

実用
スペシャル

オーラ透視術

だれでも見えるようになる実践プログラム！

オーラは、人間の内奥から放たれる生命力の輝きであり、だれもがその輝きを身体の周囲に放っている。そして、心の奥深いところでは、本当はすべての人がその存在を知っている。今は、ただ忘れていただけ……。だから、ほんの少し目を凝らすだけで、あなたもオーラの美しい輝きを見ることができなのだ！

文 遠藤昭則

イラストレーション 小野貴志

PART 1

オーラが見えると 幸運がやってくる!

あなたは、オーラを見たことがあるだろうか。オーラは生命力の波動であ

り、それを見ることは、すなわち生命力とつながることである。その意味は大きい。なぜなら、そのときあなたは、幸せの原動力を手に入れたことになるからだ。オーラには、それだけの威光が秘められているのである!

古代から感受されてきたオーラ

はるかな昔から、人間や動物、そして植物の周囲には、不思議なものがあるといわれてきた。

それは、通常、肉眼ではなかなか見えない。だが、明らかにそこにあるもの、光のようではあるが、そうでもないような、まるで神の威光を表すようなもの、といわれてきた。

現代では、それを「オーラ」と呼ぶ。

こうしたオーラは、古代オーストラリアの壁画では、動物の周囲を取り囲むように描かれたり、あるいは仏像の光背、キリスト教絵



◆古代の壁画に描かれた“天使的な人間”には、オーラの描写が見られる。



◆仏像の光背。◆聖者の頭部に描かれた円形の光。いずれもオーラを表す。



画の聖者の後頭部にある透明な光など、さまざまな形態で無数に描かれてきた。

そうしたものを残すには、まず第1に、オーラが見える人がいないなくてはならなかっただろう。第2に、オーラが見えない人にも、それを納得して受け入れられる何かが必要だった。

そうでなければ、古今東西にわたって、これほど多くのオーラ描写物が、現代にまで残されるわけがないのである。では、オーラが見えない人も納得するものとは、いったいなんだ

ろう。私たちがオーラの存在を納得するためには、なんらかの“証拠”が必要であることはいうまでもない。

そのとき、私がいちばん重要だと思ふ証拠は、だれの中にもある「内奥の呟き」からの「声」である。つまり、「オーラというものはあるんだよ」という内奥からの声——それは、私たちの表面的な意識には、単なる印象としてしか伝わらないものなのかもしれない。そこで私たちは、「はて、それが

内奥の呟き——それは生命力そのものとも、生命力から放たれるものとも考えられる。

オーラは身体から放たれる輝き

ものとも考えられる。生命力は、文字どおり私たちが

ささやいたのだろうか？」と振り返って考える。

しかし、それはどこにも見当たらない。なぜなら、それは本人の内側から出た声なのだから。

もちろん、意識でそれを否定することは簡単である。ただし、オーラってあるのかな、と考えると、その声はいつでもやってくるだろう。

一部の人を除いては見えもしなかったはずの昔の人々までが、オーラの存在を納得したのは、そうした内奥の声を素直に聞くことができたからにちがいない。

だから、オーラを知るには、直接的な証拠よりも内的な体験が重要である。今は、直接、オーラが見えなくても、あなたの内奥の声に耳をすますことは、オーラを見るための第一歩なのである。

①いちばん内側のオーラ

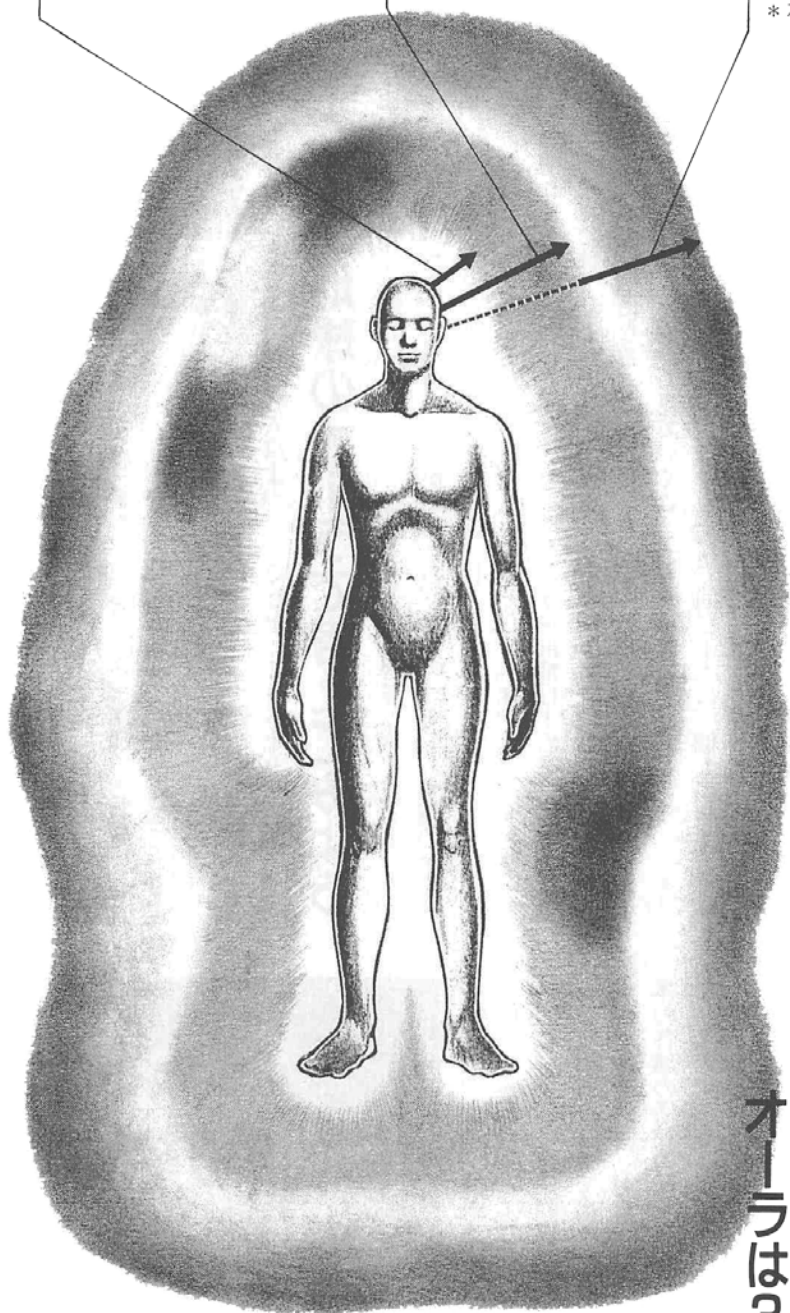
- * 身体の周囲10~20センチ
- * 白い霧状・筋状
- * 身体の余分な力などの排出

②中間のオーラ

- * 身体の周囲40~60センチ
- * 色がついている
- * 本人の思いや身体の調子によって色が変わる

③いちばん外側のオーラ

- * 身体の周囲60~90センチ
- * 人によって形や色は異なる
- * 本人の個性を表す



生かしているパワーであり、私たちが幸福へと導く原動力だ。私たちの約60兆もの全身の細胞群は、生命力が内包する叡智によってコントロールされている。

地球に暮らす約60億の人間は、互いに争い、ときには殺し合い、調和して生活しているとはいえない。なのに、私たちの身体の60兆の細胞群は、調和し合い、平安な印象を放ち、活気に満ちて活動している。

それが、生命力の持つ叡智によって、すばらしい共同社会ができる。

あがっていることの証である。そしてオーラは、こうした理想社会としての身体が、「私はここにいますよ」というメッセージとして、身体の中から放つ輝きであり、生命力の波動である。

さらに、幸せをめざすための原動力が、わいてくるようになるのである。

必然的に身体は、はつらつとして調子がよくなり、生活もしつかりしたものになってくるだろう。

なによりも、生命力という、いわば樹木の根っこを感じるようになるのだから、強い風が吹いても倒れない、堂々とした精神が育まれることだろう。

では、なぜ、オーラを見ることか、そんな発展をもたらすのか。実は、それは発展ではない。そんながる行動なのである。

うではなく、忘れていたことを思い出すだけなのである。

自分の中にある生命力に気づくこととするのは、生まれてこのかた肥大化してしまつた心を、もう一度、基本に立ち戻らせ、そこから心をさらにステップアップさせる、つまり心の視野を開かせることになるのである。

禅の言葉に、「脚下照顧」というものがある。自分の足元を、もう一度、見なさい、という意味だが、オーラを見ることは、それにもつながる行動なのである。

オーラは3種類に分けられる

さて、具体的に、オーラとはいったいどんなものなのだろう。

私は、子供のころから見えたり感じたりしていたので、格別、不思議なものとは思っていなかった。だが、多くの人は、そんな体験はしていないようだ。

当たり前のものでして受け止めていた子供のころからの体験と、学生時代から今日まで、オーラが見える人に会って調べてきたことなどからわかつたのは、ひと口にオーラといっても、どうやら3種類のものがあるようだということである。

それは、次のように分類することができる。

① 身体の周囲10~20センチのあた

りまで出ているもの。白い霧状、あるいは筋状のもので、身体の余分な力や不要となった力が、排出されていると思われる。身体が不調なときには、出が悪くなる。

② 身体の周囲40〜60センチのあたりまで出ているもの。本人の思いや身体の調子によって色に変化する。これを見るには、肉眼ととも

に心の目も使う必要がある。たぶん相手からの波動をテレパシクに感受し、それを色として見ているのだろう。

③ 身体の周囲60〜90センチのあたりにある、仏像の光背のような形をしているもの。ただし人によつ

地球のオーラで考えよう

ここまで話で、オーラって複雑なものだな、と思われる方がいるかもしれないので、簡単な例をあげて、さらにオーラについて説明しておくことにしよう。

それには、私たちの住んでいる地球がよい例になる（この場合、先の3分類を外側から見ていくことにする）。

まず、地球を外側から見ると、最初に大気が目に入る。それは地面から成層圏のあたりまで広がっている。これを、地球のいちばん外側のオーラと考えよう。

このオーラ（大気）は、色がついて見える。つまり、宇宙から見

て、形や色は異なる。

このオーラは、前に述べた「私にはここにいますよ」という、自分の生命としての場を表しているようである。

以上の3つが、私の体験や研究でわかっているオーラの種類だ。

たとき、地球は青く見える。だから、地球のいちばん外側のオーラは、青い色だといえる。

そして「地球は青かったよ」という宇宙飛行士の感動的な言葉でもわかるように、このオーラ以上に、地球という惑星の個性を表すものはない。

同じように、個人のオーラでいえば、③の身体の周囲60〜90センチのあたりにあるいちばん外側のオーラは、各人の個性を表しているのだ。

したがって、その色や形は人によって異なっているし、本人の心の発達によって、さまざまに変化していくのである。

さて、今度は地上に戻ろう。

地上からは、青空（便宜的に、地球のいちばん外側のオーラと考えてよい）を背景に、ぼつかりと浮かんだり、広く筋のように出たりと、いろいろな変化を見せる雲を見ることが出来る。

これが、地球のオーラとしては



▲(上)地球を包む外側の「青いオーラ」は、個性を表す。(下)雲は中間層のオーラに当たる。

中間層に当たり、それらの雲は、地球の環境の様子を表している。

同じく、②の身体の周囲40〜60センチのあたりまで出ている色のついたオーラは、本人の感情、身体各部の活動の様子などを表しているのである。

ちょうど、本人の個性という青空の中に、きれいな色のついたさまざまな雲が現れると思えばよいだろう。

このオーラは、本人の個性のオーラの色には影響を与えない。さて、地上に立つてあたりを見

回してみよう。すると、たとえば太陽の熱によって、大地や山肌から水蒸気が立ち昇るのが見られる。これが、地球のいちばん内側のオーラにあたる。つまり、大地の過剰な力が、形となって外に出てきたものである。

身体も同じである。いちばん内側の①、すなわち身体10〜20センチのあたりまで出ているものが、これに相当する。

余分な力や不要な力の排出なので、身体の調子が悪いときは、出が悪くなるオーラだ。

*オーラの正体は何か

さて、地球の大気層は、光学測定器や赤外線探知装置、また温度計や湿度計などによって調べる事が出来る。

したがって、これまで比喩的に地球のオーラとしてきたものの正

▲水蒸気などは、過剰な力が外に出てきた「内側のオーラ」と考えればよい。



オーラはだれでも見るハイジューキー！

体は、科学的に説明することができ
きる。

しかし、身体（びんたい）のオーラは、微弱な光を増幅して測定する光電子増倍管でも測定されていない。

では、こうした正体不明のオーラを見るには、いったいどのようにしたらよいのだろうか。

書店の精神世界と呼ばれるコーナーには、オーラを見る方法が紹介されている書物もいろいろある。しかし残念なのは、多くが神秘的なものであるということだ。これは欧米の書物でもそうである。

オーラを探知しようと、さまざまな装置による測定がなされてきた。しかし、それは電波でもなく、静電場でもなく、ましてや赤外線でもないようなのだ。ただ、オーラに近いものを電磁波として測定する装置は、ときどき世界のどこかで発明されてはいる。

とはいっても、オーラがいったいなんであるかということは、これからの科学の発達を待つよりしかたがないだろう。

前項で、オーラを地球の大気層にたとえて説明した。そのとき、大気層が神秘的なものだと、だれも感じなかつたはずだ。

同じようにオーラも、決して神秘的なものではなく、大気と同じように、だれもがゆつたりと見られるような方法があるのでないだろうか。ましてや、自分だけが

見えるのだぞ、と優越感を持つようなものではないはずだ。

それは、だれにでも青空が見えるのと同じことだと思ふ。

その証拠に、私は、オーラがだれにでも見えるようになった例を数多く体験してきた。約1か月間、真剣に努力すれば、かならずその能力は出てくるのだ。

70〜80名の人たちに、前に立っている人のオーラを同時に見ていただき、それを描いてもらったことが数回ある。

その用紙を集計してみたのだが、ほとんどの人が、さまざまな形や色で現れるオーラのうち、控えめにいっても約80パーセントものオーラを見ることができた。

これは驚異的な数値である。練習はそんなにむずかしいものではないのに、成果がはっきりと現れてくるのだ。この事実も、だれの中にもオーラを見る力が内在していることを証明していると思ふ。

「想像で描いてもいいですから、たぶんこのあたりに、このように見えるのだろうかと思うものを描いてください。」

と呼びかける。もちろんはじめに、オーラとはこんなものという解説はほとんどなしにである。

すると、オーラとは鮮明な色がついて、はっきりした輪郭で見えると思ひ込んだ人たちは、意

外な気持ちを持つようだ。そして、リラックスした気持ちで挑戦し、「なんだ、オーラってこう見えるのですか」

と納得される。

こんなちよつとしたアドバイスをしてやるだけで、オーラは見えはじめる。そして、オーラを見ていて、相手からこんな感じを受けてたという「印象感受能力」が育ってくる人もいれば、オーラの中に「映像」を見る人もいる。

最近では、マンガの世界にもオーラが登場するようになってきた。それを見る人たちはなんの違和感もなく、ましてや神秘的とか恐ろしいといったイメージもなく、自然にすんなりと受け入れられる時代になってきた。

オーラを見ることができると威張り、特権階級のような顔をして人々を怖がらせてきた人たちは、もう、そのための道具としてオーラを使うことはできないのだ。

オーラに神秘の衣を着せるのはやめ、だれでも見ることができるようだという認識を再確認しておこう。それは、青空や雲と同じようなものなのだ。

さて、次からは、私の体験的なアドバイスを変えながら、どうすればオーラを見ることができるようになるのか、実践的なプログラムを紹介していこう。

PART2

オーラを見るための 実践プログラム

オーラは、ほんの少し目を凝らせば、だれにでも見えてくる。そんな素直

な気持ちで、これから紹介する7つのプログラムをやってみてほしい。オ

ーラを神秘的なものとして扱わず、見えて当たり前という気楽な感覚が練

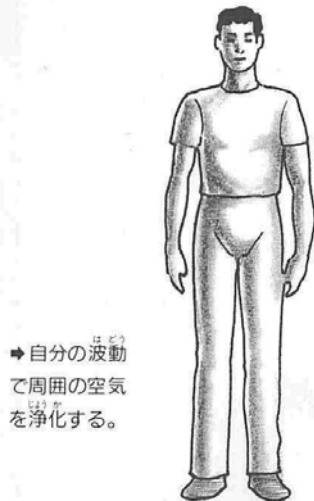
習の成果を上げるコツだ。内眼とともに、心の目も働かせて見てみよう！

プログラム1 体調を整える体操

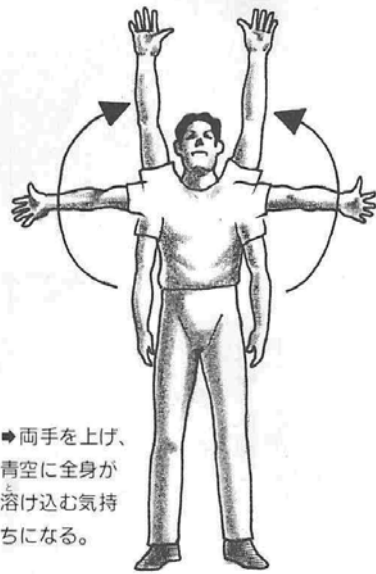
A リラックス

①足を肩幅程度に開き、ゆったりと立つ。そして、自分の波動で、周囲の空気を浄化する気持ちを起こす。

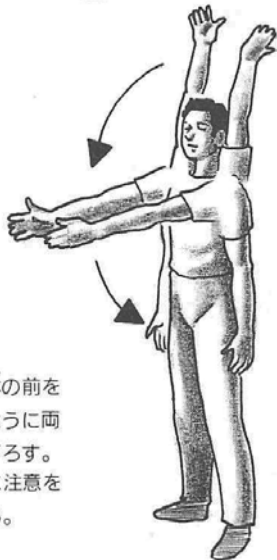
いつも周囲の環境が悪いと思っ
ている人には、特に行ってほしい
ものである。自分から世の中をよ
くしていこうという気持ちがなく
ては、能力は出てこないのだ。
周囲の空気を浄化しようと思っ
ながら、自分のまわりに青い霧を
思い描くとうまくいく。



自分の波動で周囲の空気を浄化する。



両手を上げ、青空に全身が溶け込む気持ちになる。



身体の前を通るように両手を下ろす。指先に注意を向ける。

しばらくその状態していると、身体から、力を自由に発散することができるようになったとき、そんな気持ちになったとき、実際にもそうなっているのだ。

これであなたの波動は、いくぶんか浄化されたものに切り替わる。まず周囲を。それが自分を清めることにもつながる。
②両手を広げながら、ゆっくりと上げていく。上げながら、息を吐き、指は軽く開く。そして、きれいな青空の中に、全身が溶け込むような気持ちになる。

最後は顔が上を向くように、両手の動きに合わせて顔も上げる。

両手を上げているときの人を見ていると、室内のオーラが、①の練習のときよりも、もっと大きく、白く変化することがわかる。手を上げている人のオーラが、外に強く放射されているからだ。

リラックスしているのに、オーラが濃く広くなる。地球的な常識からいうと、不思議なことだろう。一般には、力むとパワーがよく出るといわれているのだから。

オーラがそのように変化すると
いうことは、内側に集中していた
全身の細胞群の働きが、外に広く

開くようになってきたということである。

そして、外の波動に、より注意を向けられるようになる。これはオーラ透視のポイントである。

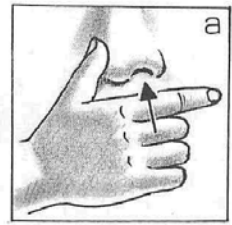
③上げていた両手を、身体の前を通るようにゆっくり下ろして行く。呼吸は自然に。

そのとき、指先に注意を向けていると、なにかモヤッとした感触を受ける。そして、指の周囲の空気が濃くなったようにさえ思えてくる。これは、オーラを感じているのであり、その感触を覚えることは大切である。

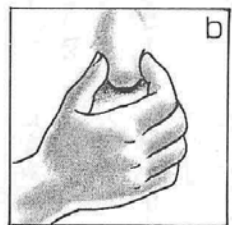
この練習の延長上に気功法がある。したがって、気功をしている人のオーラは濃くなっている。

④リラックスの仕上げとして、ここでゆっくり呼吸する。ヨガの呼吸法がベストだ。やり方は次のようにすればよい。

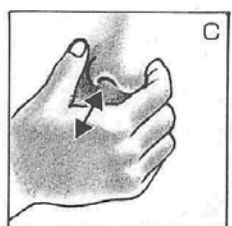
まず、次ページの図aのように右手の親指で右の鼻孔をふさぎ、



左から吸う



止める



右から吐く 右から吸う



止める

左の鼻孔だけで息を吸う。

次に人差し指で左の鼻孔もふさぎ、しばらく息を止める（b）。

それから親指を離して右の鼻孔から吐く。そして、同じ鼻孔から息を吸ったら、親指でふさいで止める（c d）。

こうして、鼻孔をふさぐ指を変えながら、呼吸をくり返す。

左右の鼻孔の嗅覚神経は、左右の脳へとつながっており、呼吸のバランスをとることによって、脳のバランスがとれるようになる。

そして、それによって、脳から脊髄の左右に出ている、自律神経のバランスをとることができるようになる。これが重要なのだ。

テレパシクにキヤッチした外部からの波動は、神経を通過して脊髄、脳へと増幅されていく、という説を唱えた人はいる。

しかし、左右の自律神経間のバランスをとることが必要だと説いた人はまだいない。

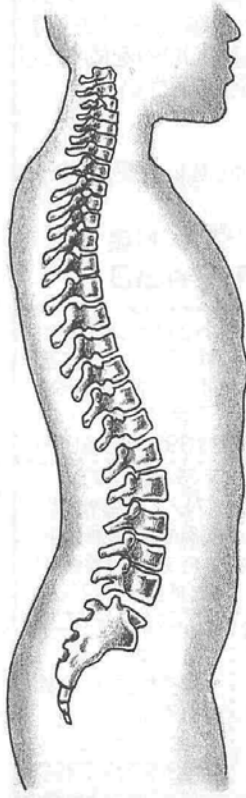
ただ、「ヨハネの黙示録」のなかでは、心の働きが赤い龍などになつて、左右の自律神経間のバランスを崩そうと登場してくる。

いずれにせよ、人間の自律神経は、脊髄を中央の柱として、それに線対称に左右に走っている。だから左右のバランスは非常に大切なのだ。身体も一種の脳であるといっている学者もいるのだから。

この呼吸法で、そうしたバランス感覚を覚えてほしい。

回 脊髄の調整

① 背骨の椎骨を、下からひとつひとつ思っていく。あらかじめ下図を見て、イメージしておくことよ



② 基準というものはないので、正しいと思えば次へ進んでいく。コツとしては、正しいと思える状態になるように、身体をゆつくりとくねらせてみたり、いろいろと動かしてみる。しかし、それとこだわりすぎないように。

幸福になる呼吸

最後に再び呼吸法を行って、体調を整える体操を終える。これは私が、ある声楽家の方に教えていただいた呼吸法である。

① 背骨を伸ばして、背骨の両側が開くような気持ちで、ゆつくりと息を吸う。このとき、目は閉じないように。

② そして、ゆつくりと息を吐きだす。そのとき、幸福感が目のところにわき起こってくれば大成功。わき起こってこないときは、「私

は幸福です」と心地よく思ったり（それはそうなのだ。この練習のときは、あなたは自分の身体という、すばらしい調和ある世界と一体なのだから）、または、「私の身体の細胞群を祝福しましょう」という気持ちになることだ。

この呼吸法も、オーラを広く濃くする方法である。

なぜオーラを広く濃くすることにこだわるのか。それは、オーラを見るときは、自分のオーラが広く濃いほうが、他人のそれも見えるからなのである。

パワーの出がよいということは、相手の波動とあなたの波動が、あなたの心という大通りを往來する割合が盛んになるということであり、相手のオーラの情報も、多く得られるということなのである。

これで一連の体操は終わり。暇を見つけて1週間もやれば、スムーズにできるようになるだろう。

この体操の目的は、身体の細胞群を集中から開放し、外へと開かせるものだ。そんな感覚が出てくれば、練習は成功である。

プログラム2 身体のいちばん内側のオーラを見る

さて、ある程度、身体を開放して外へ開かせる感覚がわかってきたら、実際のオーラ透視をやってみよう。まずは、いちばん内側のオーラから。

皮膚にいちばん近いオーラは、もつともたやすく肉眼で見ることができるようになる。

それは、細かい針が密集して出ているようなものや、霧のように見えるものなどである。

この内側のオーラは、イギリスの医者であったウォルター・J・キルナーという人が、重シアンという青紫色の液体を2枚の板ガラスで挟み、それを使えば見ると発表したことでも世に知られるようになった。

彼の方法は、のちにいろいろな人によって改良され、ピナ・シアニンという液体のほうが、より見やすくなるというようになってきた。これは、キルナー・スクリーンと呼ばれる。

しかし、注意すべきは、キルナ

ー・スクリーンを通してオーラを見るのではないことだ。スクリーンを使うことで、オーラを見やすい目にしていくのである。

私も実際に試してみたのだが、確かにほんの一部分のオーラは見やすくなる。だが、はてなという疑問がわいてきた。人間の内部にある生命力を使って見なければ、なんにもならないのではないのか。そういう疑問である。

それに、このスクリーンを使う方法では、指の周囲を取り巻くように、黄緑や青い色が見えるようになる。

しかし、これはオーラではないのである。

確かに指の周囲には、色のついたオーラが見える。しかし、それは、キルナー・スクリーンで見え

るようなものとは、まったく異なるものである。

いずれにせよ、補助器具を使うのではなく、実際に私たちの身体を使ってオーラを見ることにより、人や自然界のあらゆるものが見つがっている、という認識が、さらに深まるのではないだろうか。

では、それを実現するにはどうしたらいいのだろう。その方法について紹介していくことにしよう。

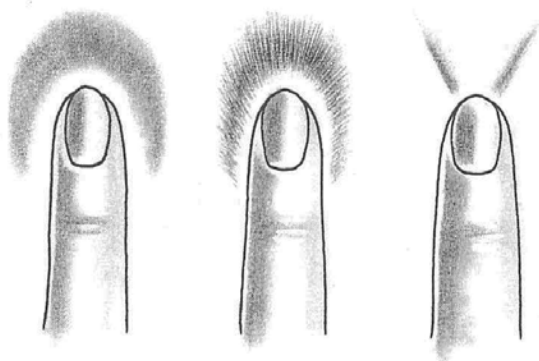
★指先のオーラを見る練習

①照明を調整するか、物陰などの薄暗いところで、黒い紙や布、深緑色の黒板などを背景にして手をかざす（プログラム2と3では、すべてこのような背景がよいだろう）。

②一本の指先の、空間5ミリのあたりを見る。最初は、筋のように、すっすつと細く出ているオーラを

探す（左図の右端参照）。

③焦らないことだ。焦ると、すでに述べたように、指の周囲に黄緑や青い色が見えてくる。それがオーラだと書いてある書物もあるが、それは違う。オーラではない。





④見えてきたものをスケッチしておく。ただし、見えるものは一度に一箇所だけである。

このオーラを見るには、指先のごく狭い範囲を見る練習ではどうにもならない。なぜなら、指先のオーラとは、本質的に異なるものだからである。

また、いちばん外側のオーラが

プロگرام3 身体のいちばん外側のオーラを見る

これは、顔を見るときに、鼻と目の細部を同時に見ることができないのと同じこと。全体を見よう

見えるようになると、今まで見えなかった、手の周囲に広がるオーラが見えるようになるだろう。それは、前述した指先の針状・霧状のオーラの、さらに外側に見えるものである。

とするのではなく、部分を細かく見るのがコツである。

⑤見えてきたものを、部分ごとに丹念に描きあげていくと、指先の全体的なオーラ図ができてくる。

⑥この練習を続けて、5指のオーラ図ができてくるころには、あなたの能力は飛躍的に伸びているはずだ。

⑦指先のオーラが見えるようになったら、気分を変えて、ラピスラズリを見てみるとおもしろい。

ラピスラズリにも、指先と同じような形のオーラを見ることができ。そのうえ、直線状のオーラには、青白いきれいな色がついていることもある。

⑧これが見えるようになったら、観葉植物の葉の先や、樹木の芽など、さまざまなものから出ているオーラを見ようとよい。

なかには見にくくてよくわからないものもあるが、そのときには焦って見ようとしないことが大切である。

いちばん内側の狭い範囲のオーラと、いちばん外側のオーラを見るテクニクをマスターすれば、あとは自然に見えてくるはずだ。さて、いちばん外側のオーラを見るには、最初は練習相手がいた

ほうがいい。もちろん、たとえば電車などで乗り合わせた他人を相手にしても練習できるが、コツをつかむまでは、同好の士と練習するのがベストだ。

★外側のオーラを見る練習

①人の身体の周囲の空間のうち、どこか一箇所を見る。見るのに適した場所は、次のようなところである（左下図参照）。

- 頭の斜め上
- 頭の後ろ
- 頭の周囲

②そのあたりに、空気が筋になっているようなところを捜す。また、空気の質が異なって見えるところ、といってもいいだろう。

③もしもわからないようなら、その人に近づき、だいたいこのあたりだろうな、という位置を感じとるようにする。

④さらに、相手に、どのあたりまで近づくと違和感があるか、ということも教えてもらってもいいだろう。そこがその人のいちばん外側のオーラである可能性が高い。

⑤はじめは想像や印象でもかまわないから、たぶんこうだろ



う、というオーラの図を紙に描く。想像は大切である。それによって、オーラを見る神経の経路が、頭の中にできあがってくると思われるからである。

⑥練習に慣れてきたら、さまざまな人を見てみる。街を歩いているときでも、それはできるだろう。

⑦データが集まってきたら、それが正しいと思えるものかどうかを、改めて考えてほしい。

⑧また、ひとりの人をモデルにして、数人でオーラを見る練習をするのもいいだろう。それによって、自分の見ているオーラが正しいものかどうかかわかるようになるからである。

さて、ここまでの練習を2週間ほどやれば、あなたのオーラ透視能力の基礎は確立されるはずだ。焦る必要はない。楽しんでやってみてほしい。

オーラ透視の アドバイス

●身体はすばらしいオーラ透視装置だ！

キルナー・スクリーンについては前に説明したが、もうひとつ、オーラを見る方法として、一般によくあげられるのがキルリアン写真装置である。

キルリアン写真装置は、旧ソ連のキルリアン夫妻によって考案されたものである。

向かい合う電極板に、微弱だが高電圧の電流をかけ、その間に、たとえば木の葉などを入れるものである。すると、葉の周囲にオーラのようなものが見える、または撮影されるのである。

ただし、これはオーラそのものではない。
気功師の発する気が遠赤外線ではないかといわれたが、実はそうではなく、似て非なるものであったのと同じことである。

また、オーラを撮影するというカメラもあるそうだが、私はここで、あなたにちよっと考えていただきたいのである。

オーラを見るといことは、ただそれだけでよいのだろうかということだ。オーラ（らしきもの）が見えればいい、ただ、それだけのものかどうか、まずはそれを考えておく必要がある。

私たちが外界を肉眼で見るとき、それは身体という高精度のすばらしい装置を使っていることになる。しかもそこには、生命力という精妙な力によるコントロールがなされ、どんな器具、装置も及ばない認識や識別が行われる。

ということとは、オーラを見ているときには、私たちは、身体内部の生命力を見ているということに

もなる。そのことを忘れてはならないだろう。

それなら、キルナー・スクリーンや、そのほかの補助器具を使っただけで見ることのできないような世界だけに、限定される必要はないだろう。それよりもはるかにすばらしい働きが、私たちの肉眼やそれを支える身体にはあると思われるからである。

冒頭に話した「内奥の声」に耳をすますとは、つまりはそういうことなのである。

★自分の目で確認しよう！

そんな心構えを持って、オーラを自分の目で確かめていけば、「キルリアン写真で指のオーラを撮ったら、小さくしか写らなかつたの。だから、私のオーラの出はよくないようよ。でも、私は元氣いっぱいなの……」

とか、
「オーラの写真を撮ってもらったら、ピンク色してたのよ、でも、

私は、自分では青だと思っているのだけ……」

とか、
「オーラの見える人がね、私のオーラの色は黄色だっていうの。でも、ほかの色が好きなのにな」
などといった、面倒なことは起らないのである。

そういう人たちに、
「では、あなたはどっ感じるのですか？ あなたが、そう感じていることではいけないの？」
と聞きたいのである。

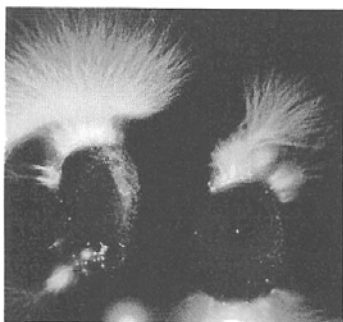
また、こんな体験もある。私の身体の変調を電氣的に測定してくれるというので、調べていただいたことがあった。

結果は、私の身体は普通の人の状態であった。

しかし、その人がいうには、オーラが純粹な人は、測定する前からよくわかるということ、そういう人たちは、測定値が一般人よりも低いということであった。

そして驚いたことに、その方自身もそうであると確信を持っておられた。

そこで、その方のオーラをこっそりと見させていたのだが、どうにもただけなものではなかったのは、どうしたわけなのだろうか。私がそこからそくさと逃げたしてきたのは、いうまでもない。私がいいたいのは、あなたはも



◆(上)キルリアン夫妻。彼らが考案した写真装置は、物体の周囲に不思議な輝きを写しだすが、それはオーラそのものではない。(下)キルリアン写真。



◆19世紀の水彩画に描かれたオーラのイメージ。生命力の発露を感じさせる。

もちろん、すべての人に、自分の目でオーラを見る能力が備わっているのだから、他人や器具に頼りすぎることはないのでは、ということである。

● しても意味のない練習について

ここで、一般にオーラを見る練習といわれているなかで、しても意味のない練習について述べておくことにしよう。

なぜなら、そのような練習は時間の無駄であり、またオーラを見る力を向上させるどころか、それを神秘的な方向に結びつける、懐疑的な方法だからである。

成果のあがらない練習で、オーラを見たい、知りたいという動機

あなたが見たり感じたりしたいと思つて練習すれば、オーラはすぐに見えるようになる。神秘的なものと思える必要はない。それを強調しておきたいのである。

が失せてしまわないよう、注意していただきたい。

★ 鏡を見て行う練習

部屋の真ん中に正座し、青い電球を頭の真上から照らす。鏡は目の前にある。

またはロウソクをひとつ灯し、それだけの明るさの下に正座する方法もある。

次に、深呼吸を数回くり返す。鏡の中の自分の身体の周囲を静かに見る。するとなにかポヤツとした光のようなものが見えてくることがある。

しかし、ここまで読んできたあなたなら、それが本当のオーラかどうか、感覚でわかるだろう。

それはオーラではないのだ。目の錯覚を利用した方法である。これは私だけではなく、オーラ

が見える多くの人の話も同じで、オーラは鏡で見る事ができないのだ。

ただ、透視をしようと思つて見えるが、初心者にはむずかしすぎる。したがって、鏡に自分の姿を写して見る方法は、行わないほうがよいだろう。

★ 指を広げて見る方法

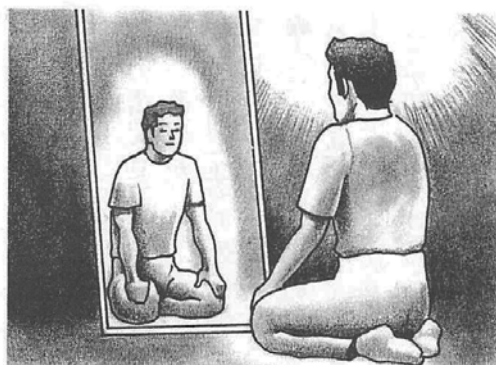
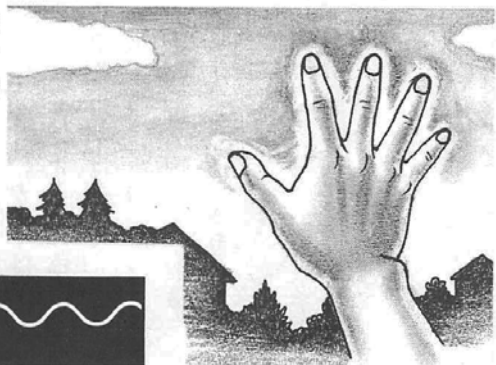
青空に手を上げ、指を広げる。すると指の間に、なにかモヤモヤとしたものが見えてくる。または、両手の指を開き、お互いに向かい合わせても行える。

背景は、青空でなくても、薄暗いところでもよい。片方の手の指からもう片方の指へと、白い霧のようなものがからんで見えたり、筋状のものがくっついて動いて見えたりする。

これも目の錯覚を利用したものであり、オーラではない。アメリカの精神世界探検者たちが好んで行う方法でもある。

これがオーラではないことは、薄暗いところで鉛筆などを置いてそれを見るとよい。オーラは出ていないのに、鉛筆の先から、白い霧状のものが長く出ているように見えるだろう。

▶ 鏡を見る方法や指を広げて見るやり方は、意味のない練習だといえる。



プログラム4 色のついたオーラを見る

この練習成果は、もともと個人差があるかもしれない。

オーラの色は、感情や身体の働き具合など、相手から発せられる波動を感じ、色として見ていると思われるからである。

ここで、注意すべきことがある。それは、光と色とは違うということについてである。

私たちが物を見ると、その色がわかるのは、色を感じたからではない。光の波動を肉眼(感光細胞)が感受し、その信号が、視神経を経由して大脳に送られ、色として認識。そこではじめて、ああ、これは赤い色だ、青い色だ……とわかるのである。

オーラも、相手からの波動を身体はどこかが感受して、それを色として認識しているようなのである。

感受しているのは肉眼かもしれないし、または身体の細胞であるかもしれない。だから、オーラと光

とを混同しないことである。色があるからオーラは光なのだ、とはいえないのである。

また、色のついたオーラは、肉眼で見ているといい切れることもできない。心の目でも、見たり感じたりしている可能性があるのだ。

実際、心の目で見られるようにしたが、色が詳しくわかるのである。

その方法は、次のようにすればいいだろう。

★オーラの色を見る練習

①まず、色というものに興味を持つ必要がある。そして、赤い色、青い色など、付録につけた「オーラ判定カラー・ボード」にあげたぐらゐの色は、すぐに思い描くことができるように、日常から練習

プログラム5

もう一度、指のオーラを見てみる

前のプログラム2で見たのは、

指先のわずか5ミリぐらいの空間に見える、筋状や霧状のものだった。ここまでくれば、それ以上のものを見る力が、あなたにはついているはずである。

そこで、もう筋状のものを見る必要はない。色のついたオーラを見ることにしよう。

①5本の指を軽く伸ばす。

しておくことである。

②これまでの練習とは違って、白い壁または紙の前にする。そしてそこに、自分の内部にある光を投射するような気持ちになる。

これは、色のついたオーラを見るうえで、大切な練習である。

相手の身体の周囲の色を見るのは、その周囲の空間というスクリーンに、自分が感じている相手からの波動を、色として投影している——ということも、考えられなくもないからである。

③次は、実際にいろいろな人を見て、その人の身体の周囲の色を感じるようにする。外界を見るのが、実は光という波動を感じていることであるように、相手から発せられている波動を、敏感に感じとれるように練習していくのだ。

これはテレパシーの練習にも通じるものだから、オーラの色を見る

ることは、テレパシー能力を向上させることにもなる。

④はじめはオーラの色はわからないうだろうが、焦らずに続けてほしい。そして、なるべく目で見ているという気持ちを起こさずに、「相手の生命力の色を、私の内部の生命力が見ている」というように考えてほしい。

なぜなら、オーラの色を透視は、結果の世界ではなくて、生命力の世界を見ているのだから。

⑤また、色のオーラに限らず、どのオーラを見るときもそうなのだが、俗説に惑わされなくてほしい。巷では、オーラを見るには、見る側が健康であり、精力も必要であるといわれているようだ。

しかし、そんなことはまったく関係ない。なぜなら、だれの中にも生命力はあり、オーラを見る力はあるのだから。

の中の空間を見ている割合は7ぐらいであろうか。

⑥指の周囲に色を見ようとしていることを、自分にいい聞かせる。

⑦次に、同じ方法で中指の周囲を見る。もし色が見えなくても、人差し指と中指では、違いを感じることもできるだろうか。注意を集中してみる。

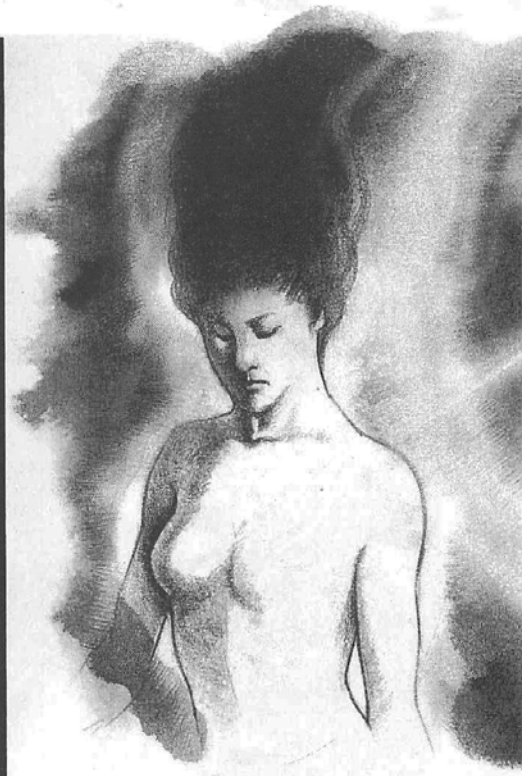
⑧薬指や小指も同じように見る。

オーラ透視の アドバイス



●オーラの色や形と意味

- ①身体的なもの
- ②感情などの想念によるもの



- ⑨ 今度は、5指の付け根とその周囲を見る。付け根にもオーラの色が重なって見えることがある。
- ⑩ 手の甲についても同じように行う。

オーラの色や形が変わる原因としては、

①身体的なもの

②感情などの想念によるもの

の2種類があることを明記しておきたい。

たとえば、足のストレッチ
手体操をしているとしよう
すると、筋肉の伸びている

側の周囲には、オレンジ色や黄色が見られる。

また、収縮して弛緩している側の周囲には、緑色が見られる。

こうしたものは身体の異常ではないが、身体のごくによくない症状があると、その周囲に濃く濁ったオーラが出てくる。

それは、その部位で炎症が起きているように、もやもやとしたものとなって見える。

また、黒い色に見えるときもある。それは、色が黒いというよりも、よくない症状の部位に力が使われているため、空間へのオーラの輝きがほとんどないことを示しているのかもしれない。

だから、黒い色だからよくない



というわけでもないのだ。身体の中で、そのぶん、多くの力が使われていることに気づく必要があるだろう。

風邪をひいて熱が出ると、普段とは異なった形や色のオーラが出る。これも、オーラとして外部に出ている生命力が、内部にまわされているためだろう。

★思いによるオーラの変化

思いによっても、オーラの形は変化する。怒りや喜びなどの大きな感情によって、いちばん外側のオーラまで形が変化する。

それは、激しい感情によって、顔が変化するのと似ている。

また、人の抱く想念によって、オーラの色が変化する。これを比喩的に、青空に色のついた雲が出

現するようなものだ、ということはずでに述べた。

青色が地球の個性を表すように、まず自分がここに転生してきた目的を表す色（個性の色）が、いちばん外側のオーラに見られる。

そしてその内側に、想念による雲であるオーラが出現する。空の雲にはいろいろな濃淡や形があるように、このオーラはさまざまな色や形になる。

この雲のように見えるオーラの色については、付録の「オーラ判定カラー・ボード」にまとめておいた。練習で見えてきた色の意味を知りたいときに使ってください。

プログラム6 自分の手の中に入ってみる

ここで、ちよつと変わった練習をしてみよう。自分の手の中に入ってみるのである。

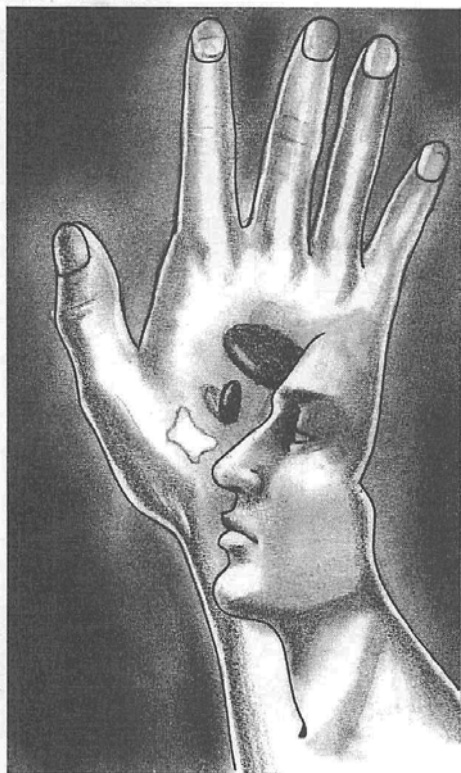
そんなこと、できるはずもない、と思う人もいるだろう。

ところが、イメージ(想念・思い)の方向づけをしてみると、私たちの目の前には別の世界が広が

ってくる。人間は、もともとそのようなのできているようなのだ。

その実感が、より多彩なオーラを見るための貴重な練習になる。

- ①自分の手を机の上に出し、まず手に感謝をしよう。
- ②次に手を見ずに、手の甲のほうをイメージしよう。



③もう、あなたは手の中にいる。広い空間、中は明るく思おう。

周囲には、血管や筋肉、リンパ液、細胞群がある。

④周囲はどんな感じだろうか。水っぽいか、ばりばりしているとか、筋張っているとか、いろいろ感じるだろう。

⑤では、指のほうへと動こう。どんなものが見えてくるだろうか。⑥さらに進もう。指の関節はどうなっているだろうか。関節のまわ

プログラム7 オーラの中に見れる映像を見る

オーラを見てみると、その中に映像が見えることがある。

それは相手の家族であったり、愛する人であったり、また勤めているところの様子であったりと、いろいろである。それらのどれか

りを少し旋回してみよう。惑星を探索する人工衛星のような感覚で、しかし、ゆっくりと探索してみよう。

色のついた液体の動き、油っぽいもの、いろいろなものが見えるだろうか。

⑦爪の先はどうだろうか。爪の生えてくるところはどうだろうか。さかんに活動しているなにかを感じるだろうか。

または、そのあたりの様子はどうだろうか。極微の働きはどうだろうか。どんな活動をしているだろうか。

⑧甲の反対側の手のひらのほうへと動こう。暖かさ、感じ、周囲の様子、いろいろ見てみよう。

⑨今度は手のひらから指先のほうへと動いてみよう。手の甲から指先へ移動したときと、どんな感覚の違いがあるだろうか。

⑩だんだんと、肌の近くに移動しよう。そのときの感じはどうだろうか。

⑪美しい肌を感じよう。そして周囲を見てみよう。
⑫生命力のすばらしい働きに感謝しよう。

情報を得るには、やはりあなたから相手に行動を起こさねばならないのだ。

①相手と話をしよう。これは大切なことである。こちらがより多くの

②相手のいちばん外側のオーラを見る。
③その中に色がないか見てみる。



④話をしているうちに、そのオーラの中にとまどき映像が見えることがある。しかしそのまま見ている。決して驚くような現象ではないのだ。

⑤見えた映像について、このようなものが見えたのだけど、と質問をする。

⑥そのものズバリならいいが、そうでなくても、相手に思い当たる節があり、それは○○○だと答えてくれれば、あなたの見た映像は

正しかったことになる。

⑦こうした映像は、顔の表面や鼻の下、あるいは頬などに見えることもある。

★名刺のオーラ透視

以上の練習を応用すると、名刺のオーラを透視することができる。そのメカニズムは、電話番号をダイヤルしたりブッシュユすることによって、電話がつながるのと同じである。

つまり、相手の名前を名刺で知ることによって、それが電話番号を回したり押したことになる、あなたの内部にある、生命力という「電気」によって、相手とつながるのだ。
そうすれば、居ながらにして、相手のオーラを透視することができようになる。

熟達すると、名刺の周囲に、その人のオーラがうつつすらと見えるようになる。

これは、名刺からオーラが出ているのではなく、その人のオーラの透視映像が、名刺の周囲にだぶって見えていると考えられる。

さらに見ていると、その人の顔やなんらかの映像が見えてくることもあり、また、印象として、その人がどういう気性の人かがわかることもあるだろう。

これはさらに、写真でも可能だから練習してみるとよい。

★オーラは未来を開く道具

このように、オーラを見る能力は、いろいろな応用が可能である。そして、練習を積みさえすれば、人間や動物だけではなく、鉱物、土地、建物など、さまざまところから出ているオーラを、見たり

感じたりすることができるようになるだろう。

オーラを見ることは、相手の生命力を見ることができ、またオーラを見る力という、自分の中の生命力を信じることもある。

人間に内在するこうした力を否定して、オーラを見ることが、依然として神秘的な領域に入れられているのは残念である。

そうではなく、明るい未来を開く道具としてオーラを考えたい。そうすれば、人々が集まる時、その人たちがすべてに、あの仏像のような光背が見えるだろう。

それは、相手を尊重しなくてはいけないという、畏敬の念さえも起こさせるものであろう。

お互いに助け合う社会は、もの見方をほんの少し変えれば、いつでも実現できるものではないのだろうか。

