だいたい「らしい」人に、本物は少ない。

彼は頭も切れる。社会情勢もちゃんと把握している。新聞も読んでいる（当たり前か）。

フツーなのだ。このフツーという感覚は重要である。

このフツーの人の前に、ある「事件」は起きた。

私はこの事件を、「ガチョーン」と呼んでいる。

その日、控え室にいたりチャードと私と通訳のチャンバックは、開演の時間になったことを知った。冗談でリチャードに“ショータイム！”と言うと、控え室のドアを開けた。彼はこうした言葉に眉をひそめる類の男ではない。軽さという美点を備えている。

それはQ&Aセッションだった。

セッションは順調に進み、後半も残すところあとわずかとなった。その会場は時間の管理が厳しく、すぐに出なければならないので、通訳に向かって時間がないことを知らせる腕をクロスさせたNOサインを出した。もうほとんど会場の時間は切れている。

チャンバックがエクトンに言う。「そろそろ時間です」。
エクトン「もうひとつ質問をどうぞ」。

『だめだって言っているのに…、んーもー。でもまあ、いいか…』

後になって思い返してみると、このエクトンの「もうひとつ質問をどうぞ」は、すべての、ことの成り行きを解くカギとなった。

Q&Aセッションにおける質問希望者は数が多く、公平と、その時に完璧なタイミングをもって必要な質問がくるように、全質問希望者と同じ数だけの数字を記した紙片を、カードを切るように切ってピックアップする。そこに、行為の入る余地はない。

事前に質問内容を書いてもらい面白い質問を選んだ方がいい、という人もいるが、偶然はない、という考え方で、このシステムを採用している。事実、私はこのシステムが、なかなか気に入っている。ガチョーンがあった、その後も。

私は、自分の視界の外で切ったカードの一番上の番号を読んだ。

最後の質問に立ったその男性は、弟が3年前に事故で死んだ、と話し始めた。ちょっと落ち着きのない人だったが、質問に立つ人は皆、だれでもアガるものなので、気にもとめなかった。

いまも、弟は苦しんでいるのだろうか？ 彼とコミュニケーションできるか？ と彼は尋ねた。エクトンは、そこで話すべきことを話した。死ぬという体験や、それが常に選択であることなどなど。

すべてをエクトンが答えた後で、その男性は言った。「私には、弟はいない」と。

会場は、一瞬、なにが起こったのか分からずにシーンと静まりかえった。通訳していたチャンバックでさえ、なにが起こっているのかすぐには分からなかったのではないだろうか。そりゃー、そうだよね。まさか、こんな展開になるなんて、誰も思わなかった。

それは、彼の青年らしい稚気なのか、質問者に当たったら絶対これをやってやろうと3時間をうわの空で過ごしたのか、それは分からないが、彼はとにかくそれをやりとげた。

しかも、非常に完璧に。

そう、すべては完璧だった。タイミングさえも。

会場の時間があれば、私はリチャードに、あるいはエクトンにもう少し、このことについて話させてあげたかった。しかし、いまにして思えば、それもまた完璧だった。

本になってしまうと、それがどのようなイントネーションで話されたか、伝わりにくくなってしまうが、私が見ていた限りでは、エクトンはまったく動揺していなかった。

「別のゲームをやってみるかい？」と質問者に聞いたものだ。

でもリチャードは考え込んだ。その直後というより、ちょっと時間がたってから。でもね、こんなガチョーンに出会って動揺しない人間がいたら、お目にかかりたい。

リチャード、それでいいと思うよ。私があなただったら、自分の意識の中に深く深く潜行していったはずだから。

質問者を選ぶ、ということで、この一連のガチョーンの片棒を担いだ私は、しかし、実はその時、あまり感情的なものは感じなかった。「とんでもねえやつだ」とい

う声もあったが、私はなにか、この時点でカメラのレンズをググーッとズームバックさせてしまったのだ。私は、どちらかというと、平静だった。

不思議だけれど、この男性を「とんでもない」とは感じなかった。しかし、友達にしたいとも思わなかったけれど。

カメラのレンズが、グーンとズームバックした時、私が感じていたのは「完璧だった」という想いだった。

それは、あらゆる意味で「完璧」だった。

「ショー・タイム!」「会場の時間が切れる」「これで終わろう」「いや、もうひとり」そして、ガチョーン。「あくまで軽いエクトン」「考え込むリチャード」「それでも時間がない、唐突な幕引き」。もしこれが映画だったとしたら、これ以上すべてのお膳立てがうまく整うこともないくらい、すべてがこの一点の「完璧」に向けて収斂していた。

他の参加者は、突然の幕引きの後、一緒に来た友達と、きょうのガチョーンについて、帰途の道々さまざまな反発、さまざまな共感、さまざまな教訓、さまざまな判断、さまざまな勝利、さまざまな同意、さまざまな選択、さまざまな自由、さまざまな力、さまざまな意図について語りつくしたろう。

重要なのは、「この質問者、リチャード、エクトン、チャンバック、私、他の参加者、この場にいたすべての人が、このガチョーンに同意していた」という点にある。

リチャードを含め、すべてが完璧に同意していた。

みんなで共同して、このガチョーンを創造した。それは、見事な共同創造だった。

私が質問者に対して、まんざら悪い感情をいだかなかったのは、彼もこの共同創造が巻き起こす波紋とそのきわめてポジティブな結果に事前に同意し、いわば悪役として登場して完璧にその役を演じきったからだった。

リチャードも事前にガチョーンに同意していた。彼はそのことは、私よりよく分かっていると思う。彼がその後、考え込んだのは、こうしたことが理解されていなかったからではなく、誠実な人間だったからである。

この本を子細に読むと、リチャードやエクトンが、このことから学んだことが、その後のセッションでいろいろな箇所に、行間に活かされているのを発見する。

私たちは、このガチョーンから、実にさまざまなことを学んだ。

質問者は「私に弟はいない」と言いきった時点で、あきらかに「勝利宣言」をしたと思ったはずだ。でも、「勝利」はそこにではなく、もっと後でやってきた。

私がポジティブな結果、と言ったのは、みんながそのことから、さまざまに考え、学ぶことができたからだ。チャネリングとはなにか。真実とはなにか。証明とはなにか。サポートとはなにか。同意とはなにか。タイミングとはなにか。嘘とはなにか。本当とはなにか。共同創造とはなにか。悪役とはなにか。

私たちは、このセッションが終わってから、いかにしてこうした事態を回避するために、ああした参加者をセッションから排除するか、などということは、一度なりとも話していない。リチャードもチャンバックも私も、別のことを考えていた。

私はこの本を出版しようと思ったとき、この箇所を削除しようとは、さらさら思わなかった。実際問題、このガチョーン自体は、たいしたことではなかった。結局、だれも、なにも証明しなかったし、だれも勝たなかった。起こったことは、みんなで共同して、ある完璧なタイミングで完璧な出来事を起こしただけだった。

映画を見ていると、最近は「あきらかな悪役」というのが少なくなった。人間はどうもそんなにシンプルではない、という認識がいきわたったからなのか、真実味がないからなのか。しかし、一昔前まではテレビでも映画でも、完璧な悪玉と完璧な善玉が登場した。どうも、このドラマというやつは善玉ばかりでは全然面白くない。悪玉が出て来ると俄然、面白くなる。

闇は光に奉仕する。

ドラマにおける悪玉の働きは、きわめて興味深い。悪玉の役割は、善玉に対してショックを与えることにある。そこからムーブメント（運動）が起こり、世界は廻りはじめる。しかし、いつの場合も悪玉は、あきらかに善玉に貢献している。一分のスキもない、実にあっぱれなコミットメントである。ドラマを観たら分かる。必ず、それは善玉の輝きを高める役割をしている。

私たちの実際の社会のなかでも随所でこうしたことが起こっている。ただ、安手のドラマのような明白な悪役というのはめったにいないが。

私たちの日常生活のなかで、ショックを与える者、それは明らかに、相手に貢献している。通常、こうした悪い配役はだれもやりたがらないものなのだ。でも、きょうもどこかで、だれかが「悪役」としてあなたにショックを与える。その心意気や、よし。

そうした奇特な人が自分の前に来たら、カメラをズブーッとズームバックさせよう。そこには配役があるばかり。そして、こう言おう。「友よ、よく来てくれた！」

ここで述べたガチョーン・ストーリーは、あくまで私個人の受けた印象であり、皆、それぞれに受け取り方が違うと思う。リチャードにとっても違うかもしれない。あなたにとっても違うだろう。だから世界は面白い。あなたには、あなたのストーリーがあるはずで、フォーカスはそれぞれ異なる。

こうしたワークショップを企画していて変なようだが、私自身は現象としてのチャネリングにあまり興味が無い。私には、リチャードという友達がいる、エクトンという形でいろいろな美しいことを見せてくれる。それだけで充分である。チャネリングである必要も、ない。

しかし、それでもなお、彼は一流のチャネルである。

エクトンのどこがすばらしいか。「声」である。

声そのもの。本では声が伝えにくい。行間に少し滲み出しているところもあるが、皆さん、チャネルのリチャードは声がいいのです。この声を聞いただけで、いやされてしまうような独特のバイブレーションがある。本当はなにを言っているでもいい、くらいだ。

よく役者が練習のために、レストランのメニューを読みながらシェークスピアを演じたりするが、言っている内容自体より、声のトーンがより多くのものを観客に伝える。リチャードの場合もそれ。カウンセラーの必須条件に、私は「声」があると信じている。

とはいっても、もちろん顔と声ばかりではない。エクトンのセッションはどれもすばらしい内容だった。特に3時間ワークショップ「セクシュアリティと人間関係」。これは至福である。美しい。

リチャードもノッている。エクトンも調子がいい。こういう時は、特別の時間が

流れる。空間も祝福される。すべてが完璧なタイミングで、あるエネルギー空間をかたちづくる。この1章だけで、まさに宝石のような智慧の言葉がザックザックとつまっている。こうした地下鉱脈を見つけるのが、チャネリングの大いなる喜びのひとつである。

このワークショップを読むだけでも、この本を買った甲斐があります。

意識体によって、得意な分野というものがある。エクトンにとっては、人間関係のプロセスである。エクトンに恋愛関係のプロセスなんかやらせたら、もう右に出者はないだろう。それほど見事だ。

この本を編集してくださった大八木さんと中川さんに感謝します。大変な仕事を引き受けてくださってどうもありがとう。この本が読みやすかったとしたら、その賞賛は彼らが受け取るべきです。

そして最後にリチャード。あなたの、変わらぬ大いなる意図に敬意を表します。

また、たわいもない冗談を言いあおうね。

1991年 6月吉日 喜多見 龍一

Q & A 公開チャネル① IN 東京

1989 年 3 月 11 日

いま自分の人生で、なにが起きているでしょう？
起きていること、それこそが真実です。
実際に起きていないことは、ただの思考にすぎません。
そして起きていることが、あなたの「選択」です。

リチャード（トランスに入る前の状態で）

きょうは、来てくださってどうもありがとう。

日本に来るのは3度めです。いま「（日本語で）ニホンゴ」を勉強していますが、せるようになるには、もう10年くらいかかると思います。

いままでにチャネリングを見たことがある方、どのくらいいらっしゃいますか？

（ほとんどの人が手を挙げる）

OK。

数カ月前、このようなオープン・チャネリングで同じ質問をした時には、参加者約半数の手が上がったのですが、今回はほとんどの方が手を挙げていらっしゃいます。

これは単にチャネリングに対する関心の高まりを示しているだけではないと思います。学校教育や社会の伝統の中で言われてきたことを越える、より深遠な何かがあることに人々が気づいて、それを知りたいという欲求が非常なスピードで強まっている、そのひとつの現れのように思います。

世界中の人々が、新しい情報、新しい生き方、新しい体験に飢えています。

いま起きているソビエトでの大きな変化、南アメリカやアフリカでの様々な変化背景には、こうした新しい生き方への欲求があります。

お気づきのように、すべての変化がスムーズにいくわけではありません。

変化を求める欲求は、常に変化への抵抗に出会います。

皆さんの中にも、自分が変化することへの抵抗があります。

でも、どのような抵抗であれ、あなたの変化への欲求の強さによって、抵抗は乗り越えられます。

今回のセッションが、そのひとつのきっかけになればいいと思っています。

私がチャネリングをするのは、風変わりな現象を皆さんに見せるためではなく、識が目覚めて拡大した状態を達成できるからです。いつも起こるわけではありませんが。

ときにはチャネルされたメッセージが、理性にとってあまりにも挑戦的であるために、人々は情報に対して心の扉を閉じてしまうこともあります。

でも、多くの人々は、チャネルされたメッセージを聞いたとき、「ああ、あれは自分知っている。うん、真実のような気がする。」というふうに、親しみを感じます。

いま、チャネリングがアメリカ中で大流行しています。

多くの人がチャネリングを信奉し、一方で多くの人が気違いざただと思っています。

変化を求める欲求は、変化への抵抗に出会います。

私がチャネルする存在（personality）は、自分をエクトンと呼びます。

エクトンのチャネリングは、8年前、ごく自然に起こりました。

そのとき、私は友人に誘導されて、ベッドの上で瞑想状態へと入って行きました…不意に天井の方へ漂っていく微妙なエネルギー……触れることはできないけれど、じめることはできる雲のようなものを感じました。

この、パワフルで優しいエネルギーの雲は、私の愛の中へ入ってもいいかととききました。

「OK。やろうじゃないか」と思いました。

以来、大変なローラーコースターに乗りっぱなし。

（笑）

エクトンと共に生きていると、祝福されていると感じると同時に、なかなか難しいと感じる面もあります。

彼の知性、正直さに触れ、たくさんの人々が彼によって助けられるのを目の当たりにするのは喜びです。

でも、エクトンと生きていくときには、自分の設けた制限内に留まっていることがもはやできません。意識を拡大せざるを得なくなります。

エクトンと私の意見が、いつも一致するわけではありません。でも大抵の場合、ハートと頭の間での恐ろしい葛藤を乗り越えようと、エクトンの言っているポイントが何か分かり、結局彼に同意することになります。

こうして私は、成長してきたように思います。

より拡大し、もっと目を覚ましてきました。

もし皆さんも目覚めを望むなら、エクトンがその手助けをするでしょう。

正直なところ、エクトンがどんな存在か、私には分からないのです。

天井の方にあった雲、という以外、分かりません。

（笑）

エクトンが私とは別のパーソナリティをもった存在であるという見方もできますが、私の内部の、まだ発見していない部分である可能性もあります。

私のクライアントの半数は、エクトンを「リチャードとは別の存在である」と感じ、残りの半数は、「リチャードの深層意識の一側面である」と感じています。

私としては、外部の存在としておくのが一番ぴったりするので、そう信じることを選択しています。

エクトンは、素晴らしく賢明です。

でも、皆さんや私より、賢明で知的で愛にあふれているということはありません。エクトンのような存在は、明らかに、この惑星で起こりつつあるとてもドラマチックな変化をサポートするためにきています。

マフー、バシャー、ラムサ、ラザリスなどは、すべてチャンネルを通してやって来るアメリカでも非常にポピュラーな存在たちです。

アメリカだけでなく日本や他の国々でも、自分の部屋に友だちを招いてチャネリングをやっている人たちが、たくさんいると思いますが、メッセージは共通しています。

それは、すべてのものへの無条件の愛、自分が創り出している現実に対する全面的責任です。言い換えれば、誰も他の人や他の世界の出来事を責めることはできません。

すべて、あななです。

これは、とても大きな責任です。

ほとんどの人はそんな大きな責任を負うのはいやだと思っています。

だからこの惑星で戦争や争いが起きます。

「私と私以外」、「私たちと彼ら」、という見方。エクトンや他の存在たちが共通して言うのは、私たちと彼らが実は同じ、ということです。

何時であれ、他の人々に関わる時に、自分と離れた「彼ら」という見え方がするときは、自分の内側を探るチャンスです。「彼ら」は自分のどの側面を反映しているのか、と。

誰かに腹が立ったり、誰かと問題を起こすとき、私たちはよく「私だったらあんなことはしないのに」と言います。

でも、多くの場合、自分が同じようなことをする可能性があるか、あるいは過去にそのようなことをしてそれを認めたくない時に「あんなことはしない」と怒ります。「私は人を殺すことなんて絶対するわけがない」と言うかもしれません。

でも、過去世で殺人を犯さなかったとどうして言えるでしょう。

あるいは次の生、別の生で殺人を犯すかもしれません。

私は、このようなスピリチュアルな世界に入ったとき、いくつかの過去世を思い出して再体験しました。

過去世を知る前、自分を本当に神聖な人だ＜ Mr.Holy ＞（笑）、何も悪いことは出来ない人間だと思っていたのですが、過去世で、とてもひどいことをしていたのを知ってしまいました。

それが、“判断”から自由になる手助けをしてくれました。

今生、ライフルやナイフで人を殺すことを選択している人達への批判を、手放す手助けをしてくれました。

自分自身を自由に感じるためには、他の人がその人自身のためにしているあらゆる選択を許す必要があります。

これは、とても挑戦的です。簡単にはいきません。

でも、人々の行動はすべて、なんであれ、その瞬間の彼らにとって適切なことなのです。

考えてみてください。他の人の行動をあれこれ批判、判断したとき、結局何が起ころうでしょう？

自分の人生に、批判したものと同じ行動、状況を引き寄せます。あなたが憎むことを反映して見せてくれる人を自分の人生に引き寄せます。

私が、もっと若い頃の話です。アメリカのセントラルパークを車で運転して通ると、実に保守的な人が多かったのです。世界中の問題だと彼らを変え批判しました。

で、何が起ったでしょう？そんな気持ちで、レストランに入ると、いわゆる保守的な人々が私をひどく扱うのです。

数年後、他ならぬ自分自身が彼らを惹きつけていたことに気づきました。

彼らに対する批判、判断を手放すよう、彼らが教えてくれていたのです。

エクトンが話すことの多くは、ひとりひとりが自分の現実に関心がある、という概念に基づいています。

エクトンが何を言うかは彼の仕事であり、私にはよく分かりません。私の役割は、彼が私の体を十分に使えるよう、肉体の機能を保ち、個人的な批判や判断を一步退けて、彼に自由に話させることです。

私の体調がすぐれないとき、チャネリングでエクトンが入ってくると、症状が消えてしまいます。彼が出て行くと、症状は戻ってきます。

私の体が持っているカルマを、エクトンは持っていないということでしょう。

エクトンは私の体を“私のホテル”と呼びます。妙な方法で生計を立てています、私は。

(笑)

きょう、エクトンは「自由に感じる」ということを話すと思います。フィーリングを使えば、より直感と繋がり、直感は発達します。

質問に対してエクトンは、情報を与えることができないようであれば正直にそう言います。ときには質問者の期待通りに情報が出てこないときもあります。

例えば、あなたが「夫はどうしてあんなにひどい人なのでしょう？」と尋ねた場合、エクトンは夫に焦点を合わせるのではなく、質問者であるあなたの側からどのようにすれば、効果的に人間関係を改善できるか、というポイントから話をします。それが先ほどお話しした、個人の責任です。

これからトランスに入りますが、その前に質問しておきたいことがありますか？

Q 1 (男) : どんなテクニックを使ってトランスに入るのですか？

リチャード : 初めの頃は、自己催眠テクニックである、数の逆算や、階段を降りていくイメージを描いたりしていました。いまは何千回も繰り返していますから、目を閉じて始めようと思っただけで、トランス状態に入ります。ちょうど電球のスイッチをカチッと切るようなものです。

(笑)

Q 2 (男) : チャネリングをしているときには、リチャードさんの意識はあるのでしょうか？ 記憶はあるのでしょうか？ それとも完全に記憶がなく、体だけを貸しているのでしょうか？

リチャード : 緊急事態が起こったとき、体にすぐ戻れるだけの意識は保っています。突然火災が起きたとか、誰かが自分の前で死んでしまったという場合は、

(笑)

チャネリング時の情報に関してじゃ、10%くらいしか覚えていません。情報が特別驚くべきもの、挑戦的なものである場合は、覚えていることが多いです。

エクトンが私の名前を言う時なども覚えています。エクトンはよくリチャードを例にして話します。

「なんてことをするんだ」と思います。

(笑)

Q 2 (男) : リチャードさんがチャネリングしていないときも、エクトンという意識はあなたのまわりにいるのでしょうか。それとも呼べば来る存在ですか？ 全然別のところであなたを見ているとか、あなたをいつも感じているというわけではないのでしょうか？

リチャード : エクトンと一緒にいる感じは、ピンと張り詰めた恋愛関係に似ています。ですから、いつも一緒にいることは出来ません。1日3回やる個人セッションのチャネリングで充分です。

チャネリングを受ける側にとっては、1年に1、2回のセッションで

情報は充分なのに、私は毎日やっているわけでわけですから。

(笑)

私の方から彼に、年に1回くらい心の中に入って点検してほしい、と言うことはあります。私の役割は彼に私の体を使わせることです。いつも彼と一緒にいるのではありません。

Q 2 (男) : 自分が受け入れようとしているとき以外に、突然エクトンが入ってくることはあるのでしょうか？

リチャード : かつて、かつて、かつて、一度もありません。

(笑)

もし彼がそんなことをしたら、私はもう彼が入ってくることを許しませんから、彼は私のところに来ることが出来なくなります。

(笑)

アメリカでは、キリスト教の一派に、とりつかれることを非常に怖れる人たちがいます。『エクソシスト』という映画をご覧になった人もあるでしょう。私はあんなゲームは演じません。

(笑)

Q 3 (男) : チャネルしているときに、エクトンさんは情報をどこから持って来られるのですか？例えば、ある人の過去世を見る場合、その人の現在の肉体が持っている情報の中から引き出してくるのですか？それともエクトンさん自身の直感でどこから引き出してくるのか、あるいはアカシック・レコードを読んでくるのか、いかがでしょうか？

リチャード : それもいい質問です。直接エクトンに質問された方がいいと思います。が、いまは、分かる範囲でお話します。

エクトンは人の心を読むのではなく、エクトンがあなた自身なのだと言います。

私たちの間に空気はあるでしょう。外面的には個別の肉体を持ってい

るように見えるでしょう。でも、スピリットのレベルではひとつです。あなたがイメージの力で、エクトンを創造するのだと、エクトンは言います。

あたかもあなたのエネルギーを外側に投影したもの、それがエクトンです。

エクトンは、エネルギーを調整して、はっきりと理解できる形であなたに返してくれるのです。

彼にあなたのことが何もかも分かるわけではありません。あなたが、過去、感じることを自分に許さなかった感情が、いまあなたにどのように影響しているか、ということは分かります。でも、あなたの母親の名前は知りません。

ですから、入手できる情報群とそうでないものがあります。

通 訳： エクトンが使う英語の語彙の中で説明しておきたいことがいくつかあります。エクトンはよく「You are the God.」と言います。「あなた自身が神なんだよ」と。「God」をそのまま日本語で「神」と訳すと、ちょっとニュアンスが違うのですが、他にいい訳語が見つからない場合は一応「神」と訳します。それと、「あなた」と呼びかける代わりに「エンティティ (entity)」という言葉を使う場合があります。「エンティティ」とは、霊体とか実体とか存在といった意味です。「あなた」よりもっと広い意味で呼びかけているわけです。いま肉体を持っているけれども私たちひとりひとりがそれ以上の広がりを持った存在だということです。

Q 4 (女) : エクトンはどこから来るかという質問をした人はいままでにありますか？

リチャード : あります。

彼は自分を、肉体を持たない存在 (non physical entity) であると言います。三次元的な空間の、特定の場所から来るのでもなければ、物理的な肉体を持った経験も一度もないと言います。

時間と空間を旅する存在、時空に制限されない意識であると言います。他の人達がチャネルする存在の中には、過去世での肉体や経験について非常に細かく情報を与えるものがあります。

でも、エクトンは、そのような具体的な情報は与えません。

それでは、もう始める準備ができたでしょう。

十分に深いトランス状態に入るまで、だいたい3分かかります。
エクトンが入ってきてからスムーズな流れができるまで、しばらく時間がかかるかもしれません。

できれば私がトランスに入っていくとき、自分自身の体やフィーリングを感じていてください。私と一緒に心が開いていくのを感じてください。

サヨナラ。(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

(地震。会場に大きな笑い)

リチャード：前に東京に来たときも地震がありました。

Try again. (笑)

まだ動いてますか？

(リチャード、再び呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン： 皆さん、こんにちは。

きょう、皆さんは何かを学ぶためにここにやって来ていますね？

何かを探究するためにやって来ていますね？

多分あなたの非常に深い部分を見つめようとして、やって来ていますね？

あるいは、きょうは他にすることがなくてただリラックスしたくて来たのかもしれません。

どんな目的であろうと、それは満たされるでしょう。

いま、この部屋にこの特別な場所と時にいる人すべてが、何かを知りたいという欲求を持っています。

「チャネリングって何だろう」という単純な好奇心かもしれません。

あるいは、「大人になったら何をしよう」、「人生の目的は何だろう」といった、もう少し個人的な内容かもしれません。

科学的な質問をしたいのかもしれませんが。

感情やセクシュアリティに関するもの、また他の人々との関係に関するものかもしれません。

もしかすると、あなたはきょうここに自分自身に正直になるためにやって来たのかもしれませんが。

自分が知りたいことに正直になるために。

自分の仕事に満足していますか？

職場で、自分を正直に表現していますか？

両親やまわりに、自分を正直に表現していますか？

もしかしたら上からあなたを見つめているかもしれない神の眼に、自分を正直に表現していますか？

あなたにとって真実とは何か？ と問われたとき、あなた自身の考えはありますか？

あなたの真実はあなただけの真実、他の誰のものでもないと知っていましたか？

他の人の真実を自分の人生にそのまま当てはめるとき、苦しみを経験すると知っていましたか？

もし、あなたが苦しみを味わっていたのなら、他の人から適用した真実を自分のものにしたのです。

さあ、あなたの真実は何でしょう？

あなたは、人間ですか？

ふむ、それは真実のようですね。

あなたは、無限のパワーを持った、無限の創造性を持った神ですか？

もし自分に正直であれば、あなたは「イエス」と答えるでしょう。

でも、実際のところ、いつも自分を神とは感じてはいないでしょうね。

あなたは男性ですか？ 女性ですか？ それがあなたの真実ですか？
あなたは地球だけに住んでいるのでしょうか？ それがあなたの真実ですか？

幸せや満足は、あなたにとって真実ですか？

真実であってほしいですか？

もしあなたが自分の人生で満足を感じていないのなら、真実のところ、満足を感じたくないのです。

あなたは幸せを感じない理由をいくつも挙げるかもしれませんが。それに対して私は、「ふむ、なんてすばらしい“リスト”でしょう。でも、それは真実ではありません。ただいくつもの理由が並んでいるだけです」と言いましょう。

実は、深いところで、あなたは満足することを望んでいないのです。

これくらい人生をシンプルに考えてみてはどうでしょう？

真実に望んでいるものは、現実に入っている。

現実にはないものは、真実のところ望んでいない。

そうすれば、いつも考えながら時間を過ごすことはなくなり、自由な時間ができます。

何を考えて、そんなに頭を忙しくさせているのでしょうか。欲求があるときには、単に「欲しい」で充分です。

あなたは、「恋人が欲しい」と言うかもしれませんが、すぐにその理由を並べます。その中には興味深いものもあります。でも、ただの“リスト”にすぎません。

結婚相手、あるいは恋人が欲しいとしたら、一番大きな理由は「あなたがそれを求めている」。

なぜ恋人が欲しいのか。私が恋人を求めているから。

私は神。

欲しいものすべてを得ることができる。

信じられますか？

それが真実だと、信じ始めている人もいます。

でも、実際のところ、そう信じるには、いまの自分とはかけ離れすぎていて、実際には、まわりの世界から糸で操られているようにしか感じられない人もいます。

皆さんひとりひとりが神で、何かが欲しい理由をあれこれつけ加える必要はないとしたらどうでしょう？

欲しいものがなんであれ、理由はあなたがそれが欲しいというだけ。

それでは退屈してしまうと思いますか？ いままで一所懸命小さな頭をひねって、理由を考えることに慣れているから。

自分自身が誰であるか、定義するいろいろな理由を手放してしまったら、知性がなくなってしまうと思いますか？

真実を見分ける、とても簡単な方法があります。

あなたの現状を見てください！

何かがあなたの人生にあるとしたら、明らかにあなたが望んだからそこにあるのです。

もしなければ、考えてください。まだ、どこかで欲しくないのです。この会場にいる女性の中には、結婚のパートナーが欲しいと思っている人が何人かいます。

本当にそうですか？ 彼はどこにいますのでしょうか？

私たちには見えません。

見えないからといって、あなたが彼を望んでいないということでしょうか？

もちろん、あなたのハートの中にはその欲求があります。

でも、彼はどこにいますか？

どこか外にいますか？ 彼はまだあなたのハートの中、単なる欲求、想念、フィーリング。

そう、あなたが自分の心に正直になった瞬間、結婚のパートナーはあなたの世界に現れます。まだ得ていないとすれば、あなたが望んでいないから。

まだ自由を手放したくないのかもしれません。あるいは、両親や友達との結婚に見た間違いを繰り返したくないと思っているのかもしれません。

何かを得ていない理由はいくつも創れます。

でも、理由をつける前に自分に正直になったらどうでしょう、「私は、まだそれを望んでいない」と。

パートナーを欲する気持ちはあるにせよ、人生にまだ彼が現れていない以上、本当のところは、まだ欲しくないのだな、というふうに考えればどうでしょう？

それほどシンプルになれますか？

結婚のパートナーを得ていないとき、いろいろ理由をつけます。年をとりすぎている、魅力的なボディーラインをしていない、など。そんな理由をすべて手放し、ただ私はいまそれが欲しくない、それほどシンプルになれますか？

どのように正直になりますか？

私は神だから、まだそれを得たくないだけ。

それほどシンプルになれますか？

シンプルになることを、自分自身に許すことができますか？

この中の何人かの人は、日本の伝統的なライフスタイルとは違ったものを欲しています。

伝統的な結婚には関心がなく、恋人がいれば充分。あるいは、様々な人と性を体験したい、あるいは自分の性的な部分を様々に表現したい、それで充分と思っているかもしれません。

でも、あなたのハートには懸念があります。

既存のライフスタイルを破った私生活をして、同時に伝統的な社会で得たいものを得る生き方ができるだろうか？ と。

例えば、十分に成功して、同時に大勢とは違った生き方をする。できますか？

それに対して私たちが答えをあげることはできません。

私たちにできるのは、あなたがいかにパワフルで愛に満ちているか、自分の必要と欲求を満たすことがいかに大切か、それを思い出す手助けをすることです。

両親があなたに、最良のことが起きてほしいと願っているのは分かりますね。

でも、実際のところ、両親にはあなたに何が最良なのかは分かりません。

彼らがあなたにいろいろな期待や要求をしても、あなたを愛していないからではありません。

皆さんの文化はいまとても速く変化しています。

文化の中で役に立たないものは手放し、役に立つものは残していく。そんなプロセスに入っています。

あなたにとってもはや役に立たなくなったことのひとつは、他の人々があなたの代わりにものごとを決定することです。

だからといって、年上の人達を敬わないでいい、ということではありません。

あなたにとって一番いいアイデアを知っているのはあなた自身だということです。

あなたの選択について、年上の人達がいかにあなたとは異なった感じを持つと、あなたにできる唯一のことは、許すこと。彼らにあなたを受け入れられることはできません。

あなたが働きかけて、誰かに何かを感じさせることも、行為させることも、一切できない、それが真実なのです。

あなたが、自分自身の真実によって生きることを受け入れれば受け入れるほど、人生がいままで創造もしなかったように、きれいに花開いていくのを経験するでしょう。

それは約束できます。

それは、あなたが自分自身にする約束なのです。

この部屋にいるほとんどの人は、非常に若い、生き生きとしたハートを持っています。若いスピリットを持っています。

もっと学んで成長したいという強い欲求を持っています。

誰かがあなたを限定するような箱を持ってきて、「ほら、ここに入ってください」と言ったなら、「どうもありがとう。でも、私は動いていくよ」と言ってください。

あなたを、手錠をはめるように所有したいという人がいたら、「私のことを気にかけてくれてどうもありがとう」と言って、あなたはあなた

の道を行ってください。

恋愛関係の中で、恋人の執着が肉体に食い込む鷹の爪のように感じられたなら、その爪を優しくひとつひとつ離してください。

そして、恋人に、その人自身のパワーを思い出させてあげてください。もしあなたが誰かに爪を立ててしがみつこうとしているなら、ひとつひとつ自分の爪を引き離し、自分自身のパワーを思い出してください。

でも私の言うことを信じる必要などあるのでしょうか？

欲しいものを得ることができる、と言っている私は一体誰なのでしょう？

あなたの前に座ってこんなふうに話す存在に耳を傾けるのは、なんて馬鹿げているのでしょうか。

あるいは、私はただあなたがすでに知っていることを思い出す手助けをしているだけでしょうか？

こんな質問が出るかもしれません。「うん。それは確かにいい情報だ。でも、毎日の生活に、どうやって応用する？」

というのも、どんな情報も、実生活で応用できなければ意味はありませんから。

真実を見分ける方法のひとつとして、まず、どんなフィーリングを感じているか、注意してみてください。

深呼吸して…。

どんなふうに感じていますか？

いま、どう、感じていますか？　いま、この瞬間。

何も感じない、と言う人がいるかもしれません。

でも、何かを感じています。感じてください。

ハートにエネルギーを感じますか？

椅子に触れているお尻が感じられますか？

幸せを感じますか？　悲しみを感じますか？

退屈していますか？

どのように感じているか、いま見てください。

起きていないことではなく、起きていることを感じてください。

どのようにして自分自身を傷つけているか、知っていますか？

それは、人生で起きていないことに焦点を合わせてものごとを考えることから起きます。恋人がいない、いい仕事がない、これこれを実現

していない……。

出来ないこと、得ていないものに焦点を合わせれば合わせるほど、それらを現実引き寄せることになります。

すでに起きていること、感じていることに意識を向けてください。

肘掛けの上に置いている肘を感じるかもしれません。

部屋の中をやさしく吹いている風を感じるかもしれません。

意識が体の外に広がっているのを感じるかもしれません。

あなたの理解が部屋全体に広がっているのを感じるかもしれません。

愛を感じるかもしれません。自分自身への愛、もしかしたら、まわりの世界への愛。

深呼吸して…。

いま自分の人生で、何が起きているでしょう？

それが真実です。

実際に起きていることは、ただの思考にすぎません。

起きていることが、あなたの選択です。

いま感じていることは、あなたが選んだことだと知っていますか？

私があなたの腕を曲げ、「こう感じたほうがいい！」と言っているのではありません。

どこか空の向うにいる神があなたの頭を叩き、「これを感じなさい。

これを経験しなさい！」などと言っているのではありません。

いまあなたが感じているのは、あなたのフィーリング、あなたの選択です。

あなた方、ひとりひとりが神です。

信じられますか？

もちろん、信じる必要はありません。

でも、自分が神だと信じないとき世界に何が起きるか、まわりを見回せばわかります。

まわりの嵐に巻き込まれ、吹き飛ばされそうに見えます。

眼に見えない意志が思わぬ方向へと押しやるように感じます。

自分の人生がコントロールできないと感ずることもあります。

この部屋に来ている人はどうでしょう？

コントロールできないと思いますか？

もし、そうであれば、そうしたかったのでしょうか。

あなたのフィーリングに注意してください。

フィーリングの切り換えを、いま、もう一度、あなたに許してください。

もうひとつ、深呼吸して…。

(ささやく声で)

いまこの部屋で何を感じていますか？

スムーズなエネルギーを感じてください。

静かな早朝の高原にいるような、きれいなエネルギーを感じてください。

とても静かな…。

朝日が昇る、あのエネルギー…。

あなたのフィーリングが、あなたの人生の経験や環境を引き寄せます。何を体験するかはあなたの選択です。ひとつひとつどれをとっても、あなたの選択です。常にそうだったし、そうあり続けます。

(普通の声で)

こんなことを知っていますか？

いいフィーリング、悪いフィーリング、適当なフィーリング、不適当なフィーリング、そんな区別は何もないと。

「そんなふうに感じるべきではない」と自分に言ったり、言われたりしたことが何回あるでしょう？

でも、あなたが何かを感じてしまったときには、もう感じないわけにはいきません。すでに感じたことを感じなくする方法はありません。感じていないフリができるだけ。指を切って「痛くない、痛くない！私は強いから」と。

あるレベルでは真実かもしれません。でも、痛いときに、痛みを感じるのは不適當であったり悪いことでしょうか？

そんなことはありません。ただの痛みですから。

単なるひとつのフィーリングです。

神から与えられた初めから定まった価値や判断、基準があるわけではありません。

痛みより、喜びや幸せのほうが価値があるということはありません。ただ、違うだけです。

どのようにして多くの痛みや苦しみを自分の人生に引き寄せてしまうか、そのメカニズムを知っていますか？

痛みや苦しきは、あなたがすでに感じている痛みを「感じていない」と否定することから起きます。すでに感じている痛みをどこかに押しやると、そういうものを引き寄せます。それは保証できます。痛みを

感じることの価値を否定したとき、あなたがいくら隠れようとしても、逆にモンスターのようになってあなたがどこへ行こうとあなたにつきまといます。

あなたは痛みを感じることを選択しますか？　そうですか？

痛みを感じているときには、その痛みを感じることをあなたが選択しています。

そんなふうに信じられますか？

もちろん、信じる必要はありません。

きょう話される言葉を信じる必要はありません。

皆さん、ひとりひとりが神ですから、何を信じ何を信じないか、選択する能力をもっています。

満足と幸せと喜びを充分に感じて生きたいですか？

あなたは、様々なフィーリングを味わい、でき得る限り豊かに生きるためにこの惑星にやって来ました。それが、あなたの人生の目的です。でき得るかぎり充分に、完全に生きること。

もしもUFOが来て救ってくれるのを待っていたり、神が来て救ってくれるのを待っていれば、あなたは永遠に待ち続けることになります。とりわけ、「あちらのほうがここよりもいい」と思ったときには、ずっと待ち続けることになります。

あなたにとってここよりいい場所があるとしたら、どうなるか当ててごらんなさい。

あなたはそこにいるでしょう、この瞬間に。

信じられますか？

ここで充分に生きることを選びますか？　それとも手の届かない空の彼方に求め続けますか？

だからといって、あなたがUFOに乗りたいと思っているのに、それができないと言っているではありません。せっかく驚きを経験しようとしているのに、興をそぐつもりはありません。

ただ、そのような世界を、いまのこの世界よりも「いいもの」として見えていますか？

もしそうであれば、もっとここにいることになります。自分自身が創ったものを愛することができるまで、ここに留まることになります。どこか向うに故郷があるわけではありません。

(ささやくように)

あなたの故郷はハートの中にあります……。

そこにあります。

そこにあります。

そこにあります。

(普通の声で)

逃れるところなどありません。

死んでからもそんなところはありません。

あなたの人生の目的は、できる限り充分に、生き生きと豊かに生きることです。

そのためには、フィーリングを感じる感性が充分に機能していなければならないません。

もし、目が見えないとしたら、何が起こるでしょう。

他の感覚が発達しますね？

見えないことを補う感覚が発達します。聴覚が発達します。触覚が発達します。

触ったときの感触が繊細になります。肉体がレーダーのように波動に対して敏感になります。制限はありません。

あなたはフィーリングを感じる制限を選択しますか？

怒り(!)はどうしましょう？ 表現しますか？ 通りに走り出て、人々を突き飛ばし、怒り狂って、罵りますか？

もちろん、あなたはそんなことはしません。

では、怒りをどうしますか？ 感じますか？

この部屋にいるすべての人が、時に怒りを持ちます。

それを表現しますか？ 批判して押しやりますか？

「怒りなど感じるべきではない。怒りを感じるのは、コントロールからはずれることだから」と。

あなたが、怒りをコントロールしようとしたとき、その後何が起こるでしょう？

あなたは火山になります。

何日も何か月も何年間も怒りを抑圧しつづけると、ある日突然、爆発します。感情としてそのままの形で、吹き出るかもしれません。顔にニキビとなって吹き出るかもしれません。あるいは、肺や肝臓に問題が起きたり、自動車事故に遭うかもしれません。

怒りは爆発。いつか爆発します。

もちろん、怒りを変えることはできます。

しかし、批判することによってではなく、

「そう、私は怒りを感じる、感じる必要がある。でも、怒りが他のエネルギーに変化するのを望む」という態度によってなのです。

もし怒りを批判すれば、怒りは、あなたの王に、帝王になります。

では、怒りはどのように表現しましょう？

第一に、怒りと友達になることができることを認識してください。

喜びのほうが怒りよりもいいということではなかったでしょう？

ほんの少し違うだけです。

時には、ベッドの上で枕に顔をぶつけて怒りを表現することもできます。

時には、夜遅く散歩に出掛け、声をあげて息巻くことが必要かもしれません。

でも、それを批判したり拒絶すれば、それがあなたの人生を支配するようになります。

地球の上で、何人の人々が怒りを抑圧したまま生きていると思いますか？

数えられない人数です。

何世紀も何世紀も何千年も抑圧された怒りが集合的に蓄積され続けた場合、爆発的に表現されます、中近東で起きているように。

皆さんの社会で、協調が尊重されるのはすばらしい。でも、外側の人々と協調するためには、まず自分と調和していなければならないのです。

自分と協調する一番いい方法のひとつは、自分のフィーリングがどのように見えたとしても、すべてのフィーリングがよいと認識します。

どんなに難しく見えても受け入れます。

それではこうしたレベルの、自分に対する正直さを受け入れ始めれば、何が起きるでしょう？

もちろん、人生が変化し始めますね？

準備はできていますか？

誰かをあとに置いてきてしまうと思いますか？

その変化によって、誰かを見捨ててしまうと思いますか？

自分の人生を他の人に預けてしまうのですか？

自分の要求に焦点を合わせることが利己的でしょうか？

以上のように自分に質問してください。

誰も他の人はあなたに代わって答えてはくれません。

私たちは、他の側面から見た意見をみなさんと分かち合うことができるだけです。

喜びはどうでしょう？

喜びや幸せはどうでしょう？ どこから来ますか？

幸せはあなたが得たお金から来ますか？

恋人の愛撫から来ますか？

子供の微笑みから来ますか？

猫や犬を可愛がることから来ますか？
両親が理解してくれることから来ますか？
仕事で昇進することから来ますか？
幸せは、体が健康で思い通りに機能しているとき、やって来ますか？
そんなふうには、見えます。
でも、真実ではありません。
いま私がお話したのは様々な「理由」にすぎません。
それらは、あなたがこの惑星で幸せや喜びを感じることを選択した結果、外に起きる出来事です。裏返しです。
もし、何も「理由」がなければ、どのように幸せを感じますか？
実験してみたらどうでしょう？

深呼吸して…。

では、幸せを感じる実験をします。とても簡単です。
幸せがどんなふう感じられるか、体験します。
心の中でこんなふうに言ってください。
「しあわせ…」
その言葉を心の中で言ったとき、何が起きますか？
体に反応が起きますか？　ビリビリ感じますか？
背骨の内側でエネルギーが上下に動くのを感じますか？
軽く感じますか？
あるいは、自分が幸せになることをさまたげている理由のすべてが、表面に上がってくるのでしょうか？

もうひとつ、深呼吸をして…。
心の中で…。もう一度…。
「しあわせ…」

おなかの下のほうでそれを感じますか？　ハートで感じますか？
次にこんなふうに言ってください。
「幸せを感じたい」
理由もなく。
理由は必要ありません。
ただの実験です。これは練習です。
怒りを感じるのと同じくらい簡単に、幸せも感じられます。

もうひとつ、深呼吸して…。
「幸せを感じたい」
起きていないことではなく、起きていることに意識を向けてください。

起きていないことは、起きていないのですから。

(ささやくように)
何が起きていますか？

幸せを感じないことに、何も理由をつけることはありません。
もし理由が上がってきたら、「このエクササイズが終わってから出ておい
で」と言ってください。
いまは、この瞬間を感じてください。
過去や未来は存在しません。

(ささやくように)
「しあわせ」
「よろこび」

感じられますか？

(おだやかな声で)
誰がそれを感じることをいま選んでいるのでしょうか？
あなたは、ただただ、いま助言に従っているだけです。誰もあなたに
幸せを感じさせてはいません。

深い呼吸をして…。

もちろん、幸せを感じ続けている必要はありません。
幸せを感じ続けないことを選んでいる人もたくさんいます。
それもいいのです。
あなたはこの世界に、どれだけ違ったフィーリングが感じられるか、
経験するためにやって来ています。
受け入れるのが難しいフィーリングと仲よくなればなるほど、楽しく
幸せに過ごす時間が増えるでしょう。
なぜなら、感じたくないフィーリングを押しやったり、脇にのけるこ
とにあなたのすべてのエネルギーや時間を費やしていないから。
感じたくないフィーリングを受け入れれば受け入れるほど、喜びを感じ
る時間が増えていきます。

深呼吸して…。

それくらいシンプルであることを、受け入れてくれますか？
それくらいシンプルでありたいですか？

そんなことはいやだ、という人もあるかもしれません。

「人生はもっと複雑なほうがいい。こんなところにいてもおもしろくない」と言って、部屋の外に出たい人がいるかもしれません。それもいいのです。何かを強いているではありません。あなたを批判したりはしません。

あなたがどのようなことをしても、私たちがあなたを嫌うことは決してありません。

どんなことをしても、私のような存在があなたを愛さなくなることはありません。

この部屋にいるひとりひとりが、私たちと同じ無条件の愛を表現することを学んでいます。

知っていますね、無条件の愛がどこから始まるのか。

どこか外からやって来るのではありません。

(ささやく声で)

内部からです。

「感じること」は、この惑星で啓発のもっとも偉大な道具なのです。

「感じること」は、あなたのもの。

それは他の誰の責任でもありません。

ときにそのように見えることはあります。

それもまたひとつのフィーリング、批判したり判断したりしないでください。

あなたが感じたくないフィーリングを、受け入れるなら、ほんの数秒でそれらはあなたの体を通り過ぎます。

いやなフィーリングから逃げようとして、押し退けようとする、何時間も何日もそのフィーリングがまとわりつくことになります。

きょうここでこのように話す権利を、誰が私にくれたのでしょうか？

あなたですか？

もしかしたら、あなたは孤独であることを感じたくないために、同じような気持ちの人達が集まっている部屋にいることにしたのですか？ほとんどの人が、愛を感じたくて来ています。

それでいいのです。

孤独を感じたとしても、ひとつのフィーリングにすぎません。

それを感じることを許せば、呼吸するのと同じくらい速く、楽に、通り過ぎます。

ただ、フィーリングとの関わりについて覚えておいてください。

しばしば、あなたが、怒りや悲しみを経験しないことを選択したとしても、あなたには常に、それを感じる受容力があります。分かりますか？

つまり、いつでも感じたいときにそのフィーリングを取り出して表現できるように、あなたの椅子の横にしばらくの間、仕舞い込んでいるだけなのです。

ちょうど必要な時に取り出せるように。

どんなことをしても、人生から何かを感じる能力が、人間であるあなたから去ってしまうことはありません。

しばらくすると休憩時間に入りますが、休憩中フィーリングに注意してください。他の人と交流しながら、どのようなフィーリングが上がってくるか。肯定的な、ワクワクする、心地よいフィーリングであるのか、あるいは、ちょっと心地悪いフィーリングが湧いてくるか。休憩の間に、何種類くらい違ったフィーリングを感じたか、覚えておいてください。

ちょっとヒントを与えます。数えようとししないでください。

(笑)

それでは、しばらく体から離れます。あとでまた交流を続けていきたいと思います。

(リチャード、トランスから出る。休憩)

Q 1 (女)： 何故エクトンさんは英語で会話されるんですか？ (笑)

リチャード： いい質問です。チャンパックに仕事をあげるためです！

(爆笑)

エクトンは私の意識の中にプログラムされたボキャブラリーを通して話す必要があります。

しかし同じ単語の使い方でも、私よりももっと広がりのある表現をします。

日本語は多分、エクトンより私の方が知っていると思います。最近勉

強していますから。

チャネリングを始めた頃は、エクトンがスムーズな英語を話すまでに、かなり時間がかかりました。

エクトンのような存在は他の言語も話すのかもしれませんが、私はまだ体験していません。

Q 2 (女) : エクトンはどこから来ている存在なののでしょうか、簡単でいいんですけど…。

それと、エンティティでも未来から来るエンティティと、過去からのとどういうふうに違いがあるのか教えていただきたい。

リチャード : それもいい質問です。エクトンに直接すればいいと思います。

時間認識について、厳密にここで語ることは出来ないのは、お分かりいただけだと思います。

エクトンは、「時間」と「未来の私たち」あるいは「過去の私たち」との関係について語っています。エクトンはあるレベルにおいて、リチャードの未来の一部であると言います。

私たちは過去の経験から多くの影響を受けているように見えますが、エクトンならば、実際は過去の経験をチャネルしているのだと言うでしょう。

夫婦や恋人たちが、言い争っているところを想像してみてください。

彼らは、子供のようになっています。

実際、彼らは子供なのです。

子供のとき、言い争いをする機会に、充分それを表現することを受け入れなかった。そのためそのまま残ってしまった子供のようなバイブレーションが、大人になった彼らにチャネリングされて、表面に出てきているのです。

驚くかもしれませんが、私たちは毎瞬チャネルしながら生きています。

Q 3 (男) : エクトンは、普段、物理的に肉体を持った存在ではないと言われましたが、それ自身をなんらかの形でこちらに表現するためには、肉体が必要なのですか？

リチャード : 必ずしもその必要はないようです。

私を通してエクトンを経験した人たちは、私がいなくてもエクトンのエネルギーとか存在を感じるがよくあります。

彼らがそう思い込んでいるだけなのか、実際に感じているのかはわかりません。

でも、エクトンが意識を表現するために、必ずしも私の肉体や言語が必要であるとは言えないと思います。

彼にとって肉体を持たない状態も、リチャードの体の中にいるのも、ともに心地がいいと言っています。エクトンと私たちの違いは、1日24時間、体に責任を持つと選択したかどうかにはすぎません。

Bye-bye. (笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン： もう一度この肉体と完全なつながりができるまで、もうしばらく時間がかかります。

こんにちは、皆さん。

さあて。それでは皆さん、質問をしたいのですね？

でも、誰かに向かって何かを質問するとき、実は自分自身にそれを尋ねています。私は、あなた自身の、質問に答える能力が高まるよう援助します。

あなたの知性はすでに、大きく、完全です。

直感やその他の素晴らしい感覚も、すでに100%機能しています。

もし充分働いていないとすれば、あなたが忘れていただけです。

質問するという一連の行為は、消極的な行動ではありません。

それはあなたの質問なのだということを覚えておいてください。

あなたの人生です。

私はあなたが、尋ねた質問に深くかかわっていくように援助していきます。

どんな質問でもかまいません。

私たちは、あなた自身の知性を映す、できる限り歪みのない鏡になろうと努めます。

でも、覚えておいてください。質問をするとき、誰にも何も証明する必要はないということを。

マイクの前に立ったとき、何を質問したいのかわからなかったとして

も、何か二、三言口から出て、何が質問であるのかを、あなたが知る助言をしてくれるでしょう。

そして何よりも、あなたはこの部屋の中でどんなことを尋ねても安全だということを覚えておいてください。

何故なら、この部屋に来ている人すべて、無条件に愛するという根本的な欲求を持っていなければ、この部屋に来ていないからです。

ですから、自分の秘密を言っても安全です。

もちろん、ここに新聞記者でも取材に来て、明日記事にされたら別ですが。

では、質問をどうぞ。

Q 1 (男)： こんにちは、エクトン。

札幌から友達とふたりでやってきました。以前にナターシャさんのチャネリングを一度聞きまして、きょうで2回目です。おききたいのは、今後日本は、世界でどのような役割をしていくべきなのか、ということです。

エクトン： たくさんあります。役割はひとつではありません。地球的な規模でいうと、日本はいくつもの国の間の橋渡し、あるいはクッションの役割を果たしています。日本はアメリカとソビエトの間のクッションあるいは橋渡しとして機能しています。中近東に対しても大きな役割を果たし始めるでしょう。

経済がうまく機能すると、どのような状態になるかを表現する国でもあります。将来、多くの国が、経済状況を改善するために、日本と手本にするでしょう。

しかし、日本にも経済的な変動がないわけではありません。でも、日本は自分の国だけではなく、この惑星全体の経済の流れに対して、もっと責任をもっていこう、その一部になろうという意味を持ち始めています。

そして、世界の経済の流れを作る非常に大きな役割を果たすでしょう。これから時間が経つにつれて、経済に関しても世界中でいろいろな大きな変動があるでしょう。日本も含めてです。

日本でも今後、一部の経済機構はうまく機能しなくなるでしょう。いま、日本で起きているスキャンダルを見ても分かりますね？ 政治の上層部の人たちのお金の使い方に関して、スキャンダルが起きています。

それも時間が過ぎるにつれて、表面化したものは平らにならされていきます。

人間は、非常に大きなところでこんなことを理解し始めています。自分とお金との関わりがいままでと同じではあり得ないだろう、と。お金は、もともと、交換を便利にする道具として作られました。でも、この惑星では、お金が神のように扱われています。はなはだ「無能な」神です。

しかし、日本では、お金が作られた本来の目的に気づいて、原点に戻るための道具となるでしょう。

お金は、交換をただ、容易にするためのものです。

日本自体も、国としてのパーソナリティにおいて、目覚ましい変容を遂げようとしています。

日本とは、将軍とか天皇といった指示したり命令したりする人たちに、人々が従ってきた状況の反映なのです。

しかしいま、日本では個人の尊重への認識が強まってきています。だからといって、他の部分と切り離して孤立するという意味ではありません。

日本の人たちは、何百年もの間、政府上層部に従ってきましたが、すでにお分かりのように、第二次大戦の後、もうそういうやり方は自分たちには有効ではないことを認識し、変化を創り始めています。

何年にもわたるスキャンダルや困惑を通して、ひとりひとりがもっと個人を尊重すると同時に、「全体が対等でひとつなのだ」という感覚がだんだんと深まってきます。

このことは、いま世界中で起きています。

コントロールしようとしていた立場の人とコントロールされていた立場の人との関係が大きく変化しようとしています。

日本は、階級制度から自分たちを解放して、全体が平等に尊重される状態にどのように移行すればよいかを他の国のの人たちに見せてあげる能力を持っています。

日本の女性は非常に活動的に、対等であることを広めていくでしょう。もうお分かりだと思いますが、日本の女性の多くが、いままで外側から押し付けられていた「女性はこういうものだ」という役割を手放そうとしています。もちろん、その役割の外に出ることはリスクもありますから、それがいつでも心地いいというわけではありません。

男性も考え始めるでしょう。一日に、20 時間も働きたいかどうか自分に尋ね始めるでしょう。もちろん、一所懸命仕事をすることは悪いことではないのですが。

日本の皆さんがもっと見ていくといいのは、遊びの部分です。

日本の人々は、いかに有効に働き、いかに有効に遊ぶかということを経験し、他の人々に見せてあげることができるのです。

こんなことも日本の人々は認識し始めると思います。

人類は、技術だけでは生存していくことはできない、と。日本の文化は、古代の宗教の中でも最良の部分と最先端の技術をうまく組み合わせる能力を持っています。

日本では、これからいわゆる「新人類」が自らを表現し始めるでしょう。

このことは世界全体で起きていますが、人口に対する比率、程度において日本ほどではありません。

十分に仕事をし、なおかつ自分の望んでいることを、ほとんど諦めることなく楽しく生きることが可能であると知って、日本の皆さんはとも驚くと思います。

ですから、世界中の目がいま日本に向いています。

もちろん、円がとても強くなったということもひとつの理由です。

人類がいままで何を崇拜してきたか見れば分かりますね。円とかドルとかマルクとか、いろんな貨幣です。

さあ、いま世界の目が向いています。

他に尋ねておきたいことはありますか？

Q 1（男）： もうひとつだけお願いします。

19 世紀になってから、科学文明が極端に成長してくると共に、霊的なものを復活しようという動きがキリスト教の国やアジアの国で起きています。

その中で、日本人に特に関係あるイエス・キリストやブッダなど、高次の霊的な存在とあなた方とは交渉があるのでしょうか。

エクトン： もちろん、「非常に進化した意識」と皆さんが呼んでいる意識との無限の結びつきがあります。でも、あなた方ひとりひとりもそうなのです。先ほど言ったように、日本は伝統的な宗教の中から最良の部分を取り入れて、世界的な愛の感覚が広がっていく状況を創り出す能力を持った国です。

しかし、そういったことが起こるには、過去の伝統的な宗教がいままで演じていたゲームを終える必要があります。

そのようなゲームは地球上、他にも数種類の大きな宗教の中で演じられています。彼らは自分たちの宗教が最高だと思っています。

日本は、キリストの教えの最良の部分、ブッダの教えの最良の部分、マホメッドの教えの最良の部分、それらをすべて統合して、ひとつのものとして受け取る能力を持っています。

さなざが蝶になるように、自然なプロセスで起こります。

日本でのいまの生活の一般的な状況が動機になって、もっと自由が欲

しいという気持ちが強く起こっています。

この社会の枠組みの中で、毎日毎日、「制限」を経験することによって、内側に存在する自由、神、キリスト、そういったものへの希求が強くなります。

私から質問していいですか？

Q 1（男）： はい。

エクトン： キリストやブッダはどこにいらっしゃるのでしょうか？

あなたの内側です。

あなたが自分の知っていること、情報などをまわりの世界と分かち合うのは、あなたの役割です。いまの私の質問に答える必要はありません。でも、誰かが自分に情報を与えてくれるまで待つ必要もありません。

あなたもチャネルです。

Q 1（男）： どうもありがとうございます。

エクトン： よく目を開いて、これから起きることを見ていてください。

Q 1（男）： 分かりました。どうもありがとうございました。

Q 2（男）： シャーリー・マクレーンの『アウト・オン・ア・リム』（地湧社刊）という本を「なんておもしろい本だろう」と読んでみると、眉間にメンソレータムを塗ったような変な感じが起きました。

（笑）

「お、これはなんだろう」と本で調べて「アジナ・チャクラというものがあるのか。ああ、そうか」と。そのうち腰がパッと熱くなって、中でヘビが動いているような感じになって、その感覚が脊髄の中を上って、首まで行きました。

他のチャクラでもなにか妙な感じがしてきて、気持ち悪くはなくて、気持ちいいときもあるのですが。

それから、友達と精神世界のことを話した翌日、興奮して眠れないでいると、急に、人間の声ではないようなものが聞こえてきて、何故か

クンダリーニが上がると分かって、全身が炎になったようにパーツと上に上がって、まあ頭がおかしくなったとかそういうことではなかったのですが。こういうことはお医者さんに相談しても分からないだろうし、いろいろな人に聞いても、「ああ、そうか」と言われるだけで。

(笑)

それで、さらにそういうことを研究し始めると、こういうのを野放しにしておくとそのうち魔人になるとかそんな…

(笑)

エクトン：それが質問ですが？

死ぬかどうかというのが質問ですか？

Q 2 (男)： なぜ僕がこういうことを選択したのか、これからどういうふうに対処していけばいいのか…。

エクトン： では、まず最初に。

死にません！

(笑)

あなたの人生はまだかなり残っています。あなたが頭の中で、これぐらい生きたいな、と思っているよりまだだいぶ生きることになるでしょう。

(笑)

あなたが選択を変えない限り。

あなたはこれから何年も生きることを決めているようです。

あなたは教師です。子供のときに、こんなふうに教えられたのです。

そんなに感受性を全部表現してはダメだよ。まわりとうまくやっていくためにはそれを閉じておくように、と。

そして、いまあなたの中で新しい選択をしました。「そろそろ安全だから、それを感じる実験をしよう」と。

押さえ続けてきたので、いっぺんにそれらが出てきました。

さきほど「怒りの火山」ということを言いました。あなたの場合は、「感受性の火山」と表現させてください。

あなたは、暴れ馬に乗ってどこへ行くのかわからないような状態が結構好きなのではありませんか？

Q 2（男）： 大好きです。

（笑）

エクトン： 過去において、あなたは箱に閉じ込められたような、制限された状態で生きてきたからです。あなたはその箱の中から飛び出したのです。そして、こんなことも分かっていました。箱の外へ飛び出たら、まわりの人々は「なんてあの子は変わったんだ」と、変な眼で見る、と。あなたは平均的な生き方とは別のライフスタイルを選択した人のひとりです。

私たちからの助言です、「ブランコ乗り」を楽しんでください。

できる限り本や他の人との交流から学んでください。内側の探求に役立つセミナーがあれば、参加してください。人生が馬乗りをしているように変化すること、あるいは自分が変化してしまったことに対して、誰にも「悪い」と思うことはありません。

誰かがあなたに意見をしたら、その意見を、「自分に起きていることや、自分が誰かという、定義」として取り込んでしまうのではなく、「自分がすでに選択したことを映す鏡」として使ってください。

誰かが「お前はおかしいよ！」と言えば、「どうも意見をありがとう」と言ってください。

（笑）

そして、自分の馬に乗り続けてください（horse riding: 荒馬乗りに近い意味）。もう後戻りはできません。あなたはこれから数年の間に、非常にドラマチックに変化していきます。拡大していきます。

あなたに起き得る未来の、ひとつのシーンが見えます。あなたは教師として人々の前に座り、これからの5年間で学んだことを人々と分かち合っているシーンです。でも、あわてずに。生徒であり続けてください。

でも、いつでも覚えていてください。

生徒は同時に先生だ、と。

自分に起きているいろいろな現象の中で、ストレスと感じられるものがありますか。それについて質問したいことがありますか？

Q 2（男）： 肉体的にはありませんが、なぜか突然悲しくなったり、突然うれしくなったり…。

エクトン： 私たちは、先ほどからずっと感情との関わりについて話してきました。あなたが感じているのは、その瞬間の反応としての感情だけではありません。そのときをきっかけにして、過去に「感じることを許していなかった感情」が全部出てきています。

あなたの内側には若い男の子がいます。自由に生きられないことに対して涙を流している若い男の子があなたの内側に生きています。

彼があなたの注意を引こうとしています。

あなたがコントロール出来ない感情が出てくるという現象を使って、なんとかしてこの子が、「僕はまだここにいるよ」、と注意を引こうとしています。

深呼吸して…。

おなかの下のほうに、その若い男の子、つまり子供のころの自分がまだいるとしたら、何歳だと思いますか？ 直観的に。感じて。

Q 2（男）： 4 歳。

エクトン： 深呼吸して…。

おなかの下のほうで、あるいはハートの中で、4 歳の自分を感じたとき、どう感じますか？

Q 2（男）： ちょっと唐突で、分かりません。

エクトン： 感じられます。

もうひとつ深呼吸して…。

感じたくないで感じられない、ということもあります。

こんなふうにイメージしてください。

子供の頃のあなたが正面にいます。彼の目を見つめると、何が見えますか？

彼の目の奥に何が見えますか？

大人としてのあなたが他の人の目を見るように、4 歳のときのあなたを、いま見ることができたら、どんなふうに見えるでしょう？

もうひとつ深呼吸をして…。

Q 2（男）： その頃、かなり明るくて、外交的で、誰にでも話しかけて、ちょっと変な子供というか…。

エクトン： 子供の頃、まわりとうまくなじめない、という感じがありました？

Q 2（男）： いや…。子供の頃はうまくいっていたのですが。

（笑）

いまひとつもの足りない、というのはありました。

エクトン： そのことを言っています。

その男の子がまだあなたの中で生きています。ただの記憶ではありません。まだ生きています。

これから何日間か、こんなことをやってください。

その男の子のことを思い出したとき、彼を自分の意識に招き入れます。できれば、寝る前、あるいはひとりでリラックスしているとき、その男の子を呼び出します。

そして、その男の子が何を必要としているのか聞いてください。

彼は、自分が愛されている、尊重されていると感じるために、閉じこめられていた箱から出て、自由になる必要がある、と感じています。この男の子とうまく交流ができれば、いままでのように感情がコントロールできない形で次々に湧き起こることはいまよりずっと少なくなるでしょう。

感情がもっとあなたの役に立つように機能し始めます。

その男の子の感じているフィーリングをあなたの体を通して、あなたのハートを通して全部感じることを許したときに、それは起きるでしょう。

とても大切なことです。あなたはいまいろいろ実験している段階なのです。

あなたは、心の状態のメカニズムについて、あるいはスピリットのメカニズムについて科学者のように実験しています。ですから、探求してください。

Q 2（男）： たいへん参考になりました。

Q 3（男）： こんにちは、エクトン。静岡から来ました。富士山の近くです。

エクトン： 分かります。

Q 3（男）： 先ほどエクトンは、前の質問のときに、日本は古代の意識をまだ携え

ている、とおっしゃいましたが、そのことに関して、地球上を見るとピラミッドとか、ストーンサークルとか、そうした古代の知識の遺跡がまだ非常にたくさん残っています。ところが、そういうものは単なるお墓とか、信仰の対象だけではなくて、何か宇宙のエネルギーを集めたり、あるいは発散したり、過去においてはそうしたもののでもあったというふうに私は考えます。

エクトン：　そういうものは、惑星のいたるところにあります。それらの遺跡の多くは森やジャングルの奥深くに隠れています。そうした理由からも多くの人々が惑星上からジャングルがなくなることを怖れています。

Q 3（男）：　はい。

エクトン：　地球には、エネルギーが渦を巻いているポイントがたくさんあります。そのなかには、古代には機能していたけれども、いまは残骸としてのみ残っているものもあります。いま私たちが経験している物質的な地球の次元と別の次元との、チャネルとして機能しているものもあります。

ご存知のように、地球に住んでいるのはあなた方のような人々だけではありません。（椅子をさして）このような私たちが物質として認識しているものとは周波数の異なった次元を生きている存在たちも地球に存在しています。

この惑星上の物質の中には、皆さんが経験している物質的な周波数とは異なった次元が、物理的に翻訳されて表現されている部分もあります。

それが、ピラミッドとかストーンサークルのような古代の遺跡です。そのような遺跡の大部分に、私たちのリアリティとは別の次元に住んでいる存在たちが関わっています。これらの他の次元の存在たちは、あなたたちに姿を見せません。いま、地球には非常に大きな変化が起きています。惑星の外から来る宇宙存在たち、惑星の内側の次元からやって来る存在たちの、両方から大きな活動が行われています。

このことに関して特に質問したいことがありますか？

Q 3（男）：　古代の遺跡がこれから以降、宇宙の波動を発信する働きをいままで以上に強めていくというふうに私は感じているのですが、その感じ方は正しいでしょうか？

エクトン：　古代の遺跡そのものが活性化されるというより、むしろ古代遺跡が残っている地域自体がエネルギーとして非常に高い状態になると言えます。

例えですが、皆さんがもう一度ストーンヘンジへ行って新しい文明を作るわけではありません。

しかし、その地域は波動として、非常に活動の高い状態です。

人工的に作られたピラミッドやストーンヘンジだけを指しているのではありません。自然にできたもの、例えば富士山、あるいは他の火山を含めて、お話をしています。

でも、覚えておいてください。マジックが起きる場所は地球上の特定の区域に限られたものではありません。今晚、あなたのベッドルームでも起こり得ます。

(笑)

Q 3 (男)： はい。

エクトン： だからよく注意してください。

Q 3 (男)： はい、分かりました。それで、地球という物質、ひとつの惑星にも人間というツボとか、チャクラのような場所があるというふうに考えてよろしいのですか？

エクトン： 似てはいます。でもそれよりあなたの肉体が奇跡そのものである、ということ覚えておいてください。

例えば、性器の周辺には非常に多くのエネルギーが集中しています。同様に惑星全体を見たとき、確かにエネルギーの高い地域はあります。しかし、私たちが言いたいのは、惑星上で、よりエネルギーの高い地域が、エネルギーがリラックスしている、いわゆる低いと言われている地域よりも価値があるとか、優れているわけではないということです。

もしあなたが体全体、あるいは地球全体で、エネルギーの弱いところも含めてすべてがすばらしい、と認識したときにはもっとそのエネルギーの強い区域を楽しむことができます。

エネルギーの低いとされているところで十分に楽しむことが出来れば、富士山のようにエネルギーの高いところでも楽しむことができます。

あるいは、セクシャルなエネルギーを感じていないリラックスしたときに充分それを感じて楽しむことができたなら、セクシュアルなエネルギーが活性化するときでもそれを楽しむことができます。

ですから、全体をひとつとしてとらえるのであって、いくつもの部分に分けるということではありません。

エネルギーが高いからといって富士山のクレーターに座り続けていたら

どのくらいで飽きてしまうでしょう？

Q 3（男）： どうもありがとうございました。

通訳： エクトン、そろそろ時間です。

エクトン： もうひとつ質問をどうぞ。

スタッフ： では、あと5分以内で終わるようにお願いします。

Q 4（男）： はじめまして。こういう機会が持てたことを神様に感謝します。個人的な質問なのですが、私の弟が3年前に交通事故で死にました。助手席に乗っていて死んだので、死のうと思って死んだのではないと思います。いまは肉体を持ってない状態だと思うのですが、肉体のない状態でも苦しんでいるのでしょうか？
あなた方は、私たちの三次元にコミットできるように、霊界というか、そういうところにもコミットできるのでしょうか？

エクトン： 彼はあなたとコミュニケーションしたいと思っています。

Q 4（男）： 思っていますか？

エクトン： はい。

Q 4（男）： そうですか。

エクトン： でも、あなたの中に、彼のことで悲しんだり、苦しんだり、可哀想だと思っている部分があります。それがクリアなコミュニケーションをブロックしています。

Q 4（男）： あ、そうですか。彼は向こうの状態です苦しんでいるのですか？

エクトン： 楽しんでいます。

（笑）

Q 4 (男)： あ、そうですか。

(笑)

エクトン： もちろん、肉体を旅立つ瞬間は、彼にとって困難な体験だったかもしれませんが。けれども、痛みや苦しみはそれほど続きません。
家族や友人たちは、彼は何故あんなふうに死んだのだろうと思ったでしょう。
彼も死んだ直後には、何故このように死んだのだろうと思っていました。
しかし、そのあとに自分の選択を明確に理解しています。
もしあなたが彼に対する悲しい気持ちや可愛そうだという気持ちを受け入れた後手放すなら、彼は、非常に近い将来、喜びを通して、あなたにコミュニケーションしてくる可能性があります。
彼はあなたをとっても愛しています。

Q 4 (男)： え、では彼はまだ僕のことを忘れていませんか？
また、コミュニケーションできますか？

エクトン： どうして、あなたのことを忘れることができるでしょう？
あなたは彼のことを忘れることなどできますか？

Q 4 (男)： はい。(笑) 分かりません。

エクトン： 百万年過ぎても忘れないでしょう。

Q 4 (男)： はい。ありがとうございました。

実は、私には弟もいませんし、死んだ事故ありません！

通訳： はあ？ (何が起きているのか、理解出来ない)

Q 4 (男)： 私には弟がいませんし、死んだ事故があったということもありません。

通訳： そうすると、いまの質問は…

Q 4 (男)： ウソでした。

通訳： ………

エクトン： いろいろなゲームを演じることができます。たくさん演じることができます。もうひとつやりたいですか？

Q 4（男）： いえ、結構です、充分です。ありがとうございました。

エクトン： では、そろそろこの肉体からまた旅立つ時間が来たようです。
では、愛をこめて…。

さようなら…。

（リチャード、トランスから出る）

リチャード： もう少し時間をください。

タダイマ。

（リチャード、深い呼吸）

（通訳に）何が起きたのですか？チャネリングしていて、ハートで何か感じたのですが。

通訳： 最後に実際に起こらなかったことを質問としてした人がいて、それに対してエクトンがちゃんと答えたのです。
たぶん、質問した人がイメージしながら彼のことを話したのでそれをエクトンが読み取ったのだと思います。イメージを創っているときにはそのリアリティが別の次元でできていますから。

リチャード： では、時間のようです。本当に皆さんどうもありがとうございました。

Q & A公開チャンネル② IN 東京

1989 年 3 月 18 日

望ましくない未来の映像が浮かんだとき、
それを押し退けようとしないでください。
それは可能な未来として、すでに存在します。
否定するには遅すぎます。
「こうした現実を私は経験したいのだろうか？」と問うてください。
そして、心地よく幸せに感じられる別の選択をしてください。

リチャード（トランスに入る前の状態で）

きょうは皆さん来てくださって、どうもありがとう。
最初に、チャネリングについて、少しお話ししたいと思います。

あなたのハートが開いていればいるほど、チャネリングから多くの情報が得られます。

チャネリングのプロセスに参加することによって、なんであれ自分のハートの中で、「こうなるといいな」と思っていたことが満たされるでしょう。

欲求には、肯定的な欲求も否定的な欲求もあります。

もっと成長したい、意識を拡大したい、という意図を持ってここに来ている人は、参加することでその機会が得られるでしょう。

また、チャネリングは役に立たない、まやかしだということを証明しようという意図で、ここに来たなら、それも証明することができます。

例えば、現実になかった出来事を創りあげて質問したとしましょう。

そのとき、エクトンは、想像上の出来事に関する情報を述べることもあります。

何故なら、想像上のイメージを思いつくということは、そのような現実が他の次元に存在するということの意味していますから。

エクトンにとって、他の次元の現実も、この物質的な現実と同じようにリアルなものとして感じられます。

実際に起こらなかった出来事に対して情報が引き出されたとき、聞いた人がエクトンを偽者であると感じることを選択するのは自由です。

皆さんが自由に解釈する許可を、私の方から差し上げたいと思います。

自分が自由を感じたければ、他の人が自由に反応することを許さなければなりません。相手がその自由をどのように使おうとも、です。

エクトンは、こんなふうに言います。

皆さんの内側深くある欲求が創り出したものを、鏡のように反射して返すだけなのだ。

エクトンの方からは、「これはいい欲求、これは悪い欲求」という批判や判断は一切しません。

エクトンから得られる情報は自分の内側で起こっていることの鏡なのだ、というところえ方をしたとき、「気づき」の契機となる情報を、より引き出すことができるでしょう。

エクトンは何回も何回も何回も、「あなた自身が自分のまわりの現実を創り出しているのだよ」と言います。

きょう、自分の中の何かを知るために、エクトンという存在を自分の内側から創り出しているという見方をすれば、多くのことを吸収するでしょう。

チャネリングは、自分の感受性の何かに替えて使うのではなく、つけ加えて活用されるべきものです。

エクトンが「このテーブルは黒です」と言ったとします。

でも、明らかに白ですね？ 判断力を使ってください。

チャネリングから来た情報だから正しい、そんな気持ちは脇に置いてください。

チャネリングの情報を、自分の判断力、認識力に引き替えることはしないでください。

自分でチャネルする人はいらっしゃいますか？

何人か、手を挙げることを迷っている人がいますね。(笑)

実は、この部屋にいるすべての方がなんらかの形でチャネリングをしています。

こんなことを経験したことがあるでしょう。

問題を抱えている友達と一緒に時を過ごしたとき、その人にとって癒しと養いとなる言葉が、自然に口から流れ出てきた…。

それもチャネリングのひとつの形態です。

電話がかかってくるような気がした時、実際に電話がかかってくるのもチャネリングのひとつです。

お気に入りの音楽を聴いていたら、体が自然に心地よくスイングすることがあります。

それもチャネリングです。

またはパートナーや恋人、あるいは誰かとの人間関係で、ふたりが子供になってしまったように言い合いをするとき、それもチャネリングの一形態です。

チャネリングが、常に、光に満ちたすばらしい喜びとは限りません。

チャネリングは、あなたの望みに従って変わります。

これからトランスに入ります。

意識を、私たちにではなくて、自分の内側のフィーリングに向けて、どんな変化が起きているかを見ていてください。

サヨナラ。(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン：この肉体と完全なつながりができるまで、もう少し時間がかかります。

皆さん、こんにちは。

あなたは自分の人生に関して完全な主導権を持っています。

自分にとってなにがよいのかを決めるのは、あなたしかいません。

社会や政府、あるいはあなたの両親や恋人が、あなたにとって何がよいかを決めることはできません。

皆さんの目の前に座っている私のような存在も、あなたの人生で何が一番適当で、何が最良か、皆さんに代わって決めることはできません。私たちは、皆さんが自分の深いところでリクエストした、いま皆さんが起こそうとしている変革を援助しようとして、この世界にやって来ています。

その変革とは、目隠しをしている馬が目隠しを取ったように、自分のまわりの世界を小さな見方からより拡大された見方へと変革することです。

だからといって、私たちは皆さんのオーソリティではありません。

このように上からオーソリティのようにコミュニケーションしているようには見えません。

しかし私たちの意思はまったく反対のところにあります。

私たちからの助言として、目の前の現象は忘れてください。

大して重要ではありません。

ただ、このような現象に立ち会うことによって、他の次元からの存在、他の次元と自分とのつながりを自覚するきっかけになる可能性はあります。

でも、覚えておいてください。

外の、別の次元から来ているように見える存在は、実はあなたの一番深い部分からやって来ています。

星のことばかり話されたら、現実の世界にすぐに役立つでしょうか？

きょう私たちが皆さんにお話したいことのひとつは、皆さんと「時間」の概念との関わりです。

あなたにとって、時間とは何でしょう？

「時間とは何か」、じっくり考えたことがないかもしれません。

時間というと、あなたは働く時間や、休息する時間を連想するかもしれません。

時間はあなたにとって、時間通りに働くというふうに自分を一所懸命、
当てはめようとしている何かかもしれません。

時間とは、顔の皺がだんだんと増えていく、そのプロセスであると考え
ているかもしれません。

あるいは、時間によって自分の人生が組織立ってきているな、という
感覚が得られるかもしれません。

時間とは、ちょっと飽きてしまったな、という感覚を湧き起こすきっ
かけになる何かかもしれません。

あるいは、本当の自分を見ないようにするための理由として時間を使
うかもしれません。

多くの人が認識していないことですが、実はあなたが時間を創ってい
ます。

皆さんはこの物理的な世界に自分が留まるために、物理的な次元で生
活するために、多次元的な自分から時間を創り出しました。

時間があることによって、「個人」という感覚が出てきます。

もし皆さんがこの状態で時間がなければ少し奇妙なことが起こります。
自分の非常に大きな側面と自分との関わりがちょっと難しくなってき
ます。

皆さんひとりひとはダイヤモンドのように多くの側面を持っていま
す。

皆さんの内側には非常に多くの異なったパーソナリティが存在します。

皆さんが、過去、そして未来として認識しているものにも、いろい
ろな選択肢があります。

もし時間という概念を設定しなければ、あなたに起き得たあらゆる過
去、起き得るあらゆる未来、そしてあなたの中に存在するあらゆるパー
ソナリティがいまという瞬間の中でみんな交差してしまいます。

この部屋の中で、時間がなくなつたと仮定しましょう。

時間という概念を取り去って、あらゆる過去とあらゆる未来がいまこ
の瞬間に、ここで、いま起きていると仮定しましょう。

すると、この部屋で何が起こると思いますか？

あなたのあらゆる過去と可能な未来が、全部いま自覚されるでしょう。
そのときには、いろいろなものが意識の表面に浮かび上がって来ます
から、唯一リアルだと思っていた物理的な世界が消えたように思えま
す。

あたかもフィルムのひとつの層でしかないように感じられます。

いまという瞬間に、あなたのあらゆる起こり得る未来、あらゆる起き
得た過去、そして子供のころの経験、すべてがこの部屋の中に同時に
存在するとしたらどうでしょう。

そのときには、いまあなたが理解している「個人」という感覚が消え

ます。

あなたの過去世や子供のころの経験がすべて出てきて、そしてこの惑星でのあり得る未来、この惑星を越えた可能な未来が、すべていまここにやって来ているでしょう。

そうしたら、この部屋がとっても混雑するばかりでなく、物事がとても混乱して、次の瞬間何をしたらいいかすらまったく分からなくなるでしょう。

皆さんは、ひとりひとりが自分の現実の創造者です。

自分の意識を物理的な世界に投影し、そこで心地よく生きていくためには、「時間」という要素を創り出す必要があると、前もって知っていました。

そこで、こんなふうに皆さんの意識のなかで決めたのです。

ひとつの経験の次に別の経験が来るという、直線的な時間を設定して、あらゆる現実がオーバーラップしないようにしましょう、と。

そのような設定によって、あらゆる可能性の中から順に選んで直線的に配置していくことができます。

こうして、皆さんが「時間」と呼ぶ概念が創り出されました。

でも、皆さんが「過去」あるいは「未来」と呼んでいる他のリアリティも、実はまだいま存在しています。

向かい合ったふたつの鏡の間に立つとき、鏡に移る自分の最初の姿は比較的是っきりしていますね。

でも何度も光が反射して、その姿が無限に続くと、だんだん薄れていきます。

皆さんが過去世と呼んでいる経験もそれと同じです。

皆さんにとっての可能な未来の経験も同じです。

いま皆さんが、自分だと思って経験している部分は、皆さんにとってもっとも明確に感じられる、意識がもっともフォーカスしている部分です。

でも、鏡に取り囲まれて立っている時のように、あらゆる他の次元がいまの皆さんの物理的な現実を取り囲んで存在しています。

皆さんが夢の「現実」の中に入っていくとき、皆さんが理解している「時間」の枠を越えて意識を広げています。夢は意味が通じるときもあれば、絵の具を混ぜ合わせたように、はっきり理解できないこともあります。

同様に、皆さんの過去も別の次元からやって来ます。

子供の頃の記憶は、単に“過去の記憶”ではありません。

鏡の中にいくつもの姿が重なって見えるように、現在のあなたに、ありありと影響を与えている、あなたの生きた本質の一形態なのです。たとえ記憶のように見えようとも、リアルなあなたの一側面です。それと同じように、いま起きている経験をとり囲んで、存在しています。

あなたがフォーカスするとき、皆さんが理解しているような直線的な時間の枠を越えて、現れます。

このメカニズムによって、人々がいわゆる過去世と呼んでいる別の生からの記憶を戻してることができます。

同様に、皆さんの未来に対する思考もやって来ます。

無数にある可能な未来の中から、自分にとってもっとも適当なものを選んでこの現実で経験します。

あなたが未来に関して考え得るあらゆる可能性について、ほんの少し思考を持っただけでも、可能な現実としてそれなりの本質と現実を持って存在します。その、何着もある未来の服の中から、どれを自分が実際に着て経験していくかは、皆さんひとりひとりの選択です。

皆さんが自分の過去や未来を探索しようとするとき、実際は、皆さんのいまの意識の中で、過去とは何か、未来とは何か、という想念を探索しています。

あなたの想念が現在のあなたと、他の次元との橋渡しになります。

いま言ったことは、すべて何を意味しているのでしょうか？

自分の過去がひとつではない、ということでしょうか？

あるいは、運命のように決まった未来ではなく、無限の可能性の中から、自分にもっとも適当なものを選ぶことができることを意味するのでしょうか？

他にどんな意味があるでしょう？

いま話したことから、いまいるこの瞬間が、自分にとって、もっとも輝かしく重要な瞬間だ、ということの意味するのでしょうか？

もし、過去や未来が自分がいままで理解していたような形では存在しない、としたらどうでしょう？

「いまの自分」を規定する言いわけとして、過去を利用することがなくなります。

よりよい人生のために、未来を待たなくなります。

皆さんは、いま、椅子に腰をかけている自分に意識を合わせます。

この瞬間に存在するパワーを感じることを自分に許します。

この瞬間が、あなたにとってもっとも重要です。

何故なら、皆さんは、いま、ここにいるからです。
いま言ったことを、しばらくの間、考えてください。

では、ちょっとやってみてください。
この瞬間から抜け出して、他の瞬間に行くことを試みてください。
過去や未来について想念を巡らし、「よし『いま』から逃げよう」と。
その過去や未来の思考はどこから出てきていますか？
いまの瞬間から出てきているというのは本当ですか？

そう、それがすべてです。
どのようにしても、この瞬間の経験、この瞬間の現実から離れることはできません。
私たちは、皆さんが過去や未来を考えて、多くのエネルギーや時間を費やしているのを見て、驚くことがあります。
何故、過去や未来のことを思って、「いま」から逃げ出したいと思うのでしょうか。
「いま」が心地悪いから？
他の人が過去や未来のことを考えなさいと言ったから？

深呼吸して…。

あなたは、いま、どこにいますか？
この部屋にいます、そうですね？
ここにいます。

何時ですか？ 時計を見る必要はありません。
いま、です。

深呼吸をして…。

場所は、ここ。
時間は、いま。

「私はここにいる。そして、時間は、いま、だ。」
こう言って、受け入れることが自分へのすばらしいプレゼントなのです。

いまは、支払いの心配をすることも、子供の面倒をみることも、夫のために料理を作ることも、何らかの訓練を受けることも、必要ありま

せん。

いま、あなたは、ここにいます。

いま、います。

この瞬間ここにいることを、自分に許さない人がいます。

一所懸命、過去や未来を考えて頭を忙しくしなければ、いまの瞬間、私は一体何をやって過ごしたらいいのか、と。

でも、ここにいないのしかないのです。

いま、ここです。

自分の未来の成長に関して、心配することはありません。

時間通りにいま何かをしなければならない、ということもありません。

悟りを得るために興奮することもあります。

すべて、いま、です。

ここ、です。

飽きてしまいましたか？

皆さんは、いま、自分がここにいることを自分に許可していますね？

もちろん、そうしなければならない、ということはありません。

過去のことや未来を考えると、後で来るでしょう。

過去や未来を考えると、何も悪いことはありません。

ただ、「いま、ここ」という経験がどんなものであれ、その経験が損われるやり方で、未来や過去を考える必要があるでしょうか、とお尋ねしています。

今は、家賃を支払うことも、車を運転することも、ネコに餌をあげることも、愛を交わすことも、必要ありません。

あなたは、ここにいます。

実際のところ、皆さんは「いま、ここ」を、無限に経験しながら生きていきます。

それくらいシンプルに考えてはどうでしょう？

「いま」に生きたら、ちょうど咲き始めている、きれいな桜に気持ち拡がるでしょうか。

電車に乗ったとき、向かいにいる子供の、キラキラ輝く瞳に気づくでしょうか。

恋人たちは、お互いを深く感じながら、抱き合うでしょうか。

ここにヒントがあります。

あなたは、過去、未来に関する想念と、そして「いまにいる」という意識を同時に持つことができます。

でも、未来や過去を考えることが、いまの経験を制限してしまうなら、よくないということです。

「子供のころ叩かれたから、いま私は狂っているんだ」。

いい理由ではあります。

なんらかの真実を反映しているかもしれません。

でも、過去のそうした思考が、いまのあなたの経験や未来を規定したり、制限したりしてしまうでしょうか？

部屋代をどこから得るか、見つけださないと入ってこないではないか。

本当ですか？

本当だと多くの人が言います。

でも、たぶん、あなたに必要なことは…

深呼吸をして…

この瞬間を感じることです。

すると、その心配が思考でしかないことに気づきます。

起きていないことを心配しているとき、「いま」を経験するパワーを、起きる可能性のあるひとつの未来に与えてしまいます。

でも、テレビのチャンネルをカチッと変えるように、別の未来を選択することもできます。

その未来ではちゃんと家賃が払われています。

「ああ、これはいい現実だ。よし、これを選択しよう」と。

それほどシンプルにしてくれますか？

あなた方神が、どうして人生を困難にする必要があるでしょう？

話しておきたいことがあります。

あらゆる現実が存在します。

頭の中で思い描くことは、すべて存在します。

いかにすばらしいものであらうと、いかに怖ろしいものであらうと、すべて存在します。感じ取ることのできる現実、すべて存在します。

何を意味すると思いますか？

未来を怖れることはまったく意味がない、ということです。
あなたの未来には、天国と感じられるものから地獄と感じられるもの
まで、あらゆる可能性が存在します。
あらゆる未来の中で、どの未来が自分にとって、もっとも満足がいく
だろう？

望ましくない未来の映像が浮かんだときには、それを押し退けようとし
ないでください。

それは、可能な未来としてすでに存在します。

否定するには遅すぎます。

どぶの横に座り込んで、安酒で酔っ払い、ひどい病気になっていると
ころを想像したなら、その可能な未来は存在します。

自分に問い正してください。

「そんな現実を物理的現実のなかで経験したいだろうか」と。

この部屋にはそんな必要のある人はひとりもないでしょう。

もちろん、もし必要がある人がいるとすれば、その選択に干渉するつ
もりはありません。

未来にはあらゆる可能性が存在します。

未来を選択するのはあなたです。

自分の人生をすばらしく展開させていくひとつの方法は、望ましくな
い未来の可能性を感じ取ったとき、拒絶しないで、ひとつの可能性と
してそこに残しておきます。

そして、心地よく幸せに感じられる別の選択に意識を合わせます。

過去に苦しんだ経験があるなら、それをまず認めてください。

理解してほしいのは、辛い過去は、何百万もある可能な過去の中の、
ほんのひとつの経験でしかないということです。

苦しい過去を思い出したとき、心地いい過去を選ぶことを自分に許
します。

あなたのあらゆる可能な過去、可能な未来は、いま、すべて、ここに
存在しています。

時間…。

あなたにとって時間とはなんでしょう？

時間をどんなふうに使っていますか？

役に立つ形で使っていますか？

1日に何時間ありますか？

25 時間必要だったら、どうしましょう？

もう 1 時間、不足分を創り出すことができますか？

もちろん、あなたが望めば、24 時間を 25 時間あるのと同じように感じ

取ることはできます。いずれにしても、すべてあなたの創造物です。

「時間がない」、と常に言っていたとしましょう。

あなたの意識の中では、日々、時間が短くなっていき、ついには、やりたいことをする時間が、まったくなくなるほど、短く感じられるようになります。

逆に、時間が充分にあると自分に言い聞かせたときには、効果的に毎日を過ごすことができます。

「忙しい、忙しい」と言いながら 2 時間かけてやっていたことが、1 時間半あるいは 1 時間で、できるようになります。

「そんなことは何も魔法ではない。能率を上げたただけだ」と言うかもしれません。

もちろん、そうです。

でも、能率を上げる方法にはいろいろあります。

ひとつには、決められた時間に自分のやりたいことを全部やりこなすことができるように、意識を拡大して時間を長く感じることです。

これから先「時間がない」と言っている自分を発見したときには、深呼吸してから、「私には充分な時間がある」と言い聞かせてください。すると、もう少し睡眠をとる必要があると気づくかもしれません。やらなければいけない、と思っていたことが自分の人生からなくなっていくのに気づくかもしれません。

それまでにはなかった、自由時間に気がつくかもしれません。

時間はあなたの創造物です。

時間と呼ばれているものを、伸ばそうと縮めようとあなたの自由です。

あなたは、毎呼吸、新しい現実を創り出すことができます。

過去の現実を打ち消すことができます。

あなたの物理的な現実とは、この瞬間以外ありません。

物理的な現実の中には、その前の瞬間は存在しません。もう過ぎたことです。

さっきお話した皆さんの鏡のイメージの中のひとつになっています。あたかもたくさんの魔法使いが、毎句、あなたの次の新しい未来を一所懸命創り、それと同時に、過ぎ去った過去の現実を全部壊しているようなものです。

一所懸命走り回っている魔法使いたちの姿は、あなたに見えないかも

しません。

でも、パワフルで創造的な皆さんが、この物理的な世界と呼んでいる現実を創り出しています。

あなたは、この物理的な現実を創造し始めた瞬間に、自分が時間を創り出したということを、忘れてしまいました。

時間と空間で規定された物理的な現実を、十分に経験するためには、その事実を忘れる必要がありました。

でも、心の奥に満たされない感覚が残っています。

そこから神を求める心が湧いてきます。

長い長い間、皆さんが探し求めているものは、どこにあるのでしょうか？

その「問い」から、すべての宗教が起こります。

その「問い」から、あらゆる戦争が起こります。

この世界を創り出したのは、一体誰でしょう？

何千年も何千年も何千年も何千年もの間、この世界を創り出した創造主が、どこか外にいと信じられてきました。

実は内側にあるということを、忘れてしまっていたのです。

あまりにも長い間忘れていたために、皆さんの世界にさまざまな状況が起きています。

これはあなたの世界です。

どうしましょう？

壊しますか？オゾン層を破壊し、核戦争をやりますか？

森を破壊して、呼吸する酸素をなくしてしまいますか？

お金という神を崇拜しつづけますか？

それとも、自分自身の内側にある無条件の愛を認め、自分が自分の現実を創る完全なパワーを持っていると認めますか？

時間はあなたの友人になることができます。

もしあなたが許せば、時間を手なずけることができます。

あなたは神です。

ただ、忘れてしまっただけ。

しばらくしたら、いったん旅立ちます。

休息の間に自分にとって必要なことをやってください。しばらくしたらまたお会いします。

(休憩)

リチャード：トランス状態に入る前に、質問があればどうぞ。

Q 1（女）：ひとつの存在を同時に複数の人がチャネリングする場合、そこから得られる情報が共通している部分と、違っていている部分とがあるようです。それは何故起きるのでしょうか。

リチャード：チャネリングの現象は、実験的な部分が非常に多いということをまずお話しておきます。いつであれ、ある存在がある人にコンタクトをもつときには、チャネルする側の持っている観念体系、ボキャブラリー、表現方法すべて、その人の中に蓄えられたものを使って表現します。エクトンが言うには、複数の人が「存在X」をチャネリングする場合、それぞれの人によって翻訳された「存在X」の側面です。その人版の「存在X」と言えればいいでしょうか。

何人かの人に同じ存在が降りてきて、少しずつ違った情報を言うことになります。もしまったく共通していたら、あなたはその存在Xに頼ってしまうかもしれません。大変な真実に違いない、と。

しかし、同じ存在をチャネリングしても違った答えが出てくることで、最終的には自分の知識や判断力に頼る必要があることが分かります。中には、チャネルされるエンティティ同士が、ほとんど喧嘩をしているような状態さえあります。

「エンティティ・ウォー」とか「エンティティ・バトル」と言っています。

(笑)

Q 2（女）：複数の人が同じ存在をチャネルして、異なる情報を与えられた場合、同じソースだと考えていいのですか？

リチャード：例えば、アメリカにミカエルという存在がいます。兄弟姉妹がそれぞ

れミカエルをチャネルするのですが、得られる情報は常に共通しているわけではありません。

彼らは、答えの異なる点より、共通点を見ようとしているようです。核心は常に「無条件の愛」なのです。

声とか情報といったものは、雑音くらいに思っておいていいくらいです。

情報源の質問については、あらゆる情報の出どころはひとつではないかと思います。

Q 3（女）： 何人かの存在がひとりの人にコンタクトしてくる例が、アメリカにはありますか。

リチャード：あります。例えば、ひとりで、天使、過去世からの存在、酔っ払ったアイルランド人など、さまざまな存在をチャネルする人がいます。そういうとき、誰がその存在を創り出しているのかを、まず自分に問う必要があります。チャネラーがそれらの存在を創り出しているのか、あるいは外からの存在がやって来ているのか。その問いに関して、私が「こうです」とは言えません。私は、あることを「こうだ」と、ひとつの方法で定義することに対して、非常に注意深くしています。そのことを、チャネラーとしての8年間で学びました。私は、空が青いということは知っています。夜には暗くなるということも知っています。チャネリングについては、ただ、やるだけです。それがどうであるかは、ひとりひとりが決めてください。

もう一度、皆さんひとりひとりに、本当にきょうはここに来てくださってどうもありがとうございました。
では、僕は行こうと思います。(笑)

サヨナラ。

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン：もう一度この肉体に完全にやって来るまで、もう少し時間がかかります。

皆さん、もう一度、こんにちは。

いつであれ、あなたが質問をしているときには、自分に質問をしている、と覚えておいてください。

あなたが質問を考えた瞬間、すでにその答えはあなたの内側に存在します。

きょう、私たちは質問とそれに答える、というゲームをやります。あなたが知らないと思い込んでいる質問をし、私が質問に答えるという外見上の形をとります。

でも、それは外見上だ、ということをよく覚えておいてください。

質問と答えのプロセスとは、鏡を使って要領よく創り出されたゲームです。

皆さんが気づきたい、実現したいと思っていることを、私はできる限り鏡のように反射してお返しします。

私の本来の目的は、あなたを愛することです。

皆さんを愛する許可を私に与えてくださって、本当に感謝したいと思います。

では、質問をしたい人があればどうぞ。

いままで話したことでも、あなたが興味ある話題でも結構です。

Q 1（女）：最初にお礼を述べたいと思います。なにもわからないで初めて公開チャネリングの場に來たのですが、すごいエネルギーを感じまして、とても楽しんでます。

質問は、自分が本当にやりたい仕事が、30歳近くにもなって分からない、ということなのです。

本当にしたい仕事だと思って1、2回転職したのですが、それでも納得がいなくて、本当に自分がやりたい仕事はないのではないかとこの頃とても悩んでいます。

エクトン：こちらから質問をさせてください。

どんなことに気づきたくて、あるいは実現したくてここに來たのですか？

Q 1（女）：自分自身の本当の欲求を知るために。

エクトン： 本当にそうです。

そして、自分にとって最も深い、最も重要な欲求とはなにか、を探求するとき、その姿をまわりの人々に見せてあげる機会を与えています。広い意味で、あなたは奉仕する人です。

あなたはこの惑星に、人間が自分自身を深く理解するよう、援助しにやって来ました。

人間がもっとすばらしい愛を発見するよう、援助しにやって来ています。

あなたは援助する人です。

あなたの、その性質をもっと表現するために、まず、いまの自分に對して正直にならなければなりません。

こういうことを理解してください。

いまやっていることが、やりたいことであり、一番必要なことだ、と。そんなことはない、と思うかもしれません。

「でも、でも、でも、でも…」と出てきます。

しかし、いま経験している、自分が創り出したこの瞬間を拒絶したら、あなたにとって新しい現実を創造することがとても難しくなります。

あなたはどんなに頑張っても「悪いこと」を創り出すことはできません。

自分にとって、一步一步上がっていく階段を創り出します。

あなたは次の段にのぼる準備をいま、まさに、するところです。

あなたは非常に感受性の強い女性です。

感受性の強さが、ときには自分に役立たない方法で機能することがありました。

感受性が強いために、他の人の痛みまで自分の中で感じてしまうことがありました。

でも、感受性の強さは、他の人を援助するとき、とても役立ちます。

こちらから質問をしていいですか？

女神であるあなたは、いままでどんな仕事を創り出してきましたか？

Q 1（女）： 最初は旅行関係の会社で一般事務的な…。そこがあまりに給料が安いのでいやになって（笑）、次はある程度給料のいいところに行ったのですが、人間関係が辛くて辞めてしまったのです。で、次になにがやりたいか分からなくていろいろな学校で勉強したりした結果、出版社に就職したいという気持ちになって、いまは、なんとかそこに入って難

用的なことをしています。

エクトン：（会場の人に向かって）自分の仕事に関する問題を持っている人、どのくらいいますか？

（ほぼ3分の2が手を挙げる）

みんな、「大人になったらどうしよう」、と考えています。

あなたはいまステップを踏んでいる最中です。

こうしたい、ああしたいという望みに対して、こんな状況があるから無理だ、というふうに「でも、でも、でも」がすぐに出てきます。しかし、「でも」を乗り越えて、実現をストップさせる障害が何もないかのように強く望んでください。

やりたいことを妨げる理由がなにもないとしたら、あなたのハートはどんなふうに感じますか？

Q 1（女）： すごくいい気持ちになります。

エクトン： 何も障害がなかったら、こんなことがやりたいなあ、という理想の仕事のイメージが湧きますか？

Q 1（女）： 最近、意気消沈しているので…

エクトン： わかります。

落胆していると言いましたが、ふむ、それはいい過去ではありますね？

Q 1（女）：（笑）

エクトン： 深呼吸して…。

あなたは、いまどこにいますか？

Q 1（女）： いま、ここに。（笑）

エクトン： 何時です、いま？

Q 1（女）： いま、何時、3時50分です。

エクトン： 何時ですか？ いま。

Q 1（女）： 3時50分…（笑）

エクトン： 「いま」です。

深呼吸して…。

そうそう、そうそう。

深呼吸して、ただ呼吸して。

あなたの過去…、

それはもう、あなたにとって存在しません。

将来に関しては、いま選択と再創造のプロセスにあります。

覚えておいてください。

あなたの将来は、いまは想念のレベルにすぎません。

唯一リアルな状態は、「いま、ここ」です。

人生であなたが一番幸せに感じることは何ですか？

他の人々を援助しているときにどんなふうに感じますか？

Q 1（女）： そうですね、助けてあげたいとか、微笑みたいとか、そういうことが嬉しいです。

エクトン： そうです。そのためにあなたはこの星にやって来ています。

それがあなたの目的です。

その目的をどうやって満たすかは、あなたの選択です。

もちろん、その選択を通して、お金を得ることもできます。

自立することもできます。

同時に、自分がいいことをやっているという感覚も得られます。

あなたはこれから先、あまり長く会社で、あるいは人のために働くということとはしないように感じます。あなたの感覚はどうでしょう。

Q 1（女）： 私も、もう使われるのはいやだという気持は強くあります。

エクトン： わかります。

実際のところ、あなたはいままで一所懸命、他の人のために働いて来ました。

どんな仕事に就こうと、人のためになっているということを知っていてください。

あなたがたとえ独立して仕事をしたときであっても、他の人の役に立つ仕事をしています。カウンセリングをすれば、クライアントが来ます。その人たちのために働いてください。

深呼吸して…。

全身が雨で洗い流されるように感じながら、

深呼吸して…。

体の内側にある「私は人のために働くのがいやだ」という気持ち、そのことを批判したり判断している気持ち、それらすべてを体から流して。

呼吸と一緒に。

ふかーい呼吸。

「いやだ！」と拒否している気持ちを体から流してください。

そのとき、一緒に働いている誰かへの怒りが湧いてきたら、そのフィーリングも感じて。

そう、深い深呼吸をして…。

あなたは女神です。

女神であっても怒りを感じることはあります。

深呼吸して…。

呼吸を続けて。深い呼吸を続けて。

可能な未来の、仕事をしている現実を感じてください。

心の中でその未来の中に入って行って…。

どんな気分ですか？

未来の、その現実と同調しているフリをしてください。

いま同調している未来で、本当に好きな仕事をしている、と思ったとき、どう感じますか？

Q 1（女）： 満足感のような…。

エクトン： そうですね。

呼吸して…。

他になにを感じていますか？

Q 1（女）： 暖かい。

エクトン： そう。成功していると感じられますか？

Q 1（女）： ええ。

エクトン： その仕事に関して、もっとイメージが展開されていったいいのだから許可を自分に与えてください。

他になにか感じますか？

援助する人…。

微笑み…。

（ささやくように）

感じて…。

あなたが持つフィーリングで、現実を展開する未来が決まります。

いま、イメージをあまり具体的にする必要はありません。ただ、その気持ちのいい満足感を覚えておいてください。

自然に、なにかイメージが出てきましたか？

Q 1（女）： まだ、そこまでは…。

エクトン： 結構です。

すべての創り出される現実、すべての創造物は、あなたのフィーリングから始まります。

私たちからの助言として、次のことを練習してください。

本当に好きな仕事をして、気の合う人と一緒に働いているところを想像します。

そのフィーリングを感じる練習をしてください。

私たちは、これがあなたの仕事だと、告げることはできません。

ただ、あなたと一緒にいて、やさしく髪をなで、「あなたは本当に好きなことをやっているのだよ」と、思い出させてあげることができるだけです。

私たちの側から知覚できる未来として、あなたがカウンセリングの仕事を通して、人を援助しているのが見えます。

カウンセラーとして働いているところをイメージすると、どう感じますか？

楽しいですか？

Q 1（女）： あの、昔、カウンセリングを勉強したいと思っていました。

エクトン： あなたは神です。(笑)
なんでも好きなことをやってください。とても大切なことです。あなたが自分の人生を豊かに充分に生きなければ、一体、誰が代わって生きてくれるでしょう。

Q 1（女）： イエス。

エクトン： 結構です。
あなたはすばらしいパワーを持っていますから、本当にカウンセラーになりたいければ、それに必要なあらゆるステップをとっていきます。
どのようなカウンセリングがいいか、情報を収集してください。
望む結果を得るためにある種のトレーニングが必要であれば、探して受けてください。
「そんなことやるお金がない」という理由が出てくるかもしれません。
でも、あなたが本当に望んでいれば、そのお金を引き付けます。
あなたは非常に感受性の強い、直感力にあふれた女性です。それを使ってください。

Q 1（女）： ありがとうございます。きょう、公開質問する人を抽選で選ぶと聞いていたのですが、札をもらった途端、絶対選ばれると思っていました。

エクトン： 結構です。

Q 1（女）： どうもありがとうございました。

エクトン： いまのやり取りを見ていましたね、皆さん。
私の役割は、なんだったでしょう？
ただ「ほらっ」と鏡を見せただけです。

(笑)

あなたはなにが欲しいのですか？
あなたは一体なにが欲しいのでしょうか？

愛が欲しいのですか？

喜びですか？

安らぎですか？

情熱ですか？

あなたは、神です。

私の役割は、単に皆さんひとりひとりが、すでにそうである状態を思い出すきっかけを作るだけです。

表面上、エクトンがあなたになにかを話しているように見えるかもしれませんが。

でも本当は、その鏡を通して自分で自分に教えています。

Q 2（女）： こんにちは。私も4番というカードをいただいた瞬間に当たるような気がしたのです。またお目にかかれて嬉しく思います。

エクトン： 私も嬉しいです。

Q 2（女）： たぶんこの答えは自分の中で知ってると思うのですけれども…、

エクトン： たぶんね。

私はもう少し答えを掘り下げて見るよう、援助するでしょうが、基本的にはあなたは答えを知っています。

でも実際は、ここであなたが質問をするとき、あなたは自分だけのためではなく、聞いている他の人全員のためにもやっています。

Q 2（女）： カラー付きのワイドスクリーンのような大きな、絵に描けるような夢とそうではない、なにを見たのかわからない夢とを見つづけています。夢と現実の世界とのつながりを知りたいのです。

エクトン： 物理的な現実とは、夢です。そして、夢もそれなりの物理性とリアリティを持っています。

物理的な現実（physical reality）と夢の現実（dream reality）は、ひとつのコインの両側面のようなものです。

夢の中で見るあらゆるイメージ、あらゆる場面は、あなたが経験している物理的な現実となんらかの形で関連のあるものです。その象徴です。

夢の中の出来事はすべて、あなたの毎日の物理的な現実の世界に、なにかを示唆する形として出てきます。

たとえその夢が非常に明るく色彩に満ちたものであっても、あるいはぼんやりしたものであっても、共になにかを示唆しています。

先ほどあなたの夢には、はっきりしたものとぼんやりしたものとがあるとおっしゃいました。同様に、あなたの人生の経験の中にも、非常にはっきりしたものとぼんやりしたものがあります。

明るくてワクワクする経験もありますし、ぼんやりしていて意味が分からない経験もあります。

夢の中に出て来るあらゆる色、あらゆるシーン、あらゆる微妙なニュアンス、それはなんらかの形でこの現実の世界と関連があります。

夢の中で、心配を引き起こす原因になっているものがありますか？

Q 2 (女)： 去年、エクトンにお会いしたときに、二十数年間ずっと海の夢とか水の夢を見つづけていることをお話しました。

波にのまれるようなことはないけれど怖いという感情があったり、とても美しい海だったり、海の上を列車が走ったり、という夢です。

恐怖に満ちた感覚と、癒される感覚との、2種類にわけられます。

エクトンは「たぶんレムリア時代の水の感覚だろう」とおっしゃったのですが、最近その海とか水は、自分の意識であるということに気がつきました。

エクトン： そして、あなたのパワーを象徴しています。

Q 2 (女)： 夢と同じように、現実にお風呂のお水がいっぱいになったりします。夢の通りに現実にもものごとが起こったりするので、「現実はすべて自分が創造している」という概念が、意識の上ではっきり認識できないのですが…。

エクトン： 非常に大切なところにきました。

夢からのメッセージを意識的に理解できないために、自分に問題を創り出す、というポイントにきました。

神が、どのようにして自分の現実を創り出したのだろうと、そのメカニズムを考えることに忙しかったなら、「いま」を楽しむ暇がなくなります。

Q 2 (女)： はあ。

エクトン： だからといって、あなたが理解したいと思っているのに、そんなことはいらないなどと言うつもりはありません。

自分が自分の現実を創っている、と盲目的に信じてください、と言っ

ているのでもありません。

自分が自分の現実を創っている、と盲目的に信じてください、と言っているのでもありません。

夢の現実からのメッセージが、すでにあなたの人生に役立っています。すでに夢の現実から、日常生活の情報を得ています。夢の分析を学ぶために、これから勉強しなければならない、ということはありません。自分がすでに本当に知りたいことを知っていていいのだ、という許可を自分に与えることから始めてください。

先ほどマイクの前に立ったとき言いましたね、「質問の答えは、自分で知っていると思う」と。私、そして他の存在たちも、あなたの髪をなでて、あなた自身のすばらしさを思い出す援助をしに来ているだけです。あなたはあらゆることに対する理解、洞察がすでに自分の中にあることも知っています。

この部屋にいる人の多くが人生で同じような経験をしています。自分がいま充分必要な知識や情報を得ていないのではないかと感じて、すでに満たされている以外の何かを求め続けています。でも、この瞬間、自分に必要な情報はすべて得ていると理解したら、この瞬間にもっと満足して生きることが出来ます。必要な情報は常に与えられています。永遠に、永遠に、永遠にです。皆さん、ひとりひとりそうです。

「スピリチュアリティ」とはなんだと思いますか？
「悟りを得たら、バケツ一杯のお金が得られる」というふうに、ずーっと先に報酬が待っているなにかでしょうか？

あなたは、すでに悟りです。

すでに悟っています。
常にそうであり続けました。
それを思い出してくれますか？

あなたはどうですか？
あなたの選択です。

私たちは、喉の渇いた馬を水のそばまで連れて行くことができるだけです。

無理に水を飲ませることはできません。

もちろん、実際のところ、あなたが自分を水のそばに連れて行っています。

悟りを待たないでください。

悟りを開くために、進化の階段を一步一步上がろうなどということは忘れてください。

深呼吸して…。

いま、悟ってください。

実際のところ、それは、あなたが「これが悟りだ」と思っていたものとは、ずいぶん違うでしょう。

悟りの中には、自分が感じたくないような、困難なフィーリングも含まれています。

悟りを得るために死ぬまで待つ必要などありません。

自分を不健康にする必要もありません。

自分を混乱させる必要もありません。

悟りに到達するときを待っていたら、永遠に待ち続けることになります。

具体的に何か聞きたいことはありますか？

Q 2 (女)： 理解はできるのですが、どうしても体感できない部分がたくさんあるのですけど。

エクトン： できませんか？

誰ができないと言いました？

おかあさんが言ったのですか？

Q 2 (女)： 自分で決めているのだと思います。

(笑)

エクトン： そうですね。

あなたの選択によって、どの現実を生きるかが決まります。

いま、この瞬間、あなたの過去は、終わりました。

もう死んでいます。

あなたをエリザベスさんと呼びましょう。

(笑)

Q 2（女）： ありがとうございます。

（笑）

エクトン： もう過去はありません。

あなたはエリザベスとして、いま、まったく新しい立場から自分この瞬間と、自分の未来を選択しています。

深呼吸して…。

直感力を使って、エリザベスとしての将来について話してみたいですか？

話してくれますか？

エリザベスはなにを望みますか？

感じて…。

感じて…。

（ささやくように）

あなたはなにが欲しいですか？ エリザベス。

感じて…。

感じられますか？

感じさせてあげますか？

呼吸をして…。

いま、どう感じていますか？

Q 2（女）： できそうな気がします。

エクトン： そう。実際のところ、可能だと感じるために名前を変える必要はありません。

Q 2（女）： そうですね。わかりました。

エクトン： 過去によって、いまのあなたは決まりません。

もちろん、あなたのほうで、過去に影響されたいと決めたらそうなります。

エリザベスはどんな過去を持っていますか？ ちょっと創ってみてく

ださい。

可能な限り最良の過去を創ってください。

Q 2 (女)： 過去ですか？

エクトン： はい。どうぞ恥ずかしがらずに。

Q 2 (女)： なんでもできた人でした。

(笑)

エクトン： そう、なんでもできました。

これから数日の間、「でも、でも、でも、こういう理由で、できない」といういろいろな理由を全部、紙にリストアップしてください。

思いつく限りの「でも」を書いて疲れ果てたら、その紙を、儀式的ように焼いてください。

エリザベスをストップさせるものはなにもありません。

(笑)

Q 2 (女)： はい。わかりました。やってみます。

エクトン： 結構です。

あなたはとっても愛すべき存在です。

あなたの人生です。

Q 2 (女)： ありがとうございます。

Q 3 (女)： こんにちは、エクトン。

エクトン： こんにちは。

Q 3 (女)： 先ほど、否定的な想念を拒絶すると、現実になるかもしれないと言われました。私の場合、否定的に考えることが現実にかかる傾向があります。

例えば、受付で質問の番号をもらったとき、絶対私は当たらないだろうと思いました。

それが私にとって現実になって起きてしまうことがあるのです。

エクトン： 否定の極を満たす現実に住んでいるという感じですね？

Q 3（女）： うーん、そうです。

エクトン： ちょっと問題が起きるときがありそうですね。

Q 3（女）： ええ、そうです。

エクトン： でも実際のところ、あなたは、否定の極が実現してしまう現実の中に生きているわけではありません。
深いところで、あなたは自分の望んでいることを実現しているのです。
現実には起きる出来事を、表面上の意識は適当だとか不適当だと決めるかも知れません。
しかしあなたは自分の現実の創造者です。どんな出来事であれ、あなたの深い欲求に従って創り出しています。
否定的だと感じられる想念に、このように関わってください。
まず、そんな想念は持つてはいけない、と批判することを止めてください。
ただ「否定的な想念が出てきた。ふむ、おもしろい」、「こんなことを思っているんだ」と、愛をもって受け入れます。
そういう思考に対して、判断したり批判したりする気持ちを脇に置いたとき、否定的なものが現実になる力を失わせたことになります。
現実化することはありません。
起こり得る可能な未来のひとつを知覚したのです。
それに対する批判や判断を脇に置くことで、それに必要以上のパワーを与えることなく、べつの現実を選択しました。

今まで、あなたは否定的な想念が湧いたとき、それを、批判、判断すると同時に、それが現実になるに違いないという強い仮定をしました。
そのとき、その想念が現実になる可能性が高くなります。
ですから、批判や判断から自分を自由にしてくださいと話しています。
そこから変化が始まります。
否定的な想念を、悪いと判断をすることなしに、そのまま通過させたなら、なにが変わるでしょう？
自分の人生でなにが変わると思いますか？

Q 3（女）： よくわかりません。

エクトン： では、否定的だと決めることすらやめて、「ふむ、ただべつの種類の想

念が出てきたと、あっさり受け流したら、なにが変わるでしょう？

例えば、自分は公開質問の抽選に選ばれないだろう、という想念がやって来たなら、ああそんなふうにいるな、くらいですっと通り過ぎます。

否定的な想念に対して批判、判断することをやめたら、それら否定的な思考が、自分をコントロールしてしまうことになる、と思いますか？

Q 3（女）： そうではないと思います。

エクトン： まったく、そんなことはないですね。

あなたは、現実の創造者たる女神として、自分がいいと決めることであれ、悪いと決めることであれ、どんなフィーリングも、体験できる自分の容量を制限したくないのです。

これから何日間か、次のようにやってみてください。

自分の思考を、肯定的なものが出てきても、否定的なものが出てきても、それに対してなにかをしようということを、一切やめてください。感じていること、思っていることを、客観的に見ていてください。

ふむ、また違う想念が出てきた。ちょっとおもしろいな。ふーむ、ちょっと困難なのがまたやって来た。あのフィーリングはあまり心地よくないな。

湧き起こる思考に対して、いい、悪い、の判断を全部脇に置いたなら、あなたは、いま、悟りに至ります。

存在する経験そのものが、瞬間に起こります。

あなたが女神として、肯定的だとか、否定的だとか、判断することをやめたなら、中立の視点から、自分にとって、もっとも役立つことを、意識的に選ぶことができます。

善悪を越えて悟りに至った人が、人を殺すことを選択することもあるかもしれません。

でも、あなたはそういう悟りの状態にあるとき、常に自分と自分のまわりの世界に対する無条件の愛を選択します。

深呼吸して…。

唯一の瞬間は、「いま」です。

いまのあなたの全存在が、この瞬間にいます。

あなたは誰でしょう？

感じて…。

いま感じていることを言葉にできますか？

感じて…。

なにか言葉にできますか？

Q 3（女）： えー、私は、すべての創造の源である。

エクトン： 呼吸をして…。

あなたはあなたの視点から見て、自分のイメージ・意識・欲求・必要性から、エクトンを、チャンパックを、そしてこの部屋にいるすべての人々を創っています。

呼吸をして…。

あなたは女神です。

自分の現実がどのようなメカニズムで働いているのかを、常に意識的に知っている必要はありません。それが機能していることをただ知っていてください。

あなたの人生はこれから大きな変化を迎えます。

いいと悪い、闇と光という、二極に分かれていたものが一体になって、バランスとハーモニーの中で体験されます。

自分自身とまわりの世界に対して、あらゆる批判、判断を手放すとき、完全な意識をもって、最良のものを選択することができるようになります。

自分の持っているフィーリングや意識を、観察することを練習してください。

昼が夜よりもいいということはありません。

昼も夜も、ただ存在します。

Q 3（女）： はい。どうもありがとう。

エクトン： あなたの鏡に対して、どうもありがとう。

覚えておいてください。私たちもここから学んでいます。

あなた方の種族から多くのことを学んでいます。

皆さんがどれだけ遊びに満ちているかということも学んでいます。
いかにおもしろい人たちであるかということも分かります。

(笑)

皆さんがいかに自分の人生を情熱的に生きている存在であるかということも、学んでいます。

別次元の世界には、皆さんが持っているフィーリングというものが分からない存在たちがいます。

物理的な現実でフィーリングを経験している人間を外から眺めて、「ああ、あれはこんなふうを感じるのか」、と学んでいる存在もたくさんいます。

皆さんは、フィーリングを感じる世界に生きています。

フィーリングと闘わないでください。闘ってもうまくいきません。

Q 4 (女)：こんにちは。お会いできて、その上質問させていただいて、とても感謝しております。大勢の方の前で話した経験がないものですから、とてもドキドキして足が震えています。

皆さんの高尚な質問と違って、とても恥ずかしいのですが、家族の問題で、いまとても落ち込んでいます。この状態から抜け出して自分らしさを取り戻すには、どうしたらいいのか、とても混乱しています。

エクトン： わかります。

その状態から抜け出て、どういう状態に移行したいのですか？

Q 4 (女)： どういう状態が望みなのかもわからないのです。

(笑)

エクトン： 自分の落ち込みに対して、家族の中で何人ぐらいが直接自分に影響を与えていると思いますか？

Q 4 (女)： ひとりです。結局はひとりとの関係なのですが…。

エクトン： あなたにとって、その人は誰ですか？

Q 4 (女)： 夫です。

エクトン： パートナーは、あなたの本当に望む人ですか？

あなたにとって、望ましい人ですか？

(笑)

Q 4 (女)： あの一、やはり、選んだのですから…。(笑)
その人と出逢ったというのは、やはり自分に相応しい人ではないかと思う…。

(笑)

とは思いますが、考え方から価値観まで違うのです。

エクトン： 深呼吸して…。

もう一度、質問してもいいですか？
パートナーは、あなたにとって望ましい人ですか？

呼吸をして…。
感じて…。
言葉を話すことは忘れて…。

もちろん、そのパートナーと一緒にいるのですから、あなたの望みではあります。
あなたは、このパートナーシップを続けることに対して、こうでなければならない、ああでなければならないという、たくさんの“リスト”を持っています。
でも、あなたの創った“ルール”にはなんの意味もありません。

呼吸して…。
あなたは神です。
いまの時点まで、あなたが創り出したもの、あるいはあなたの引き寄せた状況、人々は、すべてあなたにとって適当でした。

もし可能なら、彼にどのようなになって欲しいですか？

(間)

呼吸をして…。

Q 4（女）： 強さ…なののでしょうか…素直さと言うのかな…。

エクトン： もっと正直になってほしいですね。

Q 4（女）： そう、正直です、そうです。

エクトン： 他に？

Q 4（女）： もっとゆったりとして。

エクトン： 結構。

彼があなたの体に触れてくるとき、彼の触れ方が好きですか？

非常にプライベートな質問だということは分かっています。あなたは…。

Q 4（女）： 拒否反応があります（笑）。 いまは。

エクトン： 明らかにそうですね。

Q 4（女）： はい。

エクトン： 「いまは」と言いますが、いまがすべてです。

（笑）

では、触られて心地よくなるには、彼にどんなふうになってほしいですか？

もっと魅力的になってほしいとか、繊細になってほしいとか、いろいろあると思います。

Q 4（女）： 魅力的ということより、もっと…、正直に生きてほしい。自分に正直に生きてほしいなあと。

エクトン： もしあなたが自分に対して正直ではなかったら、どうして彼があなたの前で自分に正直になれるでしょう。

Q 4（女）： そうなのかもしれません。

エクトン： その関係の中では、あなたの欲求は満たされないということですね。

いくつかの選択肢があります。

自分はそのままで彼が変わる必要があると主張する、彼に対して望むことを変える。

二人でカウンセリングに行くというのもひとつの方法です。

あるいは、彼と別れる…。

または5番め。いままでやってきたように、みじめであり続ける。

(笑)

こんなことを言うことで、あなたの心配や混乱を刺激しようとしているわけではありません。あなたの痛みは充分に感じられます。

でも、いまはあなたが実際に感じていることと、いわゆるニューエイジの概念とは何の関わりもないということに気づいてください。

この男性を、ありのままで愛することができますか？

イエスかノーでいいのです。

ありのままで…。

Q4 (女)： あの…。

エクトン： イエスかノー。とてもシンプルです。

いま、いま、この瞬間。

Q4 (女)： 感情で、ですか？ 心として、ですか？

エクトン： イエスか、ノーか。

Q4 (女)： ノーは言えないけれど…。

(笑)

エクトン： 「ノー」と言ってもいいのです。

「あの人なんか嫌い。無条件に愛するなんてできない」でもいいのです。

Q4 (女)： ええ、そういうふうに言いたいけれども…。

(笑)

現実がですね、変な話ですけど…。

エクトン： 「あんな人なんか嫌い」と言ってしまったら、神の光があなたを打って、地獄に落としてしまうでしょうか？

Q 4（女）： そんな気がします…。

（笑）

あの、そういうことは…。（笑）

エクトン： そうそうそう、それが怖いのです。そのあたりが怖いのです。

Q 4（女）： 結局、私はなんの力もなくて、傘の下で保護されて生きている、それなのに…。

エクトン： ほらほら、お話、お話、お話が続くのです。

Q 4（女）： ですから、それを…。

エクトン： あ、あ、ちょっと黙ってください。
深呼吸して…。

ほんとうに情熱的な人です。

（笑）

リラックスして…。

「こうでなければ」は必要ありません。いまどう感じているかを正直に認めることが、求める方向に関係を導く出発点です。
あなたはその男性を無条件に愛していない、ということですね？
そう考えてもいいのです。いま、そうなのですから。
いまが、すべてです。いま起きていること以外、つけ加える言葉はなんの意味もありません。

深呼吸して…。呼吸を続けてください。
呼吸を続けて…。

ちょっとフリをしてみましょう。
自分が伴侶を無条件に愛していないと知って、どんなふうに感じます

か？

頭で考えないで、ただ、どう感じるかを話して…。

Q 4（女）： とても寂しいです。

エクトン： そう、分かります。

ほら、それが、いま感じる必要のあるフィーリングです。

いまあなたは、いままでと同じところに、い続けることはできないと知っています。深呼吸して…。

そう、安全ですから、あらゆるフィーリングを感じて…。

そうそう、そう。

どういうふうに感じているか、話してください。

感じて…。あまり未来を考えようとしないで、そう、ただ感じて…。

そうそうそうそう。

ほら、それはただのフィーリングでしかないのです。

あなたのフィーリングが悪いことなどありません。ただのフィーリングにすぎません。呼吸をして…。

すべて感じて…。

自分のフィーリングを正直に認めることが難しく拒絶しようとしたから、いままでずっとこんなにも混乱してきました。

あなたは悪いわけではありません。悪い人ではないのです。

どうして神が悪いフィーリングを創り出すことができるでしょう。

呼吸をして…。

（ささやくように）

そう、その呼吸、フィーリングを感じて…。

この部屋にいる他の人たちも、いろいろなフィーリングが湧いてきます。

自分のフィーリングを、いま感じて…。

正直になって…。

別の質問をします。恋愛関係で、あなたはどんなふうに感じていたいですか？

Q 4（女）： 暖かい…。

エクトン： 他に？

Q 4（女）： 認める…。

エクトン： 結構。

Q 4（女）： 理解する…。

エクトン： 続けてください。他に？

Q 4（女）： あとは、気楽というのかしら、気楽さ。

エクトン： そう、その通り。

では、質問させてください。

いまは将来のことは考えないでください。

あなたの将来に対しては、私たちは興味がありません。

いまの彼との関係で、いま言ったような、自分が望むフィーリングを持つことが可能だと思いますか？

呼吸をして…。

イエスかノー。

(間)

いま、この瞬間、どうですか？ いまだけです。

Q 4（女）： ノー！

エクトン： 結構です。

呼吸して…。

あなたは、ちゃんと、いまの時点から話をしましたね。

彼に、あなたの気持ちを正直に話してください。あなたにとってなにが大切なのかを話し、あなたが望んでいる関係に彼もまた入っていきたいか、尋ねてください。

彼の答えがイエスであれば、そのために必要なステップを取る意思があるか、尋ねてください。

例えば、一緒にカウンセリングに行くことです。

彼の答えがノーであったとしても、彼の気持ちを知る、いまが一番いいタイミングです。

その可能性とそこから展開する新しい人生にも、あなたはハートを開くことができます。

これから数日の間、いろいろな感情が出てくるでしょう。

心地よくないフィーリングが出てくるかもしれません。

そのときに、いままでニューエイジで学んできたことや、スピリチュアルであるためにはこれをしなければならない、ああでなければならないというあなたの“リスト”は取り去って、フィーリングをそのまま感じてください。

そのフィーリングと、瞬間瞬間、共にいてください。

そして、彼と一緒に生きて行くときに展開する未来の可能性について、心を開いておいてください。

彼と別れる可能性についても、考えておいてください。

自分のいまの状態から考え得る、あらゆる可能な未来についてすべてを紙に書くのもいいでしょう。

あなたはきょう初めて、こんな大勢の前で本当の気持ちを表現しました。

これが、あなたにとってこれからの人生を正直さを通して生きる最初の日になります。

正直に、真実になるのは、最初はいつも簡単ではありません。困難も感じます。でも、この経験を通して、生きていることの素晴らしさ、偉大さを経験できる状態へと移行していくことができます。

あなたはこの世界にひとりで生きるためにやって来たわけではありません。

もし自分はひとりになってしまうのではないかという恐怖が出てきたら、その恐怖感が自分から開放されるのを許してください。

それを感じてください。

あなたの存在から、恐怖が洗い流されるのを受け入れてください。

あなたを取り囲んでいる他の人に関して、覚えておいてほしいことがあります。

彼らが、あなたのために彼らの人生を生きてくれることはできますか？

Q 4 (女)： は？

エクトン： あなたが、彼らの期待や欲求や、こうあってほしいという欲求に合わせて生きる必要は全然ないということです。

自分に正直に生きてください。

Q 4（女）： いままで、みんなのために生きることには喜びを持っていました。自分の感情は押さえて、家族の喜ぶ方向に…。でも、最近、自分がなくなってしまうような気がして…。自分は、一体なんなのだろう、なんのために生きてきたのか。そんなことを考え始めたら、どんどん落ち込んでしまって、殻を作って自分の世界に閉じこもってしまって…。でも、抜け出したいのです。

エクトン： あなたは自由です。いま、瞬間、この瞬間。
でも、そのためには、最初にいま自分と共にあるフィーリングを感じる必要があります。
自分が感じているあらゆるフィーリングに正直になればなるほど、喜びが戻ってきます。
理解してほしい大切なことがあります。
人生は常に喜びだけではありません。
でも、瞬間瞬間感じるフィーリングを、すべてそのまま受け入れるとき、喜びと幸せに満ちて生きていい、という許可を自分に与えることになります。
あなたに、犠牲になってほしくありません。
ですから、ただただ、自分に正直になってください。
とても大切なことです。

Q 4（女）： いまの状態、自分に正直に生きていくには、みんなはねのけて飛び出していかなければなりません。犠牲が大きいのです。

エクトン： （いたずらっぽく）ふむ。それはいいフィーリングではありますね。
みんなを置いていかなければならない、という…。

あなたが生きたいように生き始めたとき、何人かの人は、表面上「置いて行かれた」という形を望む場合もあるでしょう。
でも、いずれにせよ、あなた方は同じ惑星に住んでいます。
いくら頑張っても誰かを置いてきてしまうことはありません。
誰かを置いてく、というフィーリングが恐怖になって、多くの人が成長をストップしてしまいます。
「変化しない」ことに対する理由は、いくらでも創れます。
でも、自分の人生を自分の深い欲求に従って生きることには、自分に正直に生きない、または変化しないことに対する理由よりも、もっといい理由がたくさんあります。
あなたが生きたいように生きたとき、彼らはあなたとの関わり方を変えるかもしれません。

でも、あなたが彼らを「置いていく」ことはあり得ません。

Q 4 (女) : どうもありがとうございました。

エクトン : ここにいる人たちに対して、そして自分に対して正直になってくれて、
どうもありがとう。

あなたはこれからすばらしい恩恵を受けるでしょう。

皆さんを愛する許可を与えてくださった皆さんひとりひとりに、心か
ら感謝します。

本当にどうもありがとうございました。

皆さんに感じる愛に対して、感謝を表現したいと思います。

それでは、愛を込めて…。

皆さん、さようなら。

Q & A 公開チャネル③ IN 名古屋

1989 年 4 月 23 日

スピリチュアリティとは、あるときは友達とお酒を飲みに行くことです。
また恋人や友人と真剣になにかを論議すること。
またある瞬間には、スピリチュアリティとは、微笑みかもしれません。

リチャード（トランスに入る前の状態で）

コンニチハ。

（こんにちは！）

皆さん、きょうは名古屋に招いてくださって、どうもありがとう。

チャネリングに関するいわゆる地図がまだできあがっていないために、チャネリングとは何かについて、多くの人々の中に、ある種の混乱が起きていると思われます。

私はチャネリングを、心が創り出した一種の実験だと思っています。

人間が、より拡大し、より成長したいという欲求から、ひとつの試みとして、チャネリングという形態を創り出したのだと思います。

森の中を散歩して自分が拡大し、成長できたら、すばらしいことです。

チャネリングという現象に関わることで、拡大し成長できれば、それもすばらしいことだと思います。

チャネリングを通してくる存在には、アメリカではラザリス、ラムサ、バシャー、エクトンなどさまざまですが、メッセージはひとつです。

「もっと得てください」、と。

彼らは私たちの愛と知性と意識の拡大を望んでいるだけです。

私としては、チャネリングを通してやって来る存在を、自分の「上」や「下」に置くのは、よくないと思っています。

彼らを自分の「上」に置いてしまったら、交流するためには、あなたが彼らのレベルまで上がっていくか、あるいはあなたが彼らのレベルを自分のところまで下げてくるという作業が必要になってきます。

でも、創造性、そして「愛」という面から見ると、私たちは対等です。

チャネリングの現象に関して、いろいろな疑問がわいてくるでしょう。

特に次のような場合です。

チャネリングされた存在たちの情報が、まったく違ったように見える、それどころか、相反するように見えたりする場合です。

ある物事に関する存在たちの意見は、必ずしも同じではないのです。

また、情報が、常に 100% 正確というわけでもありません。

個人セッションに来て、自分の健康状態に関する医学的な情報が欲しいという人がいます。

そんなとき、私はチャネリングすることをとても躊躇します。

チャネリングを通して出てくる情報よりも、医師の資格を持った人たちの情報の方が、より正確なことがあるからです。

ですから、チャネリングの情報を受け入れるときに、皆さんがすでに知っていることに「つけ足すもの」、という姿勢が最良だと思います。

チャネリングをするようになる前、私は宇宙に対して、あるいは自分に対してこんなリクエストをしていました。

「でき得る限り、最良のカウンセラーになりたい」、と。

その望みは、エクトンをチャネリングするという形で満たされました。

私に言えるのはここまでです。皆さんの方で何かつけ足したかったり、脚色したかったら、それは自由です。

これから、トランス状態に入ってチャネリングを始めますが、情報をどう受け取るかは自分で決めよう、自分の責任で受け取り方を決めようという態度をとっていればいるほど、流れてきた情報を有効に使うことができます。

そして、あなたがリラックスしていればいるほど、たくさん受け取るでしょう。

ですから、リラックスしててください。

サヨナラ。(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン： もう少しで完全にこの肉体とつながることができます。

皆さん、こんにちは。

私は、皆さんの人生を過ぎ去るただのショーです。皆さんの世界にやって来て肩を叩き、そして入ってきたのと同じくらい素早く、あなたの世界から出ていきます。

このセッションは、私と皆さんにとって、長い旅の中のひとつの停留所のようなものです。

この部屋のひとりひとりの人が、最も偉大な創造性を探求するプロセスにあります。

ひとりひとりが、自分にとっての真実の探求に、トータルに自分を捧げています。

皆さんが理解し始めていることのひとつは、皆さんの真実は皆さんのもの、他の誰のものでもないということです。

両親、夫、妻、子供そして友達の実実はあなたのものではありません。

あなたの真実は、あなたのものです。

自分自身が自分の創造者だということを理解し始めたとき、あなたは孤独を感じます。

私がこの現実全体を創り出しているですって？

私が見るもの、出逢う人すべて私の一部ですって？

エチオピアで飢餓に苦しんでいる子供たちも私の一部？

どこかの大統領も私の一部、このテーブルも私なのだろうか……と。

たぶん、そうです。

どの範囲まで皆さんは、自分の創造性を受け入れる気持ちがあるでしょう？

多くの人が、精神的な道を探求し始めたときに、こういうことを理解し始めます。

私がこの現実を創っている。周囲の犠牲になったように感じることはもう疲れてしまった。

そしてこんなことに気がつきます。

自分の、そのときどきのムードが、まわりの世界の見方にどのように影響しているか、自分のフィーリングがまわりの現実要如何に影響を与えるか、に気づきます。

また、自分の欲求や希望が、ときに魔法のように実現するのを経験し始めます。

どの範囲まで自分の創造物として受け入れることができるでしょうか？

どこかに境界線はありますか？

自分の創造性がこの境界線で終わって、そこから向こうはキリスト、ブッダ、あるいは他の存在が創ったという境界線があるでしょうか？

もしあなたがそのように信じれば、その通りに経験することになります。それはあたかも舞台のステージのようなものです。

一見、境界線があるように見えますが、実際そのようなものはありません。

もし皆さんがステージと自分の間に境界があり、それによって自分が制限されていると感じたなら、信じていたなら、それがあなたの経験になります。

自分がここまで創ったと感じているその境界線をどんどん広げていったらどうでしょう？ 境界線を取り除いてしまったらどうでしょう？ その境界線を取り去ったときに、ブッダ、あるいはキリスト、神々があなた方と同じだったとしたら、同じ部分だとしたらどうでしょう？ あなたにとってなにを意味するでしょう？

誰も外側に責める人などいない、ということです。

あなたの外側に存在する責任は、ないということです。

そうした状態を経験したいですか？

感じてみたいですか？

「よし、そうしよう」、と決めたときには「私がすべてを創る？　すると、私はこの世界で独りではないか？」、と感じるかもしれません。

でも、その人は、同じ道を辿ろうとしている多くの創造者に出逢います。

理性で創り出した概念を越えた純粋な経験を通じて、自分自身の創造性で自分を築こうとしている創造者に出逢います。

自分自身以外になにも信じる必要がないとしたら、あなたは天国に入ります。

だからといって、あなたとまわりの世界が、分離してしまうことはありません。

涙を流すとき、微笑みがこぼれるとき、すべてあなたが創り出した、あなたのものだということです。

このような創造性に関する話を、一段高いところから皆さんにする私という存在は、一体誰なのでしょう？　誰が私にこのような権威をくれたのでしょうか？

あなたが、くれたのです。

その権威は、あなたが望めば、すぐに取り去ることができます。

あなたが必要なメッセージを受け取るには、次のどちらが有効ですか？
小さな子供が澄んだ瞳であなたを見上げるのと、私の話と？

あなたが使えるもっとも有効な手段は、「あなたが愛を感じること」です。

また、小犬が、「愛しています」と告げるようにあなたをやさしく見上げるとき、あなたの内側で、たくさんの愛が目覚めます。

あなたより権威を持った存在など、どこにもいません。

ほとんどの人々は、意識の深いところで、権威とは自分より上にあるもの、という受け取り方をしています。

権威は両親であつたり、あるいは社会であつたりします。

それは細胞レベルの記憶です。

あなたが数えることができる以上の長い長い年月をかけて、自分で条

件付けをしてきた部分です。

この惑星で起きている、いくつかの問題について考えてください。
誰かが誰かよりも上、あるいは下である、という考え方に基づいて、ほとんどの問題が起きます。

いつであれ、自分に比べて誰かをより偉大、あるいは劣る、と判断したとき、あなたは相手と同じレベルになっています。

自分を他人と比較している限り、その段階をどこまで高くのぼろうとも、常にあなたより偉大な人、そしてあなたより劣る人が存在します。他の人と自分を比べなくなったら、一体どうでしょう？

私たちがお話しているような、すべてがあなただという創造性の受け取り方が真実だとすればどうでしょう？

そのとき、あなたの人生は劇的な変化を迎えます。

この惑星の生命そのものが大きな変化を迎えます。

そのとき、この惑星は、別の惑星や別の銀河系との交流を招き入れることになります。

多くの存在たちが皆さんに呼びかけています。

このことは、皆さんにとって耳新しいものではないでしょう。どこか馴染みあるように感じられるでしょう。

次元を越えた兄弟姉妹たちと交流する唯一の方法は、自分自身を自分以外の外側の何かに預けてしまうことなく、自分が自分の経験する現実のすべてを創り出していることを認めることです。

過去、人間たちは自分のパワーを外に預けてしまったことがあります。「私はあなたのもの」、というふうに。

この国ばかりではなく、世界全体です。

恋人に自分を預けてしまったり、友人や両親、社会に、あるいは彼方の空遠く、神に自分を捧げてきました。

自分をなくして自分を外の誰かに与えてしまうということと、自分の源から分かち合って他の人に与えるということには大きな違いがあります。

自分のパワーを自分以外の何かに預けているかどうかを見分ける簡単な方法があります。

皆さんが経験している外側の状況、環境、皆さんが触るもの、見るもの、聞くもの、それらによって、自分が影響されているかどうかを見ればいいのです。

影響されているときには、あなたが自分自身のパワーを、自分以外のものに与えている証拠です。

自分を取り戻すためには、2、3回深い呼吸をして、自分に尋ねてください。

一体、誰が私の糸を引いているのだろうか。

私は操り人形だろうか。

誰かのコントロールの下で私はずっと人生を生きているのだろうか。

私は、そんなゲームを続けたいのだろうか。

あるいは、他のゲームを望むのだろうか。もっと大きなもの、あるいはもっと私にとって本当に自分だと感じられるなにかを求めているのだろうか……と。

もしもあなたが自分の人生を自分のためにできるだけ豊かに完全に十分に、生きないとしたら、一体誰が生きてくれるでしょう？
誰か思いあたりますか？

深呼吸をしてください。

誰かあなたの糸を引いている人がいますか？

あなたを、操り人形のように操っていると感じる人が誰かいますか？

あなたが話す言葉はあなた自身の言葉でしょうか？

あるいは、誰かがあなたに言った言葉でしょうか？

体の動かし方は、あなたの方法でしょうか？

それとも誰か他の人の方法ですか？

誰かあなたの糸を引いていますか？

私があなたの糸を引いていますか？

もし引いているように感じられたなら、糸を切ってください。

私のような存在はあなたの糸を引くためにここに来ているわけではありません。

愛するために来ています。

このような交流の中で、エネルギーの変化が起こります。

私はあなたにとって、権威を差し出す存在ではありません。

チャネリングを通して来る存在であれ、肉体を持った存在であれ、あなたの上に権威を持つものではありません。

皆さんは、内面深くすでに知っていることを思い出すきっかけとして、このような交流、現象を使うことがあります。

これは皆さんが知らないフリをしているゲームです。

本当は、あなたはすでにすべてを知っていて、この瞬間に知る必要のある物事は、すべて知る能力を持っています。

将来のことをあれこれ心配したり、過去のことを分析的に理解しよう

としたら、それに関する情報は得られないかもしれません。
でも、この瞬間に関しては、必要なものをすべて知る能力を持っています。

なぜ皆さんはここに来ていますか？

あなたの手の中には、なにがありますか？

自分への責任がありますか？

愛がありますか？

あるいは、あれが正しい、これが正しくないという批判、判断を越えた状態が手の中にありますか？

私は、神で一杯になった部屋で話をしています。

自分が神であることを証明するために、わざわざ髭を長く伸ばし、ローブを着る必要はありません。

自分の人生に価値を見出だそうと、外側の神にひざまずき、懇願する必要もありません。

鏡を見てください。

精神的な成長を深刻なものだと考える人がいます。

1日に20分間、2回瞑想しなければ、すべての人に対して愛を注ぎ、微笑んでいなければならない。

出会う人々ひとりひとりに対して、精神的に彼らが目覚めるように援助してあげなければならない、と。

もし、その通りに生きようとしたら、問題を抱え込むことになります。頭がおかしくなります。

傷ついた動物がもがいて手足を動かしているように、「一体、スピリチュアルってなんだ、その成長ってなんだ」と混乱することになるでしょう。

スピリチュアリティとは、あるときは、友達とお酒を飲みに行くことです。

また、恋人や友人と真剣になにかを議論すること、またある瞬間には、スピリチュアリティとは微笑みかもしれません。

精神的な成長におけるルールを探し求めて、発見できたら幸運です。
やってみてください。私たちの方からは、ルールはなにも提供できません。

自分自身に正直でないまま、スピリチュアルに生きている、と考えることもできます。

この惑星に何千年もある宗教のひとつに加わって、スピリチュアルに生

きていると思うこともできます。

また、街でバイクをとばして、インドで僧侶をやっている人たちよりもスピリチュアルだ、と感ずることもできます。

すべてあなたの視点から見れば、そうです。

答えを自分の外側に探そうとしたら、問題を持ち込むことになります。

私は、あなたに答えをあげるようなパワーは持っていません。皆さんが内側ですでに知っていることを、鏡のようにお返しするだけです。

思い出す援助をするために、やって来ています。

私は「過ぎ去るショー」であるということを覚えておいてください。

あなたの人生で出逢ういかなる教師であれ、チャネリングを通してやって来る存在であれ、すべて、過ぎ去るショーです。

あなたが出逢うどんな人も、過ぎ去るショーです。

あなたが経験する毎瞬毎瞬が、過ぎ去るショーです。

執着すべきものは、なにもありません。

いくら頑張ってみてもできません。

一所懸命、安定を求めて外側のなにかにつかまろうとします。

でも、すぐあなたの手から滑り抜けていきます。

だからといって、安定した感覚を持てないと言っているわけではありません。

でも、自分自身の創造性を脇に置いて、安定した感覚を自分の上に置いてしまった場合には、自分の手から滑り落ちます。

あなたが、自分のまわりの世界を見たときに感じる感覚は、あなた自身が創り出しています。

安定しているという感覚も、あなた自身の創造性から出てくるものです。

もしあなた自身が安定の源であり、自分がスピリチュアルであるということを、誰にも証明する必要などないとすれば、人生はどのようなでしょう。

ゆったりと腰かけてジュースでも飲んでリラックスできるでしょう。

目の前に展開されているショーを眺めていればいいのです。

あなたの人生です。

劇場で映画を見ているように、あなたの人生が自然に展開されていきます。

あなたはプロデューサーであり、ディレクターであり、そして演ずる人そのものです。

(ささやくように)

あなたはなにが欲しいですか？

それはあなたのもの。
それを招き入れてください。
どのように、などと尋ねないで。

ただただ、招き入れてください。
結婚する男性がほしいですか？
彼を招き入れてください。
パートナーを得ることが可能だと信じてください。
新しい仕事が欲しいですか？
それを招き入れてください。
なにかから逃げようとするのではなく、自分の求めるものに向かって
動いて行きます。

健康になりたいですか？
素晴らしい健康を保ちたいですか？
それを招き入れてください。
そうすれば、健康以外の状態を象徴している出来事がすべてなくなっ
ていきます。

あなたの境界線はどこでしょう？
ありますか？
いつであれ、ここまでが自分の境界線、こういう理由があるから無理、
と自分の制限と議論をしていたなら、それが現実になります。

では、ちょっと質問したいことがあります。
皆さんひとりひとりが自分の現実を創り出しているとしたら、他の人
のフィーリングに皆さんは責任があるでしょうか？
あなたの視点から見れば、そうです。
あなたは彼らを創り出しています。
しかし、彼らから見れば、あなたは彼らを創ったわけではありません。
もちろん、彼らが別のゲームをしていたら別の話です。
彼らが自分のいやな出来事について、あなたのせいでそんなことを経
験していると、あなたを責めるようなゲームをしていたら、そのとき
は別です。

会場の皆さんにおききします。
他の人々の感情に対して、自分の責任だと思っている人、どのくらい
いますか？

職場で一緒に働いている人々、友人たち、あるいは両親、彼らがあなたとの関わりの中でさまざまに感じるものが、自分の責任ではないか、と思っている部分です。

これから話すことは奇妙に聞こえるかもしれませんが、聞いていてください。

あなたが他の人と関わる時、あなたは2種類の創造的な能力と関わっています。

あなた自身の創造的な能力と、相手の創造的な能力です。

もちろん、あなたから見れば、相手を自分の現実の中で、自分が創り出しています。

ですから、相手の一挙手一投足、言葉のひとつひとつが、あなたの創造物です。

だからといって、相手の人の感じ方をこちらからコントロールすることはできませんね。

彼らは、あなたの鏡です。

彼らはあなたの外側にいるものではありません。

あなたがいる位置を見るための鏡です。

あなたの前で彼らがどのような行為をするか、どのように反応するか、常に、常に、常に、あなたの内側で起こっていることを、鏡のように見せてくれます。

相手は相手で、自分の現実を創り出しています。

あなたが相手の行為をなんらかの形で変えたいと思っても、それはできません。

マインドコントロールを使って、相手を変化させることはできません。

でも、あなたがその人と関わる時、その人に対する見方、感じ方を変化させて自分自身が変化したとき、相手を見てください。

彼らも、変化しています。

ですから、他の人と関わる時、その人を自分のどのような鏡にしたいか、考えてください。

彼らの振る舞いや行為に対して、あなたからはコントロールできません。

その人がどのような問題に直面しているか、そこでどのような経験をしているかは、あなたの責任ではありません。

相手が自分の「鏡」であると知っている二人が出逢うと、どうなるでしょう。

神と女神の出逢いです。

出逢った二人は、ダンスしながら、一緒に新しいゲームを演じるでしょう。

愛のゲームです。

あなたは、他の人が自分との関わりで感じている彼らのフィーリングを、なんとか変えようとして一所懸命努力する、というゲームを続けるでしょうか？

彼らの感じ方をなんとかしよう、というゲームを続けるでしょうか？皆さん、ひとりひとりの選択です。

関わる人によって自分が違った人になる、という経験をしたことがありますか？

それは、相手を自分の内側を映し出す鏡として見るのではなく、相手が自分に望んでいると思われる姿に合わせて、自分を表現しているのです。

そうすると、あなたは確実に混乱することになります。

そしてあなたが、他の人の期待に応えるというゲームを止めたとき、相手はさまざまに反応します。

例えば、夫の期待にそうよう振る舞ってきたあなたは、結婚 40 年目に、「自分自身を生きよう」と決意したとしましょう。

そのとき、夫が大きな反応を起こすのは、ほとんど保証できることです。

心地のいい反応ではないかもしれませんが。

「頭がおかしくなったのか」と彼が言ったら、「ルールを変えただけ」と伝えてください。彼はニコニコしてくれないかもしれませんが、少なくともあなたの変化に対して明確に気づくことができます。

パートナーシップの中にあるとき、一方がスピリチュアルな成長に興味を持ち始めると、次のようなことがよく起こります。

「あなたも一緒においで！」、でも、パートナーはなんの興味も示しません。

そうすると、相手を批判し始めます。

「この人は全然スピリチュアルではない」と。

聞き覚えがあるでしょう。

スピリチュアルな興味を持たない人を、批判した経験はありませんか？あるいは、あなたはその逆の立場にあったかもしれません。

スピリチュアルなことを探求している、星に目を向けている人に対して、「なにをバカなことをやっているのだろう」、と批判したことはあ

りませんか。

あなたの境界線はどこでしょう？

あなたの制限はどこでしょう？

あなたはなにが欲しいですか？

いまこの現実が、それそのものです。

いまのこの現実が、あなたの欲しいものです。

いま、この瞬間。

どのようにしてそれを見分けることができるでしょう。

皆さんが、いまここに来ているという事実からです。

とてもシンプルです。もしあなたが他のものを求めていたとしたら、すでに他のことをやっています。

あなたが、他のなにかを感じたいと深いところで思っていれば、すでにそれを感じているはずです。

自分に正直になる、とてもシンプルな方法です。

いま、なにが起こっているか、見てみてください。

いま、この瞬間に。いま、この瞬間、を見ます。

これが、あなたの求めているものです。

この部屋は、様々な神が出逢って、感じたいフィーリングを様々な感じている場所です。

ここには、ひとつのフィーリングだけがあるのではありません。

ひとつの経験だけが、あるのでもありません。

あなたの経験を受け入れてください。

一体どうしてこんなことについて話すのでしょうか？

その問いに対しては、どうして話をしたらいけないんでしょう、とお返ししたいと思います。

あなたはなにを話したいのですか？

外側の（別次元の）世界について話をしたいのですか？

あるいは、地球の内側にいる存在について話をしたいのですか？

私にマジックをしてほしいのですか？ 帽子を取って、その中からウサギを出すようなマジックを。

皆さん、ひとりひとりが創造者です。毎呼吸、毎呼吸、皆さんの生命が維持されている、それ自体がマジックです。

私たちはただのショーです。あなたが意識を合わせる対象ではありません。

あなたが創り出したあらゆる現実から、なにかを学ぶことができます。

あなたはなにを学んでいますか？

その状況を通じて、なにを思い出すのを自分に許しているでしょう。
自分が見るショーを価値がないと思ったら、自分の意思に価値がない
と言っていることになります。

自分の前に展開されるショーはすべて、自分の内側にある創造性の表
現だと気づいたとき、あなたはもっともっとパワフルになります。

どんな方法であれ、自分のパワーをチャネリングに現れた存在に預け
てしまうような受け取り方をしたときには、あなたは混乱すること
になります。

私たちは、あなたが自分の境界線から外に出るのを援助するために、
来ています。

ですから、皆さんが私たちに執着しようとしたら、その手からスリ
と抜け出します。

非常に現実的な話をします。

皆さんがこの世界に生まれてきた目的は、肉体を持って生を生きると
いうことを経験し、楽しむためです。

自分の創造性を体験するために、あるいは、自分のフィーリングをい
ろいろと感じるためです。

非常にエキサイティングな時期に、皆さんはこの世界にやって来てい
ます。

覚えておいてください。

そのエキサイトメントは、常に心地のいいものだけではありません。

あなたはなにを選択するでしょう？

自分に対して、なにを選択してあげるでしょう？

誰もあなたのために選択してくれる人はいません。

それは知っていますね？

思い出してください。

私はもうすぐこの肉体から、いったん旅立ちます。

その間に休み時間を楽しんでください。

そのあとに、またこのショーを、探求を続けたいと思います。

覚えておいてください。

私の仕事は、あなたにとっての真実を鏡のように反映するだけです。

私の希望は、あなたの欲求や希望がなんであれ、それが満たされるこ
とです。

それでは、しばらくしてまたお目にかかります。

(リチャード、トランスから出る。休憩)

リチャード：後半は、多分エクトンが皆さんの質問に応えるという形になると思います。

質問を発するという行為自体、すでに自分の内側にその答えが存在する証拠です。

質問をする人の4分の3は次のようなことを求めています。

本当にわからなくて質問するのではなく、なんらかの形で自分が気づいていることに対して、「そうだよ、うまくやっているよ」と、ちょっと肩を叩いてほしくて、質問してみます。

アメリカでチャネリングを通してやって来るよく知られた存在が、こんなことを言いました。「もしあなた方が私に執着したり従おうとしたときには、私はあなた方を押し返すよ」と。

その存在は有名ですから、盲信して従おうとする人がたくさんいました。そして彼らが執着しそうなときには、その存在は不正確な、あるいはウソのように思える情報を与えて、彼らが立ち去るようにしました。

その出来事で、その存在を信じなくなった人たちは、いままた別の存在のところに行っています。

たくさんお金を使ったのに、結局自分が信じていたのはウソだったのだ、犠牲になったと感じながら。

チャネリングであれ、誰かがあなたに情報を与えてくれるときであれ、それを無条件に取り込まないでください。

チャネリングは、大したことではありません。私のように8年間やっているとそのことが理解できます。

リチャードという、ささやかなチャネルに、なにか質問したいことはありませんか？

Q 1 (男)： リチャードさんがチャネリングをするようになったのはいつ頃ですか？

リチャード：子供の頃からサイキック現象に非常に興味がありました。高校時代にいわゆるスピリチュアルなことを勉強し、大学では心理学を専攻しま

した。

20代前半に、催眠療法を勉強し始めて、後に資格も取りました。

催眠療法のプロになるためには、自分がトランス状態に入ることと、他の人がトランス状態に入っているかどうかを見分けることに関して、専門的なトレーニングが必要です。

私はとても催眠にかかりやすいタイプでした。教師はデモンストレーションのとき、いつも僕を使いました。ちょっと誘導すると、スッとトランス状態に入ってしまいます。

その頃、友人がトランス状態に誘導してくれていたとき、エクトンが私の中にやってきたのです。

それがチャネリングの始まりでした。

この中でチャネラーになりたい人はいますか？

(何人かの手が挙る)

(いたずらっぽく) ほんとうに？ それはかしこい選択です。

(笑)

Q 2 (女)： リチャードさんの意識はチャネリングの間、どこに行っているのですか。

リチャード： 木星やニューヨークといった、空間のどこかを特定することはできません。言葉で定義するのは難しいのですが、「夢の状態」と言っておきましょうか。

夢の中で言葉を聞くことができるように、体を通して起こっている出来事を、全体的なフィーリングとして感じることはできます。

Q 3 (男)： エクトンと初めてチャネリングされたときの話で、リチャードさんは友達がトランス状態に誘導してくれているときに、エクトンのエネルギーが現れたとおっしゃいました。そのとき、何をしようと思ってトランス状態に入ったのですか。

リチャード： 特に目的はありませんでした。トランス状態を、二人で練習していた

だけです。トランス状態に導かれるのは、行き先のわからない電車や飛行機に乗るようなものです。どこに行くのだろう、なにが起こるだろう、ちょっと見てみようという感じです。

Q 3 (男) : 日本には、霊媒と呼ばれている人達に、先祖の霊などが乗り移って話をする現象があります。それとこのようなチャネリングとの違いはどういうものなのでしょうか。

リチャード : いい質問です。答えられるかどうかわかりませんが、やってみましょう。

どちらの現象も、媒体になる人やチャネラーの、欲求や興味の対象に応じて変化する非常に相対的な出来事です。

私としては、死んだ人々と交流する意図はまったくありません。

過去に何回か、亡くなった人々と交流をしたことはありますが、その能力は発達させてきていません。

私がチャネリングを通して発達させてきたのは、人々の心理状態を見る能力、あるいは実生活に応用できる情報を提供する能力です。

ですから、私のチャネリングは、日本の霊媒師のような方々とは違うかもしれません。

私としては、チャネリングの不可解な、神秘的な部分をそのままにしないで、理性でも納得のいくようにしていきたいと思っています。

無条件に、どこか遠くの神様や祖先を崇拝するようなことはしたくありません。

これは、非常に個人的な経験です。人によって異なる出来事です。

いまで答えになっていますか？ あるいは他に…。

答えにくい質問です。自分の立場からしか言えませんから。

Q 4 (男) : エクトンさんというのはどこから… (笑)

リチャード : ニュージャージーです。

(笑)

私たちは、時間とか空間で自分の位置づけを定義しています。

しかし、エクトンは、時間や空間といった定義づけを越えたところに存在します。

彼は自分を、旅行者、あるいは肉体を持たない存在 (non physical being) というふうに言っています。

私たちのような物理的な肉体を持つという経験はしたことがありません。

ですから、彼の過去世などということは分かりませんか？

Q 5 (男)： チャネリングと自分の過去世を体験することの違いはどのような点でしょうか。

リチャード： どのあたりが違いか、私にはわかりません。

催眠療法を実際にやってきた経験から言えるのは、人を過去世まで戻していったとき、それまでとはまったく違う振る舞いや人格を表現することがあります。

また、例えば3歳に年齢退行させると、3歳の子供そのものの表現をします。驚くほどリアルにそう感じられます。

そして、そこでの過去の再体験や感情解放の結果、セッションが終わったあと、その人の人格に変化が起きています。

この現象を、子供の頃の自分をチャネリングしている、と受け取ることもできます。

または、自分が勝手に創り出したものと受け取ることもできるでしょう。

あなたに対して、決定的な答えはありません。

「どう受け取りたいか」、です。

エクトンに対しては、あるときは、他の世界から来た非常に知性のある、自分とは分離した存在だと感じ、またあるときには、自分のより拡大された側面が、違ったパーソナリティのように見える形で表現されているだけだと感じます。

その時々で、両方ともリアルな現象です。

私がこの現象を本当に真実だと信じるとしたら、UFOが私の庭に降りて、宇宙人が出てきて、「火星から来ました」「ようこそ」というふうに実際に握手でもしたときです。

それまでは、完全には信じられません。

Q 6 (男)： エクトンとか、バシャーレとか、いろいろ違った存在のように見えますが、実は同じ存在なのではありませんか。違う人がチャネルするとき別の名前が出てきているだけではないのですか。

リチャード：もしかすると、同じかもしれません。

私たち人間もひとりひとり違った体を持ち、違った名前を持っていますが、別の視点からみれば、ひとつの魂が違った形で表現されたものです。

つまり、バイブレーションとして、エネルギーとしてすべて一体だということです。

そういう見方をすれば、彼らが同じだという言い方も、あるレベルではできます。

これで答えになっていますか？

Q 6（男）： チャネリングされる存在同士が集まって、意見を交換することはあるのですか。

リチャード：よくあります。私も何回かやったことがあります。

ケビン・ライアーソンと一緒に働いていたこともありますし、他にも数名のチャネルと一緒にひとつのことについて情報を引き出し合ったこともあります。

イマージナスというチャネルを通して出てくるディーンという存在と、エクトンを両方チャネルして、ステレオ・チャネルをやったこともあります。

ちょっとダンスしている感じでした。

それらの存在が、まったく同じ意見を持っているということはありません。

あなたと私も、ひとつの話題に関して違った意見を持っています。

それで初めて個人になります。

存在たちが、私たちよりも賢いとか、すばらしいとか、愛情豊かだとか、そういうことはないのです。

チャネリングの神秘的な部分を取り除いていけばいくほど、そこから流れてくる情報を、自分の人生に最大限応用できると思います。

ただ、神秘的な部分には確かに興味深いものがあります。幽体離脱は面白い体験でした。また、お金を必要としているときに、神秘的な方法で手に入ったという例は私を含めてよくあります。

いろいろな方法で、自分の創造性は表現されます。

ポイントは、チャネリングで出てきた存在ではなく、自分自身のパワーを覚えておくことです。

これからトランスに入ります。サヨナラ（笑）

(リチャード呼吸を整えてトランス状態に入る)

エクトン： こんにちは、皆さん。

皆さんと私たちのような存在に、ほとんど違いがないのは本当です。

唯一の違いは、体の中で過ごす時間の長さです。

あなたは自分の肉体を持っています。私は体を借ります。

そして、皆さんは自分自身が神であることを忘れてしまいました。

神という言葉はとても広い意味を持っています。

あなたが泣くとき、それは神の涙です。笑うときは神の笑い、怒るときも神の怒りです。あなたが寝ているとき、それは神の休息です。

神は、自分の現実で、どんなことを経験する能力も排除しません。

こんな例を上げてみましょう。

あまり好きではないフィーリングが起こったとき、自分が創り出したものとしてそのフィーリングをまず受け入れてから、神としてそれ以上その感情を感じる必要があるか、自分に問い正します。

いつであれ自分の創り出したフィーリングを受け入れるとき、次に自分の感じたいフィーリングを自由に選択することができます。

神がひとつのフィーリングしか感じることはできないとしたら退屈してしまいます。

神は、嫌なフィーリングを感じたとしても、それを感じ終わったらそのフィーリングを自分の現実からその後一切排除してしまわずに、感じたいときに、またいつでも感じるができるように、しばらくの間脇に置いておきます。

人はよくこう言います。「もうあんな感情は二度と感じたくない……」と。

でも、それは創造者としての性質を表現する行為ではないのです。

「私はそれを感じた。でも、いまはこれ以上感じる必要はない」、これが創造者としてのやり方です。

皆さんがマイクと通して質問するとき、私は皆さんが自分の現実の創造者であることを前提に話をします。

あなたが演じたいゲームと一緒に演じようと思います。

お互いに創造者同士が話をしているのですから。私たちは皆さんより

も知性があるわけではありません。あなたよりも大きいわけでもありません。あなたよりももっと大きなフィーリングを感じることができる、あるいはいろいろなことが経験できるわけではありません。私たちを友達だと感じてくれれば、私たちは皆さんの本当の友達になることができます。

質問するとき、その答えを皆さんはすでに内側で知っています。

これはゲームです。

それもいいではありませんか。

ゲームは楽しいものです。そこからすばらしい結果を得ることもできます。

退屈しないよう、自分を忙しくする道具に使うこともできます。

皆さんは、休まずになにかをやるのが好きです。

日本の社会だけではなく人類全体、なにもしないで休息するのがとても困難な種族です。常になにかをやろうとします。

それも間違いではありません。そのために、皆さんの世界で、いまこれほどまでに変化が速く起きているのです。

その変化はあなたのまわりの、個人的な世界を通じて常にこのように速く起き続けるでしょう。

それでは、私と“質問と答え”というゲームを演じたい人、誰でしょう？

Q 1 (女)： エクトン、会えてほんとうに嬉しいです。

2週間前に、ヨーロッパやインドネシアの旅行から帰って来ました。日本では、物事が眠っているようにゆっくり起きる感じなのですが、旅先では凝縮されて大変なこと、楽しいことなどたくさん起きました。帰って来て自分をとても力強く感じています。

実は、外国へ行ったのは、去年、両親との間にひどく問題が起きて、日本から逃げ出したのです。でも旅行している間も、そのことが頭から全然離れませんでした。

ところが、帰って来たあと、その問題に対して自分の感じ方がとても変わっているのでびっくりしているのですけど。

エクトン： で、質問は？

Q 1 (女)： でも、ときどき元に戻るときがあります。

エクトン： それもいいではありませんか。

何年もの間、ある物事に対して特定の感じ方が続いた場合、別の感じ方に変化するには少し時間がかかることがあります。

一番変化が起きやすい状況は、いままで慣れ親しんできた状況から一歩外に出て、新しい環境に身を置くことです。

そのような理由もあって、最近日本の人々がこれほどまでに外国を旅行するのです。

外国を旅行すると、違った経験をすることで、自分の現実はこうであるとか、自分は誰であるという固定観念から開放されて、違った物事の受け取り方をする機会が得られます。

慣れ親しんだ環境を離れるとき、そこから逃げるのではありません。新しい場所での経験を、元の生活で使えるようにしているのです。

人によっては、結婚していながら他の人と恋に落ちるという経験を通して、自分の慣れ親しんできた状況から一歩出て、拡大しようとする人もあります。

新しい仕事に就くことで同じ欲求を満たす人もいます。

拡大がどんな形を取ろうと、人類のもっとも深い欲求です。

覚えておいてください。あなたは特定の方法で育てられました。

育つ過程で自由とは何か、教えてくれる人がいませんでした。

自分自身で学ばなければなりません。

自由は闘って勝ち取るものではないということは分かっていますね。

自由を感じることを自分に許すことから、自由はやってきます。

闘う必要はありません。

もちろん、退屈しないために闘い続けたければ話は別です。

自分をワクワクさせるために闘い続けるのも悪くありません。

でも、あなたは自由を得るために必ずしも闘う必要はない、と理解しています。

自分にやさしくしてください。

あなたはゆっくりではありますが、自分にとってもう役に立たない観念と自分を切り離しています。

でも、子供の頃から受けた教育を全部トイレに投げ捨てることはしないでください。その中でも美しいものがあります。

お互いに強力したり、分かち合うことです。

どこに行ってもあなたはいつも自分と一緒にです。どこにしようと自分がいます。逃れることはできません。

でも、そんなことを聞いたらびっくりする人がいるかもしれません。

でも、個人としての責任を取るというのはそういうことなのです。

妻から「逃げる！」ことはできません。

仕事から逃げることもできません。

両親から逃げることもできません。

もちろん、「逃げたフリ」をすることはできます。

でも、「逃げる」というパイプレーションがあなたに残っている限り、雲が後ろから追いかけてくるように、なんらかの形であなたの元にやってくる。

前半に、こんなことを言ったのを覚えているでしょうか。

なにかから逃れようとするのではなく、自分の望む新しい状態に向かって移動するときに、望むものを得ることが出来る、と。

あなたは、自分の自由に向かってすでに動きました。

だから、そんなに焦らずに。

他の質問がありますか？

Q 1（女）： 別にありません。ちょっと確かめたかっただけです。

Q 2（女）： こんにちは、エクトン。私はいま浪人生です。どうしても東京に行きたくて浪人しました。何故そんなに東京に執着するのかわからないのですが、東京に行くとなにかありそうな予感がします。

エクトン： 分かりました。質問は何でしょうか？

Q 2（女）： 私を東京に惹き付けるものがなにかあるのでしょうか？ それとも、単なるあこがれでしょうか？

エクトン： 東京では、あなたと他の人々との関わりが大きく拡大されるでしょう。社会的になります。直感に基づいて選択をすることには、なにも間違いはありません。人によっては、東京以外の学校に行った方が、仕事を

得るときにもいい条件を得られるだろうと言うかもしれません。でも、私たちはそうは感じません。

彼らがそのように感じるのなら、そう感じさせてあげてください。

彼らはあなたのことを、どのようにでも感じる自由があります。

あなたは、彼らの意見で、自分を混乱させていますか？

あるいは、自分の直感を 100%信頼してそれに向けて行動を取っていますか？

Q 2（女）： うちの母子家庭で、女の子でもあるし、浪人しないで親もとから通え

る大学に行くのが親孝行なのだろうと思います。そういう一般論は分かっている、それでも押し切っていくというのは、なにかあるのかな、と思います。

エクトン： そうしてもなにも間違いではありません。
あなたはおかあさんを愛していますね。
あなたが、おかあさんになにかを負っているわけではありません。
あなたの望みと必要に従って生きていくことがとても大切です。
そうしなければ、恨みや拒絶感、いやな思いがずっと残ります。
おかあさんは、あなたに面倒を見てもらう必要があるのですか？

Q 2 (女)： いまですか？

エクトン： いまです。現在です。

Q 2 (女)： だいじょうぶです。

エクトン： そうです。だいじょうぶです。
反対されても東京へ行きたいという気持ちに対して、罪悪感を感じる必要があると思いますか？

Q 2 (女)： いいえ。

エクトン： そうですね。
選択の素晴らしい面は、いつであれ、変えることができるということです。
私たちは、日本の伝統的な娘の在り方に反対しているのではありません。
自分に本当に必要なものを、正直に認めてほしいのです。
いま、あなたのおかあさんは、あなたに面倒を見てもらう必要がないのです。
東京であろうと、どこの学校に行こうと、自分の気持ちに従って明確に行動を起こしていいのです。
あなたは直観力が 100% うまく機能するのを、自分に許してあげますか？

Q 2 (女)： はい。

エクトン： どんな気分ですか？ 話してください。

Q 2 (女)： 安心感と希望があります。

エクトン：安心感は、自分自身を信頼することから生まれます。

自分にとって最も高い真実に、正直になってください。

鏡に向かって、私は尊重し、愛する価値のある存在だと自分に言ってください。

あなたは創造者です。おかあさんもそうです。彼女はだいじょうぶです。

Q 2（女）：ありがとうございます。参考になります。

エクトン： いままで二人の人が質問してくれましたが、「こうすべきだ」という答えはありませんでしたね。すべてその人が決めています。

これから先、皆さんのもとに友達がやって来て、こんなふうに言うことがあると思います。「これをやるのとやらないのと、どっちがいいと思う？」

そんなとき、あなたの役割は、彼らが選択するのを助けるのではなく、彼らがすでに内側でしている選択に気づかせてあげることです。

どちらに決めるべきか迷っているときには、ほとんどの場合、内側ですでに決めています。彼らの選択を、思い出させてあげてください。その援助のために、あなたは肉体を持たない私のような存在である必要はありません。

誰かこの中からひとり出てきて、私と席を交替し、ここで質問に答えたらどうでしょう。ここに座ったとしても、あなたがコミュニケーションしようとするのは、本当は「愛」だけです。

愛の形にこだわらないでください。

すべてが愛です。

Q 3（女）： こんにちは。自分自身のことではないのですけど、つまらない質問かもしれませんが…。

エクトン： つまらない質問はありません。

Q 3（女）： エクトン、当然チャネラーの方（リチャード）と人格は違いますよね。人格が違うわけですね。

エクトン： そんなふうに見えますね。

(笑)

Q 3 (女)： かな？ と思って、でもちょっとよくわからないのですが。エクトンは、チャネラーの方の母国語でしゃべるわけですね。

エクトン： そうです。リチャードが何年もかけて身につけてきた言語あるいは肉体を使う必要があります。
それを通してコミュニケーションする必要があります。

Q 3 (女)： それ以外ではありえない…。
雰囲気は違うのかなと思うのですが…。例えば、チャネラーの方の言葉以外でしゃべれるとか、はっきりした違いがあれば、「あ、そうなのか」と思うのですけど。

エクトン： 私とリチャードとが交流している現時点の技術では、英語以外でしゃべることはできません。しかし、理論的には可能です。
英語以外の言語で話すには、まず私たちがその言葉の波動につながる必要があります。
その波動とリチャードの体を共振させる必要があります。
しかし、その言語がもつ波動は、現在のリチャードの肉体に対して非常に違った波動を持っています。無理に共振させると、体がうまく機能しない、あるいは言葉がうまく流れないということが起こります。

初めてリチャードとつながりを持とうとしたときにも同じことが起こりました。

リチャード自身は、母国語を話すことには充分トレーニングを積んできていますが、私が彼の体に入ってコミュニケーションするには、私とその言語を操ることを学ばなければなりません。

リチャードの体に入った最初の頃は、非常にゆっくりと話していました。アクセントももっと強かったのです。

リチャードの援助を借りながら、英語という言語を第一歩から学ぶ必要があったという感覚があります。

外国語を話そうとするなら、その外国語の知識全体が包括されたエネルギーの体系を彼の体と調和させる必要があります。そのためには、リチャードがその国の言葉を学ぶのに要するのと同じくらいの時間がかかるのです。

覚えておいてほしいのですが、私が肉体に入っている間は、あなた方とそれほど違いません。あなた方と同じくらい「人間」なのです。

実際、私がこのようにコミュニケーションしているときには、重力の影響を受けます。

私たちが他の言語を話さない理由が、もうひとつあります。
もしそうしたなら、聞いている人はメッセージではなく、現象にとらわれてしまうでしょう。
私たちは、そうしたことは望んでいません。

ずいぶん前の氷河期のことです。

多くの存在たちが、他の世界から地球にやって来ました。
そのとき、人類は大きな変革を迎えようとしていたのです。
その存在たちは、人類が自分自身のすばらしさを思い出す援助をするために、大きなマザーシップ、UFOに乗って物質的な姿でやって来たのです。

しかし、地上に住んでいる人々は、そこから得られるメッセージではなく、その現象にとらわれてしまい、崇拜し始めました。

人間達が自分自身に意識を合わせるのではなく、外からやって来た存在達に意識を合わせてしまったので、彼らは立ち去らざるを得ませんでした。

キリストがやって来たときにも同じことが起こりました。

キリストが行った神秘的な出来事を見た人々は、それをキリストがやってくれたと勘違いして、彼を崇拜し始めました。

キリストは彼の行為を鏡として、ひとりひとりに、彼ら自身のすばらしい創造性を思い出してほしかったのです。

過去、教師と呼ばれている人達の身に同じようなことが起こりました。
再びそれが起きないように、今回私たちは非常に注意深くやっています。

他に質問ありますか？

Q 3 (女)： ありがとうございます。

エクトン： こういう質問はとても重要です。

そういった質問を明確にしておくことによって、皆さんの種族と、私たちのような存在とがもっとスムーズに、明確にコミュニケーションすることができます。

こんな質問をする人がいます。

「エクトン、あなたがリアルだって証明してくれない？」

とてもユーモアにあふれた質問だと思います。

私からも同じ質問をしたいですね。

あなたもリアルだということを証明してくれませんか？

あなたはリアルを証明するために、私の前でダンスをしたり歌をうたったりしますか？

あなたはどのようにリアルだということを証明したらいいかわかりませんね。

私たちも同じです。

皆さんは神です。創造者です。ですから、自分自身をそのように受け取ってください。

Q 4（男）： こんにちは。ずいぶん昔に『BASHAR（バシャール）』（ヴォイス刊）の本を読んでいたら、火星と木星の間にもうひとつ惑星があったが、そこに住んでいる人達によって爆発してしまったとありました。いま僕たちがひとつの変革のときに来ていますね。その変革に失敗したためにそういうふうになったのですか？

エクトン： それが爆発した時、何らかの変革がその惑星に起きていたという波動を感じます。でも、あなたが理解しているような生命体が、当時その惑星にいたとは感じません。
爆発は、そのような生命体が原因ではなく、自然現象によるものだと感じます。

他の惑星にも生命が存在していたことがあります。

この太陽系には現在他の生命体が存在しています。

しかし、皆さんが理解しているような肉体を持ち、こういう物質的な現実を生きているという生命体ではありません。

このあたりでちょっと説明がややこしくなってきます。

現実が多次元的なものであるということを理解し始めたとき、自分で思いつくことのできる現実、どのようなものであれ、すべて存在する、ということが理解できるでしょう。

過去はひとつだけではありません。

いつであれ過去について質問されたとき、私たちはその人が信じている観念体系に最適な形の起こり得た過去に同調し、そこから情報を得るのです。

もちろん、その惑星上に生命体が住んでいたという別の過去もあります。

でも、皆さんが五感で認識できる以外の周波数で存在していました。

現実に関わるときには、過去と未来の無限の可能性と関わることになります。

過去、未来はひとつだけではないのです。

「現実とはなんだろう」という質問に誰も答えられないのは、そのような理由なのです。このような質問が、一体どのくらいの長きにわたって、続いていることでしょう。

私たちは、過去はこれでした、ということとはできません。

私たちが過去を限定してしまったら、別の人がやって来て、いやそんなことはないこうだ、と言います。また別の人が来て、いやいやそうではない、というふうに延々続くことになります。

言おうとしていることがわかりますか？

もっと深く入って、あなたが理解している「時間」という枠組みを越えて、見ていく必要があります。

理性を使ってそのようなレベルを認識するのは大変です。

しかし、近代物理学を調べれば、いかに科学者が時間的に平行して起こる過去や未来といったものの情報を探究しているかが分かるでしょう。

(館内放送が流れている)

誰かがこの部屋でチャネリングしているようです。

(笑)

すばらしいアラーム時計を持っていらっしゃるようですね、ここでは。

(笑)

もうすぐに出ないといけないのですか？

皆さんが尋ねるどのような質問にも答えはあります。

でも、その答えは、あなたが頭で期待したものとはずいぶん違ったものかもしれません。ひとつの質問に対して、無数の答えがあります。そのことを知ったとき、ある人は混乱し、ある人は自由を感じます。核戦争は起こるだろうか、と尋ねる人がいます。

別の次元では、別の現実では、すでに起こっています。

ただ、あなたがそこにいないだけです。私たちが話しているこういうリアリティの構造を理解してもらえるでしょうか？

あなたは、自分の制限と議論しつづけますか？

夜、空を見上げてください。何億個もの星があり、銀河系が広がっています。

それでもあなたは、自分の制限と議論し続けるつもりですか？

自分の問いを自分にしてください。

そして、ひとつの答えだけに執着しないようにしてください。

その答えは、一回息をただけで変わり得るからです。

変わらせてあげてください。

皆さんは愛に値する存在です。

帰ったら鏡を見てください。

愛しています。さようなら。

(リチャード、トランスから出る)

リチャード：もう一度、こんにちは。

会場をすぐに出ないといけませんか？

スタッフ： いえ、たぶん4、5分…。

リチャード：意識をもう一度焦点に合わせている最中です。少し待ってください。

長い間やっても毎回、奇妙な出来事だと思います。起きてるときよりも眠っているときのほうが、みんなが私の価値を認めてくれます。

(笑)

十分に時間が取れなくて申し訳ありません。

終わる前に、尋ねたいことがありますか？

Q 1 (女)： エクトンさんをチャネリングしていらっしゃるときよりも、リチャードさんの、いまの方がお若く見えますけれども。

リチャード：チャネルしているときの写真を見たことがあります。普段の自分より20歳くらい年をとっているように見えます。

だからあなたの意見に同意します。

Q 1 (女) : 光がサーッと降りて来てリチャードさんの身体に入るように見えたのですが、事実ですか？ こちら（通訳）の方にも入りましたがリチャードさんの方が大きな光が降りてきているように見えました。

リチャード : (通訳に) かわいそうに、小さい方で。

(笑)

そういうふうにする人もあります。なにかエネルギーを感じたり、オーラが拡大したり。

Q 1 (女) : オーラはいまも見えます。

リチャード : 何色ですか？

Q 1 (女) : ホワイトとゴールド。

前半が終わったときよりも、現在のほうがはっきり見えます。

リチャード : 前半は、気分があまり馴染んでいなくて、休憩時間、とても内向的な状態でした。皆さんがあまりにも真面目に話を聞いておられたので、うまくいっているのかな、と。

Q 2 (男) : リチャードさんはおいくつなのでしょう。

(笑)

リチャード : 33 歳です。あと 1 週間で、5 月 5 日のこどもの日に 34 歳になります。エクトンの年は知りません。

(笑)

では、皆さん、どうもありがとうございました。

(拍手)

ワークショップ①「チャネルになる」IN 東京

1989 年 11 月 23 日

私の体験からも言えることです、
自分以外の「外」のものに頼ろうとしたときには、
信頼の対象を「自分自身」に戻すような出来事が起こります。

リチャード（トランスに入る前の状態で）

オハヨウゴザイマス。

きょうはチャネリングを探っていきたいと思います。

チャネリング・ワールド！（おどけて）

（笑）

チャネリングという現象は、私たちが考えるよりもずっと以前からこの惑星に存在しています。

ブッダやキリスト、あるいは他の偉大なマスターと呼ばれる人々も、チャネリングに関わっています。

ここでは、非常に広い意味で「チャネリング」と言っています。

地球上の人間の数と同じくらい、または地球を超えた世界の存在たちの数と同じくらい、さまざまな形でチャネリングは表現されます。

私のように音声を通したチャネリングの他に音楽や文字を通したチャネリング、またヒーリングのエネルギーをチャネリングすることもできます。

チャネリングをする人次第で、肯定的なものをチャネリングすることもできれば、否定的なものをチャネリングすることもあります。

「否定的」という言葉を使いましたが、狭い意味で便宜上使っています。

なぜなら、全体的に見て、予め定まった否定的なものはなにもない、と私は信じているからです。

「否定的」なチャネリングとは、例えば、子供の頃の未解決の問題をチャネルすることです。

きょう、私たちは、皆さんひとりひとりが自分にもっとも適したチャネリングの方法、スタイルを見つけていくことを援助したいと思っています。きょう、ここでブッダが製造できるかどうかは保証できませんが…。

（笑）

「チャネリング」とはなんでしょう？

宇宙のあらゆる知恵と繋がる能力が「チャネリング」です。

いままで存在してきた、いま存在している、あるいはこれから存在するであろう、あらゆる情報、知識に繋がる能力です。

それが非常に広い意味でのチャネリングの描写です。

そしてまた、宇宙と、あるいはまわりの世界に対して自分が関わっていくことを意味します。

私たちが慣れ親しんだ世界を超えた世界に関わっていくことです。

自分がどんな状態であれ、出来る限り正直に、明確に自分に関わることです。

どんな人でも自分にもっと正直になれる余地があるはずです。

実際のところ、チャネリングはほとんどの場合、あなたが想像していたより簡単に起こるでしょう。それほど大したことではありません。

何らかの形で、皆さんがもうすでにやっていることです。

いままで無意識にやっていたことに、もっと意識的に関わっていくだけです。

きょう、ここに集まっている人は、みんな家族だと思ってください。

みなさんは同じ目的意識を持っています。

個人的な欲求はさまざまでしょうが、きょうこの場所にやって来たその背景に、やはり、ひとりひとりを引き寄せた共通の磁力のようなものがあります。

ここでは、誰にも、なにも、証明することはありません。

自分自身で理解する以外に、自分の経験をみんなに見せる必要はありません。

どんな経験がやってきても、どんな感情が湧いてきても安全です。

では、そろそろ始めましょう。

これからいくつか質問しますから、質問をひとつひとつ自分の内側に響かせ、反応を感じてください。

あなたは、自立した存在だと思いますか？

あるいは、自立したいと思いますか？

あるいは、自立することがあなたの人生のなかで、大切な要素ですか？

もし、面倒を見てくれる大きなおとうさん（訳注：チャネルする存在やガイドに対する関わり方を比喩的に表現している）を探しているのであれば、チャネリングの能力をあまり発達させることはできないでしょう。

ガイドたちは、私たちを信頼し、愛し、そしてよくやっているねと励まそうとしてやって来ます。

彼らが、私たちの人生を代わりに生きることはできませんし、なにかを代わって決めることもできません。

あなたは、心を開いているでしょうか？

新聞を読んだときにどんな反応をしますか？

記事の表面的な部分を見て「なんてひどいことが起きているのだ！」と言いますか？

(笑)

あるいはもっと深くを見通し、背後に隠されている出来事を読み取るようにするでしょうか。

友達があなたのところにやって来て、ちょっと驚くような話をしたとします。

そのときあなたは「うわっ！　なんてことだっ！」というふうにびっくりしてしまいますか？

(笑)

あるいは、「ふうむ、この人にはそんなことが起こっているのか。ま、それもこの人にはいいのかもしれない」という反応をするでしょうか。

それぞれの後半のような反応が、心を開いているときに起きるものです。

できるだけ先入観なく、起きていることをそのまま体験するということです。

心が開いていればいるほど、チャネリングの能力を発達させることができます。

皆さんひとりひとり、好奇心が旺盛であることは明らかです。

好奇心がなければ、きょうここには来ていないはずですから。

でも、たぶん私が一番好奇心旺盛でしょう。やりたいことは何でもやってみます。

インフォメーション・ピッグと（情報をあさる豚）と言われたほど、新しい情報への欲求が強くあります。

あなたは、そんな強い欲求を持っているでしょうか？

そのような欲求が、チャネリングの能力を発達させることに役立ちます。

好奇心の背後には、「もしかしたら、こんなことは起きないのではないか。こんなことはバカげているのではないか」と疑う部分もあるでしょう。

しかし、十分な好奇心があれば、疑いを越えていくことができますし、チャネリングで体験する現象が分析的に分からなくても、起きていることへの興味に惹かれて、前へ進んで行くことができます。

あなたは、創造的でしょうか？

なにかを創ることが好きですか？

音楽を創ること、あるいは人生に新しいものを取り入れることが好きですか？

他の人々と関わるのが好きですか？

まわりの人たちとちゃんとコミュニケーションできなくて、どうして地球を超えた世界の人たちと友達になれるでしょう？

(笑)

もっとも、私の経験からも言えますが、人間同士より、肉体を持っていない存在た

ちとの方が、簡単に開いた状態でコミュニケーションできると思います。

あなたは、情熱的ですか？

目が醒めていますか？

人生を向上させたいと願っていますか？

たぶん、これがもっとも大切なところだと思います。

皆さんは、困ったことがあるから、ここに来ているわけではないですね。

しかし、どんな人でも、今の状態をよりよくする余地があります。

いままでに瞑想あるいはリラクゼーション・テクニックなどを経験したことのある人、手を挙げてください。

(約半数手を挙げる)

あとで、リラックスするプロセスをやりますが、非常にシンプルなものから入ります。

さまざまな複雑なテクニックから見れば簡単すぎるくらいですが、リラックスは常に基本です。

チャネリングを始めたあと、それを発達させる唯一の方法は、練習して、練習して、練習して、練習する。それだけです。

僕の場合、エクトンと初めてコンタクトを持ってからある程度慣れるまでに、6 か月間、毎日練習しました。

チャネリングしないときでも、他の人のためにチャネリングしている状態を心の中でイメージしたりしていました。どんな技術でも、それに熟練していくには練習が必要です。

ノートと紙はお持ちですか？

チャネリングに期待していることと、望んでいること、どんなことでもいいですから箇条書きにしてください。

チャネリングする目的について流れてくる思いを、できるだけ具体的に、次々紙に書き出してってください。

いま書いた内容を、きょう1日使うことになります。

ときどき、その内容を見直して、1日のプロセスの中で、その内容に向かっているか、あるいは、そのいくつかがすでに起こりつつあるかということを確認してください。

それと、1日の中で、ここで起きていること以外に、人生でやらなければならない、こまごまとしたことや、あるいは感情が出てくることもあると思います。たとえば、家賃を払わないといけない、と浮かんだら頭の中で回しておくのではなく、紙に書

思考のエネルギーを外に流してしまいます。考えることは終わってから出来ます。

さまざまな思考や感情を頭の中で回さない、ということです。

コインを使います。

これをやり終えた時に、「なあんだ」と言わないように。

中国の占いのひとつです。

本格的なイーチンをコインでやれば、全部で6回投げなければなりません。

こんなふうにコインを投げて手で受け取ることのできる人、どのくらいいますか？

(1. 拳を握った形で、曲げた人差し指にコインを乗せ、親指を上跳到ね上げることで、コインが回転しながら上方に投げ上げられる＜20～30センチ上があれば充分＞2. 落ちてきたコインを掌に握って、どちらの面が上になっているかを見る：つまり、どんな方法でも良いので、コインを回転させながら少し投げ上げて、それを掌に受け止めて、その表裏を確認する)

投げて受け取るのが難しい人は、手に持ったコインの表裏を見ないで、何回か表裏を回転させてください。

コインのどちらが表でどちらが裏かを確認しておいてください。

(訳注：コインの表が出た場合は、答えは「イエス」、コインの裏が出た場合は、答えは「ノー」と予め決めておく)

まず、質問したいことをひとつ、思い浮かべてください。

コインは2回投げます。

このテクニックのためには、答えがイエスかノーで得られる質問にしてください。もちろん、どんな複雑な質問でも、内容をいくつかに分けていけば、結局イエス、ノー、で結果は得られますね。

質問の表現は、できるだけ肯定的にします。

例えば、「きょう、マクドナルドで昼食を食べようかどうか」と考えているとします。

それを心の中で質問として文章化するときには、「知性にあふれた私という存在は、きょう、マクドナルドで食事をするのはどうか」とするわけです。

(笑)

わざわざコインを投げる必要もありませんが。

(笑)

質問の中に「しなければならない」とか「すべき」といった表現は、一切排除してください。できるだけ広がりのある愛情に満ちた形で表現してください。

そして、コインを投げる前に、本当にその質問に対して真実を知りたい、自分の深いところからのメッセージを知りたい、という気持ちをハートで感じてください。それから、コインを2回、投げます。

(リチャード、コインを2回、投げる)

投げたコインを受け取ったら、1回毎に表と裏のどちらが出ているかを確認します。コインを2回投げたとき、その結果は4種類あります。

2回とも表が出る場合、あるいは2回とも裏が出る場合、最初が表で2回目が裏、最初が裏で2回目が表の4種類です。

2回とも表の場合、疑問の余地なく「イエス」。

2回とも裏の場合、疑いの余地なく「ノー」。

最初が表で2回目が裏の場合は、「イエス、でも…」という感じです。

(笑)

最初に裏が出て2回目が表が出た場合、「ノー、でも、条件によっては…」ということです。

「イエス、でも…」 「ノー、でも…」 の場合は、選択のために情報量が充分ではないことを示しています。

情報量が充分ではない場合、その質問をまた何種類かの「イエス、ノー」で答えが出せる質問に分けていきます。たとえば、先ほどの、「知恵にあふれた男はマクドナルドで食事するかどうか」という表現で質問をして、明確な答えが得られない場合は、こんな質問をしてもいいのです。

「私の肉体は、いま多くの油と塩分を十分に消化する能力を持っているかどうか」

「マクドナルドで食べることに對してフィーリングはどうか。いい感じがするかど

うか」

いま、質問したいことを考えてください。
マクドナルドではありません、自分の質問です。

(笑)

いいですか？

では、コインを…。

コインを投げる前に、まず、体全体とハートの内側にある自分の答えがつながっているのを感じてください。

ひとつに繋がったと感じたらコインを投げます。

では、やってください。

2回やってください。1回毎にどちらの面が出ているかを確認します。

慣れるまでちょっと練習がいりますね。(笑)

いま得たコインの答えが、「なるほど、納得できる」という人、何人いますか？
その答えに同意できる、という人です。

「表・裏」が出た場合、「イエス、でも…」ですから、全体的には「イエス」の方に傾いているわけです。もっと明確に「イエス」にするためには、いくつかの質問に分類していった、そこから情報収集をする必要があります。

どんなふうに、いくつかの質問に分けていくことができるでしょうか？

どうすれば、その質問についてもっと、さまざまな角度からみていくことができるでしょうか？

「ノー、でも…」という場合でも同じです。

その場合、「基本的にはノーだけれども、もう少しみていく点がある」ということを示しています。

「表・裏」あるいは「裏・表」ですね、情報収集が必要という答えが出た人、もう一度、分類した質問を考えてから、コインを投げてください。それぞれ2回ずつやります。

いま、情報収集のための質問をした人。コインを投げながら、自分の質問が最初した表面的なものから少し深いところに入っていくのが感じられますか？

もっと深いところできなが大切なのか、という領域にだんだん焦点が合ってくるのが感じられますか？

皆さん、知っていると思いますが、答えはコインから来るものではありません。

何であれ、あなたの人生でいま起きていることに対する答えは、自分の深いところ

から答えを得たいという選択から、あるいは欲求からやって来ます。

2回目のコインを投げた人、そのあとは明確な答えが出てきましたか？

さらに、情報収集が必要でしょうか？

どうですか？ 2回目は、明確な答えが出たでしょうか？

答えが曖昧な場合は、2回、3回質問を繰り返しながら質問の範囲を次々に狭くして、焦点を合わせていくわけです。そうして質問の根本的な部分に近づいていきます。

このテクニックを使ってもうまくいかないときもあります。

コインを使う前に、きょうはまったくマクドナルドで食べる気がないとはっきり分かっているときなどです。

その場合、コインを投げた2回とも、それぞれの2回が「Yes, but...」「No, but...」であったりして、明確ではない答えが出てきます。

何回やっても情報収集が必要だ、という答えが出るようなときは、その質問は忘れて、散歩に出かけるなど、他のことをしてください。

このテクニックはとても効果的です。

どんなことでも自分が信頼すればするほど、自分にとって効果的に作用してくれます。

でも、信じられなかったら、それはいいです。

「コイン・ファーストフード・イーチン」について、質問はありますか？

(笑)

どんなふうに使ったらいいのかという質問でも結構です。

Q1（男）：「ノー・ノー」の場合はどういうふうに解釈したらいいのでしょうか？

リチャード：「そのことはいま、忘れた方がいい」ということです。

でも自分としては、ちょっとこういう答えは出てほしくなかった、とします。

そこで、もう1回やってみるとまた、「ノー・ノー」と出る場合があります。

2回、3回「ノー・ノー」が繰り返させる場合は、それを行うことに対して、あるいはその方向に向かうことに対して、特別な理由から宇宙が「それは避けた方がいい」という強いメッセージを送っています。

その場合は質問したことを行動に移すことはしないでください。

私がこの方法をよく利用するのは、買い物で迷ったときです。

たとえば、本当はもっと高級な品が欲しいのだが、経済的にはこの程度の品しか買えないだろうな、という気持ちがあったとします。

そんなとき、「知恵にあふれた男性は、あの高い方のおもちゃを買うだろうか」という質問から始めて、いくつかの質問に分けて尋ねていきます。

家を借りるときは、「借りたあと、家賃を払え続けるだろうか」、あるいは「家賃を払っても経済に余裕があるだろうか」など質問していきます。

私にとっては、そういう使い方が一番うまくいきます。

もっとも、ときには高い方を買ってしまって、1か月か2か月間、食費を節約しなければならない、ということもあります。

Q2（女）：「ノー・ノー」と出てダメだとわかったのだけど、あることに対して、それをする以外に選択がないように見える場合でも、「ノー・ノー」が出たら、その答えに従わないといけないのでしょうか。

リチャード：「ノー・ノー」が出て、コインだけに選択を依存してしまわないでください。その答えはひとつの参考です。最終的には自分の一番強いフィーリングに従って行動するのが一番です。

コインで物事を決めるのが目的ではありません。意識を、自分のより深い欲求に合わせていく習慣をつける、ひとつの助けとしてコインを使っています。

これはチャネリングのプロセスのひとつです。

非常にシンプルですが、もっと拡大された情報が流れてくるよう、意識を整える助けになります。

Q3（男）：悪いことを考えるとよく当たったりします。そういうときはやはり、いい方向に考えていった方がいいのでしょうか？

リチャード：否定的な現実、否定的なことを思ったから起きる、というのは事実です。しかし、すでにそういう思考が起きているとき、それを押さえると、その思考が現実投影されて、否定的な現実になります。

思ってしまった以上、否定しない方がいいのです。

否定的な思いが出てきたとき、それを抑圧したり、感じなかったフリをしたり、拒絶したりすれば、そのエネルギーが自分を通して充分解放されません。

そのときには、そのエネルギーが、今度はまわりの物質的な現実投影されて、その出来事を通して、自分にとって必要なことを理解する形になります。

否定的だと感じられる思考が湧いてきたらまずそれを感じてください。すぐに変えようとしなくて、しばらく感じておきます。

拒絶しなければ、つまんだホースの水をゆるめたときのようにその感情がだんだん弱くなってきます。

判断や批判をしたり、押しのけようとしなくて、ただ見ます。

ふうむ。自分はこういう可能性をいま見ているのか…と。

そして充分に感じた後に、それが現実起きることを選択する気持ちはない、という新たな選択を確認してください。

たとえば、私はハイウェイで車を運転しているとき、事故を起こすのではないかという思考がふと浮かぶことがあります。そんなときには自分にこんなふうに言います。

「ふむ、おもしろい思考が浮かんできた。でも、人生でなにかを学ぶために、わざわざ事故を起こす必要があるだろうか。そんな経験が欲しいだろうか」と。

「事故が起きるのではないか」と恐怖し続けたら、それが起きる可能性に対してエネルギーを注いでいることになります。

先に言ったような対処をすれば、事故の起きる現実、それ以上エネルギーを得ず、現実化する可能性が低くなり、「それは必要ない」と言ったときに、別の現実の流れに乗ったことになります。「知恵に溢れた人は、そういう事故が必要だろうか」とコインを投げることもないと思います。

(笑)

ドライブしているときはやらないでください。

(笑)

そろそろ次に移りたいのですが、他にどうしても聞いておきたいことがありますか？ コインの方法はふざけているわけではないのです。本当に感受性を発達させる役に立ちますから、気が向いたときにやってください。

いま、もし何か疑問や欲求が浮かんでいたら、頭の中に巡らせておらずにそれもまた紙に書いてください。

Q 4 (男) : コイン占いによる自分の分析ということを考えてみるのがいいことは分かるのですが、どうしてもコインに頼るところがありますね。私は外ものには頼りたくないという気持ちを持っているのですが、そういう態度は良いチャネリングをするのに役立ちますか？

リチャード : コインを使うのは、単に自分の中から答えを得る、ひとつの形でしかないのです。

依存する対象が、コインであれ、エクトンであれ、あるいはキリストであれ、外のなにかに自分のパワーを預けて、自分のかわりに決めてもらおうとするとき、大いなる自己は常に自分で選択していく方向に導いてくれます。

宇宙は、どんなことに関しても、最終的にすべてのエネルギーの焦点を、あなたに合わせるよう、導いてくれます。

コインを使う場合も、コインの答えは自分が選択するための情報の一部であるという見方をしなかったり、自分とまわりの世界が分離しているという考え方をしたときには、軌道修正する必要があります。コインに依存して、それなしに選択できなくなってしまうたら、ドラッグ中毒と同じです。

「これはおもしろい。すばらしい」と、麻薬を打ち続けたのと同じことになります。

(笑)

あなたがコインが原因で死ぬことを選択しない限り、コインで死んでしまうことはありません。必要に応じ、安心して使ってください。私の経験からも言えることですが、外のものに頼ろうとしたときには、信頼の対象を自分に戻すような出来事が起きます。

次のテクニックは、もう少し直接的にあなたに、焦点を合わせるやり方です。もう、コインはいりません。

これは情報収集のためのほんのひとつの方法です。

催眠療法を学ぶ過程でよく使われる、指の反応から質問の答えを得るテクニックです。

私たちの肉体は、理性とは関わりなく、無意識の回路で働く能力を持

っています。

呼吸がそうです。呼吸は考える必要なく起こります。心臓の鼓動も働かせようとする必要はありません。肉体それ自身が自動的に機能している部分があります。

より高い知性や開かれた情報に触れるためのひとつのきっかけとして、指の反応を条件付けるテクニックを使うことができます。

「指信号メソッド」と呼ばれています。

簡単に言えば、質問に対して体がある特定の動きで反応するように、体とコミュニケーションするのです。

まず、自分の中に存在する最も高い知性に、これからする質問に特定
の形で体を動かして答えてほしいと、依頼します。

例えば、答えが、「イエス」のときはこの指がピクッと動く。

「ノー」のときは別の指がピクッと動く。そしてどちらとも言えない
ときには、また別の指がピクッと動くように身体とコミュニケーション
をとりながら決めていきます。

それでは、両手の掌を上に向けて太ももの上に置いてください。

最初、それぞれの答えに対してどの指が反応するかは決めないで身体
の反応に任せます。

まず、それを確認していきましょう。

気楽な気持ちでただ、リラックスしてください。

深呼吸して…。

ゆっくりと目を閉じます…。

深い瞑想状態に入る必要はありません。

ただ、心地よくリラックスしてください。

リラックスしていくのを自分に許して…。

努力なく、楽に…。

非常に大きな意識とつながって、そこから情報を得る能力がある、と
感じてください。そのようにイメージしてください。

私がエクトンとチャネリングするときと似た状態です。

もちろん、いまは言葉では表現されませんが、自分のより高いエッセ
ンスが肉体を通して答えを流してくる、それに対して肉体が反応する
のを感じてください。

ここでは自分以外の存在とつながるというより、大いなる自己とエネ
ルギーとしてつながっているのを感じてください。

それはあなたの意識の中で真実を知っている部分です。

真実を感じることができる部分です。

真実の中にある部分です。

次に、ゆっくりと太ももの上の両手に意識を向けてください。

ときには、自分の手を体とは全く別のもののように感じることもあります。

ビリビリするかもしれません。

ただ、自分の両手に意識を向けます。

あなたの手が反射装置だと感じてください。

より高い次元の情報からの信号だと思ってください。

自分で動かすのではなく、質問の答えが「イエス」であるときにどの指が動くのか、自然な反応にまかせてください。

自分に尋ねて…。

自分にとって「イエス」を示す指はどれか。

なにが起きるか、気をつけて感じていてください。

どの指かがピクッと動くかもしれません。

指が1本ビリビリするかもしれません。

自分の意思で動かさないで。

あなたが自分のより高い真実とつながりたいという欲求を持っているから、指が反応して自然に動くのを受け入れる感じです。

どの指だろうか…。

深呼吸をして…。

そんなに一所懸命やることはありません。

起きることをそのまま受け入れてください。

最初の反応が得られたら、もう一度、質問をし直してください。

ほんとうにこれは私にとって「イエス」を意味する指だろうか。

ビリビリする感じ…。

ピクッと動く感じ…。

多くの場合、非常に微妙な動き方です。

次に、「ノー」を示す指が動くのを受け入れてください。

「ノー」を示す指はどれだろう。

何人かの人の指がはっきり反応していますね。

つながりをつくりたいという気持ちを、自分の中に感じてください。

次に、情報が充分でない場合を示す、指の動きを受け入れてください。
どの指でしょう。

あなたのやり方は、あなた独自です。
ひとつの信号として、両手の同じ指が、同時に動くこともあります。
なにも、無理に反応させることはありません。
なんの努力もなしに起こります。

努力なく…。

深呼吸をして…。

目を開いてください。
ゆっくりと…。

いま、どんな気持ちか感じてください。
あなたは自分にとっての真実を知ろうとしている、その気持ちを感じ
てください。
拡大した意識を感じてください。

はっきりと、この指だと確認できた人？
ほぼ半分ですね。

これも練習次第です。
うまくいかない理由は、ひとつにはやろうと頑張りすぎる場合。
あるいは体に任せて大丈夫なのかという気持ちがある場合。
また普段から自分をコントロールする傾向が強いと、うまく反応して
くれないことがあります。

何人かの人はもう「イエス」の指、「ノー」の指がどれであるかが分か
っていますね。それを使って実際に質問をしてみましょう。
いま、質問する内容を考えてください。

Q 5 (男)： どの答えに対しても、全部同じ指が反応する場合は、どう解釈したら
いいのですか。

リチャード：練習を続けてください。いま、すぐに完成させる必要はありません。
反応の仕方は人によって違います。同じ指が違う角度に反応すること
もあります。
皆さんの中で、まったく指が動かなかった人、指以外にどんな感覚が
ありましたか？

Q 6（女）：体の中のほうに、ちょっとピリッとしたものを感じていました。

リチャード：それも体とコミュニケーションがうまくできてきたときの信号です。
続けて練習していくうちに、その波動が大きく感じられるようになっ
たり、あるいは動きを感じたりします。
あまりにも微妙なので気づくことができなかった、ということもあり
ます。
いま、指を動かした、そのもとになるものは何でしょう？
自分の中のなにが指を動かしたのかということについて、意見を聞か
せてもらえますか？

どんな感じでしたか？

Q 7（男）：この指が動くべきだという、少し体に強いるような気持ちがありま
した。それは答えを知りたいという非常に強い欲求と関係があるよう
に思います。

リチャード：OK。指のテクニックをやっているときにも指の反応に対して、一体、
誰がやっているのか、どこから起こっているのか、という疑問が表面
に出てきます。
でも指が動いた、ということが一番大切です。どうして動いているの
かを分析することは、必要ではありません。
そういうことをきょう実習するどのプロセスにおいても心に留めてお
いてください。

では、指の反応が得られた人も得られなかった人も、目を閉じてリラ
ックスしてください。

リラックスして…。
努力することは忘れてください。

指が動かなかった人もいいです。もう一度やってください。

リラックスして…。

いま、指に質問してみたい方は、うまく反応してくれるかどうかやってみてください。

答えが得られないようであれば、質問を変えてください。

体とつながって…。

感じてください。

誰にも、なにも、証明するためにここにいるのではありません。

ある方法が、あなたにとってうまくいけば、それはすばらしい。

うまくいかなかったら、それもすばらしい。

なにも規則はありません。

深い呼吸をして…。

終わってください。

帰って来て…。

目を覚まして…。

練習していくうちに、反応する指が変わることもあります。

驚くことはありません。

うまくいくときと、うまくいかないときがあっても、いいのです。

チャネリングの間に、どんなことが起きてもびっくりすることはありません。

チャネリングに関わる時、よく覚えておいてほしいことは地図のない未開の領域に入ろうとしている、ということです。

もちろん、さまざまな形でガイダンスは得られます。

でも、自分に一番合った方法は自分だけが知っています。

それに関しては決められた地図はありません。

指あるいはコインを使って練習する時、質問の答えより、むしろそれをやっているときに自分がどう感じているか、ということに意識をフォーカスしてください。

深い知性とつながろうとしているとき、体がどう感じるのか、どのように反応しているのか、そこを注意深く感じてください。

そのときの微妙なフィーリングを感じることができればできるほど、より広く深いチャネリングに入っていくことができます。

10 分間だけ休憩をします。

(休憩)

リチャード：次は実際にトランスによるチャネリングに入っていく部分です。

それは、なんなのでしょうか？

エクトンをチャネルするとき、一体私はなにをやっているのでしょうか？

ハロウィンの変装のように、私がただ賢いフリをしているだけでしょうか。あるいは、実際に他の次元から、または他の世界からやって来る、別の存在とコンタクトしているのでしょうか。

あなたは、そのような経験を望んでいますか。

目で見ることでできない他の世界の存在たちやガイドと、コンタクトしたいという気持ちがありますか？

チャネリングをすることはそれほど難しくありません。しかし、大きな責任が伴います。

私は、チャネリングを始める以前から、チャネリングをしたいという気持ちがありました。好奇心の赴くまま、チャネリングをさまざまな形で情熱的に探求していきました。エクトンとの意識的なコンタクトが始まったときのことを少し話しましょう。

ある日、買ったばかりの電子タイプライターが嬉しくて一所懸命打っていました。

すると、さっきのフィンガー・テクニクのように、ある時点から勝手に指が動き始めたかと思うと、猛烈なスピードでタイプを通して最初のメッセージがやってきました。考える暇さえないくらいのスピードです。

「ハーイ！ 私たちはここにいるよ。もう少ししたら、私たちのことを君に紹介するからね。心をよく開いておいて」というメッセージでした。

(笑)

「なんだ！ 一体これは」とびっくりしました。でもかわいいですね。

(笑)

そのときは別に深く考えませんでした。

自分でやったのではないかと思いました。

ですから、別に気にもとめず忘れてしまい、当時続けていた瞑想など、意識の拡大に関するテクニックを実習していました。

それからしばらくして、友達がある日、私を深いトランス状態に導いてくれたときです。

瞑想している部屋に、非常に大きなエネルギーがやって来ているのを感じ始めました。

理性では、どう解釈していいかわかりません。

私の友人が、そのエネルギーはどんなものかときいたので、「ものすごくパワフルで、知性豊かで、僕とコンタクトしたいらしい」と答えました。

その時点で、そういうことは実際に起き得るものだということを深く自分で信じていました。信じていることが下地になって、実際にその出来事が起きる可能性に対して心を開いていたわけです。

私がコンタクトの許可をあげて数分後、そのエネルギーが私の口を通して、エネルギーを表現し始めました。

口の中にガラスボールをほおばりながらしゃべっている感じです。

(笑)

とっても、ゆっくりとでしか話せません。

(笑)

その友達が一所懸命聞かないと理解できない英語でした。

エクトンは自己紹介に続いて、私をトランスに導いてくれた友達に関する情報を話し出しましたが、リチャードが知るはずのない内容でした。その間、「どうして僕はこんなことをやっているのだろうか」、そんな疑問がリチャードの意識の奥底から上がってきていました。

実際に他の存在が話しているのか、それとも自分の記憶が繰り返されているだけののだろうか、という疑問です。

そのときから、エネルギーと意識に関する、まったく新しい経験に入りましたが、いまでもそれが何なのか、はっきりと定義できないまま

でいます。

一体どういう現象なのだろうという気持ちをやはり持っています。
皆さんにも同じことが起こる可能性があります。

チャネリングで、自分がすでに知っている情報が出て来ることがよくあります。また、自分にとっても、聞いている人にとっても、新鮮で真実だと感じられる言葉が非常にスムーズに流れてくることもあります。

肉体を持たないガイドたちが、単数であれ複数であれ、自分を導いてくれていると信じている人？

(ほとんどの人が手を挙げる)

そういう存在を情熱的に信じている人たちが、明らかにいるのですね。一般に、信じようとする人と、信じない人がいます。確認できる経験はないが、とりあえず信じよう、という意思を持っていると、信じる意思が基盤になって、そういった存在との交流が起こります。「たぶん、いるのではないかと思う。もしなにかを経験したら、信じたいな」という気持ちです。

別の次元の存在たちとコネクションをもつことができると確信している人？

ちょっと人数が減ったようですが、それでもまだたくさんいますね。

(笑)

自分はクレイジーなのではないかと思っている人？

(笑)

私もときどき自分のことをそんなふうに思います。

(笑)

信じることが基盤です。
肉体のリアリティへようこそ。
オペレーターを信じなさい。

エクトンって何でしょう？

エクトンがこれからやって来て、彼自身について話してくれると思います。

10 分か 20 分間ぐらい彼の現実に関して話をしてもらいましょう。

チャネリングで話を聞いている間、常に自分の内側をチェックしてください。

話された内容をうのみにするのではなく、自分にとってなにが真実か、どの部分が自分のハートに響くのかを確認してください。

コインや指の信号を使って、自分にとってもその内容が真実として感じられるかどうかチェックしてください。(ジョークを言っている)

エクトンは本当にいるのだろうか。本当のガイドなんだろうか。はっきりわからないけどどうなんだ。(リチャード、コインを投げながら話している)

(笑)

私が言ったからといって、あるいはエクトンが言ったからといって、その情報を盲目的に信じることは決してしないでください。

自分に対していろんな質問を投げかけていくということが、必要なさまざまな情報を引き寄せるキーになります。

もちろん、実際別の次元の存在との交流を経験する前に、前もってそれが可能だということを信じていることが必要です。しかし、それは自分を脇において盲目的に信じなければならないということではありません。

誰であれ、もしあなたに盲目的になるようなことを求めてきた人がいたら、すぐにその人に背中を向けて走り去ってください。

誰であれ、あなたの質問は無意味だと言う人がいたら、その人からは離れてください。

好奇心をもって、あなたなりの方法でやっていることを、批判したり判断したり、価値を蔑むような人がきたら、その人から離れてください。

自分自身を信頼して。

いいですか？

エクトンに来てもらう前に質問しておきたいことがありますか？

Q 8 (女)： チャネリングをする際、責任を負わなくてはいけないと、さっき少しだけお話に出てきたのですけれども、その意味がよく分かりません。

リチャード：さっき、話が完結していなかったようです。

よく質問してくれました。どうもありがとう。

情報が自分に流れて来れば来るほど、あなたは目立ちはじめます。まわりの世界に対しても、まわりの人々に対しても。

チャネリングによってあなたがたくさんのエネルギーを自分の体に流してあげると、あなた自身のエネルギーの輝きが増します。それによって自然にまわりの人々があなたになにかを求めて寄ってきます。そのことには疑問の余地がありません。

エネルギーの高い状態になると、ある種の磁力を発生するのです。

人々が自分の元にやって来たとき、あなたの責任は、できる限り、最も純粋で誠実な、明確な情報を彼らに提供してあげる、ということです。

次は、自分に対する責任です。

チャネリングを探索していくと、自分の創造性の、様々な側面に関わることになります。創造性の深い部分に入っていくと、肯定的な側面と同時に、いままで隠されていた否定的な側面にも意識的に触れていくことになります。

チャネリングを始めると、物事がより速いテンポで起き始めます。

物事が速く起きるときには、出来事により意識的に関わって、それらが自分の創ったものであり、自分と分離したものではない、と認識することが非常に大切になります。

チャネリングはパワーです。

そのエネルギーから、さまざまな創造性が表現されます。

自分がパワーを得たとき、重苦しい意味ではないのですが、自分にどんな責任が出てくるか、分かりますね。

パワーが人を蔑みいじめるという否定的な使われ方をしてはまずいですね。

Q 9（男）：今年の8月にあるセミナーに行ったとき、非常に大きな力を感じて、失神に近い状態になりました。そのとき、ちょっと気が違ったような風貌になって、誤解を受けたりもしました。大きな力のような存在を、混乱しないですけ入れるには、どうしたらいいのでしょうか？

リチャード：いいポイントです。

表面上、これらの存在たちは、私たちよりパワーがあるように見えます。

でも、本当はそうだとは思いません。

彼らの側からも、本当はそうではないよ、というメッセージをくれるはずです。

私たちのパワーと彼らのパワーが、少し違った形で表現されているだけです。

どちらがパワフルであるとか、上と下ということはありません。

あなたがそういった強力なエネルギーを経験できるのは、あなたの内側にそれを引き寄せるパワーがあるからです。

私が言葉を通してチャネリングを始めたとき、体がずっと震えていました。

大量のエネルギーが肉体を通して流れていましたから。

でも、私が対処できる以上のものではありません。

私は、次のようなエネルギーの性質をしっかりと信じています。

宇宙は、決して、決して、決して、その人が対処できないエネルギーを流してくることはない、と。

次にそのような経験をしたときには、これはパワフルだ、自分には手に負えないという思いを、まず受け入れてください、拒絶しようとしなないで。

その次に、「共通点がなければ、こういうものは初めから感じない。だから、対処できないほど大きなものではない」、と自分に知らせてください。

チャネリングをなんのために使いますか？

いま考えてください。

自分のため？

他の人々に情報を提供してあげるため？

どのように使っていくかを、いま完全に知っている必要はありません。

でも、そのことを常に考え、方向性を持っておけば、その方向に発達していく可能性が強くなります。

そのプロセスの中でいままで自分が経験したことのない方法で様々なチャレンジに直面しながら、自分の限界を拡げていくと思います。

「ちょっとこの出来事はクレイジーじゃないの」というフィーリングもやって来ます。

次に、私はトランスに入ってエクトンを招きます。
エクトンが、誘導瞑想をリードしていくでしょう。
いまの私の感じではエクトンの方が私よりスムーズにやるようですから。

(笑)

でも、どうするかは彼の選択です、私にははっきりわかりません。
それでいつも、ワクワクしたりイライラします。
では、しばらくしたらまた会いましょう。

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン： この肉体と完全なつながりをつくるまでしばらく時間がかかります。

こんにちは。

あなたにとって必要なガイドは、本当は、次の呼吸の瞬間にでもあなたのもとにやって来ることができます。
あなたの心臓が次の鼓動を打つ瞬間にでも、あなたの成長を援助したいと思っている存在は、あなたとつながりをつくることができます。
無数の存在たちが、皆さんの世界を取り囲んでいます。
人間と、他の次元からやって来る存在たちの間にコネクションができたときには、彼らは喜びにあふれます。

きょう、あなたはつながりをつくって、どんなことを達成したいのですか？

あなたにとってなにが大切でしょう。

あなたの必要を感じてください。

あなたの欲求を感じてください。

ここに来ている人すべてが、いま変化のときを迎えています。
その変化があなたにとって大切でなければ、あなたはきょうここに来

ていないでしょう。

この情報があなたにとって重要でなければ、あなたはここに来ていません。

もし愛があなたにとって大切でなければ、あなたはここにはいないはずです。

この現象は、愛そのものです。

それ以外のなにものでもありません。

あなたはそれをチャネリングと呼ぶかもしれません。

トランスに入ると呼ぶかもしれません。

実験だと呼ぶかもしれません。

でも、あなたの愛の可能性を拡大しているだけなのです。

愛し、愛される許可を自分に与えることです。

深呼吸をして…。

自分をとっても心地のいい状態にしてください。

もう少しみんなで一緒に愛の次元を探求しましょう。

それをとてもやさしい方法でやっていきます。

かんたんなやり方でやっていきます。

とっても個人的な経験として分かるようにやっていきます。

もしあなたがつながりを持つとするガイドのエネルギーがあなたにとって強すぎると感じたら、もっと穏やかにするように頼んでください。

ここには、とっても、ワクワクした気持ちがやって来ています。

あなたとコミュニケーションしたい存在の、エキサイトした気持ちがたくさん渦巻いています。

彼らが本当に存在するのだろうかという疑問が浮かんたら、あとでその疑問を発することにしてください。

いまは彼らが存在すると、信じてください。

まず、つながりをつくっていいのだよ、という許可を自分に与えてください。

私たちには、いまの経験の分析よりも、経験そのもの、つながりをつくることにずっと興味があります。

そして、覚えておいてください。

あなたの方法は、あなた自身のユニークな、あなたにとって最適な方法なのだというのを。

もうひとつ、深い呼吸をして…。

みんなです、みんな。

生命の呼吸をします。

愛の呼吸をします。

ハートの呼吸をします。

座っている自分を感じて…。

新しい友達に逢いたいという欲求を感じてください。

意識を拡大したいという欲求を感じて…。

どんな音がまわりから聞こえようと、なにが起ころうと、自分の経験を妨げるものはなにもないと自分に知らせてください。

外では音がしています。声も聞こえてきますが、ここはあなたが経験するために、本当に適した場所です。

多くの人が、外側のさまざまな環境が原因で、必要な行動をとれないと言います。

でも、あなたはそんなゲームをもう続ける必要はありませんね。

もうひとつ呼吸をして…。

もうひとつ…。

リラックスして…。

感じて…。

自分にとってなにが大切なのか、さっき確認してきたことを感じて…。

あなたの欲求を感じて…。

つながりをつくりたいという意思を感じて…。

信念を感じて…。

愛を感じて…。

あなた自身の表現の豊かさを感じて…。

もう一度あなたの望みが拡大していくのを感じてください。

覚えていますか？

あなたは自分の皮膚で止まってしまう必要はありませんね？

呼吸をして…。

新しい形態のエネルギーをあなたの肉体が呼吸してそれと共に震動す

るのを受け入れてください。

自分の体に、もっと軽く感じていいのだよ、と言ってください。

呼吸するごとに、もっともっと軽くなっていいのだよ、と体に言ってください。

あなたはスピリットとしてますます軽くなり、肉体をこの椅子の上に残して小さな探検に出かけます。

その探求はあなたのイマジネーションから始まります。

新しい世界、新しい経験を見つけだそうとするあなたの意志によって、探検は始まります。

軽く、軽く、どんどん軽くなっていきます。

ゆっくり、楽に…。

軽く…。

あなたはもっともっとエネルギーのエッセンスとしての自分を自覚し始めます。

あなたはエネルギーです。

あなたは常にエネルギーであり続けます。

あなたは常に光であり続けます。

聞こえてくるどんな音も、あなたがもっと軽くなっていくのを助けてくれます。

軽さと、光の中に自分を拡大します。

深呼吸をして…。

それでは、旅立ちの呼吸をしてください。

体の上の方に旅立つのをイメージして…。

体を越えて上の方に旅立ちます。

努力なく、やさしく…。

上がって…。

上に…。

どんどん上に…。

音が聞こえて来るごとに、心臓が鼓動するごとに、あたかもあなたが幾条ものエネルギーになったように、どんどん上へと旅立ちます。

あなたとあなたの肉体の間には、つながりが継続しています。

拡大した意識を感じたいという、あなたの意思を感じてください。
どんなことが起こっても、拡大しているのを感じて…。
あなたを取り囲むあらゆる物理的な世界とあなたはいま、どんどんつながりを少なくしています。
なにか音が聞こえてくるかもしれません。
でも、あなたはいま、より大きな経験に、より大きな宇宙に、より偉大な空間とのつながりをつくっています。

まっすぐこのビルの上まで上がって、まわりを見回してください。
考えずに、やってください。

スッと上に上がって。

なにが見えますか？
見回して。
お互いの姿が見えますか？
見てください。
見回して…。

次に、やさしく、また自分の肉体に戻ってきます。
帰って来てください。

次に、階段をイメージします。
下に降りる階段です。
一段一段、階段を降りて行きます。
あなた自身のより深い理解に向かって、一歩ずつ深く深く降りて行きます。
降り続けて…。

続けて…。
どんどん、深く、深く、深く、深く入って行きます。
あなた自身の内側に深く入って行きます。
愛し、愛されようという、より深い気持ちの中に溶け込んでください。
もっともっと深く入って、自分自身と他の存在がより深くつながるレベルに入って行ってください。

階段を全部降りたところにドアがあります。
ドアをイメージしてください。

階段を降り終えたところは、あなたにとって、他の存在とのコネクションをつくるためにちょうどいい意識のレベルです。

ずーっと階段を降りて行ったところです。

歩き続けて…。

どんどん、深く、深く、深く…。

普段、自分が理解している現実をうしろにおいて、新しい世界にどんどん深く入っていきます。

深く深く旅立つときに、まわりから聞こえてくる音は、彼方うしろで聞こえる音のようです。

あなたの友人があなたを待っています。

あなたが愛している存在、また、あなたを愛している存在が、あなたを待っていてくれます。

あなたのイマジネーションがその場所にあなたを導いてくれるのを受け入れてください。

深く、深く、深く…。

さあ、ドアをイメージして…。

どんなふうに見えますか？

ドアからどんな感覚を受けますか？

ガラスでできていますか？

ブロンズでできていますか？

金ですか？

木ですか？

カーテンでしょうか？

見て…。

感じて…。

感じて…。

知ってください。

タイミングがいいと思ったときに、ドアの向こう側に入って行き、コミュニケーションを始めることができます。

ドアの向こう側に行く前に、自分に尋ねてください。

ほんとうに私はこれを望んでいるだろうか。

私が愛を感じる、そして私を愛してくれる他の肉体を持たない存在とつながることを本当に望んでいるだろうか。

コネクションを創るタイミングを決めるのは、他でもない、あなたで

す。

ドアの向こう側に入っていくとき、もしあなたがコネクションをつくりたくないと思えば、無理にドアを越える必要はありません。

階段を上がって、他の人の旅をしばらく見ていてください。

なにも規制はありません。

もしいま誘導している以外に、もっとこうした方が自分としてはガイドとスムーズにつながれるのではないかという方法が見つければ、どうかそれをしてください。

でも、一応そのドアに意識を合わせておきます。

意識を合わせて、そのドアに…。

ドアに意識を合わせれば合わせるほど、ガイドを感じ取るのに必要なビジョンや情報、さまざまなものがあなたのところに流れてきます。まわりから聞こえてくるあらゆる音が、つながりをつくることを助けてくれます。

あなたのイマジネーションが引き金になることを覚えておいてください。

つながりをつくるために、最初にイマジネーションを使います。

しかし、本当につながりができたら、役割を終えたイマジネーションはだんだん分散していくかもしれません。

ドアを見て…。

ドアに自分の両手を近づけてください。

ドアにノブがありますか？

そのノブはなにでできていますか？

見て…。

感じて…。

感じて…。

知ってください。

準備はできていますか？

それが欲しいですか？

信じられますか？

リアルですか？

分析はあとでできます。

まず経験してください。

経験と共に在ってください。

やさしく…。

努力なく…。

ドアが開くのを受け入れて…。

そのドアは押して開きますか？

それとも引きますか？

あるいは、そのまま歩き過ぎますか？

では、向こう側に行ってください。

ドアを通り抜けて…。

あなたのうしろでドアが閉じます。

いま、自分に許可さえあげれば、あなたのガイドが単数であれ複数であれ、あなたとつながることができる意識レベルにいます。

あなたのガイドに尋ねてください。

あなたはそこにいますか？

私のところに来てくれますか？

私のところにやって来てくれますか？

そこにいるのでしょうか？

どんな感じがしますか？

感じて…。

見えるものに意識を向けて…。

聞こえるものに意識を向けて…。

光が見えますか？

色が見えますか？

なにか感じますか？

心地いいですか？

それはエネルギーのわずかな変化として感じられます。

わずかでいいのです。

あなたは本当にやさしい存在を求めましたね。

だから、やさしい変化が来るのです。

どう感じますか？

なにが見えますか？

存在の姿がだんだん見えてくるのでしょうか？

他には何を感じますか？

なにも起こらなかったとしても、あわてないで、ただ観察して、見ていてください。

感じていてください。

うまくイメージできているのだろうか、と分析するのではなく、ただただいま起こっていることを感じてください。

もしそのガイドが見えたなら、あるいはその実存が感じられたなら、名前があるか尋ねてください。

名前がないかもしれません。名前は変わるかもしれません。

名前が聞こえてくるかもしれませんし、文字として見えるかもしれません。

その存在に尋ねます。

あなたは、私が引き寄せ得るうちの最も光に満ちた、喜びに満ちた存在ですか？ あなたは、私の最も高い、愛に満ちた欲求を投影して鏡のように見せてくれる存在ですか？ 私の欲求を満たす存在でなければ、どうか私から立ち去ってください。

もしそうなれば、私と共に在ってください。

感じて…。

愛を感じて…。

彼らのあなたへの愛を感じてください。

遊ぶのが大好きな存在たちがやって来るかもしれません。

とっても遊びに満ちていて、喜んであなたのまわりをエネルギーとして動いているように感じるかもしれません。

起こっていることに意識を向けます。

この部屋にいる人すべて、ひとり残らず、自覚できるできないにかかわらず、いまこの瞬間、少なくともひとりとはあなたとエネルギーを交流している存在があります。

感じられなくてもいいのです。

あわてることはありません。

でも、なにかを感じていますね。

なにを感じていますか？

こんな感じかもしれません。

「さっきより、もう少し心地がいい、かな？」というぐらい。

あるいはマインドの中に、ハートの中に、いつもとはちょっと違った
フィーリングが湧いて来るような、その程度かもしれません。

名前はあるでしょうか？
あなたのことを愛していますか？

姿が見えますか？
あなたがイメージの中で意識を向けることができるような、姿を創り
出してくれていますか？
あるいは、あなたは这个世界にいらながらも他の思考が入ってきて、ド
アに入る前の世界に戻ったり、また入ったりを繰り返していますか？
それにはなにも、悪いことはありません。

存在にもし出逢ったなら、あるいは存在を感じたなら、尋ねてくださ
い。
どうしてあなたは私の人生にいま関わってくれているの？
なぜあなたはここにいるの？

とにかく、なにも感じられなくても、質問をしてください。
聞いてください。
どうしてあなたはいま私とこうやって関わっているの？

感じて…。
耳を傾けて…。
知って…。
注意を向けて…。

彼らがあなたの現実に関わっている理由として、どんなものを感じま
すか？
あなたと分かち合いたい情報を持っているのでしょうか？
あるいは、あなたにはただ、その存在が感じられるだけでしょうか？
そのまま観察していて…。
意識はそのまま合わせておいてください。

彼らはあなたを愛していますか？
やさしく髪をなでられて、なにもかも面倒をみてもらっている幼い子
供のような気がしますか？

リアルに感じられますか？
それがリアルかどうかという分析は、後でやってください。

経験してください。

経験をして…。

いま、この部屋のひとりひとり、ひとり残らずが、少なくともひとりの存在と関わっています。

光の存在が、たくさんやって来ているのがわかりますか？

非常に純粋な光の存在がたくさんやって来ています。

あなたが理解できるように、認識できるように、彼らの形態を変化させて、あなたに見せてくれる場合もあります。

多くの場合、あなたがその光の波動に同調しなければなにも感じないことがあります。

ですから、あなたに彼らの存在がはっきりわかるように、さまざまな形を見せてくれたりします。

彼らに尋ねてください。

あなたをもっとクリアにチャネル出来るよう、私を助けてくれますか？

援助してくれますか？

あなたと明確なつながりをつくるために、私は何をすればいいのでしょうか？

何をすればいいのか、どうか教えてください。

あなたの情熱を感じて…。

あなたの思いを感じて、望みを感じて…。

あなたの愛を感じて…。

彼らに触れられようとする、あなたの意思を感じて…。

やさしく…。

努力なく…。

とてもすばらしい思いやりとやさしさが満ちています。

何人くらいあなたのところにやって来ていますか？

ひとりですか？ 二人ですか？ 三人ですか？

リアルだろうか、と考えることは後でやってください。

経験を、味わってください。

経験を味わいます。

他に、彼らはあなたに何を話したがついていますか？

何について話をしたがついていますか？

どのような方法でコミュニケーションするのがベストなのか、尋ねてください。

自動書記ですか？

直接、声によってですか？

あなたの体に入るのではなく、一歩退いたところから情報をくれるのでしょうか？

どの方法が最も適当なのかを聞いてください。

まだ名前がわからなかったら、いま名前を聞いてください。

(この声の途中、背後で誰かが持ってきていた風船の割れるパーンという大きな音が起こる。参加者ハッとする)

宇宙のあらゆる音があなたをサポートしてくれます。

宇宙のあらゆる音です。

それがあなたをサポートしてくれます。

まだ彼らはちゃんとそこにいます。

ちょっとアストラルレベルで地震があったようです。

(笑)

リラックスして…。

呼吸をして…。

あなたの友達とのつながりに戻ってください。

自分が触れて、そして、触れられるのを受け入れてください。

さっきよりも、もっと深く入って行って…。

彼らが話すのを許してください。

あなたとのコミュニケーションを許してください。

彼らはどんなことが得意でしょう？

なにを知っていますか？

聞いて…。

耳を傾けて…。

感じて…。

感じて…。

あらゆる音が助けてくれます。

感じて…。

つながりをつくって…。

感じて、触れて…。

彼らの手にいま抱かれているような感じです。

大丈夫です。あなたは安全です。

あなたが通常の意識世界へ持ち帰るプレゼントを、彼らが用意してくれているかどうか、尋ねてください。

また彼らの腕の中に戻って来るのを助けてくれる道具です。

見えなくても、彼らはいまあなたにプレゼントをくれています。

宝石かもしれません。

植物かもしれません。

なんでもいいのです。

それを受け取ってください。

ガイドに「ありがとう」と言ってください。

「私と共にいてくれてどうもありがとう」

なにも感じられなかったとしても、「ありがとう」と言ってください。

「あなたはどこにいるかわからないけれど、ありがとう」

感じられなくても、なにも不都合はありません。

一步一步、あなたのタイミングで、進んでください。

深呼吸して…。

では、ドアに向かって、また動きます。

「さよなら」と言って…。

「また帰って来るよ」と言ってください。

次に会う時には、もしかしたら彼らは友達を連れてくるかもしれません。

ドアを開けて…。

それでは、ガイドとつながっている現実から出てください。

階段を上りはじめます。

プレゼントは持っていますか？

それを持って帰って来ててください。

なんでもいいのです。

貰ったものを受け取って帰ってきます。
分析はあとに残しておいてください。

階段をどんどん上がって…。
上に、上に、上に…。
上に…。
どーんどん、どんどん。
そう、階段を上がって行って…。
そう。
もっと上がります。
もっと…。

これから 20 段、上がります。
1、2、3、4、5、6…。
どんどん上がって…。
7、8、9…。
だんだん、通常の意識に戻ってきます。
10、11、12、13、14…。
帰って来てください。
15…。
受け取ったプレゼントとともに…。
16…。
すべての経験とともに…。
17、18…。
そう。
19、20。

完全に、この部屋の、この現実に戻って来てください。

帰って来て！
完全に！

完全に帰って来てください。
完全に。

私はこれで旅立ちます。
また後でお目にかかりましょう。

(リチャード、トランスから出る)

リチャード：コンバンハ、(間違えて言い直す) コンニチハ。

(笑)

何故、何故エクトンは誘導瞑想が終わった途端、いきなり私を押し返したんだ。

(笑)

エクトンは行ってしまいました。でも私にはまだ「あれ？ どうして行ってしまったのかな？」という感覚が残っています。

エクトンに尋ねれば彼の意図がわかるでしょう。

瞑想中の大きな音は何だったのですか？

(会場)：風 船みたいな音が…
風船が割れた…。
Balloon

リチャード：おお、風船！ なんと面白い！

ガイドからプレゼントを貰って来ましたね。
どんなプレゼントを貰って来ましたか？

Q 1 (女)： 最初、何を貰ったのかははっきりわからなかったのですが、ドアに向かうときにそれがパァーッと花束になって、ドアから出た瞬間に、光の、それこそ風船…。
とてもいい気持ちがしました。その光の玉は好きなものに変えられる…。

リチャード：いまトランスに入っていたときになにが起こっていたのか、興味があります。ガイドとのつながりを感じた人、どんな経験をしましたか。感じなかった人も、どんなことでもいいですから、自分の経験を話し

てみてくれますか？

Q 2（男）： 帽子のようなものに、ひとりのガイドがプレゼントをボツとひとつ入れたら、ひとりだと思っていたのに、まわりにもたくさんのガイドがいて、ガイドたちが次々にプレゼントを入れていって…。見たのは指輪だけだったのですけど…。

リチャード： 幾つかちょうだい（笑）

Q 2（男）： それで、「どういうふうにコンタクトしますか？」って聞いたら、突然自分の部屋が見えて、そこに黒い影と僕が一緒にいるのが見えたのです。あとでバツとそんな感じで出てくるのかなと…。

リチャード： 名前は？

Q 2（男）： 名前はよくわからなかった。

リチャード： 名前がすぐに出てこないで、あとで出てくることもあります。存在は名前を持っている場合も、持っていない場合もあります。気が向いたら、ときどきその存在に尋ねてください。名前があるのかどうか。

名前のようにも聞こえる、なにかおぼろげなものを感じることもあります。あるいは、名前の綴りの最初の音のようなものを感じることもあります。

Q 3（女）： さっきエクトンが出てきたときもそうだったのですが、半分寝ている状態で、誘導する言葉についていけない…。

リチャード： それでも大丈夫です。よく起きることです。練習を続けてください。瞑想テープを買ってきて、意識を保ったままある程度深い状態に行けるよう練習するのもいいでしょう。たまたま眠ってしまったように見えますが、実は、睡眠に近いレベル

で情報を受け取っています。
ちゃんとコンタクトは取れています。

他にどうでしょう。

Q 4（男）： さっきの風船ですけど、割ったのは私が原因かもしれません。
今朝、受付で女の人とそのバルーン（風船）を持って…。（笑）
ある宗教法人の人のもので、「とんでもないものを持って来ているなあ」
と思っていたのです。そのときに私はなにか願いを持ったんです、も
ういまは忘れてしまったのですけれど…。
もし、その願いが実現するならば、あのバルーンは途中で割れると思
っていたのです。

通訳： なんとサイキックな！

リチャード： やりましたね！（Congratulations!）

（笑）

Q 5（男）： エクトンがいた間、私は寝ている状態に近かったのです。
バルーンの割れた音で、目は覚めなかったのですが、意識が別の状態
に変わりました。
私は体の治療のために、昨日まである場所でクリスタル・ヒーリング
をやっていたのですが、そのときのヒーリングの感覚が瞑想のときに
起きて、瞑想が終わって、最後の 20 まで数えて戻って来たとき、宝石
で言うグラウンディング（地に充分足をつけていること）の効果のよ
うに、いまもとてもいい気持ちです。それがおそらくギフトではないか
と思います。

リチャード： 存在とつながったと感じた人。どんな感じでしたか？
そのあたりの経験を聞かせてもらえますか？
なにが見えましたか？

Q 6（男）： 手がずっと熱いままで、焼けているような感じ…。

リチャード： どうして熱くなったのだと思いますか？
そのことについてなにか直感がありますか？

Q 6（男）： 膝のあたりが、ちょっと熱くなった感じで、多分膝のあたりに何かの存在が来ていたのではないかと思います。

リチャード： 体にどこか調子の悪いところがありますか？

Q 6（男）： ちょっといま仕事で忙しいので、かなり体が疲れていると思います。

リチャード： 多くの場合、その人が持っている問題の解決をサポートしてくれる存在が来ます。
体が悪い場合には、そのヒーリングをサポートする存在が来ることがあります。
いろいろな友達があなたのもとにやってくるのと同じです。

他にどうですか？ ガイドやエネルギーを経験した人。

Q 7（男）： 想像ではないかと思うのですが、死んだ母親の名前が心に浮かんできました。

リチャード： それは不思議ではありません。
よく起こります。

Q 7（男）： 彼女と同時にうしろの方に二人くらいいて、ビジュアルなイメージであって、言葉は交わしませんでした。

リチャード： おかあさんのように見えたそのイメージと、なにかコミュニケーションしましたか？

Q 7（男）： 僕は彼女に「なにか話したいのだけれど」という言葉をイメージしたのですが、心のどこかで結構会いたくもない、と思っているのが感じられて、自分の気持ちがうまくまとまらないようでした。

リチャード： 自分のいままでの制限を越えるときにはいつも、いろいろ矛盾した気

持ちが同時に感じられます。

いま、部屋の中でいろいろなフィーリングが混じっています。
ひとりひとりの中で、「一体いま起こったことはどういうことだろう」とか、「こんなのでいいのだろうか」とか、「よかった」とか、明らかにいろいろなフィーリングが混じっています。
先ほどのような誘導プロセスに入ったあとでは、そのようなフィーリングが必ず表面化してきます。

あなたはいま、新しい領域の扉を開き、馴染みのないリアリティの経験のなかへ踏み入ったのです。
それが何か、何がリアルか、何が起きているのか分からないことばかりです。
でも、再び言います、いまという時は経験が最も大切です。

いま、ちょうどこんなときです。
一日の流れの中で、理性が介入してきて、しゃべり始める…。
通常、理性は「現実とはこれだ」とはっきりした定義を持っています。
ところが、いま、その経験の中では、「ちょっと待てよ、そうじゃない」というところに入って来ています。
そこで混乱が起きます。

頭がちょっと驚異を感じるのです。
それで、声を大にして「現実とはこうこうだ」とはっきりと主張せざるを得なくなります。
でも、長い間あなたがもっていた葛藤が、表面化しているだけです。
その葛藤の中には、日常知っている物質的な現実はこちらだ、そして、夢の現実とはこうだ、という「分離感」があります。
そこをいま、橋渡ししようとしています。
人によっては、その橋渡しが非常に微妙な形で行われるために、本当に橋を渡ったのだろうか、という疑いが出て来る場合があります。
私はチャネリングを経験していく中で、イメージや夢の世界が、自分のまわりに見ている物質的な世界とほとんど変わらないくらいリアルだということを実感してきています。
もちろん、肉体を持っているという現実がありますから、それがちゃんとここに私をつなぎとめておいてくれています。

起こったことの分析や解釈はあとに残しておいてください、とエクトンが言いましたね。

では、そろそろ分析を始めましょうか。

(笑)

どうでしたでしょう？

ただの、あなたの思い込みだったでしょうか？

想像の産物だったでしょうか？

イマジネーションを定義できるでしょうか？

イマジネーションの定義をしてくれる人、いますか？

「イマジネーション」とは、「イメージを形創るために、創造的なマインドを働かせる能力」です。

リチャードはあなたのイマジネーションの産物でしょうか？

すばらしい知性をもつあなたのマインドで、リチャードという存在を目の前に創り出しているのでしょうか？

たぶん、そうです。

リチャードの視点からみれば、自分の現実の全体を自分で創っています。

あなたの視点から見ればどうでしょう？

部屋を見回したときに、私は自分自身の創造的な能力がこの現実を創っていると実感できます。

きょう、いままでの間だけでも、この部屋に来ているひとりひとりの人と、少なくとも一回は目でちゃんとつながりができています。

いま私が皆さんひとりひとりと創っているコネクションは、私がエクトンと創っているコネクションと同じ質を持っています。

あなたが存在することは分かります。

皆さんは、私に話しかけてくれますから。

微笑んでくれますから。

エクトンと関わるときには、見えませんから、ときどき、彼の存在とはなんだろう、この創造物とは一体なんだろうと疑問がわきます。

でも、その実存を、その影響力というものを感じます。

パワーを感じます。

エネルギーを感じます。

皆さんと出逢ってからまだ数時間しか経っていません。

しかし、エクトンより皆さんのほうが、はっきり認識できます。

皆さんは肉体を持っていますから。

でも、目を閉じたときはどうでしょう？

皆さんの姿は見えません。

でも、皆さんを感じることはできます。

いままで見たそのイメージがまだ残っています。

私の理性は、目を開けば、みんないるよと言います。

そして目を開くと、やはり皆さんはここにいてくれます。

でも、こうして目を閉じているときには、皆さんひとりひとりの存在は、やはりエクトンと関わる時と同じ肉体を持たないエネルギーの感覚です。

皆さんがここにいてくれて、よかったと思います。

これらの存在はリアルだと思いますか？

そういった質問に答えられるでしょうか？

彼らはリアルでしょうか？

あなたは、リアルでしょうか？

どのくらい深くまで行ってみたいと思いますか？

あなたの自分自身の創造の中に、どれくらい深く入って行きたいでしょう？

あなたの真実の中に。

皆さんに私がチャネリングに対して持っているフラストレーションの部分をちょっとお話したいと思います。

エクトンがずっと以前に私に教えてくれました。

「君が君の現実をすべて創っているのだよ、エクトンを含めて」。

と同時に、「私の視点から見たら、私と君とは独立して存在している」、と。

そして実際、私には、自分がエクトンを創造しているという感覚と、エクトンの体験は外側のバイブレーションだという感覚があるのです。一体どう解釈したらいいのでしょうか？

私が、人生で見るすべての現実を創り出し、そしてそのすべてが私にとって外側にあるという理論的な矛盾を。

ここに私のフラストレーションがあります。

あなたのガイドは存在するのでしょうか？

朝、皆さんのほとんどが手を挙げてくれましたね？ ガイドが存在す

る、と信じると。

そして、いまという時点は、朝は手を挙げたけれども、本当に確信しているかどうか、正直な気持ちが出てくるときです。

きょういままでの瞑想で、自分の意識とは別の波動、ガイドでもなんでもいいのですが、なにかを感じた人は何人ぐらいいますか？

その中で本当に信じている人、何人ぐらいいるのでしょうか？

(客席、多数の人が手を挙げる)

すばらしい。

彼らは実は内側からやって来ます。

実際、彼らは、空間的に外側に存在するわけではありません。

チャネリングをやっていけばいくほど自覚するのですが、内側の世界と外側の世界に境界線はありません。

自分にとって、チャネルしている状態と現実の状態との間に境界がほとんどないから、安心して簡単にその2つの状態を行き来できるのです。

では、こんなことをイメージしたらどうでしょう？

私たちの宇宙にも、自分の内側と外側の間にも、まわりの人との間にも、なにも境界線がなくて一体だとします。

そうするとリチャードがチャンパックの体の中に中に入って行って、「出ていけっ」なんてことになります。

(笑)

木星に行きたいと思えば、パチンと指を鳴らした瞬間に木星に到着です。

これから3分後に恋愛をしたいと思えば、それも実現します。時計を合わせておこうと思うのですけれど。

(笑)

私たちの世界で境界線だと認識されているのは、こちらの側からの認識だけ、私たちの認識を通した上での境界線でしかない、ということです。

いま、この惑星の意識の中で起こっているもっとも大きなシフトは、「分離」している」「境界線がある」という幻想を手放すプロセスです。

新聞を見てください。

実際、国境がなくなりつつあります。

アメリカは秘密を保持したいと思っています。

でも無理です。あちこちにスパイがいます。

(笑)

ソビエトも同じことを思っています。

でも無理です。あちこちにスパイがいますから。

何百年も、何百年も、何百年もの間、私たち人類はこんなことを考えていました。

「君はそこ！ 私はこちら！ この境界線からこっちには来るな！」というふうに。

(笑)

自分の理性にとって怖い部分なのですが、チャネリングを続けていくと、いままでの条件づけで在と思っていた境界線が、もろくも崩れ去ります。

存在たちは私たちが持っている制限や境界を取り払うことに、強い欲求を持っています。

リチャード・バックの『イリュージョン』（集英社刊）という本には、いま私が話している、自分が自分の現実を創り出しているとはどういうことなのか、自分自身が神なのだとはどういうことなのか、などがうまく説明されています。

—後略—

ワークショップ②「エネルギーとしてのお金」IN 大阪

1989 年 11 月 26 日

ある日、あなたが、物質的にも精神的にも
豊かな人として街を歩いているとき、
紙袋と酒瓶を持って路上に座っている男性に出会ったとします。
そのとき、あなたは直観的な行為で、
ポケットの 1 万円札を彼に差し出したとします。
そのとき、路上の人は、酒をチビチビ飲みながら、
「1 万円札が、やって来たらなあ」と、
ずっと願っていたのかもしれない。

リチャード（トランスに入る前の状態で）

コンニチハ。

大阪に招いてくださってどうもありがとうございます。大阪へは今回初めて来ました。個人セッションのためにわざわざ大阪から東京まで来てくださった方が何人かいらっしゃいます。その方々とまた会えることも含めて大阪に来られたことを喜んでいます。

きょうは「お金」をテーマに話したいと思います。

自分の現実には豊かさを引き寄せる、「スピリチュアルなエネルギーとしてのお金」です。

必要なお金はすでに充分持っているという方？

（ひとり手を挙げる）

ひとりいらっしゃいます。

少なくとも他の皆さんは自分の人生に、お金を引き寄せる能力を増大させたいと思っていらっしゃるわけですね？

人生の豊かさを増大するには、きっといくつもの方法があるでしょう。

その中の2つをお話したいと思います。

無意識的、潜在意識的な創造性（unconscious creativity）と、意識的な創造性（conscious creativity）です。

意識的な創造性は、まず目標を設定します。その目的を満たすためにはどんなステップが必要か、そのステップをどのように踏んでいけばいいかを分析的に、段階的に追っていきます。

潜在意識的な創造性は、まず目的を設定しますが、どのようにして目的に辿り着くか、理性的にはまったくわからない。しかし、自分がその目的に到達できる確信はしっかりある状態です。

皆さんのお金に対する観念が、どのように自分の現実にお金を引き寄せるかを決定します。

あなたはお金を充分得る価値があると思いますか？

想像でき得る限り最もすばらしい豊かさに満ちた人生を生きる価値が、自分にあると思いますか？

ある人々は「お金はスピリチュアルではない」という観念を持っています。

お金を持てば持つほどスピリチュアルではなくなると。

まるでお金がスピリチュアルであることの、測定基準になっているようです。

あなたはそんなことを信じますか？

または、高潔に生きながら、同時に自分の欲するあらゆる物を得ることが出来ると信じますか？

信じられるか否かの分岐点は罪悪感です。

道で見るからに貧しそうの人を見たとき、その人よりも豊かに生きていることに対してまったく罪悪感を持たないでしょうか？

あなたが豊かになればなるほどあなたのまわりの人はもっともっと自分より貧しく見えてしまうのでしょうか？

一連の話しのポイントはこういうことです。

まわりの人が豊かに見える、見えないということを基準にして、自分にとって必要な豊かさを変えてしまうかどうか。

外的な状況によって自分の豊かさを決定するかどうかです。

自分が豊かになる価値があると思っている人？

(手を挙げる人は少ない)

ちょうどいいスタート地点です。

(笑)

私の体験を例に、意識的な創造性と無意識的な創造性についてお話ししましょう。

2～3年前、住んでいたサンフランシスコから、サンディエゴか、ハワイに引っ越したいと思いました。サンフランシスコは、寒すぎるという単純な理由からです。東京、あるいは大阪に住んでいる人は、ただ「寒い」という理由で引っ越しを考えることはないでしょうね。

どちらにするかを決めるためには、実際にその場所に行ってみる必要があります。まず、飛行機でハワイに行きました。自動車を借りてあちこちドライブして回りながら、すばらしいと思うと同時に、いまはタイミングが悪いと直感しました。次にサンディエゴへ行くと、ここだ、ここに住みたいとはっきりと感じました。決定です。とはいうものの引っ越しお金がない…

(笑)

フォルクスワーゲン・バス（個人用の少し大きめのフォルクスワーゲン）を運転し

て帰りながら、「足りないお金をどうしよう、お金を貯めるのにどのくらい時間がかかるだろう」などと考えていました。

ここまでは、意識的に目標を設定し分析的に判断する、意識的な創造性の部分です。

そのとき、こんなフィーリングが湧きました。

これはちょっと宇宙にリクエストしてみよう、と。

「私は本当にそこに引っ越したい。だから、宇宙よ、どうかその方法を示しておくれ」と宇宙にリクエストしました。

すでにそのときひとつだけ明確なことがありました。

サンディエゴに引っ越すことです。

サンフランシスコの家に帰ってみると、留守番電話にレンタカー会社からメッセージが入っています。

ひょっとしてハワイで借りた車に、たばこを落として焦がしたとか、余分の請求を受けるのだろうか？

などと思いながら、レンタカー会社に電話をかけると「ラビンさん、あなたは私たちの、グランプリの1等に当選されました」。

(笑)

そう言われて思い出しました。車を借りたとき、何かのアンケートに記入したのです。

1等賞って何だろう。トースター？ などと想像していると「2つの選択肢があります。リンカーンコンチネンタル・タウンカー1年間の使用权、あるいは現金5,000ドルです。どちらかを選択してください」。

当然現金を貰いました。ぜんぜん罪悪感はなかったです。

(笑)

そのおかげでサンディエゴに引っ越しが出来た上、ちょっとした家具と長い間欲しかったバイクも買うことができました。

このように、意識的なステップと、潜在意識を利用するステップの、それぞれの長所を生かして使うのが一番いいと思います。

どちらか一方だけに頼りきってしまわないのです。

強い欲求をもち、プランをたて、目標を定めると同時に、理性で考え得る範囲外の方法で目的が満たされる可能性に対しても、充分に心を開いた状態です。

どのようにして目的を達成するかということを、分析的に考えることで頭が一杯に

なっている人を何人か知っています。でも、最初に計画を立てても、日々私たちは、より知性的な存在へと変化し、豊かさや、お金を引き寄せる能力を増幅させています。

計画途上の変化を考慮に入れる必要があるのです。

どんなゴールも「大きすぎる」ことはありません。ただ、求める内容を明確に知っている必要があります。

もしあなたが許せば、お金はスピリチュアルなエネルギーとして機能するのです。

もうひとつ手短な例をお話しましょう。

何年も前に教わった教師から聞いた話です。作り話ではないと思います。

ある生徒が、「どうしてもロールスロイスが欲しい」と思ったのです。

ロールスロイスは、とても高価なおもちゃですね。

高価な物を自分の現実引き寄せるには、それを手に入れることが可能であると、心の底から強く信じる必要があります。

彼は、まず、お金がスピリチュアルなエネルギーであり、それを引き寄せる価値が自分にあることを認め、ロールスロイスの座席に座って運転をしている場面を、ありありとイメージしました。

その結果をこれからお話しますが、他にも似た話を知っている私自身、「ほんとうかな？」という気もします。皆さんは、どう思われるでしょう。聞いて自分で判断してください。

彼が、ある日広告欄を見ていると、

「ロールスロイス、無料」とあり、広告主の電話番号が書いてあります。

冗談ではないか、と彼は思ったのですが、興味を惹かれて電話をしました。

すると「提供できるロールスロイスがあります。住所はここですからおいでください」とその家の使用人らしい人物が、イギリス訛りの英語で答えます。

彼は、半信半疑ながら、教えられた住所に行ってみました。

大きな門をくぐり、邸宅の中を使用人に丁寧に導かれていくと、主らしき女性が打ちひしがれた様子で腰を掛けています。

「あなたのお名前は？」と尋ねて書類に書き入れ、「はい、これが車の権利書よ」

と、車のキーと共に彼に渡したのです。

彼は一体なにが起こったのか、全く分かりません。

使用人の後についてガレージに行くと、高級車が6台並んだ中に、シルバーシャドウという車種のロールスロイスが、半分ワックスをかけられたまま放置されていました。

彼は案内してくれた人に尋ねました。

「どうして、彼女はこの車を手放そうと思っているんだい？」

実は、彼女の夫が車にワックスを半分かけたところで、心臓発作を起こして亡くなったので、夫の死を思い出させるロールスロイスを、彼女はできるだけ早く手放し

たかったのです。

そういう次第で、半分だけワックスのかかったロールスロイスを手に入れて、彼はその邸宅から出てきたのでした。

こんなマジックが起こるなんて信じられますか？

でも彼は、少し罪悪感も感じたのですね。車は得たけれど、彼女は夫を喪ってとても悲しそうでしたから。

私が彼だったら、罪悪感を持つかわかりません。

自分の現実に豊かさやお金を引き寄せるには、深いところから湧いて来る、明確で強い欲求が必要です。

夢を満たすために必要なすべてのステップをとっていくという明確な意志が必要です。

達成したい明確なゴールと、それに向かうプランが必要です。

プランの中には、意識的に計画を立てていくプロセスと、先ほど言った潜在意識を働かせるプロセスの両方が含まれます。

また、お金を得る過程で、自分は価値がないとか、あるいは恐怖感や怖れ、罪悪感、そういったものが表面化してくる可能性があります、それらに直面する覚悟はありますか？

さらに、ここで確認しておきたいのは、望むだけのお金を、自分の現実に引き寄せる準備ができているか、ということです。

例えば、アメリカでは宝くじに当たった人は、信じられないくらい多額のお金を手に入れます。

でも、賞金を勝ち得た人は、心理的・現実的にそれだけのお金に対処する準備ができていない場合が多いですね。

いろいろな面での準備なく多額のお金だけを手元に引き寄せてしまった場合、そのお金と関わることで逆にたくさん問題を人生に創り出してしまいます。

ですから、欲しいものを得るために、必要な準備を整えて、いかなる行動も取る意志があることを確認しておきたいのです。

こうした意志のある状態を「コミットメント」といいます。

望むゴールを達成するために、必要なあらゆるステップをとっていく。大きくジャンプするのではなく、毎日、一步、一步、やっていく状態です。

私自身それほど豊かなわけではありません。どのようにして、豊かさ、お金と関わっていくかを学んでいる最中です。

でも、こんな諺があります。

「自分が学んでいることは、もっとも人と分かち合うことができる。教えることができる」。

ですから、私も皆さんと一緒に、エクトンが話すことを聞きたいと思います。

彼にはたぶんとてもいいアイデアがあるでしょう。

まずそこで提示されたアイデアを自分に適用してみます。自分とそれがどのように関われるか、ということを実際に人生の中でやってみるのです。

あなたが豊かになるには、ひとつのいいアイデアと、そのアイデアを現実に変換する適切で単純な第一歩、それだけでいいのです。

ずっと以前、コカ・コーラの製造方法は、たったの 500 ドルでドラッグストアの主人

に買い取られました。彼はその製造方法を豊かさに転化するために、イマジネーションを使ったのです。

お金を得ることにしてもイマジネーションは最も強い能力、技術のひとつです。

もし機会があれば、ソニーの会長、盛田昭夫さんに尋ねてみるといいでしょう、「あなたはイマジネーションをよく使いますか？ イメージがよく湧いてきますか？」

もうひとつ大切なことは、「持続性」です。一時的に失敗したように見えようと、自分が設定したゴールが本当に重要であると思えば、失敗を乗り越えてさらに進んでいく、持続性です。

トーマス・エジソンは、自分の望む電球を作るために、何千回も繰り返して実験した結果、電球の発明に成功したのです。

もしこの中で、お金にひどく困っている方があったとしても、豊かになる可能性はあります。

大成功した人たちには、人生のある時期、経済的に行き詰まった状況を経験していることが多いのです。もうどこへも行く場所がない。トイレットにまっすぐ行ってしまいか、階段を上がって成功に向かうかどうかどちらかという状況です。

あなたの理解のために、そういう状況を通過しなければならないと言っているのはありません。万が一そういう状況に陥ったら、です。

では、これからしばらくしてチャネリングをしたいと思いますが、当然の疑問として、「肉体を持たないエネルギー存在であるエクトンが、どうしてお金のことが分かるのか？」、ということがあると思います。

エクトンが、私の潜在意識の一側面ではない、私とは別の、肉体を持たない存在だと仮定すると、私たち人類がどんなドラマを演じているか、その中にどんなふうに巻き込まれているかということを、一歩引いた立場から客観的に見ることができるわけです。物理的な現実、スピリチュアルな法則を応用していく点ではエクトンは非常に知性豊かな存在のように思われます。

エクトンが肉体を持たない人間以外の存在なのか、リチャードの多面的な意識の一側面なのか、それはどちらでもいいということです。

いままで話した中で疑問な点、あるいはチャネリングに関してでも、質問のある方いらっしゃいますか？

Q 1（男）： ちょっとききたいのですが、きょうのチャネリングテーマは、東京の時と同じことをするわけですか？

リチャード： もちろん、いくつかの類似点がありますが、同じではあり得ません。参加されているひとりひとりのエネルギーが違ってからです。エクトンは、その日集まって来られたグループの人たちの全体的なエネルギーを感じて、そのグループにもっとも大切な話をしていきます。エクトンも私も、前もってはっきりした計画を持っているわけではありません。皆さんの前に立ったとき、こんな話が適当だというアイデアが、私の意識の中に流れてきて、それに従って進めていくことが多いのです。前もってカバーすべき点をいくつか決めておくこともありますが、実際に前に座ったときには変化が起きます。ここでも先ほどお話したように、意識的な創造性の部分と潜在的な創造性の部分がミックスされています。それでいいですか？

そでになんらかの形でチャネリングをしていると思う人はいますか？
男の人どうでしょう？
女性の方だけですか？

私の役割はできるだけ自分の肉体から意識を分散させて、エクトンが私の体とつながりをつくるのを援助することです。

サヨナラ。

(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランス状態に入っていく)

エクトン： もう少しでこの肉体と完全につながることができます。

皆さん、こんにちは。

きょうは皆さん、お金を引きつけることについて知るために来たのですね？

でもわざわざ、小さな紙切れや小さな金属のためにやって来たのでしょうか？

ほんとうにあなたはそんな小さな紙切れや小さな金属を集めることだけを望んでいるのでしょうか？

あるいは、もっと他のものを求めているのですか？

あなたが必要とし、切望し、渴望しているなにか…。

あなたは札入れやバッグをお金で満たしたいのでしょうか？

それとも、ハートを満たしたいのでしょうか？

お金という小さな紙切れや金属は、あなたが自分自身を満たしてあげていいよ、という許可を自分に与えたときにやって来ます。

望むもので自分を満たしてあげていいよ、という許可を与えたときです。

中でも愛は、素晴らしいでしょう。

自分への愛、それもすばらしいでしょう。

あなたと世界に関わる愛もあるでしょう。

お金を得れば、人生が転換するのではないかと多くの人が考えます。

でもお金とは、あなたが自分自身を気遣い愛する許可を自らに与えたとき、その副産物として、報酬としてあなたのもとにやって来るものなのです。

例えば、住む家もなく、道に横になって、お酒を飲みながら日を過ごす、自分に満足しきっている男性がいるとします。

あなたは彼のように自分を愛し、満足しているでしょうか。

あるいは、こんな人はどうでしょう？

お金を集めることに忙しく、自分のことは考えるひまがない人。

その人は、自分にどのくらい愛を感じていると思いますか？

いまここで私たちが話しているのは「バランス」です。

自分の内側で、自分を養い愛していいという感覚、そうした意志を持つとき、それが外の世界に投影されて、お金が豊かさとなってやって来ます。

あなたが求めているのは、本当は小さな紙切れではないのです。

豊かさは、自分自身と自分のまわりの世界との関わりにおいて、でき得る限り最も価値ある人生を実現しよう、という深い選択と意志に基づいてやって来ます。

リチャードが先ほど、お金を得るための理由があるのはいいことだ、
と言いましたね？

でも、お金が欲しい理由をたくさん並べながら、実際にはお金を得て
いない人がたくさんいます。

私たちから見れば、必要な理由はただひとつ、「お金が欲しい」です。
他の理由はありません。

「東京にカウンセリング・センターを作り、世界中を旅して、全世界
の人々を援助するんだ」というのはいい理由ではあります。

もちろん理由は持つことができます。

でも、必要ありません。

「私がそれを欲しいから」

それで終わりです。

「それが私の望みだから」

それだけシンプルになってくれますか？

お金を得るためには苦勞しなければならぬ、いろいろなことをやら
なければならぬという思考をあなたの理性から、頭脳からちょっと
手放してくれますか？

世界中で、一体何人のビジネスマンがお金を得ようとして、40代で命
を落としてしまうことでしょう。

彼らの胸の中で心臓が爆発してしまうのです。

そうになったら、せっかく一所懸命ためたお金を、何に使うのでしょうか？

家の大黒柱が亡くなって残されたか可哀想な家族が生きて行くために、
彼が一所懸命貯めたお金を使うというのでしょうか？

ほんとうに大切なのはお金ではありません。

あなたの人生の質そのものがポイントです。

可能な限り質の高いすばらしい人生を送る意思が、どれだけあるか
ということです。

お金はエネルギーです。

ドル紙幣がグリーンで印刷されているアメリカなら、さしずめ「グ
リーンのエネルギー」と言うことでしょう。

理解してほしいのは、この世界にエネルギーの不足がないということ
です。

空を見てください。

輝く太陽を見てください。

お金と太陽との共通点はなんでしょう？

類似点はなんでしょう？

本来ひとつのエネルギーから表現されたひとつの形態だと感じないのであれば、両者に類似点はなにもありません。

太陽の光のエネルギーも、お金のエネルギーも、ある目的を得るために存在すると考えてください。

こんなふうです。

太陽のエネルギーはあなたを暖め、食物を育て、昼を明るくします。お金のエネルギーもあなたを暖め、食物を与え、家の中を明るくします。

でもただのお金にすぎません。

あなたはどのくらいお金を持っていますか？

必要なお金を充分持っている人はいますか？

他の人が自分よりたくさんお金を持っているのを見て、嫉妬するかもしれません。

そのフィーリングに触れることはいいことです。

何故なら、いままでお金とどのように関わってきたか、その真実を自分に告げる能力を自分に与えたのですから、あなたはこれから違った方法でお金に関わろうとすることでしょ

心のどこかに、「父親よりも成功したい」という欲求がありませんか？
一体どれほど多くの場合、他の人の成功を基準に、自分の成功を考えてきたでしょう。

もしあなたが、お金を得るためにはいろいろな理由が必要だ、という考え方をしたなら、こういう理由があるからお金が得られないという、得ることと反対のいろいろな思考があなたにとっても大きな影響力を及ぼします。

実際に役立つやり方はこうです。

どんな理由があろうとも、いままで持っていなかったということは、深いところではお金が欲しくなかったからだ、と認めよう。そして、いまからそれを変化させよう。

私は、いまお金が欲しい。

いま、それを望んでいる。

私は、自分の現実に、もっとエネルギーを引き寄せることができる能力があると感じられる、と。

深呼吸をしてください。

椅子に心地よく座って…。

ちょっとお金について自分に話してみましょう。

本当にお金が欲しいのか、尋ねてください。

それではやさしく、努力なく、ゆったりと目を閉じます。

深呼吸をして…。

そんなに深いトランス状態に入っていくことはありません。

普段より少し静かな意識状態に入ってください。

お金の場合だけでなくあらゆる物事に関して、次のような質問を自分に尋ねることがもっとも大切です。

「なにを本当に求めているのか？」

お金に関しては、なにを求めていますか？

これから6か月先に、財布あるいは銀行の口座を見ているところをイメージしてください。

深呼吸して…。

そこにどのくらいのお金があってほしいですか？

感じて…。

もっと欲しいですか？

たぶんそうですね？

本当ですか？

深呼吸をして…。

金額はどのくらいでしょう？

どういった形で？

6か月後のある日、銀行に出かけます。口座を見ると、その金額があります。

どんなふうにそのお金があなたにやって来たのか、知っていますか？

その6か月後のある日、銀行に出かけます。口座を見ると、その金額があ

ります。

どんなふうにそのお金があなたにやって来たのか、知っていますか？

その6か月間を思い出してください。

どのようにしてその時点に辿り着いたのか？

どうやってそのお金を得てきたのか？

仕事を始めたのでしょうか？

賞金かなにかで入って来たのでしょうか？

あるいは遺産ですか？

仕事が成功したから？

昇進したのでしょうか？

感じて…。

あるいはまったくわからないかも知れません。

それでもいいです。

呼吸をして、深い呼吸をして…。

銀行の口座にそれだけのお金があるとき、どんな気分ですか？

その気分が好きですか？

いい気分ですか？

もしそうしたければ、そのお金をどうしたいかを考えることも出来ます。

重要なことではありませんが、しても悪くはありません。

お金を使うことは役に立つでしょう。

あるいはそのお金を銀行に蓄えておいて、利子で金額が増えるのを待つこともできます。

どういう方法があなたにとってお金をさらに拡大するために適しているでしょうか？

では、まだ目を閉じたまま、イメージの中できょうという時に帰ってきてください。

いま、ほとんどの皆さんが、6か月後には現在より多くのお金を得ているところをイメージしました。

信じられますか？

ほんとうに現実だと感じられますか？

ほんとうにそれが欲しいのですか？

このゴールを達成するために、あなたは毎日小さなステップでいいですから一步一步進んで行く意思があるでしょうか？

あなたは、いまありのままの人生を進んで受け入れますか？

こんなことをあなたは理解しているのでしょうか？

よりよくなるのではなく、いますでに完全であるひとつの状態から、単に別の完全な形に、移行しつつあるということ、を。

多くの人々が、「これからよりよくなろう」と考えることで、同じ状態に滞ります。

でも、私たちから言えば、ただ違った状態に移行するだけです。

もっとお金のたくさんある状態に移行するだけです。

ゆっくりと目を開いてください。

これからもっと豊かな、もっとお金のある現実に移行していきます。
よりよい世界ではありません。ただ、違った世界です。

もしあなたがいまこの瞬間、椅子に座っているあなた自身の創り出し
ているさまざまな現実を批判したり判断し始めたら、最終的にあなたは
自分を傷つけてしまうことになります。

いままでもずっとあなたの現実はあなたの創造性の完全な表現であり
続けてきました。そして、これから先も永遠にそういう状態が続く
のです。

ただ、その中であなたはより多くのお金を引き寄せたいというだけ
です。

それほど大したことではありません。

実際のところ、あなたの創造性によっていままで表現されてきたもの、
つまりいまの現実をすでに完全だと認めれば、望む状態にスムーズに
速やかに変化して行くことができます。

自分の創造した物事を完璧なものとして見るとは、自らを愛する許可
を自分に与えることです。

こういう見方をします。

私の人生にはもちろん、表面的にはいくつか問題が並んでいるように
見える。

それでも、私の人生は完全性の表現だ。

その通りです。

もしかすると先月家賃を払えなかったかもしれません。

それも完全性の表現です。

自分の子供がみんな大きくなって、小さな不便な家からもっと大きな
家に移りたい、という欲求を持っているかもしれません。

それも完全性の表現です。

あなたはそれを完全であるとは感じないかもしれません。

完全性とは、必ずしもあなたが普段「完全とはこうだ」と思っている
ことと一致するわけではないのです。

会社の上司が、あなたの代わりに他の人を昇進させてしまった。

そのときには完全だと感じないかもしれません。

でも、そうなのです。

完全だと認めるとは、つまり宇宙の無限の秩序への理解を自分に与え
るということです。

それによって成長します。得ることができます。

いままでにない方法で自分に触れることができます。

こんなふうに考えるかも知れません。

「人生は、よりよく、なり得る、はずだ！」

でもそう考えると結局、自分を傷つけてしまいます。

いま、この瞬間の人生が完全だ、ということをもし理解しなければ、もちろんそれをそのまま信用する必要はありません。でも、そのことを深く信じなければ、いまいる状態に滞り続けることになります。

いま話したことは、さまざまな精神的な考えの中で、さまざまな宗教の中で、共通のものとして述べられてきている基本的な法則です。

自分の行きたいところへ移行するには、まず、ありのままの自分を受け入れるところからスタートします。

こんなことが起こります。

あなたの中で変化しよう、別の選択をしようということがはっきりすると、その選択に向かうことを妨げていたさまざまな観念や感情が全部意識の表面に上がってきます。

自分にはそれを得る価値がないという観念が表面に上がってきたら、受け入れて自分を通して解放してください。

豊かになることに対して罪悪感が意識の表面に上がってきたら、自分がそのようなフィーリングを持っていたということを理解する助けとして見てください。

あるいは子供の頃に父親があなたに「これだからできない。あれだからできない」とできない理由をたくさん与えたかも知れません。

それに対してあなたは怒りを感じていたかも知れません。

あなたが可能性を広げる選択に向かったとき、そういったフィーリングがすべて意識の表面に上がって来る可能性があります。

全部感じて、受け入れてあなたを通して洗い流してください。

あなたは、古いワインの入ったボトルに新しいワインを注ぎ込もうとしているのです。新しいワインでそのボトルが満たされるためには、古いワインはどこかへ行かなければなりませんね？

(大声で)

自分の現実にもっとお金を引き寄せたい！

エネルギーとしてのお金！ 私のところにこれから来てくれたまえ！

するとあなたのハートが泡立ちはじめます。

(ささやくように)

私にはそんな価値がないのではないか。お金はいらないのではないか。どうしよう。得ても、どうしよう。どうやって使おう？

お金は悪魔だ。

(大声で)

でも、お金というエネルギーが欲しい！

(ささやくように)

でも、お金をたくさん得たら早死にするのではないか…。

(笑)

お金を得れば得るほど、ウソつきになってしまうのではないか…。

(呼吸の音)

いま言ったようなことは、すべてつまらない古い観念です。

古いフィーリングです。

あなたはこれから自分にもっと多くのエネルギーを引き寄せる意識的な選択をしようとしています。

あなたは豊かに、お金持ちになりたいのですね？

ほんとうに？

私があなたと、まったく見知らぬ人として街で出会ったとします。

そして、あなたが、私はお金持ちになりたい、と言ったとします。そのとき私は、あなたが本当にその気持ちを持っているかどうかをどうやって見分けられると思いますか？

なにも、あなたから私になにかを証明してください、と言っているわけではありません。私たちもここでなにかを証明するために話しているわけではありません。

ただ、ちょっと好奇心があります。

「エクトンさん、私は本当にお金持ちになりたいの」

「ほんとうに？」

(笑)

「ほんとうに？」

私は、あなたの中に、本当にそれを望んでいる意志があるかどうかを見ます。

それに向かう意志があるというエネルギーです。

自分が望む結果を得るために、自分の統一性の範囲の中で、でき得る

あらゆるステップを踏む意志があるかどうかを見ます。
その意志は皆さんひとりひとりによって異なります。
私はこんな高い壇上からあなたに「ほら、こうすればここに辿り着きます」という地図を渡してあげることにはできません。
でも、安全なのだよ、とお話することはできます。
もしあなたが許せば、あなたはこれから豊かさの大きく広がる人生へ向かう途上にあるのだよ、そちらに向かうことは可能なのだよ、ということをお話することができます。
豊かになるために、たいへんな道のりを歩む必要はないのだよ、ということを分かち合うことができます。

そのために必要なステップはこれだけです。
自分の向かう方法に対してははっきりした選択を持ち、その選択を満たすために必要なひとつひとつのステップを着実に踏んでいく意志を持つ。
今晚から始めてください。
6か月後、自分の銀行口座にどのぐらいのお金があるか、さっきイメージで見てきましたね？ 6か月後にそれが現実のものとなるために、どんなステップでもいいですから、一日少なくともひとつのステップを踏んでください。
それを今晚から始めます。

こんな小さなステップでもいいのです。
今晚帰って、「いつまでに、これぐらいのお金を手に入れているようにしよう」ということを書いた紙を、いつも見る鏡の下にでも貼っておく。
そんな小さなステップも日々行えるステップのひとつです。
自分の選択した方向に向かう意志を明確にもてば、それを得るために必要なステップは、一度にすべてが現れないにせよ、毎瞬毎瞬、あなたに明かされていきます。

具体的であることが大切です。
望みを自分の中で高めながら何を望んでいるのかを具体的に知っていることが大切です。
そうすれば、あなたは欲しい物を得ることができます。
いったん望むお金を得ることができたなら、次から次へと連鎖反応を起こしていく可能性があります。
でも、いま話しているのは、エネルギーのことだということをよく覚えておいてください。
私たちは、ただの小さな紙切れとしてのお金について話しているので

はありません。

穴の開いている小さなコインのことだけを話しているわけではないのです。

エネルギーのことを話しています。エネルギーは常に変化して、流れている必要があります。

あなたが、それを流します。

それ自身で流れるのを、何もせずに待っていてはなかなか流れません。

誰かがやって来て、そのエネルギーを流す必要があります。

この宇宙に制限はなにもありません。

あなたが自分の人生に自分の望む豊かさを引き寄せることができれば、他の人もあなたを見習うことができます。

ある日、あなたが、物質的にも精神的にも豊かな人として街を歩いているとき、紙袋とお酒のビンを持って路上に座っている男性に出会ったとします。

そのとき、あなたは直観的な行為で、ポケットから1万円冊を出して「どうぞ」と彼に差し出したとします。

そのとき、路上にいる人は、酒をチビチビ飲みながら、「1万円冊がやって来たらなあ」と、ずっと願っていたかもしれません。

お金はエネルギーです。

感謝をしてください。

住む場所がなかったという経験を、あなたはいつしていますか？

まったくお金を持てなかったというようなときは、一体いつだったでしょう？

他の国々の状態と比べて、いままでの自分の状態がどうであったかということを見直してください。

世界中を見たとき、富の全体を100%とすれば、あなたの下にまだ95%の人々がいるということが理解できますか？

正直になってください。一体どれだけ自分がすでに豊かであることを認識してください。感謝を表現してください。

そうすれば、あなたの望みはもっともっと明確で純粋な、満たされ得るものになっていきます。

もちろん、お金を一番たくさん持っている国が一番豊かな国であるように見えます。

一般にこう考えられています。ヨーロッパ諸国、日本、アメリカ、カナダ、これらの国々は非常に豊かである。

そしてこれらの諸国に比べると、充分なお金を持ってないように見える、南アメリカ、アフリカ、中近東、ソビエト連邦の国々があります。

いま、世界的な規模で、お金というエネルギーに関して、豊かさに関

して、見方が大きく変化する時期に来ています。

かつて恐竜が絶滅したように、戦争は存続しえなくなり、マネーゲームがそれにとって代わろうとしています。

世界を見てください。

日本とアメリカの関係、アメリカとソビエトの関係、ヨーロッパ東部の状態を見てください。なにも戦争の必要はありません。

戦争に代わるお金は、競争という形をとります。

しかし、お金もまたいつの日か、恐竜のように絶滅してしまうでしょう。

でも、お金のエネルギーを無視しようとしたり、自分の現実から排除しようとする必要はありません。

皆さんの中でも同じ直感を持っている人たちがいますね？

これからお金が機能する、その仕方がどんどん変化していくだろうという直感です。

お金は、どうせいらなくなるのだから、いらないではないかといって、恐竜が死ぬ前に蹴つとばして早く殺してしまおうとする人がいます。

でも、恐竜を、死ぬ前に蹴とばさないでください。

もしあなたが蹴とばそうしたら、恐竜はあなたの頭の上に存在し続けることになります。あなたは豊かではないと感じ続けることになります。

恐竜が最後のひと呼吸をするまで否定しようとししないで、恐竜と遊んでください。

恐竜がいなくなったとき、自由に受け取り、与えることのできる無限の豊かさと愛の流れに変わります。

そういったことは可能でしょうか？

覚えていますか？ 最初から言っていますね、お金はただの紙切れにすぎないと。

いまエネルギーについて話をしています。

それはエネルギーのほんの一部分にすぎません。エネルギー全体ではないのです。

人類が、欲しいものを得る彼自身の能力を信頼し、彼自身の創造性を信頼するようになったとき、お金は変化するでしょう。

世界中に起きているローラーコースターのような経済変動を見てください。

人類は小さな基礎の上に非常に高い城を築きました。

その城が崩壊してしまうことなく、人類が再構築することを私たちは望んでいます。

助言です。

あなたが金銭に関わる時、あなたが報酬を得た結果、誰かが損失を被る状況には一切関わらないでください。

そのような状況に関わると、最終的に、あなたは失うことになるからです。

それは円のように循環するエネルギーです。

自分の現実にお金を引き寄せたら、次にそれを使いたいわけですね？
あなた自身のハートから見て、その統一性の範囲の中にある使い方であれば、どんな使い方をしてもいいのです。

もしあなたが自分の持っているお金を道で見かけた貧しそうの人にあげるなら、それはまったくOKです。そのような気持ちが起きなければ、それもOKです。

その瞬間あなたが本当に自分でそれを望んでやっているかどうかということだけが基準です。

あなたは、誰にも、なにも負債を負っていません。

必要なのは、自分自身のハートに、自分に対する愛に意識を向けていることです。

ここではある程度の健全な自己中心主義が役に立ちます。

貧欲になってください、と言っているわけではないのです。

しかし、お金を持ったとき、自分がなにを望んでいるのか、自分にとってなにが必要なのかを充分に知っておくのは、とても役に立ちます。
あなたが自分の欲しいものを得ていいのだよ、という許可を自分にあげればあげるほど、現実にはあなたはそれらを引き寄せます。

あなたが自分の必要を、欲求を満たせば満たすほど、その結果、他の人々の欲求も満たしてあげる能力が増えてきます。

もしあなたの経済的な面が満たされていれば、多くの人々を援助することができます。自己中心的であるとは、裏返してみれば非常に非自己中心的なのです。

他の人に金銭的援助をする場合、助言があります。

「自分が自分の現実を創り出す」ということをその人に話す前に、相手の人のおながが十分に満たされていること、つまり衣食住が満たされていることをまず確認してください。

基本的な欲求が満たされていなければ、哲学を受け入れることは困難です。

もしあなたがいろいろな概念を分かち合いたいと思う人がいるとき、彼らがまだ食べるにも困っている状態であれば、まずそれをサポートしてください。

それから次に与えることと受け取ることです。

この惑星上にこんな観念があります。

アメリカではこんなふうに言います。

「受け取るよりも与えることのほうがいい」

日本でも同じようなものがありますね？

その観念をみんなが持ったとしたら、与えようとする人ばかりで受け取ろうとする人がいないことになります。

誰も受け取ってくれる人がいないとしたら、一体誰にあげましょう？

与えること、与える人で一杯の世界。

それはバランスが崩れた状態と言えます。

すべてはエネルギーです。

惑星全体を見てください。持っている人もあれば、持たない人もいます。

受け取る人と与える人。

エネルギーの流れに従って、与える人が受け取る人になり、受け取る人が与える人になります。

もしあなたに対して誰かがなにかを提供してくれようとしたなら、喜んで受け取ってください。「ありがとう」と言って、彼らに祝福をあげて。葛藤する必要はありません。あなたが受け取ることによって彼らはあなたに与えることができるのです。

もしあなたがもっとお金を欲しいなら、まず、より多く受け取ることを学ぶ必要があります。

与えることと受け取ること。

同じことです。

同じことです。

では、皆さんの銀行口座は6か月後には一杯になっているわけですね？

ほんとうに？

たぶん…？

あなたはコミットしていますか？

あなた自身を愛していますか？

いままで自分が創って来た現実をそのまま受け入れていますか？

欲しい理由は、単に私が欲しいからだということを知っていますか？

必要な行動を一步一步取っていく意志がありますか？

結構です。

では、私はいったん旅立ちます。

しばらくしたらまた戻って来ますが、その前にお金のゲームに関してなにか質問をしたい人があればどうぞ。

ただのゲームです。

恐竜が死ぬ前に蹴っ飛ばそうとしないでください。

(リチャード、トランスから出る。休憩)

リチャード：皆さん、帰って来てくださってどうもありがとう。

(笑)

もう一度言っておきたいのですが、私はチャネリングのプロセスを実験的なものとして受け取っています。

皆さんが私に質問をされれば、私もできる限りそれに答えようとしします。エクトンの方からも、皆さんの質問に対して、彼の能力の及ぶ範囲でできる限りの答えをしていきます。

私は自分をサイキックだとは思っていません。誰に対してもなにかを証明するためにいるわけではありません。

ですから、あれは「偽者ではないか」という気持ちを持ってもらっても、一向に構いません。私は自分を半覚醒意識状態を探究しているカウンセラーだと考えています。

エクトンはなにもかも知っているわけではありませんし、私もそうです。

私は、知らないのに知っているようなフリはできません。

トランスに入る前に、チャネリングのプロセスそのものに関してなにか質問をしておきたいことがある方いらっしゃいますか？

(誰も手を挙げない)

ほんとうに？

(笑)

もう僕は行かなくてはならないの？

(笑)

僕に立ち去れと言うのですか？

(笑)

エゴが崩された。

(笑)

(リチャード、前列の女性に話し掛ける)

さきほど、「自分でチャネリングしていると思う人？」と尋ねたときに手を挙げていましたね？

自分がどんなプロセスの中にいると思いますか？

あなたの方からなにも言わないのに、私の方から指名してごめんなさい。

(女)： 直観的なことがどんどん重なって、こうすればいいのではないかというはっきりとした言葉で内側から出てくるというか、うまく説明できないんですけども…。

通訳： 言葉で来ます？ フィーリングで来ます？

(女)： 言葉で来るときも、フィーリングで来るときもあります。
現象的な部分では、子供の頃に幽体離脱をしていた感じがあります。10年くらい前から、私を守ってくれている光がまわりに見えたり、物がないところでも、私の疑問に対して音で答えてくれるということが起こるようになりました。内側の部分では、私ではない、男の人とも女の人ともつかない存在からの答えが、テレパシーというか、一瞬のうちに伝わるということがあります。

リチャード： 自分の外側のなにかと関わりができていような感じがしますか？
あるいは、自分の内側で起こっている何かだと感じますか？

(女)： 最初、外側です。

リチャード：どうもありがとう。

あなたの話を聞きたいという直感があったので声をかけたのです。

実は私も子供の頃から幽体離脱の経験があって、チャネリングに関心をもつきっかけになりました。

子供の頃昼寝が好きで、眠りから覚めたと思ってパッと目を開けると、天井のあたりをウロウロしていました。

(笑)

下の方に自分の肉体が横たわっているのを見て、最初はどうしたのだろう、と驚いたものです。子供の頃、その体験を説明してくれる人がまわりに誰もいませんでした。

だから、自分自身で解明する必要があったのです。

で、結局いまこんな状態になりました。

(笑)

では、行きましょう。また後でお会いします。

デハ、アトデ。

(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランスに入っていく)

エクトン： もう一度この肉体と完全につながりをつくるまで少し時間がかかります。

皆さん、もう一度、こんにちは。

まだ皆さん、お金のことを考えているのですか？

まだそのことが気掛かりですか？

支払わなくてはならない請求書が頭をよぎりますか？

子供を学校にやらなければならない。

お金を使うときにはいつも理由があるようですね？

私たちはあなたがお金を必要とする理由に関しては、それほど興味が

ないのです。

皆さんは数えきれないほどのたくさんの理由を持っています。

理由にこだわりはじめたらキリがありません。

でも、これから質問をするとき、理由を話してもらうことも役に立ちます。

あなたの内側でいまなにが起こっているかを見る助けになりますから。お金が欲しい理由、あるいは使う目的、そういったものについて考えることになにも間違いはありません。

私たちからの唯一の助言は、その理由にこだわりすぎて、滞ってしまわないでください、ということです。

理性は物事を分析することが大好きです。

これからお金を創り出そうというプロセスにあるというのに、もうお金を使うさまざまな方法を考えようとしたりします。

「なぜお金を持ってないか。どうしてそれが自分の人生にやってこないのか」という、理由も数えきれないくらい挙げることができます。

それはただあなたのマインド（思考）がノイズを出しているにすぎません。

いま、あなたに流れているエネルギーを受け入れて…。

エネルギーを受け入れたとき、さまざまな感情や思考が湧いてきますが、それをすべて受け入れる準備をしてください。

あなたの意識にさまざまな思考や感情が湧き上がるとき、それらひとつひとつに対処していきましょう。

いま話しているテーマに関して、質問のある人はありますか？

質問をするとき、覚えておいてください。

これはただのゲームです。

本当に、「質問」というゲームなのです。

楽しいゲームではあります。イライラするようなゲームでもあります。あなたの知らないことを私が知っているフリをするゲームです。

（笑）

自分の意識の中にいままであったものを、自覚できる形にして、他の人々にもまたその情報が役に立つように分かち合う、そういったゲームです。

誰か私とゲームをしたい人はいますか？

Q1（女）：こんばんは。こういう場合は、初めてです。休憩前のセッションのとき、半年後にいくらお金を手に入れたいかということで、私の頭の中で出てきた金額は、普段仕事をして受け取るお金の倍以上だったのです。ちょっと多いなと思えるくらいの金額ならワクワクするのですが、この金額はちょっと多すぎて、恐怖ではないのですが、不可能だという気持ちですぐ入ってきてしまいます。そういう気持ちを持っているということは、ちょっと信じにくいということなのかな、というふうにいま考えてたのですが…。

エクトン：先ほども話しましたが、こんなことが起こっています。まず、お金をもっと受け入れようと、エネルギーに対して自分を開きます。すると、それまでお金をより多く得るのを妨げていたさまざまなフィーリングや観念が無意識層から意識の表面に出てきて、「ああ、ダメだ」という思いが自覚されます。このようにしてください。まず、エネルギーに対して自分を開きます。そうすると、それは無理だという疑いなど、さまざまな感情が出てきます。それを拒絶しないで、全部感じてください。ないものが出てくるのではなく、いままで無意識の中にあったものが表面に出てくるだけです。その後、いままでのように制限を続けたいかどうかを自分に尋ねて、そこから選択を新たにします。

多くの人々が、ある目的のためにお金を表面上「欲しい」と言いながら、実際にはそれを自分に引き寄せません。なぜなら、お金に対して自分が開こうとしたとき、いま言ったようなさまざまなフィーリングが出てくるからです。

こんなことができるだろうかとか、自分にはその価値がないとか、お金を得るには苦勞しないといけないとか、そういったものに直面したくないというだけの理由で、無意識にお金を得ることそのものも拒絶してしまいます。

具体的には、次のようにしてください。

まず、これからもっとお金を持つことに対して開こうとする意志を持ちます。

すると、「こんな金額を得るのは無理だ」とか、いろいろな制限や感情が表面に出てきます。

それらの思考を自分の頭の中だけで回転させておくのではなく、紙に

書き出してください。マインドの最初の反応は、「いや、私はそんなのは信じられない」というのが出てきますね？ それを書き出します。そうしたら、もう少しハートの中に深く入ってみます。

「いや、待てよ。でももしかしたらいけるかもしれない」というフィーリングが正直な気持ちとして、あるかも知れません。そのフィーリングを最初にした部分の横に書いてください。いまひとつがすんだわけですね？「私にはそれは無理だ」というのが。

そうしたらまた、「自分はそれに値する。自分はお金に対してもっと開こう」というようにエネルギーに自分を開きます。そうしたらその反対のフィーリングが出てくるので、それを書き留めます。

今度は、「私にはそれを得る価値がない」です。

そうして、もう少し深く入った気持ちですね、正直な気持ち、例えば「いや、私はそれを得る価値があるかもしれない」ということをその横に書きます。

そうすると、また、次のフィーリングがすぐに上がってきています。「そんなにたくさんお金を得るためにはいまの3倍ぐらい仕事をしないといけない」

これも同じように書きます。

そして、その横にもう少し深い正直な気持ちを書きます。「いや、金額が3倍だからといって仕事を3倍しないといけないということではなくて、いまの仕事のやり方を変えとか、新しい仕事をするとか」そういうことを具体的に考えてみてください。

意識の中だけで思考を巡らすのではなく、そのエネルギーを「紙」に具体的に表現します。そして、次のエネルギーに対して開きます。

このプロセスを続けていると、ある時点から、単に「こうなればいいな」という希望のレベルを越えて、物質的な現実と繋がりはじめます。

それはこんなふうです。

例えば6か月後には私はこの金額を銀行の口座にもって「いたい」という状態から、来年の中頃には銀行の口座にこの金額のお金をもっている「だろう」あるいは「あるだろう」というフィーリングに変わってきます。

望みの現実が、自然に、心から信じられることが、それを実現する上でとても大切なポイントになります。

ですから、さまざまなフィーリングを、頭の中だけでもてあそばず、紙に書いてください。

それによって、無意識に持っていた観念を意識的に出し、「あ、こういう観念を持っていたな」と確認します。観念は変えられます。その観念を変えた後でもまだ不可能だというフィーリングが残るようでした

ら、最終的に金額自体を設定し直してください。

どんな状況であろうと、実現の可能性を信じられなければ、実現することはできません。ですから、なにかを実現化するプロセスの中で最も障害になるものは、実現可能であると信じられない精神状態です。途中で金額を訂正する必要が出て来た場合でも、意識の焦点はあなたの求めているゴールに合わせておいてください。

覚えておいてほしいことがあります。選択は、いつであれ、変更可能です。

自分の必要や欲求をさらに深く理解していくたびに、それを訂正することができます。

選択を変えたからといって、その方向にコミットしていないということではありません。大きな方向性を持ちながら、必要に応じて形を変化させているだけです。

こんな話を例にとって考えてみましょう。

体重 150 キロの男性が「6 か月間で 75 キログラム減量しよう」と決心します。

その期間と、減らす量を照らし合わせてみたとき、妥当な分量とはいえませんか？

少し多すぎます。

もちろん、それは起こり得ます。

しかし、短期間にそれだけ多くの減量をすれば、肉体的に障害を起こすことがあります。可能性の少ないゴールを設定すると、途中で、やっぱりダメだ、ということになります。そういう人は、たぶん同じようなことを人生のさまざまな分野で繰り返してきています。

皆さんにお尋ねします。

「失敗するだろうな」と思うような、実現できそうもない目標を設定していることがあるでしょうか？

質問された方、どうですか？

そういうことをよくやりますか？

実現は信じられないけれど、これがいいからと大きな目標を設定することがよくありますか？

Q 1 (女)： 私はありません。

エクトン： では、自分の人生で得られるものに関していろいろな観念がありますね？

Q 1 (女)： はい。

エクトン： それを先ほどのように訂正していくことは、比較的簡単ですね？

Q 1 (女)： はい。

エクトン： 彼女と同じような問題がよくある人、そういったことをよくしてしまう人々。

まず最初に、先ほど言ったように、紙に書くなりして、自分の観念を意識的に見てください。それでも実現が信じ切れないようであれば、設定を変えます。

そのようにやってみてください。

納得でき得る範囲で設定することが、私たちからの助言です。

それで、今の質問の答えになっているでしょうか？

Q 1 (女)： はい。ありがとうございました。

エクトン： 他に質問ありますか？ これから豊かになろうとする人たち。

Q 2 (女)： おひさしぶりです、エクトンさん。嬉しいです。

私はお金だけではなく人生全般において、ゴールを一応イメージしておくと、忘れた頃にポーンと実現します。

具体的に細かくイメージして「こうなるんだぞ、えいっ！」と執着するのは私の場合、よくない気がします。

必要なものをイメージした後は忘れて自然に任せておくと、あるとき実現の信号がピッピッと来て、「あ、これだな」と分かります。

ものによっては何年もかかりますが、その時間は私にとってなにかを学んだり、世界を広げてくれるものです。

エクトン： 地面に種を蒔いた場合、水をやって育てますね。

ところが多くの人はこんなことをやります。

「もっとお金を得て豊かになる」というゴールを設定して、種を蒔きます。すると、それが自然に育ってくる前に、うまく育ってるかな？と心配になって地面から種を掘り返します。

(笑)

本当にそれが育っていると信頼できないために、芽が出る前に地面から引っ張り出すのです。

見ると「うわっ、ほんとうに育ってる。すごいつ。また入れよう」そしてしばらくして、また掘り出します。

そんなことを続けていたら、種が育つまでに一体どのくらいかかるでしょう？

(笑)

私たちが先ほどから話しているのは、自分の望む状態を引き寄せる方法に事細かくこだわり続けることではありません。

蒔いた種が自分の納得できる範囲であることを確認したあとは、どのように成長するかを分析する代わりに、成長に必要なステップを取ります。

まわりに雑草が生えてきたら抜く。

太陽の光を十分に当てる。

種を蒔いた後取るべき行動は、必要に応じてあなたに明かされます。前もって分析して全部計画する必要はありません。

あなたは自分の欲しいものを、はっきり知っていますね？ 健康に育った、きれいな植物が欲しいのですね？

出発点は種を蒔くこと、望むのは健康ないい植物を得ること。

育てるために必要な情報やさまざまな技術は、その都度吸収していけばいいのです。種は地面から自然に芽を出しますから、育っているのだと確認できます。

あなたの創造性を信頼すればするほど、ゴールはもっと簡単にスムーズにあなたのもとに現れます。

Q2 (女)：ありがとうございます。

エクトン： 創造性の表現は、あなたの望む通りにやさしくも、荒々しくもなります。

例えば、誰かと愛を交わしているときの、とてもやさしく暖かい、愛に満ちた経験を思い出してください。

あるいは、見上げる空の、どこか遠くの銀河系では星が爆発している、そんな可能性も思ってみてください。

あなたはどのような表現を望みますか？

それをどのように創り出したいのでしょうか。

それは、あなたの選択です。

Q 3 (女) : エクトンさん、ひさしぶりです。その節はお世話になりました。

エクトン : あなたが来てくれてありがとう。あなたの思いやりに感謝します。
これは互恵的な関係です。
私もこのことから得ていると思いませんか？

では、あなたの質問をどうぞ。

Q 3 (女) : 私の場合、いまの方とよく似ていて、ぼやっと欲しいものとか、希望はあるんです。そして、そのときどきのやるべき仕事、やりたいことをやっている、と、忘れたころにドカンとお金が入ったり、この年で海外旅行に2回も招待されたりということが起こります。
だから、目標を設定してしまうとかえって執着になる可能性があるのではないか。それを質問したいのです。

エクトン : 設定している目標が、あまりにも凝り固まった融通のきかないものであれば、それによってエネルギーの流れを妨げてしまう可能性はあります。
私たちが言っているのは、まず自分の欲しいものと状況をはっきり認識するということです。
そして、固定した方向だけに向かうのではなく、毎週変化する自分の必要、方向を感じ取って、目標をいつでも変化させる意思を持った、開いた状態にすることが大切です。

こんなふうに考えてください。

あなたは、成熟した健康な独身男性で、素敵な赤いスポーツカーが欲しいとしましょう。

あなたは6か月後にそれを得ると目標設定し、スポーツカーに乗っている状態をイメージして実感します。

その仮定で、ばったり理想の女性に出会いました。彼女は、自分にとってどこから見ても完全です。彼女と家庭をもって、一生共に過ごしたいと思い、いまがそのタイミングだ、と知りました。

そこで、「待てよ、家族のために、もっと大きな車を持つ必要がある」と思います。

最初に欲しかった車を得て、奥さんが別の方法で家族の車を得るということも可能ですが、一度に2台持つことが信じられなければ、最初設定した車の機種を変更するのが妥当ですね？

ですから、一度選択をしてからも、途中で変更するだけの柔軟性を持つことはとても大切な要素になります。

あなたの人生が変わるにつれて、その中であなたの必要とするもの、望むものも変わっていきます。

一方、自分の自由を失うのが怖いために、さまざまな決断をまったくすることができない人がいたとしましょう。

きょうは、夕食になにを食べよう？

ほんとうはあれを食べたいのだけれど、こっちのを食べよう。でも、私は自分を制限したくない。夕食にすぎないのですが。

(笑)

自分を制限するのを怖れるために、さまざまな選択ができない人がいます。

自由を失いたくないから、結婚しない方がいいだろう。結婚すれば、彼女は私にいてほしいと言って、私は束縛されるに違いない、という観念を持っていたとします。

だから、結婚はやめようという選択をしてしまいます。

あなたは自分自身の創造性がどのようなときに最もスムーズに表現されるか、その流れをもうつかんでいますね？

ひとつ、あなたにとってもシンプルな質問をさせてください。

あなたはそれでうまくいっているように見えますか？

Q 3 (女)： はい。

エクトン： 結構です。ちょうどあなたは真ん中にいます。

今のやり方でうまく流れているときには、そのやり方をずっと続けていけばいいのです。いまのやり方ではスムーズにいかない時点を迎えたとき、やり方を調整すればいいのです。

いままでやってきた方法がどうもうまくいかないと思われるときには、違った方法を試みることをお勧めします。どのような方法を使うかは、直感に耳を傾けて決めてください。私の言うことを、どうかそのまま信じてしまわないようにしてください。

あなたの質問に対して、どうもありがとう。

ここにいる数人の人に、あなたの質問と、それに対する答えが光を与えてくれたようです。

Q 4（女）：はじめまして。よろしくお願いいたします。

エクトン： よろしくお願ひします。

Q 4（女）： 私は 20 年間、ずっとバイオリンという楽器と関わってきました。
いま新しく知り合った人たちと一緒に、新しく音楽の仕事を始めよう
というふうに流れてきています。そのことで不安はまったくありません。
知り合ってこの 1、2 か月で事態が大きく変わろうとしているのです
が、はっきり言って、私たちは彼女のことを何ほども知っていません。
でも、私の、理性ではなく感覚的なものからいくと、いままで音楽で
関わってきた人間関係を離れてでも、新しい人間関係に臨む方がいい
と判断しています。

エクトン： どんなチームですか？
なにをしようとしているのでしょうか？

Q 4（女）： 音楽と通してリラクゼーションの場を創りたいと思っています。
私たちはみんなクラシック畑の人間ですが、クラシック概念の枠
をはずして、みんながホッとできる場を提供したいと思っています。
本当に音楽を聞きたい人というのは、シンフォニーホールの高いチケ
ット代を払って来る人ではないように思うのです。

エクトン： それは質問ですか？

Q 4（女）： はい。

エクトン： 質問はなんでしょう？
あなたが話す前に。
深呼吸して…。もっと深く、深く…。
あなたが働こうとしている他の人々と、実際のところこの質問とはま
ったく関係がありません。
あなた自身の問題です。
呼吸をして…。深呼吸をして…。
あなたはなにを得たいですか？
あなたにとって成功とはなんでしょう？ それを見てみてください。
感じて。考えようとせずに、感じて…。

新しい仕事の中で、あなたはどのように感じていたいですか？
感じて…。
理性から離れて、ハートで感じてください。

そのようなサービスを他の人たちに提供することに、どんな気分を感じますか？
感じられますか？

Q 4（女）： 人が喜ぶことによって自分が嬉しくなるという感覚です。

エクトン： あなたはいま、他の人々が喜んでいと感じたときに、自分も喜びを感じると言いました。しかし、他の人々が喜ぶという理由なしに、自分が「幸せに感じたいから」幸せに感じようという気持ちがありますか？
いま、やってください。
なんの理由もなく幸せだという気持ちを感じてください。

呼吸を続けて…。
どんな感じですか？

Q 4（女）： 顔が勝手にほころんでしまいます。

（笑）

エクトン： 結構です。
幸せを感じるために、理由をつける必要はありません。計画する必要もありません。
あなたの望む結果は、自分が幸せに楽しく人生を生きる役に立つものですね？

Q 4（女）： はい。

エクトン： いまこの瞬間、あなたは知る必要のあることをちゃんと知っているはずですよ。ですから、でき得る限り最も高い純粋な幸せと喜びに満ちた人生を生きたい、というあなたの望みをクリアに選択しておいてください。
そうすれば、それに必要なさまざまな物事は、そのあとから来ます。

私たちからの助言としては、あなたが関わろうとする人々と一緒に、

お互いになにを望んでいるかを、もっと話し合ってください。自分自身の直感を信頼して。そして、自分のゴールを信頼して。ステップをひとつひとつ踏んでいく限り、あなたの望む状態はスムーズに現実化していくはずです。

いま一緒にやろうとしている人々と、先々音楽を録音して、販売する計画はありますか？

Q 4（女）： いまのところそこまでのことは私の脳裏にはなかったのですが。

エクトン： そのことについて考えてください。

いまのところ、自分たちの場だけで音楽を分かち合うことで充分でしょう。

しかし、その場所に関わる人だけではなく、もっと多くの人々と分かち合える場が必要となるときが来ます。その可能性を感じます。

Q 4（女）： ええーっ？

（笑）

エクトン： でも、まず自分の基本的なリクエストはなにかをよく覚えておいてください。

あなたの最終的なゴールは、自分の人生の質を向上させて、喜びと幸せに満たされて生きることです。いまの自分の最終的な目的を頭の中だけで繰り返しておくのではなく、紙に書き、目につくような場所にあちこちアフメーション（自分に確信させるための短い言葉）として貼っておいてください。

「私は自分の人生の質を向上するために必要な行動は全部とろう！」という意志をはっきり持っていることです。

Q 4（女）： Yes.

エクトン： 結構です。

Q 4（女）： ありがとうございます。

Q 5（女）： よろしくお願ひします。

いませっかくみんなが豊かに生きようというお話をしてくださっているのに、逆行するようで申し訳ないのですが、人類全体で資源の枯渇や環境破壊の問題が、もう避けて通れないところへきていると思います。

すでに、もうすぐ食べるものが無くなる、と言っている人もいます。また、CO₂に関しては、世界各国に総量を割り当てて、排出量を制限しなければならないところまできています。

切羽詰まっているのだなという意識がすごくあります。

ですから、私の中に豊かになっていいという確信がなくてブレーキをかける部分があって、このままみんなが豊かになることを追求していったら、地球の許容限度を超えてしまうのではないかという心配が強くなります。

エクトン： 非常に現実的な、とてもいいポイントです。

人類全体が自分たちの人生をもっと満たされたものにしよう、と一所懸命やっているということをいままで話してきました。

「豊かさ」の定義ですけれども、あなたにとっての豊かさと、南アメリカで農業を営んでいる人たちにとっての豊かさの感覚は、違うでしょう。あなた個人が、まず豊かに生きることのひとつの例を見せればいいのです。

あなた自身が、物質的に豊かに、心地よく生きていて、なおかつまわりの環境と調和していると、まわりの人がそれをお手本にすることができます。

実際いま環境破壊の問題になっているものを、買うことを避けるように、他の人々を援助してあげることも出来ます。

この惑星にはすでに、わずかな気体で自動車を何キロメートルも走らせる技術が存在しています。

環境にクリーンな太陽エネルギーを抽出する技術やパネルの発明品もあります。

日本にはあるかどうか知りませんが、アメリカでは一般からお金を受け取って、環境保護に積極的な事業に投資したり、あるいは事業が環境と調和しているかどうかを裁定する事業団体があります。

環境問題は個人の責任だとみなされているのです。

もちろん裕福になることはいいのですが、同時にまわりの環境と調和がとれているかどうかを考慮してください。

例えば、お店でハンバーガーを食べると、南アメリカの熱帯雨林の破壊に繋がるかもしれないと自問してもよいのです。ハンバーガー用の牛を飼うために南アメリカの木がたくさん伐採されています。

ハンバーガー業者が裕福になることに協力しないこともできるのです。

もしあなたが、大量の海洋生命破壊を引き起こす特殊な漁獲方法があることを知っていれば、その方法で漁獲した魚を食べないようにすることも出来ます。

効果を現すにはしばらく時間はかかりますが、国家間で環境を保護する様々な規則が作られています。

では、あなた個人に話を戻しましょう。自分が豊かでありながら、その豊かになる方法がまわりの環境とも調和していることが可能であれば、あなたはどんなフィーリングを持つでしょう？

Q 5 (女)： いままでは紙 1 枚を使っても、ああ木材をこんなに消費してしまったとか、割り箸 1 本を使っても罪悪感のようなものがあったのですけど…。

エクトン： 割り箸を使って罪悪感を感じるなら、外出時は、自分の箸を携帯してください。また、使った紙はリサイクルに出してください。

買い物をする際に、環境と調和を保っている会社の製品を選ぶ、というところまで考慮してもいいのです。

でも、あまり環境問題を考えすぎて、頭がおかしくなるようなところまで行かないでください。

もちろん、現在、環境は大きく破壊されてはいます。しかし、これから何年かの間に必要な行動を取れば、回復される可能性はまだ充分あります。

もうひとつポイントがあります。よく聞いてください。

罪悪感を動機にした行動からは、いかなる行動であれ、望んだ結果は得られません。

割り箸を使うことに罪悪感を持ち続けるなら、最終的になにが起きると思いますか？

多分、割り箸を使い続けることになるでしょう。

箸を使ってはいけない、という罪悪感を持っていると、罪悪感自体がそれを感じ続けるさまざまな状況を引き寄せます。

ある日気がついたら、割り箸を使わなければならない状況にいることになります。

こういったことをお話しています。

やりたくないこと、得たくないことに意識をフォーカスするのではな

くて、やりたいこと、求めることに意識をフォーカスします。
なんであれ意識を最も強くフォーカスするものが、自分の現実となります。

こんなふうにやります。

資源の無駄になるから、と箸を携帯するのではなく、お気に入りの箸を出先に持って行こう、こんな新しい習慣が日本に広がるひとつの手本になろう、というくらいの理由です。

ですから、「いやなもの」ではなく、「望ましいもの」に意識を合わせてください。欲しくないものに意識を合わせ続ければ、それが次から次へと自分に引き寄せられます。

きょうまであなたがどう感じて割り箸を使ってきたにせよ、それはそれで完全だと認めてください。明日はどうしましょう？

あなたが、明日決めてください。

なにか新しいことを決めるかもしれませんね。

実際のところ、箸のためよりハンバーガーのために、たくさんの木が伐採されています。もう自分をそれ以上いじめるのをやめようという選択をしますか？

Q 5 (女)： はい。どうもありがとうございました。

エクトン： 環境によくないことでも、トイレに行くことのように、せざるを得ないことがあります。

しかし、無駄を避ける適切な方法はとるといいでしょう。

行動してください。

でも、理解力を超えてなにかを達成しようとはしないように。

これでいいですか？

Q 5 (女)： はい。どうもありがとうございました。

エクトン： (通訳に) リチャードがいま意識のドアをノックしていますが、いま何時ですか？

(笑)

時間がオーバーしてごめんなさい。

私たちは、時間と空間の枠の中では生きていないので、皆さんにとっ

ての1時間が私たちには一瞬のように感じられることがあります。

旅立つ前に、もう一度尋ねます。

あなたは、なにが、欲しいのですか？

あなたは創造者です。

望んでいるものを得ることが本当にできるのです。

それでは、皆さん、愛しています。

さようなら。

ワークショップ③「セクシャリティと人間関係」IN 東京

1989 年 11 月 18 日

「親密さ」とはなにか。
あなたのハートを丸ごと見せるように、
全部触られるように開くことです。
愛される「リスク」を冒すことです。
愛する「リスク」を冒すことです。
そこには保証はありません。
もう 2 度と傷つかない、という保証也没有ありません。

リチャード（トランスに入る前の状態で）

コンバンハ。

今夜はおいでいただき、どうもありがとう。

きょうは「セクシュアリティと人間関係」をテーマにしたいと思います。

このことに関してはみんな同じような問題を抱えていますし、私もそのあたりに入っていくのはとても好きです。

人間関係やセクシュアルな事柄に関して、関心や疑問、あるいは問題がいままでなかった人はひとりもないと思います。

セクシュアルな表現と人間関係には、文化によって驚くほどさまざまな視点があります。

アメリカではセクシュアルな表現あるいは人間関係に関して、非常に固定的な観念や変な見方をする部分があります。

人口の半数は、この話題にフタをしておこうとし、あとの半数は、もっと自由に話し合おう、もっと表現しようと考えています。

この2つの見解の相違が、非常に大きな緊張、あるいは摩擦を作り出します。

アメリカの抱えているさまざまな問題を掘り下げると、セクシュアリティに行き着くことが多いのではないかと思います。

いまアメリカでは妊娠中絶の権利に関する話題がホットです。妊娠中絶の是非は、セクシュアリティとは関わりがないように見えますが、その根底にはアメリカ人のセックス観が横たわっています。

またエイズが非常に大きな社会問題となっています。

性表現は伝統的な形で行われるべきであり、ホモセクシュアルなどの他の形態は認めない、という考えを巡って論議が盛んです。

日本の事情はよく知りませんが、身近に見る限り、パートナーシップに関して、「正当な関係」であると思われる形に自分を適応させ、さらにその関係が一生続くものであって欲しいと思う傾向が、アメリカよりも強いようです。

セクシュアルな表現の形はいろいろですが、アメリカと日本だけではなく世界全体でその問題が非常に大きな部分を占めているように感じます。

皆さんひとりひとりに合った、満足できる関係に入ることについて、今夜皆さんとお話したいと思っています。

愛と豊かさに満ちた関係をもちたいと望んでいる人はどのくらいいらっしゃるでしょう？

私としては、誰かと一緒にいるよりひとりでいたい、と感じる事がときどきあります。

関係がどうしてもなく必要になってしまうのではなく、関係の中にありながらなおかつ個人としての自分を保つことが非常に大切なのではないのでしょうか。結婚して子供もあるという状況で、個人性を保つことはとてもたいへんです。でも、そのことを自分で大切であると感じれば、それを満たす方法はあるはずです。

私のカウンセリングにきた人が関係に満足していない場合、私は次のような質問をします。

あなたは、どのような「期待」をもってその関係に入りましたか、と。
期待があるとき、現実がそれと違えば不満を覚えます。

私たちの多くは子供のときに、愛情の表現やセクシュアルな表現に関する、さまざまな相反するメッセージを受け取ります。

例えば、アメリカでは子供はテレビを見て育ちますが、テレビの家庭ドラマでは、みんなニコニコ笑って、人生はすばらしい、という印象を与えます。

ところが、テレビを切るといきなり現実が待っています。両親は喧嘩をし、兄弟とはうまくいかない。シリアスな家庭問題が目の前に展開しています。

日本での事情は多少異なるかもしれませんが。しかし、愛とはなにか、恋愛とはなにか、ということに関する相反するメッセージは、多かれ少なかれ受け取っているでしょう。

この部屋にいる人の数だけ、愛の表現方法があります。

ひとりひとりにおいても、愛の表現方法は無限にあります。

ひとりひとりが常に変化しています。生きています。

さまざまな瞬間瞬間においても、違った方法で表現され得ます。

特に深い恋愛関係での愛の表現は、単調ではありません。

上がったたり下がったり、起伏に満ちています。

それが、非常に親密に愛が表現されたときのやり方です。

パートナーシップで、もっとも大きな大きな大きな大きな問題は、お互いのことがよく分かったと思いついたときに起こります。

というのは、相手は常に変化しているのですが、「もう分かっている」という先入観があるとき、変化を認識できません。

そうなると、お互いから学び合って成長することがほとんどないまま関係が続いてしまいます。

関係には、常に生命を与え、リフレッシュすることが必要です。

いまパートナーがいなくて、欲しいと思っている人がいますね。

現実パートナーがいらないということは、無意識のレベルで欲していないと仮定するのが当然なのです。

その理由をさぐってみれば、過去に非常に傷ついた関係があったのかもしれませんが。あるいは、子供の頃両親、あるいはまわりの人のパートナーシップを見て、ひどいものだという印象を受けた、あるいは自分の肉体を他の人と分かち合うということを、まだあまり心地よく感じていないなどの理由があるかもしれません。

恋愛関係の中で、お互いの体を分かち合うことはとても大きな部分です。自分の創った肉体としての現実を、他の人と肉体レベルで分かち合うということです。

鏡を見たときどう感じますか？

映っている自分の姿が好きでしょうか？

もし、鏡のなかの自分の身体を心のどこかで嫌っていれば、自分が自分を拒絶しているのですから、パートナーが欲しいと思いながら、拒絶していることになります。

過去に、今回と同じような題材でセミナーをやったことがあります。

エクトンがエネルギーエッセンスだけの、肉体を持たない存在だとしたら、どうしてセックスのことがわかるのか、と質問した人がいます。

エクトンは観察するのが大好きです。

(笑)

見ています。

私がセクシュアルな交換をしているときに、エクトンが体の中に入ってきたという経験はありませんが。

チャネリングは、ときに非常に奇妙な現象になり得ます。

2、3年前、アメリカでカウンセリングしていた女性が、エクトンと交流を始めた、と言い出しました。

私はそのことを別に否定しません。

ある日、彼女がやってきて言いました。

「リチャード、エクトンが私に言ったのだけど……」

エクトンは、リチャードにチャネルされた状態で彼女とセックスをして、自分の子供を欲しがっているのだそうです。

そして、その子が救世主になるだろう、と。

(笑)

こういうことがあると、どう扱っていいのかわかりません。個人的な意見を言わせてもらおうと、彼女はあまり僕のタイプではありませんでした。

(笑)

この例で、チャネリングは、受け取り方次第で奇妙な現象になり得る、ということが分かってもらえたのではないのでしょうか。

情報自体が大切です。しかし、情報を受け取った人の脚色によって、それがずいぶん違った質のものになってきます。

これからトランスに入る間、リラックスしてエネルギーに対して開いていてください。

サヨナラ。(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランス状態に入っていく)

エクトン： この肉体と完全につながるまでもう少し時間がかかります。

皆さん、こんばんは。

見なれた顔の人も何人かおられるようですね。

あなたは、なにを、求めますか？

きょうあなたが経験する内容は、あなたの欲求に応じて変わります。あなたの中で、欲求が具体的で明確であるほど、現実の経験がより明確に決定されていきます。

関係が欲しいなら、隣に座っている人を抱いて、私はいまこの人と関係を持っている、ということも出来ます。

しかし、前もって関係に対するあなたの欲求がはっきりしていなかったら、あなたが隣の人と確立した関係は、あなたが深いところで欲しかったものとは異なるかもしれませんし、相手の人も、あなたとの関係に同意しないかもしれません。

この短期間の関係は困惑したものになります。

何故なら、関係に対するあなたの欲求、あるいは必要が明確ではなかったからです。

多くの人が関係の中で、愛情、セクシュアルな表現、親密さを求めていると言います。

でも、その内容が具体的に表現されていない場合が多いのです。

あなたはどのようなセクシュアルな表現を求めているのでしょうか。
あなたが必要とするパターンを知っていますか。
自分がワクワクすること、自分に合った表現を知っていますか。

こんなふうに言うこともできます。
パートナーに体のこの部分を、こんなふうに触ってもらいと気持ちが
いい、と。
それほど具体的に感じる気持ちがありますか？

恋愛したいと言いますが、一体全体、恋愛とはあなたにとってなんなの
でしょう。
どのようなロマンスを求めているのでしょうか。
キャンドルライトのついたきれいなレストランに、週に一度行って楽
しいときを過ごすことが、あなたにとってのロマンスでしょうか。
輝くサテンのシーツを用意してくれているような夫、妻、恋人が欲し
いのでしょうか。
(通訳が“サテン”を訳せなかったので) チャンパックは明らかに、
サテンのシーツを持っていないようです。

(笑)

明確になるとはこういうことです。

子供は欲しいですか？
何人くらい欲しいでしょう。
女性であれば、自分の肉体を通して子供を欲しいと思いますか？
養子という形で子供を自分の手元に引き寄せる方法もあります。
異性と恋愛をしたいと思いますか？
あるいは、同性と恋愛をしたいと思いますか？
パートナーはあなたより年上がいいですか？
年下がいいですか？
同じ境遇の人がいいですか、違う方がいいですか？
若い人がいいですか？
筋骨隆々の人がいいですか？
それとも、スラッと痩せた人がいいのでしょうか？

なにが、欲しいですか？
なにを、求めていますか？

あなたの欲する内容が具体的であればあるほど、その内容に則した現実を引き寄せることができます。

愛が欲しい、と言います。

すばらしい。

でも、なんでしょう、愛って？

それはどのように表現されるものなのでしょう。

あなたの目を見つめるだけであなたを理解してくれる。

それが、愛でしょうか？

永遠に永遠に永遠に、あなたと一緒にいてくれる人を求めますか？

あなたは、なにが、欲しいでしょう？

いま恋愛関係にあって、自分が求めていたものをすでに満たしている人、あなたはどのようにして得たのでしょうか。

その関係は最初期待していたものとは違った形で始まったかもしれません。

それを自分に合うように、いろいろ学んで挑戦してきたわけですね。

それでも実際は、あなたがその人間関係を引き寄せる前に、無意識のうちに、関係に求めるものを、具体的にリクエストしていたのです。

具体的になりすぎることを心配する必要はありません。

宇宙に対してリクエストする内容が具体的であればあるほど、実現がたやすくなります。

求めていたパートナーと、ほぼ一致している人と出会うことがあります。

そのとき2つの選択があります。

ひとつは、自分の望みに合わない部分も受け入れて関係に入っていく、関わりのなかで自分に合うように変えていく。

もうひとつは、その関係を手放し、自分にとってナンバーワンの関係を引き寄せるためにリクエストを続けることです。

あなたが保証付きの人間関係を求めているとしたら、たぶんこの惑星には合っていないでしょう。

もちろん、あなたが特定の欲求を満たしてくれる人間関係を望むことには何の問題もありません。

しかし、そこに保証を求めたとき、それは不可能です。

たとえば、長く続く人間関係が欲しい。

でも、「長い期間」の受け取り方は、人によって異なります。

もしあなたが、人間関係とはこうあるべきだ、という重い期待を背負ってしまったなら、あなたはパワーを放棄することになります。

ここに微妙なバランス、違いがあります。

こういうことです。

「自分のパワー」を外に預けてしまうことなく、自分の欲求を満たしてくれる人間関係を求めることができるように「充分具体的になる」ということです。

多くの人が自分の望む関係を得ていません。

何故なら、意識の非常に深いレベルで「怖れている」からです。

もし 100% 満たされる関係を引き寄せてしまえば、その関係のなかで相手に自分のパワーを預けてしまい、自分自身の中心を失ってしまうのではないかと。

ですから、ここでのポイントは、欲求を 100% 満たす関係を引き寄せて、なおかつそこで「十分に個人性を保つ」ということです。

その関係は、獲物を追うように捕らえるものではなく、「個人として完全であるあなたが、自分へのプレゼントとして受け取る」ものなのです。

その 2 つが同時に起こることは、可能でしょうか？

理想主義だと思いますか？

それを求めますか？

あなたが選択してください。

すべての人が、自分にとってなにが重要か気づいています。

それぞれの人が、欲しいと思うことに対して違った方法で関わってきます。

いい地点ですね、始めるには。

いま、ここが、いい地点です。

まず、自分の人生で、どんなものであれ在るものは自分が深いところで求めたもの、無いものは求めているもの、ということを認めることからスタートします。

それだけです。

いま自分と論議するのはやめてください。

意識的、無意識的にかかわらず、いまの状態が自分の求めているものです。

理性はいろいろなこと言うかもしれません。

しかし、論議は手放して、この瞬間の人生をそのまま受け入れるのです。
それが唯一の、望む物をあなたのもとに引き寄せる最初のステップです。

ここでの会話には前提があります。
皆さんすべて、自分の現実を創りだしている創造者です。
その概念に関しては、論議の余地は残さないことにします。
もし信じたくなければ、それもあなたの選択として結構です。
しかし私のような存在は、あなたが自分の周囲の世界の全体を創り出している創造者である、という見方で皆さんと関わってゆきます。

こんなふうにイメージしてください。
自分が創り出した現実が自分にとって適当ではないと感じているとします。
そのとき、あなたの中のより高いエッセンスがあなたにこう言います。
「あなたがいま創り出している現実は、いま、あなたにとって完全なのだよ…」と。
より高いエッセンスは真実を知っています。
あなたの中で、こんな現実なんて充分ではないと言っているのは、意識の表層的な、パーソナリティの部分にすぎません。

もしあなたが自分の創造したものと闘っているとしたら、そのときには、あなたの中のもっとも高いエッセンスが、多くの場合は無意識のうち
に、こんなふうにします。
「ふむ、君は自分で創り出した現実の、この部分が好きではないと言うのだね。では、これが適当だと理解できるまで、もう少しこの状態に君を留めておこう」と。
もし、あなたの最も高いエッセンスがそのようにしてくれなければ、あなたは次々と自分が不適當だと思える現実を創造し続けることになるでしょう。
だから、ときどきこんなふうに思うのです。
何も変わらないではないか！
一体自分の人生はどうなっているのだ！
この現実は嫌いだ！
変えたい！と。

でも、本当は…、
それを変える一番いい方法は、それを「受け入れる」ことです。

幸せではないと感じるとき、受け入れるのはとても困難かもしれません。

好きにならないといけない、とは言っていません。

ただ、それが自分の創ったものだということを受け入れればいいのです。

世界中で起こっている飢餓の問題を自分が受け入れるために、それを好きにならないといけないということではないのです。

好きにはならなくても、どこかで自分の創った現実だということを受け入れたとき、あなた自身があなたの最も高いエッセンスとなります。

「分離」などありません。

分離していると感じられることはあります。

いま、皆さんはこの瞬間に、すでに皆さんのもっとも高いエッセンスそのものです。

よりよくなることを待たないでください。

ただ、違う自分になっていいよ、という許可を自分に与えてください。

では、愛、恋愛、セクシュアルな表現について、具体的な問題に入っていきます。

皆さんは、「スピリチュアルな経験をしている人間」ではありません。「人間という経験をしているスピリチュアルな存在」です。

あなたが肉体から離れたとき、男性・女性という性別はなくなります。皆さんはこの世界に生まれるとき、男性の肉体を持つか、女性の肉体を持つかを選択する必要がありました。

今生、男性として生きるのと、女性として生きるのと、どちらがより多く学ぶことができるかという選択です。

男性であろうと、女性であろうと、皆さんの肉体的な部分は、皆さんの存在全体から見れば半分でしかありません。

だからといって、あなたが半分の人だ、と言っているのではありません。

この世界に来る前に選択する必要があった、と言っているのです。

しかし、あなたの最も高い存在は、男性的な質と女性的な質の両方をすでに備えています。

直線的に進む時間にそって、ひとつの生から次の生へと順番に生まれ変わっていくと仮定してください。

すると、こんなことが気になってくるでしょう。

男性性・女性性は、どこからやって来るのだろうか？

男性性・女性性は、あなたが肉体を持って生きている文化の定義によっても変わってきますが、多くの場合、あなたが女性の肉体を選ぶか、

あるいは男性の肉体を選ぶかで変わってきます。

時間が直線上を進んでいると仮定して、何生かを女性として生きた後、男性として生きることを選択したとします。

そのときには、男性でありながら女性的な質が残っていますから男性に惹かれるということがあります。違う性を選択した最初の間はホモセクシュアルとして愛情が表現される可能性が強いのです。

たとえば、3回か4回かの生を自分が女性として生きて、男性から愛されたいと思ってきたとします。そのあとに突然男性として生まれ変わったら、その欲求はまだ残っています。

性の正常な表現などというものは、どこにもないということです。

「普通である、適当である」とは、「あなたにとって適当である」ということが唯一の基準です。

自分の理解、欲求に対して、誰にも言いわけする必要などありません。

さっきの会話を思い出してください。

もしあなたが自分の創り出したものと闘うならば、あなたはその状態にいつまでも留まることになります。

あなたはなにが欲しいでしょう？

あなたにとって重要なのはなんでしょう？

上から見下ろしているわけではないのですが、皆さんを眺めていると、この物質的な世界の中で、感情あるいはセクシュアルな表現とどう関わっていくか、ということを経験している部分が多くあります。

皆さんのベッドルームに出かけて行って、そこでなにが行われているかなどと観察しているわけではありません。

本当は、別にどうでもいいじゃないかという感覚があります。

(笑)

それは、あなたのことから。

あなたが自分なりの愛情表現、セクシュアルな表現を心地よく感じていればいるほど、心地よく感じることができるパートナーを引き寄せる可能性が大きくなります。

もしあなたが、同性に惹かれることに自分で罪悪感、嫌悪感を持っていたら、あなたは自分が魅力を感じるようなパートナーにめぐり逢えると思いますか？

あるいは、腿が太すぎるといって、腿を嫌っているとします。
そのときには、あなたの腿に強く注意を向けるパートナーを引き寄せ
ます。
「その腿、なんとかならないのか。もう少し痩せたらどうだ」と言う
ような人ですね。

(笑)

「関係」とは何か、知っていますか？
親密な関係は、人間として経験できる最も素晴らしいもののひとつで
あるばかりではなく、同時に「あなたのすべての部分をオルガンのよ
うに弾く人」をあなたの世界に引き寄せることなのです。
あなたの限界を超えるような、あるいは不安を覚えるような、感情の
ボタンを押されて、安定を壊されたくない人は、最初から恋愛関係に
陥らないことです。

もちろん、あなたの不安をもっと肯定的な方法で表面に出して、それ
を解放するのを助けてくれるようなパートナーを引き寄せることもで
きます。

「親密さ」とは何だと思えますか？
あなたのハートを丸ごと見せるように、全部触れられるように開くこ
とです。
愛されるリスクを冒すことです。
愛するリスクを冒すことです。
そこには、保証はありません。
もう二度と傷つかない、という保証也没有ありません。

でも、いつであれ、ハートを 100%開き、愛し愛されることを受け入れ
たとき、あなたは成長します。
関係の中で生じる困難を批判し判断することをやめるとき、それはあ
なたにとって問題ではなくなります。
自分のロマンスや親密さの表現に対して、闘い批判することを止めた
とき、あなたは自分の求めるものを引き寄せることができます。
そのためには、自分に本当に正直になる必要があります。

自分に正直になる最初のステップは、自分のまわりに広がっている現
実を自分が創り出したものとして受け入れることです。
最初に「いま」を受け入れたなら、つぎに自分に正直になって、いま
自分が創り出している現実望むものか、あるいはもっと違う選択を

したいか、を見ます。

あなたは満足できる恋愛関係にありますか。

ここに、大事なポイントがあります。

皆さんの性エネルギーは、性的な表現以外にもさまざまな方法で使われます。

皆さんの社会で起きている問題のひとつは、多くの男性がセクシュアルなエネルギーを仕事で成功するため、名声を得るためのエネルギーに使っていることです。

そのために疲れきってしまい、セクシュアルに自分を表現する能力が制限されています。

そのような男性が結婚している場合、パートナーは逆の状態にあることが多いのです。

しかし、表面上はまったく逆に見えますけれども、深いところでは同じなのです。

セクシュアルなエネルギーの表現が、生きていく上で大切な部分であるということを見無視しているところに、共通の問題があります。

このようなことを話すのは、セクシュアルな部分を表現すること、世間で成功することへの欲求のバランスをうまく取る必要があるからです。

結婚している場合、妻が夫をサポートする方法として、彼が彼なりの性的な表現を心地よくする環境を創り出してあげる、それがひとつあります。

それによって、彼はビジネスの分野でもっと完全に自分のエネルギーを表現しつくすことができます。

成功しているすべての人は、非常に強い性エネルギーを持っています。成功している人々がすべてセクシーな人々だと言っているのではありません。

いろいろな分野に使えるエネルギーをたくさん持っているということです。

若いカップルが性的な表現がいかに大切かということを、お互いに探求しておかなかったら、年をとってからもう一度やり直すのは非常に困難になってきます。

自分の性的な表現があまり重要ではないとしてしまったなら、自分の関係で落胆することになるでしょう。

セクシュアルな表現に溺れてください、と言っているのではありません。

セクシュアルな表現を、人生の中で表現される貴重なエネルギーのひとつとして受け入れるのがいい、と言っています。

あなたが欲しいのは、为什么呢？
深呼吸をしてください。

正直になってみましょう。
みんな、友だちですね、ここでは。
なにも！ 秘密は持っていませんね！

もうひとつ、深呼吸をしてください。
椅子に心地よく腰をかけて…。

(大きな呼吸の音)

心の中で言ってください。
いまから自分に対して正直になろう、と。

いま自分に正直になろう、と言ったのを覚えておいてください。
そして、これから尋ねる質問に対してどんな感情が湧いてくるか、見てください。
変えようとししないで。

あなたは自分を魅力的だと思いますか？

深呼吸して。
どんな感情が湧いてくるか、見ておいてください。
自分を魅力的だと感じますか？
感じて…。
その感情を感じて…。

魅力的だと感じたなら、素晴らしいですね。その気分を十分に味わってください。

魅力的だと感じなかった人にこれからお話したいと思います。
あなたがなぜ自分を魅力的でないと感じているかに関しては、私たちはなにも興味はありません。それはどうでもいいのです。
何百万もの違った理由をつけることができます。若すぎる、年を取りすぎている、太りすぎている、あれやこれや…。
そういう理由は、もうたくさん聞きました。

深呼吸して…。

正直になってください。

この惑星には 50 億もの人がいます。

あなたをその中で魅力的だと感る人が少しくらいいると思いますか？
もちろん。

たぶん、もっといるでしょう。

自分自身がもっと魅力的だと感じるために、自分に対してやらなければならないこと、つけ加えなければならないことがなにかあると思いますか？

自分の体にもっと、やさしくしようという気持ちが湧いてきますか？
魅力的になるためには、そして、魅力的な人を引き寄せるためには、
自分自身はもっと体重を落とさないといけないと思いますか？
他の人と自分の肉体を分かち合おうという気持ちがありますか？

深呼吸をして…。

知ってください、自分自身の真実を。

いま、椅子にかけたこの瞬間のあなたの状態が、あなたが創り出した
完全な状態です。

あなたは、創造者、神です。

どうして神が魅力的でなくあり得るでしょう。

私の言うことを、信じたくなければ信じなくていいのです。

でも、信じないで損をするのは誰でしょう？

魅力に対する感覚は、人生の中でどんどん変化していきます。

変化することを許してください。

これから人生を生きていくあいだに、自分のなにが魅力的か、その見
方や感じ方が変化していきます。

もっと魅力的になるために、こうしよう、ああしようという気持ちがあるのなら、徹底的にやってください。

それは、あなた自身への約束だからです。

魅力的になるために、ある部分を改善しようとするとき、それをパートナーやこれから引き寄せるであろう関係のためにではなく、自分のためにやってください。

その結果、自分へのプレゼントとしてそういった関係を引き寄せることができます。

もうひとつ呼吸をして…。

具体的にいきましょう。

イメージの中で、あなたの完全な恋人とはどんな外見ですか？

そんなことを、こんなところで思っているのだろうか？と考える必要はありません。

ここは肉体の世界です。だから、その部分もとても大切です。

この惑星で最もすばらしい人たちは、自分のイマジネーションを十分に使うことができる人たちです。

ただし、イメージすることだけにとらわれないでください。

イメージすることが得意な人はたくさんいます。

でもその後から、それを実現するだけの時間がない、お金がない、などいろいろな理由をつけます。

いま、パートナーとしてどんな人を求めるか、外見から具体的に見ていきます。

はっきりと思い浮かべてください。

つぎに尋ねてください。

そのようなパートナーを、物質的な現実の世界に引き寄せたいと思うかどうか。

その挑戦を受け入れようという意志があるかどうか。

いま、すでに恋愛関係にある人、どうでしょうか。

あなたの中にいま見ているイメージと、実際のパートナーとは一致していますか？

もし合っていない場合、どうしましょう？

いろいろな道具を探してきて、あなたのイメージに合うように現実のパートナーを変えますか？

あるいは、あなたのパートナーを受け入れることができるように、自分のイメージを調整していくでしょうか？

あるいは、その関係を手放して別の関係に移っていくでしょうか？

ここでは肉体を通しての表現について話していることを覚えておいてください。

いま、決断することはありません。

つぎの質問に入っていきます。

あなたのパートナーの性格、感情的な傾向について。

イメージの中で具体的に重い浮かべて、感じてください。

やさしくて、思いやりがあって、暖かくて…。

あるいは、強くて、しっかりしていて…。

求めるもの、全部を表面に上げてきて…。

自分の欲求を認めて、それと遊んでください。

いま、遊んでいます。これはゲームです。

いま、ほら、皆さん、こうしてイメージの中であなたのパートナーを創り出しています。

本当にあなたはそれが欲しいのですか？

本当に？

その人が、ドン！ と現実の世界に、自分の目の前に落ちてきたら、あなたはそれをすぐに喜べますか？

本当に？

では、なぜ、その人がいま目の前にいないのでしょうか？

あなたが具体的でなかったからです。

もう関係の中にある人。

そのイメージはあなたのパートナーと一致していますか？

一致していない場合、どうしましょう？

パートナーを変える？

やってみてください。

(笑)

パートナーを受け入れますか？

あるいは、他の関係に移りますか？

自分の感情、想いがいろいろ変わっていくのを受け入れてください。

これは全部ゲームなのですから、次々と自分の欲求や想いが変わって
いっていいのです。

流れるように、自由に変わらせてあげてください。

呼吸をして…。

次にあなたのパートナーの魂（spirit）を見ていきましょう。

イメージの中で、彼あるいは彼女の目にあなたはなにを見ますか？

深みを感じますか？

理解を感じますか？

その奥に存在する神を感じますか？

いままでどれだけ長い間、その存在（being）を知っていたか、感じますか。

これから先も、永遠に、永遠に、永遠に、この存在を知り続けるという
ことが見えますか？

具体的になって…。
その目、知っていますね？
知っていますね？

長く続く関係、あるいは短い関係、その期間に対して神経質になって
いる人に、覚えておいてほしいことがあります。
本当のところ、「短い関係」なんて、ありません。
あらゆる関係は、永遠です。終わりません。
関わり方は変化するでしょう。
でも、誰かを自分の人生から放り出してしまう、もう完全に関わりを
なくしてしまうことはできません。
彼らの肉体から遠ざかることはできるでしょう。
でも、彼らの魂の部分との関わりがなくなることはあり得ません。
永遠に続きます。

いま、あなたが見ている、言い方を変えれば、あなたが思い出したこ
の魂は誰でしょう？
あなたは、あなたが創り出した存在が好きですか？
それは、ひとりだけですか？
複数ですか？
あなたはどれくらい求めているでしょう？
本当にあなたが求めるものはなんでしょう？
どれだけ具体的に表現する気持ちがありますか？

もうひとつ、呼吸をしてください。
そう。

もうひとつ、具体的にやってゆきましょう。
皆さんは、この部屋に座って、自分のパートナーをイメージのなかで
創り出しました。
では、あなたが家でテレビを見ているときに、その人がいきなりドア
をノックしたら、どうしましょう？
ピザを配達しに来たその人と、ずっと一緒に過ごすかもしれません。
それは起こり得ます。
いまあなたがイメージの中で見たものを、深いところから欲しいと思
っているなら、あなたはなんらかの形で現実を経験する出来事を創る
はずです。
でも、この部屋の中に来ているほとんどの人は、自分を見えないよう
にするエキスパートです。
あなたが自分の創り出したその人に対して、自分を表現しよう、開こ

うという気持ちがあったなら、相手の人があなたを見つけられないことは不可能です。

どうすれば自分を隠せると思いますか？

自分がいつかよりよくなれるだろうと思っているとき、あなたは自分自身を隠すことになります。

自分を表現しない完璧な方法、自分を見えなくする絶対的な方法は、いまの自分が完全ではなく、未来によりよい自分になるだろうと思い込むことです。

自分がいま不完全で、未来によりよくなろうと思っているとき、あなたはただの思考のレベルにとどまります。エネルギーとして見えなくなります。

未来のことばかり考えたり、あるいはよりよくなることばかり考えて、感情的に自分を隠してしまったとき、あなたはどこかに座っているでしょうし、どこかに生きているでしょうが、見えない存在になります。

今度電車に乗ったとき、こんなふうに言ってみてください。

私は、ありのまま自分を受け入れることにする。

いまの、ありのままの自分を 100%受け入れる、と。

でも、電車の中でそれを大声で叫んでくれとは言いません。

(笑)

考えるだけで充分です。

そのとき、何人ぐらいの人があなたの方に注意を向けるかを見てください。

あなたのことに気づく人がどのくらいまわりにいるか。

そこで、注意を向けた人があったとき、彼らは私のなにに気づいたのだろう、私をどう思っているのだろうと想像することはしないように。あなたが自分自身をありのまま受け入れることによって、あなたは「見える存在」になります。

自分自身をそのまま受け入れることによって、磁力的になります。

こんな言い方をすることもできます。

あなたが、もしありのままの自分を受け入れることができたなら、あなたから独特のエネルギーの香りが出て、その香りがあなたが求めている人を引き寄せます。

いま、恋愛関係なんて欲しくないと思っている人、どうでしょう？

それはそれでいいのです。正直でいいのです。

いま、恋愛関係が自分の求めるものでなかったら、それを無理に求める必要はありません。

いずれにせよ、いま、恋愛関係にない人は、意識的にどう感じていよ

うと、どこかのレベルでそれを求めているのだろう、と受け入れておいてください。

自分が自分の現実を創り出しています。

自分をありのまま受け入れることが、自分に必要な変化を起こす最初の下地をつくります。

それを「自分を理解するための基本的な概念」と呼んでもいいでしょう。

この部屋で、同性と恋愛関係を持ちたいと思っている人はどうしましょう？

一応異性と結婚して、その傍ら同性と関係を持とうとするでしょうか。それもできます。

しかし、秘密を持ち続けたなら、それは内側で多くの混乱を創り出します。

自分のハートから、自分の理性から、その混乱を押しつけようとしません。

やってみてください。

うまくいかないはずです。

いまこの時点で、皆さんにできる最適なことのひとつは、自分の創り出した現実、自分をそのまま受け入れるところからスタートすることです。

日本の社会でビジネスで成功するためには、結婚して、子供を持っていることが必要とされる場合が多いですね。

そのようなゲームに自分を押し込めたくないと思ったら、独立して仕事をすることもできます。

この世界には、皆さんが自分で決めたルール、あるいは他の人が創りながら「あ、それも自分のルールだ」と同意して取り込んでしまったルール、それ以外にルールはなにもありません。

生命を維持するという、基本的な欲求の次に来るものは何でしょう？
食物を食べ、体の面倒をみることの次にあるのは、セクシュアルな関係を持つことへの欲望です。そのエネルギーを使ってください。
直接的な表現に使わないとしても、そのエネルギーは使えます。
いずれにしても、それはただのエネルギーにすぎません。

(長い間、呼吸の音)

あなたの愛だけが、大切です。

大切なのは、あなたが愛し、愛されることを受け入れる、その意志です。

深呼吸をして…。

あなたは、愛し、愛される意志がありますか？

呼吸をして…。

その感じに留まって…。

それが引き金になります。

知っていますね？

もう、皆さん、知っていますね。

そう、もちろん、具体的になることは助けになります。

でも、引き金になるのは、愛を表現しよう、そして、愛を受け入れようとする意志です、選択です。

あなたは、見える存在です。

しばらくすると休憩のため一時、この肉体を離れます。

その間、自由に過ごしてください。

(リチャード、トランスから出る。休憩)

リチャード：後半は質問と答えの時間にしたいと思います。

どんな質問でも結構です。

その前にちょっと話しておきたいことがあります。

病気のアドバイスや健康に関するアドバイスをエクトンに求める場合、エクトンの情報を医師の診断や治療の代用にはしないでください。

それは助言にすぎません。

あくまでもこれは実験です。

エクトンがまやかしだと証明したいなら、それも OK です。

たぶん、「やっぱり、ほら、にせものだった」という答えを得て帰ることができるでしょう。

でも、無駄なような気がします。
私にいやがらせをしたいのなら、それも結構です。
部屋中、駆け回って泣いてやる。

(笑)

カンパイ！

(笑)

サヨナラ。(笑)

(リチャード、呼吸を整えてトランス状態に入っていく)

エクトン： この肉体と完全につながりをつくるまでもう少し時間をください。

もう一度、皆さん、こんばんは。

もう一度、尋ねます。
なにが、欲しいですか？

意識的に気づいているいないにかかわらず、あなたは常に自分の求めているものを得ています。

常に求めるもとを得てはいますが、地球上での皆さんのゲームは、物質的な世界で、どのようにして欲するものを自由な選択で意識的に実現していくか、ということです。

すべての人が、他の人と関わりを持っています。
そうでなければ、洞穴に独り住んでいるはずですが。
あなたが深いところで他の人々との関わりを求めていなかったら、当然皆さんはこんな街中には住んでいません。

ここで得ている人間関係は、あなたの望みと一致していますか？

いままで話した話題の中で、どんなことでも結構です。これから持ちたいと思っている人間関係に関して、あるいはいま在る恋愛関係に関

してなにか質問があればどうぞ。

Q 1 (女)：はじめまして。きょうはどうもありがとうございます。
感激で声が震えています。

エクトン： 地震でも起きたのでしょうか。

(笑)

Q 1 (女)： きょうのテーマにとっても関わりがあることで、とても悩んでいます。
それをぜひ質問したいと思って来ました。
日本では、男性の浮気は男の甲斐性などと言われて、女性は、結婚するしないにかかわらず、それを耐えるべきもの、とされているように思います。
外国でもそんな感じがしないでもないのですけれど。
私の場合は、恥ずかしいのですが、恋愛の相手に浮気されるという経験を何度も繰り返してきました。
私に魅力がないとか、私自身に問題があって浮気されてしまうのだろうか、といつも自分に対して問いかけてきたつもりなのですが…。
(通訳が、「私は既婚者と恋愛することを繰り返してきた。それは私の内側に問題があるからだろうか」と訳したため、以下、エクトンの答えが質問と食い違っている)

エクトン： もちろん、それは真実です。
あなたの内側にある種のパターンがあります。
いわゆる「不倫」に対して、悪いものだとか批判している部分があなたの中にあります。
男性はそういう関係を持っていいが、女性、つまり自分はいけない、と思っている部分があります。
どんな状況、どんな出来事でも、なにかを悪いものだとか判断したり批判したりしたとき、多くの場合、それに対して逆に磁力的になってしまいます。
社会的には「不倫」は、問題として定義されていますね。
しかし、あなたが、それを同じように問題として取り入れる必要はないのです。

あなたが恋をした男性が、すでに結婚していると分かった場合、あなたはどうしますか？関係をなんとかして終わらせようと思いますか？

Q 1 (女)： はい。

エクトン： 分かります。

あなたは、いま、本当に自分が求めている愛情に向かいつつあるところですよ。

でもあなたの存在の深いところに、こんな思いがあります。

愛は入ってくると、そのあと必ず落胆がやってくる。

愛に向かって行ったら、そのあとでハートが傷つくに違いない、と。

恋愛関係に入って行く度に、そのように感じてしまいます。

でも、他のことがいまあなたに起ころうとしています。

恋愛する相手の男性が結婚をしているとき、これは無意識から行うパターンなのですが、安全なわけです。あまり深く、親密に関わる可能性がありませんから。

相手の人と一生過ごすリスクを冒す必要のない関係なのです。

相手がすでに結婚しているとき、すぐに終わらせようと、もう自分で考え始めますね。

そこでは、一对一の、結婚をしていない人同士の恋愛関係のように、その関係の中で完全に自分を失ってしまう可能性もないし、この人との関係がいつまで続くのだろうという心配で自分を混乱させることもありません。

もちろん、そのように意識的に考えているわけではありません。

あなたは、いまは愛すること、そして愛されることに対して開こうとしていますか？

安全であった自分の恋愛表現から出て深い愛の親密な関わりの中へ入っていく意志がありますか？

愛に深く関わっても、傷つく必要はないということを理解しようとする意志はあるでしょうか？

愛に向かうことによって愛以外の自分の内側の様々なものが表面に出てきます。

それらが痛みや苦しみとして感じられます。

内側に不安や、恐怖、痛みなどを抱えていながら、同時にもっと愛に対して開こうとしても、それら2つは同時に存在することができません。

あなたの内側で愛が拡大すればするほど、あなたの内側に押し込められていた感情のパターンが表面に出てくる必要があります。

「愛」と「不安」は、同居できません。いいベッドパートナーにはなれないのです。

あなたは自分を、望むものを得る価値があると思いますか？
パートナーに関するあなたの理想、夢を話してください。
言葉にしてください。
どんなパートナーがいいですか？

Q 1（女）： ひとりの人をとことん愛したいという、欲望と言うのでしょうか、そういう思いが昔から強くあります。

エクトン： それで、あなたはそれを得る価値があると思いますか？

Q 1（女）： いつも失敗したときには、そう思っていなかったのだと思って、最近努めてその価値がある人間だと思おうとしている状態です。

エクトン： では、最初に。
あなたは、あなたのパターンそのものではありません。
いま、この瞬間まで、あなたはあるパターンを持っていました。

深呼吸して…。

あなたは新鮮です。
新しい人です。
生きています。
目覚めています。
自分を、何のパターンも持たない女性、生き生きとしていて、自分の欲しいものにスムーズに向かって行くことのできる女性だと思ったとき、どんなふうに感じますか？

Q 1（女）： いまは…分かりません。

エクトン： どんなふうに？

Q 1（女）： んー、たぶん、いままで経験したことがないくらい、すばらしい感情なのではないかと思うから…。

エクトン： いままで経験したことのないくらい、イメージすることが難しいくらいすばらしいフィーリングだからこそ、皆さんの前で分かち合っているいま、イメージして欲しいのです。

男性に出逢ったとき、注意深く彼の眼を見てください。すでに他の女性と関わりを持っているかどうか、眼を見た瞬間分かるはずです。

ですから、注意深く観察してください。

私たちの感じでは、いままであなたは過去の関係の中で、自分の直感が機能するのを少し押さえていたようです。

その直感を、もう一度表面に上げてください。

もう一度ききます。なにもパターンを持っていない女性だと自分をイメージすると、どのように感じますか？

Q 1（女）： 暖かい、春のような感じがします。

エクトン： 新しい感じですね。

外に出たら木枯らしが待ってるかもしれません。

冬が待ってるかもしれません。

でも、あなたのハートの中は、春のようです。

いま、感じていることは「現実」なのです。

あなたが経験したことは、あなた自身ではありません。

心のなかで望んでいるものを見てください。

あなたが経験したことを、理性で分析したり、批判しないでください。

いま、この世界で、男性はしてもいいけれど、女性はしてはいけないという、矛盾した基準はあるでしょうか？

もちろん、あります。世界中にあります。

そのような観念を自分の中に取り込み、それによって自分の人生をコントロールさせてしまうこともできます。

また、それはひとつの観念でしかないことを理解してすべて脇に置き、好きな人生を生きることを選択することもできます。

あなたがこれから引き寄せたい男性の目の中になにが見えますか？

他の皆さんも同じことをイメージしてください。

パートナーの目の中になにが見えますか。

彼の目を見て、あるいは、彼女の目を見て…。

視覚的なイメージは見えないかもしれません。

フィーリングを感じるだけかもしれません。

なにか感じますか？

どう感じます？

自分にとってリアルな感覚として感じてください。

あなたにとって、その感じはいまリアルですか？

イエスかノーでいいです。

Q 1 (女) : ノー。

(長い間)

エクトン : それでは、それがリアルになってほしい、という望みはありますか？

Q 1 (女) : (少し間をおいて)

すみません、ちょっと分からないのですけど、その…。

エクトン : どうぞ。

Q 1 (女) : 彼の目を見たとき、望むものがそこに見られるか、ということですか？

エクトン : ただ、目を見てください。なにかを感じるかどうか。

人の目を見たときになんとか、「心地のいい目だな」と感じることもあるし、隠しごとがあるように見えることもありますね。

そういった感覚です。

Q 1 (女) : 分かりました。

私はいつも、目がずっと通る人を好きになります。

目がその人の奥に届かなくて返ってくるような人は決して好きになりません。

エクトン : 分かります。それはあなたのものです。

そのような人が、自分の人生にどのような形でやって来るか、先入観や期待は手放しておいてください。

もちろん、あなたは望んでいる以下のものは受け入れませんね。

あまり急がないで。

しばらく待ってください。

たぶん、あなたはしばらくの間、準備期間としてハートを休ませてあげたいと思います。その間に、人生で本当に望むものを得る価値のある人なのだと認めてください。

求める関係を、自分の欠けた半分を満たしてくれるものとして求めるのではなく、完全な自分が自分へのプレゼントとして引き寄せるもの、と受け取ってください。

特に覚えておいてほしいのは、意識の焦点を一番強く合わせるものが「現実」となって現れるということです。

自分に足りないもの、持っていないものに意識の焦点を合わせるなら、足りないと感じる出来事、不完全に感じる出来事を未来にも引き寄せ続けることになります。

反対に、自分が深いところからなにを望んでいるのか、なにを求めているのか、自分はどれだけ価値があるのか、という自分の肯定的な側面に意識を向けたなら、そういったものを人生に引き寄せます。

いまの自分の「制限」と議論して、不満を持ち続けたなら、あなたは永遠にその制限の中に生きていくことになるでしょう。

反対に、自分はどんな選択をしても自由だという、そういう「自由である」というフィーリングに自分を浸してあげるなら、あなたはまったく違った現実に向かって動いて行くことができます。

いま言っていることは、恋愛関係のことだけではありません。

人生すべてにあてはまります。

あらゆる経験にあてはまります。

あらゆる愛の表現がその法則にあてはまります。

自分をローラーコースターに乗せてください。上がったたり、下がったり…。

人生がおもしろくなります。

まっすぐだったら、人生は退屈なものになってしまいます。

人類の大きな怖れは、退屈するのではないかということです。

(笑)

ですから、皆さんはこの惑星で人間関係に、あるいはロマンスに関してこんなにも劇的な状況を作っています。

テレビを見ても分かりますね。いろいろ奇妙な形の恋愛関係が演じられています。

退屈したくないからです。

Q 2 (男)： 過去の人生において清算しなければならない借金のようなものがある男女は、二人の間に磁力のようなものが働いて、急速に引き合う、とあるマスターから教えられました。

エクトン： はい、そのようなことが起こる傾向はあります。

過去の生から持ち越したカルマがあるなら、それを清算するために二

人が関わって、その中でカルマを解消していく、という考え方ですね？
その考え方は、時間を直線的なものとする前提に立っています。
ひとつの過去世があって、その次に生まれ変わる、という直線的に人生が続いていくことを前提にすれば、それはあります。

もっと簡単に言えば、あなたが人生の中で出逢う人、関わる人、すべてはあなたと親しい関係にある人ばかりです。
先ほど言いました。あらゆる関係は、長い間続いている永遠な関係なのだ、と。

「ソウルメイト」という言葉を聞いたことのある人、いますか？
それに関して、多くの人が様々なことを言っています。
ソウルメイトとは、お互いに一生幸せに暮らせるという保証のある人のことだと考えている人もいます。
ソウルとして似た、あるいはほとんど同じ波動を持っている人同士をソウルメイトの定義とする場合、そういった二人は似通っているために、同じものをお互いに見すぎて葛藤が起きる方が多いのです。

いま人間が生きている現実では、物事が分離している、ととらえています。
分離していると感じられる世界でありにも同一のものがやって来ると、摩擦を生じたり、困難を生じることがあります。
恋愛の場合は、非常に情熱的に始まるでしょう。しかし、その関係が困難なものに変化していくことも少なくありません。
次のような状況が起きることは可能です。
二人の人が違った場所で、それぞれ「自分はもう痛みから開放された人生を生きたい」とリクエストしていたとします。同じ選択をした彼らは、同じ波動を持っていますから引き合います。
彼らが出逢って、一生痛みのない人生を生きるということはある得ます。

前にも話しましたが、これはとても大切なポイントです。
いつであれ、あなたが人間関係の中で、それが恋愛関係であれ、他の人間関係の中であれ、困難に直面しているとき、それは両者の相違から起こっているではありません。もっと、深く見てください。
両者の同一性、共通性から起こっています。
ほとんどの人はそれを信じたくありません。それは、それで結構です。
でも、本当はそうなのです。

Q 3（女）： こんにちは。

私はいつも、理性と感情のバランスが取れなくて困っています。それと、なかなか人や物事に自分を 100% つつ込めないところがあります。それで、私は演劇とかダンスで自分のやりたいことを表現したいと思っているんですけども、1 年半世界のいろいろなところを旅して、自分の好きな場所を探しました。その結果、来月から、アムステルダムで自分のやりたいことをやろうと思っています。
なおかつ、私は、やりたいことを一緒に、お互いを向上させながらやっていけるパートナーが欲しくて、それが今回、アムステルダムで見つかるような気がしています。

エクトン： そうかもしれません。

Q 3（女）： そうすると、そういう人がいると思うから行くのか、それとも自分が本当にアムステルダムに惹かれていくのか、どちらなのか自分の中で闘っているところがあるのですけれど…。

エクトン： 質問していいですか？

なにかをやるとき、一日にどのくらいたくさん理由をつけていますか？
ちょっと自分に尋ねてみてください。

Q 3（女）： 私の場合はとてもたくさんあると思います。

エクトン： たくさん、ありますね。

その「理由」の中で泳げるくらい、たくさんあります。
そういった「理由」を創ることで、あなたは幸せですか？
「理由」で、あなたは幸せになりますか？
あなたの人生に幸せがやってきますか？

Q 3（女）： 混乱します。

エクトン： 「理由」からは、あなたの人生に楽しみや喜びはやってきません。
それは、明らかですね。

Q 3（女）： はい。

エクトン： それが、感情的な側面と理性の側面とのバランスがとれないという理

由のひとつです。自分の欲求に対して理由づけをすることに、多くの時間とエネルギーを注いでいます。

例えば、「宇宙は、どうして存在するのだろうか」ということに対して、どのくらいたくさんの理由が頭の中に浮かびますか？
そんなことを考え始めると、とても忙しくはなれます。

いま、部屋で、ある人が壁に頭をぶつけたとします。「壁に頭をぶつけたら痛いんだ」ということがわかるまでに何回くらいぶつける必要があるでしょう。

(笑)

人によっては、やり続けることがあります、これは例えですから。「理由」をつけるマインドを持っていることは、なにも悪いことではありません。
問題になるのは、それがあなたを傷つけ始めたときです。

あなたに必要な理由が、次のものだけだとしたらどうでしょう。
どうしてそれをやりたいのか。
私は自分の人生の創造者であり、その私がやりたいから。
それだけ。マル。

(笑)

それくらいシンプルにしたら、いろいろな理由をつけたい頭の残りはどうしましょう？ 本が書けますね。
たくさんのことが、できます。

アムステルダムに行く唯一の理由が、自分が行きたいからだ、というふうに受け取って見たらどうでしょう。

深呼吸して…。

いま、秋です。
外では木の葉の色が変わり、葉がたくさん落ちています。
その葉が落ちるように、いろいろな理由が自分から落ちていくのを感じてください。
「理由」は必要ありませんね。
理由をつけても、あなたの人生の質が改善されるわけではありません。

だからといって、理由づけする能力を排除してくれ、とは言いません。アムステルダムに行ってパートナーに逢わなかったら、どうしましょう？

自分の行動に理由づけをしなければならないとしたら、そこでもう落胆する可能性を背負うことになります。

期待があれば、その期待に現実が合わないとき、当然、落胆がやってきますから。

パートナーに出会う期待に胸をふくらませ、一所懸命目を大きく開いてアムステルダムに行きます。

(笑)

そこで、彼とあなたの乗る電車が違ったり、バスが違って彼と出逢わなかったらどうでしょう……？

パーフェクトなパートナーを見つけるためにアムステルダムに行く、という理由をつけることで、自分の期待通りに物事が起きずに落胆する可能性を背負うことになります。

理由づけが少なければ少ないほど、あなたの人生はマジカルにエキサイティングに生き生きとするでしょう。

アムステルダムにパートナーがいると直感するのはいいのです。

でも、その期待を強くもっているとき、きょうこのビルを出たところでその人に出逢ったらどうしますか。

(笑)

あなたは子供のときにこんなふうには教育されました。

フィーリングをそのまま表現してはいけない。

いろいろ理由づけをすることが必要だ。

そのように、自分のフィーリングを表現しないトレーニングを受けてきました。

それはいままでの間、あなたにとって不快な、心地の悪いフィーリングを味わうことからあなたを保護してくれました。

でも、いまのあなたの欲求は、子供の頃とは変わっています。

助言があります。

この次にいろいろな理由が頭の中を駆け巡り始めたら、変えたり避けたりしようとせず、ただ見守っててください。

ああ、またたくさん理由づけをしている。ふむ、おもしろいな……といった感じで。

それは、ただの習慣にすぎません。癖にすぎません。

煙草をやめたいと思っている人。禁煙をする一番いい方法は、意識的に煙草を吸うことです。煙草がやめられない多くの場合は、横にコーヒーなど置いて、無意識のうちに吸っています。「無意識であることを止める」のが役立ちます。

煙草を見て、「よくよく感じてみたら、あまりいい味じゃないな、これ。よおく注意を払うとあまりいい匂いもしないな。無意識のときはそんなことは感じなかったけど」と。

もし無意識のままでしたら、あなたの「理由」があなたの人生をコントロールすることになります。

それを否定せず、ただひとつの習慣だった、という見方をして意識的に観察をしてください。

あなたが作り出した「理由」そのものが価値があるのではなく、頭を忙しくするための付加的なもの、という見方をしたとき、あなたは人生がもっとエキサイトして生き生きしてくるのを経験します。

あまり多くのものごとに理由づけをしなくなったら、あなたの人生になにが起これると思いますか？

どんなイメージが出てきますか？

Q 3 (女)： なにもなくて、ゼリーというか、空というか、その中で遊んでいる感じ。

エクトン： そうですね。

理由づけをしなくなったとき、非常に感情的になるかもしれません。でも、怖れたり、驚くことはありません。理由づけによって多くの感情がコントロールされ抑圧され続けたからです。

いままでいろいろな理由づけによって感情を感じることを押さえてきました。

理由づけを取ったとき、いままで表現されなかった感情が出てきます。「ああ、自由だな」という感情と同時に、いままで感じることを脇に置いておいたさまざまな心地良くない感情も出てきます。最初のうちはちょっと挑戦的だと感じるかもしれません。

こんな感じです。

何年か真っ暗な家の中に閉じ込められていたとしましょう。

外では、さんさんと陽が降り注いでいます。

突然暗い部屋から思いきりドアを開いて外に出るとどうでしょう？

目が陽の光に慣れるまで、しばらくはたいへんです。
でも、太陽になじんだなら、あなたの人生が変化します。
あなた自身の内側にある太陽と自分を調和させるのを怖れないで。

Q 3 (女) : はい。ありがとうございました。

エクトン : なにが、欲しいですか？
あなたは自分の欲しいものを得る価値があると思いますか？

深呼吸してください。

私は、本当に、欲しいものを得るのに値する存在だろうか！
そう！ その通り！
あるいは…？ たぶん…？

(笑)

あなたは、私の友達。
あなたたちは、ひとりひとり魅力的です。
あなたが、どんな問題を持っていようと、
愛を受け取り、表現するに値する人です。
美しさと完全さの表現そのものです。

人生に気にいらないものがあるとしたら、そのまま持ち続けることは
ありません。

別の選択をしてください。

好きではない人と結婚しているとしたら、そこから動いていくことが
できます。

あなたが自分の人生を十分に生きないとしたら、一体誰が生きてくれ
るでしょう。

社会ですか？

両親ですか？

子供たちですか？

そんなことはないですね。

この国と他の国に違いはありません。同じです。

あらゆる人が、この惑星に自分の居所がある、自分は価値があると実
感したくて葛藤しています。

そのまま、すでに、自分のいる必要のあるところに完全な状態でいるということに気づく人はほんの僅かしかいません。

表面上どのように見えようとも、完璧な状況を引き寄せている、創っている、ということを受け入れることによって、変化が可能となります。

質問はありますか？

短い質問をどうぞ。もうすぐ時間が来ます。

Q 4（男）：雑誌でチャネラーの紹介記事を見ていて、エクトンとリチャード・ラビンという名前を見たとき、惹かれるものを感じたのですが、以前になにか関係があったのでしょうか？

エクトン： 私が、リチャードと関わる中で出逢う人々は、どの人も初めての出逢いではありません。

ひとりひとりがなにかエクトンに親しみをを感じる、あるいは、エクトンのことがまったく好きではないと、感覚的に分かります。

ニュートラルな感じがするときには、たぶんその人たちと出逢うのは初めてでしょう。

リチャードがトランスから戻ってきたら、リチャードの目を見てください。そしてリチャードがあなたの目を見るのを受け入れてあげてください。

いまは、私たちからは、リチャードがあなたとどんな関係があるかということは推測したくありません。

同意してくれますか？

Q 4（男）： ありがとう。

Q 5（女）： こんにちは。

先ほど、恋愛感情は心の平静を乱すというか、アップダウンさせるものだとおっしゃいました。私は心の平静を保ったまま、恋愛もしたいのです。そういう関係が理想なのですが、可能でしょうか？

エクトン： 「ローラーコースター」と言う時、極端にハイの状態になったかと思うと極端に落ち込む、その両極を経験することになると意味しているではありません。

この中で遊園地のローラーコースターに乗るのが好きな人、どのくらいいますか？

最初から最後まで楽しいですね。

好きな人は「もう一度、やろう！」と思います。

(笑)

そんなことを言っています。

いつも「ローラーコースター」ではなく、時には部屋に座って二人でテレビを見ながらポップコーンでも食べて静かな時を過していることも考えられます。

またときには、二人で外国旅行に行って、普段とは違う食べ物を食べて、とても高揚したり、嬉しく感じることもあります。

それも「ローラーコースター」のひとつです。

「いい」と「悪い」を行き来すると言っているわけではないのです。

エネルギーが、比較的緊張したハイな状態と、リラックスしたローな状態が周期的に行き来するということを言っています。

覚えておいてください。

恋愛のなかでは、他の人々との関わりではできない方法であなたは恋人を体験します。

恋人は他の人とは違った独特の方法で、あなたを見てくれます。経験してくれます。

恋愛したら誰でもエネルギーが高くなります。高揚します。本当に愛する人がいると思うと、それだけでハイになります。そのこともローラーコースターの意味として含めています。

怖がる必要はありません。

ただのローラーコースターですから。

(笑)

Q 5 (女)： 分かりました。ありがとうございました。

エクトン： 皆さんともう一度お目にかかることができ、本当に楽しかったです。私のとても親密なプライベートな友達ひとりひとりにメッセージがあります。

自分自身がどんな感情を持っているか、どんなフィーリングを持っているかに正直になってください。

自分の欲求に対して。

自分の体に対して。

皆さん、ひとりひとり、自分の体を持っています。

皆さんの体は、誰ひとり残さず、なんらかの方法で触れてほしいという欲求を持っています。

場合によっては、こんな方法で触れてほしいという具体的な欲求があることもあります。その欲求を恋人に察して欲しい、という期待は手放してください。

彼あるいは彼女に教えてあげてください。

そして、過去はあなたとは違うのだよ、もう自分は過去ではないのだよ、と自分に思い出させてあげてください。

あなたは、新鮮です。

新しい存在です。

パートナーを持っていないにしろ、いまのパートナーと共に留まるにしろ、あるいは、いまのパートナーから別の関係に移ろうとしていようと、それはまったく関係ありません。

皆さんに求めるものを得てほしいのです。

あなたがいま得ているもの、それが外見上どのように見えてもあなたが望んだものがやって来ている、と知ってほしいのです。

なにも規則はありません。

意見の違う人もあるでしょう。

やりたければ規則ゲームを演じることもできます。

しかしあなたが真実に至る時、規則は存在しません。

あなたは孤立しているのではないのです。

セクシュアルな表現、あるいは人間関係に関して、問題を抱えているとしたら、誰かに意見を求めるのもいいでしょう。

カウンセラーや友人に相談するのもいいでしょう。

オーガズムが得られない、あるいは射精に問題がある、性的能力に関して問題があるというのなら、内側に抱えて悩むのではなく、専門家に任せてください。

ひとりで悩んでいるより、問題の解決は随分簡単だと分かるでしょう。その最初のステップを自分で取ってください。

この世界に間違いは、なにひとつありません。

そのように認識すればするほど、あなたは世界を間違いのないものと

して認識し始めるでしょう。

あるいは、そう感じられる現実に取り囲まれるようになります。

間違いのない、悪いことのない世界は、住むにはとてもいい場所です
ね。

では、私は旅立たなければなりません。

愛をこめて、皆さん、さようなら。

おわりに

この本を手にしてくださって、どうもありがとうございます。

リチャード・ラビンはハワイ在住のカウンセラーで、エクトンは彼がそのカウンセリングの中でチャネリングする存在です。

リチャードがエクトンをチャネリングし始めたのは1982年頃のことです。それ以来、ニューヨーク、ロスアンゼルス、サンフランシスコなどを中心に、数多くのワークショップや個人カウンセリングを展開してきました。

彼は大学では心理学を専攻していました。その後もヒプノセラピー（催眠療法）などを学びながら「できるだけ質のいいカウンセリングを提供したい」というリクエストを、いつも宇宙に対してしていたそうです。

彼自身は別にチャネリングをしたいと思っていたわけではないようですが、自分のリクエストが一番自然に満たされるひとつのかたちとして、エクトンとのコンタクトが始まったのかもしれない、と話してくれたことがあります。

一言にチャネリングといっても、その質やスタイルは本当に様々です。そして、その情報やエネルギーとどのように関わるか、ということも受け取る人の自由です。

僕自身、自分が特に深い関わりを感じるものを除いては、あまり多くのチャネリングを見てきたわけではないので、リチャードのチャネリングについても、それがどのようなものであるかという一般的な評価はできません。また、チャネリングはとても個人的な体験だとも思うので、どう受け取るかも含めて、すべてはこの本を読まれるあなたに自身お任せしたいと思います。でも、ほんの少しだけ、僕自身の個人的な印象をお話します。

リチャードのチャネリングは表面的にはどちらかというと地味に見えます。話される内容はとても身近な題材が多く、表現方法も論理的に整然とまとめられているわけではありません。ですから、分析的マインドの期待はあまり満たされないような、なにか少しもの足りないような印象を受けることがあるかもしれません。僕自身が最初の頃そうでした。

でも、理性の判断を少し休めて、詩を味わうような感覚で自分のハートと感性を開き、セッションが行われているスペースに自分がくつろいでゆくのをお許すとき、言葉を越えたところで、なにかとても深い、貴重なプロセスが起きていることに気づき始めます。

エクトンの香りと自分のハートとがひとつに溶け合って、全身がとてもやさしく、深く、愛と光で包まれて、自分の存在のエッセンスが満たされてゆくような感覚です。

そして、そのプロセスはセッションが終わった後にも自分の中で深まり続けなが

いろいろな理解になってゆっくりと理性にも翻訳されてゆく…。

これは僕個人の印象ですが、日本でリチャードのセッションに参加した他の人たちからも、同じような体験を聞くことが多いように思います。

リチャード・ラビンのチャネリングは1985年頃から日本でも紹介され始めました。

当時はチャネリングを受けたい人が、自分の名前、住所などを知らせて、チャネラーがそのバイブレーションからその人のチャネリングをしていく、という遠隔チャネリングを受けています。その頃は「チャネリング」という表現はまだ使われずに「ライフ・リーディング」と呼ばれていたようです。

僕が初めてリチャード・ラビンのチャネリングを知ったのもちょうどその頃です。

アメリカの西海岸で行われた一週間ほどの「ニューエイジ・ツアー」に日本から参加した友人が、その一部として行われたリチャードの公開セッションの録音テープを手渡してくれたのが、きっかけでした。

テープから流れてくるリチャードの明るい笑い声やジョーク、そしてエクトンの話す内容とその独特の温かくてしかもパワフルなエネルギーが、とても新鮮に僕の心に響いてきました。聴いているうちに自然と涙が流れてきたのを覚えています。そして、そのまま聴き流すのがなんだかもったいなくて、何回もテープを止めては繰り返し聴きながら、そのセッションで話されることを、自分の理解できる範囲でノートに書き出していきました。

誰に見せるわけでもないのに、どうして一生懸命あんなことをしていたのか、不思議に感じられます。大切な宝物をひとつひとつ自分に確認させてあげたいという気持ちと、いつか機会があればそれを他の人たちとも分かち合いたいという気持ちが、どこかにあったように思います。

そして、その時ももうひとつ自分の中ではっきりとしていたのは、何らかの形で、リチャードやエクトンに会ってみたいという気持ちでした。もちろん、どうしたらそれが実現できるかについてのアイデアは、なにもありませんでした。でも、今にして思えば、あの時にリチャードと二人で日本でセッションをしていく流れの種を蒔いたような気がします。

当時は具体的なアイデアが見つからなかったのも、リチャードとエクトンに会ってみたいという気持ちは、あきらめて手放しました。というよりも、時間とともに自然に忘れてしまったというのが、正直なところでした。その後、あるきっかけから、別のチャネラーの日本での個人セッションの通訳を一部担当する機会がありました。僕はあまり英語がうまく話せる方ではないので、最初は不安でした。でも実際に始めてみると、自分の興味のあることだけに、いつもよりスムーズに言葉が流れてくるのに気づきました。回を重ねるうちに、チャネリングのプロセスにも自然に慣れ

ていきました。

そして1987年12月頃のことだったと思います。そのチャネラーを日本に招いていたA.H.P.の稲垣さんから、1988年の2月にハワイのマウイ島で、日本の人たちを対象にリチャード・ラビンのワークショップを企画しているので、その通訳をお願いできないか、という内容の電話があったのです。それは、リチャード個人が日本の人たちと行う初めてのワークショップだということでした。

僕はもうリチャードに会えるというだけで嬉しくて、3日間のワークショップの全体を一人で通訳できるかどうか考えずに「やります！」と答えてしまいました。

その時に、初めてリチャードのチャネリングのテープを聴いた時のあの感覚が全身に甦ってきました。自分がもうあきらめかけていた望みを、実は宇宙がちゃんと受け入れてくれて、そのための準備を知らない間に整えてくれていたという実感がありました。

そして、初めてハワイでリチャードに会いました。ここで出会ったということがとても自然で、ずっと以前からよく知っている人のように親しく感じられました。リチャードにとっても同じような感覚だったそうです。ワークショップも二人ともとてもくつろいで進めてゆくことができました。そして、これからもし日本でリチャードがチャネリングをすることがあれば、いつも二人でやろう、ということになったわけです。

リチャードは1989年の秋以来1年半余り来日していません。その頃から彼の中で、もう一度自分のカウンセリングのスタイルをゆっくりと見直したい、という気持ちが強くなっていったようです。「今以上に質の良いカウンセリングのできる方法が見つかれば、今のスタイルにこだわる理由は何もない。僕はいつも自由であることをとても大切にしたいんだよ」と彼はよく言っていました。公の立場でチャネリングをすることは、もうなくなるかもしれない…という話も、彼の口から何回か聞きました。実際にどうなるかは、彼自身にも、現時点では全くわからないそうです。

僕にとっては、彼がチャネリングを続けるかどうかはどちらでもよいことだと思っています。彼が、今までとは別のスタイルで来日するとしても、多分また僕は通訳を引き受けると思います。そして、もし、もう来日しないとしても、いつでもつながりを感じているでしょうし、親友であることに変わりはありません。

僕はリチャード・ラビンという人がとても好きです。

1989年の秋以降も、彼が残してくれたセッションはいろんな媒体を通して、少しずつより多くの人たちに伝わっているようです。最近になって、はじめてリチャードのセッション・テープを聴いた、と電話をくれる人もいます。表面的には何も起きていないような時にも、流れはいつもどこかで続いているんだな、と改めて実感

しています。リチャードの日本でのチャネリング・セッションが、このように本として出版されることになったのも、そんな流れのプロセスの一部なのでしょうね。

さて、この本には1989年の春と秋の2回にわたる来日の際に行われた3回のQ&A公開チャネリングと3回のワークショップが収録されています。

チャネリングが行われる前に、その内容について僕とリチャードとの間で打ち合わせをすることは、ほとんどありません。リチャードが計画を立てたとしても、エクトンが実際に何を話すかは前もってわかりません。ですから、通訳としても、話される言葉の流れを感じながら理性をあまり介入させずに、次々に訳していきます。

この本は、当日話された言葉をもとに、文章にしたとき、どうしても理解しにくい部分を除いては、ほとんど手を加えず、できるだけ当時のセッションのフィーリングがそのまま伝わるように編集してあります。

これらのセッションが行われた頃は、ダリル・アンカ氏のバシャールやシャーリー・マクレーンの著書などをきっかけに、日本でもそれまでに比べてかなり多くの人たちの間で、チャネリングに対する関心が高まり始めた時期でした。特にトランス状態で行われるチャネリングはそのコミュニケーションのスタイルが特殊に見えるだけに、チャネリングのプロセスそのものが興味の対象になる、という傾向もあったように感じます。チャネリングとは何なのか、ということに関する資料はあまりありませんでしたし、そこから流れる情報との関わり方についてもある意味で少し混乱していたようです。

リチャードのセッションにもそのような背景が反映されていて、チャネリングに関する彼自身の体験や、個人的な見解がかなり詳しくストレートに話されています。当時と今とは、多少状況は違うでしょうが、チャネリングに限らず、私たちが色々な情報に関わっていく上で、リチャードの見方や感じ方はとてもいいひとつの参考になるのではないのでしょうか。

1989年頃から僕も自分の体験などをもとに少しずつセミナーらしきものを始めるようになりました。その中で、いろいろな形で、自分の人生に変化を経験し始めている人たちと出会います。それらの変化はその人がニュー・エイジ関係の本を何冊読んだとか、何種類のセミナーに参加したとか、何年瞑想したということなどとは、ほとんど関係なく起きているようです。特定のスタイルで生きることと、今、実際に地球全体に起きている変化の波に乗っていることとは、特に関わりがないように思えます。特定のスタイルにこだわる時には、逆にエネルギーの流れに対して閉じることになるのかもしれませんが、また、ひとりひとりのプロセスはとてもユニークで他の人のものと比較することはできません。自分自身のプロセスを尊重したときに、出遅れるのではないかと…とか、自分の愛する人を後に残してしまうのではないかと…というのは、どうやら古い観念からやってくる思い込みのようです。ひとりひとりが自分の（変化の）プロセスを信頼しながら、その流れと共に生きてゆく時、

結果的にその人の体験したことは、最も効率よく、他の人達とも分かち合われるようです。たとえ自分の体験を直接他の人と分かち合う機会がなくても、個人の体験は集合的な意識から人類全体に、宇宙全体に分ち合われると言われています。

あなたの流れを感じてみてください…。

あなたの内側からのささやきに耳を傾けてください…。

もしかするとこの本のリチャードやエクトンの言葉が、あなたのそのハートのささやきを鏡のように映し出してくれるかもしれません。

それは、あなたが、あなた自身にあげるプレゼントです。

どうぞ、あなたのやり方で、そのプレゼントをお楽しみください。

最後になりましたが、この本の出版に関わってくださった皆さんに、心から、“ありがとう”を言わせてください。

編集の大八木興一さんと、翻訳部分のリライトを担当してくださった中川このみさんに。

また、オリジナルのセッションの内容をそのまま正確にワープロ打ちしてくださった検見崎かおるさん、デザイナーの芦澤泰偉さん、素敵な写真を提供してくださった広田行正さん、校正をしてくださった奥山朋子さんに。

出版に関しては何の知識もない僕にいろいろとアドバイスをしてくださったヴォイスの喜多見龍一さんと佐藤恵美子さんに。

その他のヴォイスのスタッフの皆さんに。

それからもちろん親友のリチャード・ラビンとエクトン、日本でのリチャードのセッションに参加してくださった方々にも、改めてありがとうの気持ちを送ります。

A・H・P.の稲垣さんはリチャードと僕が直接会おうきっかけを提供してくださいました。本当にありがとう。

そして、そして…、

この本を読んでくださったあなたに。

あなたと出会えて本当によかった。

僕はこれからもずっと自分なりのやり方で、この本を通して出会う人たちと、光でつながってコミュニケーションするプロセスを続けようと思います。

おたがいのエッセンスが言葉を越えて分かち合われるように…。

ありがとう…。



リチャード・ラビン
Richard Lavin

1955年5月5日生まれ。ニューヨーク出身。幼少時からサイキック現象に興味をもち、自身でも幽体離脱の体験などをしていたという。高校時代から本格的にスピリチュアルなことを勉強し始め、その関連で大学では心理学を専攻した。20代前半にはカウンセラーの勉強の一貫として催眠療法を学び、その資格を得た。エクトンをチャネリングするようになったきっかけは、催眠療法の実習として、彼自身が友人の誘導でトランス状態に入ったときのことだという。それが1982年頃のことと、それ以来、ニューヨーク、ロスアンゼルス、サンフランシスコなどを中心に、数多くのワークショップや個人カウンセリングを行ってきた。リチャード自身は特別チャネリングをしたいと思ったことはなく、『できるだけ質のいいカウンセリングをしたい』というリクエストが、一番自然な形で満たされるひとつの方法として、チャネリングが始まったのではないかと、というコメントをしている。ハワイ在住。



チャンパック
Champak

本名：飛世真人（とびせまさひと）1958年5月16日生まれ。京都出身。チャンパック（Champak）は1980年にオショー・ラジニーシからもらった名前（サニース・ネーム）でフル・ネームはスワミ・ディアン・チャンパック（Swami Dhyam Champak），“瞑想の花”という意味。名前をもらった頃からいろいろな瞑想やグループ・セラピー、ボディ・ワークなどを体験し始める。そして、'85年頃から主にアメリカ西海岸のニューエイジ・ムーブメントやチャネリングに関わり始め、女性チャネラー、ペニー・ピアスの通訳などを経て、'88年、エクトンのチャネラー、リチャード・ラビンの通訳を担当するようになった。通訳の傍ら、エクトンの誘導をきっかけに自分自身もチャネリングをするようになり、'89年から自らの体験をもとにワークショップを開始、現在に至る。ソフトで軽妙な語り口は、通訳においても、また自身のワークショップにおいても定評がある。その温かく気さくな人柄に、女性ファンも多い。連絡先：東京都武蔵野市吉祥寺東町 1-15-3 エスパシオ 吉祥寺 101

ECTON (エクトン)

1991年7月17日 初版発行
1993年4月28日 第3刷発行

宇宙存在 エクトン
チャネル リチャード・ラビン
翻訳者 チャンパック（飛世真人）
編集者 大八木興一＋中川このみ＋佐藤恵美子

“ECTON” was first published by VOICE co. in Japan in 1991 and subsequently reprinted in 1992? and 1993, desital formatted in 2003.

Transcription and Proofing / Mariko Usui (GARLAND)

Copywrite © 2003 Richard A. Lavin

ECTON

エクトンが描く
意識の地図

リチャード・ラビン
Channel:Richard Lavin

エクトン
Entity:Ecton

チャンパック（飛世真人）
Translator:Champak (Masahito Tobise)

- 「私だったらあんなことはしないのに」という時、多くの場合、自分も過去に同じことをしている。
- 他人の真実を自分の人生にそのまま当てはめる時、苦しみを経験する。
- 「起きていない」ことではなく、「起きている」ことを感じなさい。
- 痛みより、喜びや幸せの方が価値がある、ということはない。
- この惑星では「お金」が神のように扱われている。ただしはなはだ「無能な」神である。
- 皆さんの内側には、非常に多くの異なったパーソナリティが存在する。
- 過去をなつかしむのと同様に、よりよい未来を待つのもばかげている。
- チャネリングは絶対ではない。
- カウンセリングとは、喉の渇いた馬に水を飲ませることではなく、水のそばに連れていくことができるだけだ。
- お金という小さな紙切れや金属は、自分自身を満たしてあげていい、という許可を与えた時やってくる。
- 私たちは「よりよくなる」のではない。「完全な」ひとつの状況から別の「完全な」状態に移るだけである。
- 他のものに影響されている時、あなたは自分の力を他に与えている。
- 私（エクトン）は、「過ぎ去るショー」である。
- 過去は「ひとつ」だけでは、ない。
- 鏡の中の自分の身体を嫌っている時、パートナーを自分に引き寄せることは難しい。
- 皆さんは「スピリチュアルな経験をしている人間」ではなく、「人間という経験をしているスピリチュアルな存在」である。
- 性の「正常な」表現などというものは、どこにもない。
- 「愛」と「不安」は、同居できない。
- 人間関係に困難が生まれる時、それは両者の「相違」から生まれるのではなく「共通性」から生まれる。
- 禁煙する一番いい方法は「意識的に」タバコを吸うことだ。
- チャネリングを開くもっとも効果的な方法は、リラックスすることである。
- どんなことでも、あなたが信頼すればするほど、それは効果的に作用します。
- あらゆる偉大な創造物は、すべてイマジネーションから始まった。