

# こころの浄化 大作戦

花も鳥も動物も、今ここを瞬間ごと  
に生きています。  
そこには生ききっている感じがあつ  
て、生命の美しさを感じずにはいられ  
ません。

過去からの恐れや未来への不安が、  
私たち人間の人生を、ちよっぴりくも  
らせてしまつのかも少し嫌いです。

そこで今号のOaumaガジンでは、  
「こころの浄化大作戦」と題して、た  
めこんで重たくなっているあれこれ  
を、こころから見直そう！ と思いま  
す。

さまざまなこころの浄化の達人たち  
に、より生き生きと、人生を生きるこ  
とができるコツ（HOW TO）を語って  
いただきました。

外資の有名企業でも社員研修に取り  
入れるほどに、今注目されている「瞑  
想」は、どのように人生の役に立つの  
か？

私たちのエネルギーセンターである  
7つのチャクラの役割とは？

世界的なミュージシャンであるモー  
ガン・フィッシャーさんによる、日常  
に平和をもたらす方法とは？

古代からの智慧を用いて、私たちの  
生まれた月と日より人生をひも解く数  
秘とは？

…など、今すぐにも生活に取り入  
れることのできる、浄化の方法が満載  
です。

よぶんなものを取り去ると、これま  
でのように外側を気にして生きること  
はなくなり、ちゃんと自分がどう感じ  
るのか、そして、その奥にある自分の  
本質へと意識が向くようになります。

軽やかになったあなたは、本当に必  
要なもの、欲しいものが、よりクリアー  
にわかるようになるでしょう。

そして、より自分に対して気づきを  
もたらすことが可能になり、人生  
で必要なものと出会う「シンクロシ  
テイ」が、ひんぱんに起きるようにな  
るでしょう。

こころの浄化をして、よりスムーズ  
に生きるコツをつかみましょうね。

あれがあると、豊かになる…。  
あれがあれば、無くなったときの心配がない…。



そんなふうに、気づいたらついつい  
ためこんでしまっていた…なんてことはないですか？  
それって、今すでにあることや、  
ものを信頼していないともいえそうです。  
なかなか手放すことのできない、  
重たい思考やものたちは、  
私たちの本来の回転を遅くしてしまいます。  
先日、ご一緒した男性が、こんな話をしてくださいました。  
「人生70年間。朝、昼、晩と一度だって飯が食べなかつた  
ことはありますか？ って話ですよ」と。