

Q：相当な人を傷つけてきまして、

A：はい。

Q：実際に、その人に謝りに行ったらいいのかなと思うこともあるのですが、どうなのでしょう？

A：それは行くと、とてもメリットがあります、修行にとって。修行を非常に邪魔するファクターになるからです、自分が誰かに傷をつけてそれがそのままになっているというのは。たださっきも申したように、残念ながらその人が許してくれても、かつてその人が自分に刺した怒りの念波というのは取れないので、それを取るのは、坐禅を通じて自分で取るしかないんですけど、

Q：抜くということ……？

A：そうです。相手からのものがいっぱいあなたに刺さっていて、かつての。今もし憎んでいたりしたら仮に、ときどきその人がパツと思いついたりする都度に飛んできていて、夜たとえばその人があなたのことを思い出して眠れなかったりして、クーツて怒ったりしたら強烈なものが飛んできたりする、ということが繰り返されています。率直に言ってたとえば、坐禅中に眠くなるとか、もしくは反対に夜眠れなくなるとか、体のどこかが非常に、ちょっと固いとかじゃなくてえらく固いとか、もしくは医学でなかなか説明できないような奇妙な状態に体になっているとか、というのはとにかくそういうエネルギー波の集積によってなっていますから、何がしかを、坐禅をしても、しにくい条件があるとか、坐禅をしようとしてもそれを邪魔するようなファクターがどうしても働くようだとか、というのは身体を破壊する力が一つにはありますけど、また心のバランスも崩すような力がありますけど、こういった心を決定的に整えていくような道を一番邪魔するからです、そういう憎しみの力みたいなのは。要は、しあわせになるのを阻むような感じなんですけど、究極にしあわせになるのはこの道、その精神を

浄化する道なので、浄化するということを決定的に邪魔するような働きを心の中でいろいろ成している、のです。だからって、本人が許してくれても抜けない、からといって、許してもらうのが無意味だということにはならないです。一つには、面白いことにただエネルギー体として観察して、ただ消えていくに任せていて、そこでそれが何なのかというのが見えていないちはよく分からないんですけど、細かく観てみると、とても強い、体に染みついている業のパワーというのは、その人に対して自分が成した行為とそれに対する自分の罪悪感みたいなものと、そのときの自分の強烈な感情のネガティブなエネルギーと、それだけじゃなくてそれに対して、相手が反撃してきたエネルギーが一つにまとまってぐちゃって固まっているんですよ。大概順番としては、それがほぐれていくのは、皆さんも興味があればよく聞いておくといいと思うんですけど、そういうふうになっているんですよ、詳しく観ていくと。順番的には、まず相手からの反撃してきた憎しみのエネルギーみたいなものとか、否定的なエネルギーが一番外枠というか、を覆っています。それが取れてきたときに、その人に対して自分がしたこととか自分の感情とかが浮かび上がってきます。この境目がよく分からないでいると、あるところまでその、相手のエネルギーが取れた瞬間に、自分のエネルギーに変わっているんですけど、その境目っていうのは非常に多分、見分けにくくて私も以前見分けがつかなかったので、一つの塊だと思っていたというか、全部自分のエネルギーだと思い込んでいました。でも観ていると明らかに、どこかまでは人からのエネルギーで、どこかからが自分のエネルギーで、それが固まっているんですよ。それが、変わった瞬間に、相手へのものの観方から、自分の中を観るというふうにチェンジできれば、エネルギーがその業を滅消していく、過去の業をどんどん滅消していくサイクルは、スピードが格段に上がると言えます。今度そういうことは詳しく解説します。この、外枠を成している

ようなエネルギーというのは、相手がまだ自分のことを憎んでいたりして、思い出したりする都度に増えますから、その、和解するということはとても大事です。と同時に、本当に慈悲の瞑想で、相手にはまっている毒針を抜けるところまで精神統一が進んでくると、さっきも申しましたように、現実世界でわざわざこちらから和解しに行かなくても、面白いことに毒針を大分抜ききった時点で相手が会いに来ます。魔法みたいです。会いに来るか、えっ？と思うかもしれませんが、街中でばったり会います、本当に。そんなふうに因縁ができていて、準備が整ったら会いに来るかもしくは、会えます。ですから、そこまで準備が整ってきたらわざわざ会う準備をしなくてもいいくらいですけど、ただそういったことが起き始める前段としてなかなか難儀しているとしたら、自分の取り組みを阻害するような要因がそういった過去の業の中にあって、それを緩和できる要素があるなら、ぜひチャレンジするべきです。一つには相手からの新しい矢が飛んできにくくなるということと、さっきちょっと、結局許してくれても抜けないって脅しましたけど、多少は抜けます。昔相手が投げてきたとても強烈なものに関しては、相手と今すごく仲良くなっていても抜けないです。実際、昔ひどいことをしてしまったかたは今私はとても仲がいいですけど、仲が良くなったあとにもただ、相手からの昔のものが刺さっていたのを一個一個、前に抜いていかなければなりません。というような塩梅ですがただ、浅いものに関しては、実際和解したり許してくれたりすると、ある程度取れますし、新しいものは来なくなります。どんどん相手が思う都度にやってきます。というのともう一つは、その外枠の相手のエネルギー的なものの内側に籠っている、それと敵対していたときの自分の感情のエネルギーみたいなものを、相手を許したり、相手と和解したり、相手を怖がらなくなると言ってもいいですが、相手と和解することで、恐いとか反撃されたらどうしようというような、罪悪感とか、後ろめ

たい気持ちとかが抜けていくでしょう。するとそれに応じてこの内枠に籠っている自分のエネルギーも、なくならないです、あいにく。でも薄くなります。薄くなったら瞑想を通じてそれらを滅消していくプロセスが大分やりやすくなります。ですからぜひ、このように敵を作ったり、恨まれたりガッカリさせたりしないように生きていくのが一つは大事ですけど、あいにくそういう失敗をしてしまったら、極力それは瞑想にとって非常に大きな妨げになりますので、なるべく和解したり許してもらったり、自分のほうが明らかに悪い場合は、もう徹底的に懺悔してでも許してもらおうのが大切なことです。過去を振り返ってみて、そういうことがあるならば、あいにく会うことができなさそうなら、慈悲の瞑想を徹底、徹底してやってみることで。本当に毒針を抜いて、なおかつよだれ（編集注：相手への欲望のこと）まで抜けるくらいになってきたら本当に、です。相手が会いに来るか、もしくは何か変な、たまたま何かの間接的な、力だとかが働いて、何かよく分からないけど会合とか、何かの因縁でとにかく会わなきゃいけない状況が整ったりします。それは大仰なことを言っているのではなくて、本格的に気づきと精神統一と無執着さが備わってくるとそういうことが、毎日毎日起きます。毎日毎日起きて、摩訶不思議なファンタジーワールドの魔界、魔界なんですけど、同時にファンタスティックな大冒険を常にさせられている中で、絶えず完成に向かって浄化が進んでいくというような、大冒険です。その奇妙なすぐろくの一コマは、あなたが今それを思いついたとしたら、あなたにとって必要なことなはずです。もし会うことができそうなら会って、それで「ちょっと謝ったら許してくれるかな」とか期待せずにはです。相手がたとえ好ましくない反応を示しても、とにかく課題だと思って、そこでつむじを曲げずに、和解を試みてもいいかもしれません。ぜひ。

(テープ起こし：e)