

悟りに至るいくつかの方法、もつとも簡単な方法

坂本 その方法は具体的に何かあるんでしょうか。

バシヤール さまざまな方法があります。

その人のイマジネーションによります。

自分はスピリットとつながっているのだと感ずることができれば、悟り、覚醒を探究する方法はいくつもあります。

たとえば、夢を見ることによって、あるいは瞑想によって。

方法はたくさんあります。

儀式を使う人もいれば、リサーチをして十分な知識を得ることによって「自分の現実が自分がつくっているのだ」と理解する人もいます。

実にさまざまな方法があるのです。

ガイドやその他のスピリット、存在の導きによって、「自分は霊的な存在、スピリットであり、自分の現実をつくっているのだ」と思い出す人もいます。

坂本

ときには、悲劇や重大な局面、事故など、難しい状況に身を置くことによって、それまでには気づいていなかったような、まったく違う視点

から自分の人生を眺めてみる事ができる、そういう人もいます。

どんな方法であれ、今という瞬間によりフォーカスできれば、悟りに、そして「自分が自分の現実をつくっているのだ」という理解に至ることができるとは可能です。

そして、一般的に言って、今日この地球上で、今の瞬間に生き、悟りのレベルに到達するもつとも簡単な方法のひとつは、常に自分のもつとも強い情熱、ワクワクする気持ちを表す方向に行動する、ということなんです。

なぜなら情熱、ワクワクは本来のあなたの波動を表しているからです。

ですから、自分の情熱、ワクワクに従って行動している人は、大好きなことをしているとインスピレーションや悟りの瞬間、知識がやって来ることにしばしば気づくでしょう。

だからこそ、情熱やワクワクを行動に移し、情熱やワクワクを感じている状態にいることがとても大切なのです。

ワクワクすることが大切ということですね。この辺の話はあとでまた詳しくお聞きしたいと思います。

## ポジティブとネガティブ、そのメカニズム

坂本

はい。ではさらに、ポジティブ、ネガティブがどういう意味なのか。目覚めている、覚醒しているとはどういうことなのか。

これらについて聞かせてください。

バシヤール

ポジティブなエネルギーとは、結びつける、統合していくはたらきのあるエネルギーで、拡大していく力があります。

ネガティブなエネルギーとは、バラバラにする、分断していくエネルギーで、一つひとつ個別に孤立させていくはたらきがあります。

これは何も価値判断をしているわけではないません。個人の中に存在している

エネルギーの種類、メカニズムをただ観察しているのです。

つまり、調和的であるのか、非調和的であるのか、どちらかだという意味です。

その人の真実の自己とつながっているのか、それとも真実の自己から外れているのか。

喜びを土台にしているのか、それとも怖れを土台にしているのか。

これでポジティブとネガティブの説明になりますか。

坂本

はい。ただ、もう少し具体的に言うと、ネガティブといった場合、たとえば、怒りや欲、欲がらみの感情、そういったものを指すんですか。

バシヤール

それらは怖れから来るものです。そして、分離から来ています。

ですから、おっしゃるとおり、先ほどお話ししたネガティブなメカニズムをもったエネルギーですね。つながりを断つエネルギーです。

人が怒りを感じる理由はただひとつ、自分がサポートされていない、愛されていないと感じるからです。

そして、人が欲張りになる理由はただひとつ、自分には充分にないと怖れているからです。

怖れ、怒り、憎しみ、強欲などの感情があるのは、その人の真実の芯の部分とひとつにつながっていないネガティブな信念体系があるからです。

目が覚めている、覚醒しているとは、その人の真実の本質と整合している、もしくは、少なくとも整合しようとする意欲がある、ということです。

ヴォイス 坂本政道