



# Healing Presence

NPO法人日本ヒーリングタッチ協会ニュースレター vol. 18 Apr, 2022

## ホリスティックな見方・感覚

今年も既に夏の陽気が訪れる季節となりましたが、人間社会がどのようなようになっていても、時は動じず過ぎていき、人間以外の生命は、有難いことに、いつも通りの命の営みを続けています。

四半期を過ぎた2022年。北京オリンピックや様々なスポーツイベントなど、数多くの感動やドラマが繰り広げられていますが、同時に、未だ続くコロナ禍、それに伴う、不安や不便さや不信感、さらには、ウクライナ問題、と人間社会は相変わらず、心落ち着ける時間をあまり与えてくれません。

バーバラ・アン・ブレナンは、『究極の光の手:コアライトヒーリング』で、不安や恐れは、二元性、二元的な見方によるものであると述べています。ホリスティックな見方を深く理解すれば、起きている出来事は、簡単に善悪、優劣、白黒などに分けられるものではなく、また、時と共にいろいろな状況は変化するものである、と気付くことができます。二元的な見方に固執するから、不安や恐れは増大し、さらに二元的な見方を強化し、不安や恐れはさらに強化される、という状態に陥ります。

これは、物事を決めつけて捉える、ということにも繋がってきます。あの人はこういう人だ、この人は自分のことをこう思っている、等々。例えそう思えるような言動があっても、それらが何に起因しているかわからないし、そのような言動やそれを起こしている原因も変化していく可能性はあります。決めつける、つまりジャッジすることによって、物事の捉え方が狭くなり、その他の可能性を見えなくしてしまいます。そして限られた見方から「勝手に」推測していることで、不安になったり、怒りが湧いてきたり、嫌な気分になったり、恐れを抱いたりして、結局、自分自身を苦しい状態に導いてしまいます。

ヒーリングタッチでは、ハートの呼吸を使い、ハートのスペースに入ることを学びましたね。ハートのスペースはジャッジのないホリスティックなスペースです。周りがどんな状態であろうとも、ご自身がどのような状況に直面していたとしても、ハートの呼吸を思い出し、ハートのスペースにいることを試みてください。少しでも長い時間、ハートのスペースのホリスティックな感覚の中で、穏やかさや調和、愛の感覚を得られますように。♡

## 第4レベルのリアリティとヒーリングタッチ

毎月行っているヒーリングタッチZOOM勉強会では、2020年秋より、バーバラ・アン・ブレナンの最新刊『究極の癒しの手:コアライトヒーリング(以下、『コアライトヒーリング』)』を取り扱っています。1年半かけて、やっと残りあと2章というところまできました。『コアライトヒーリング』の主題は、私たちが生を受ける目的でもある「創造のエネルギーのプロセス」と、その創造のプロセスに大きく関与する「関係性」のフィールドである「第4レベルの世界」についてです。第4レベルとは、ブレナンのいうHEF、つまり、オーラフィールドであるヒューマンエネルギーフィールド(HEF)の4番目の層、アストラル体のことを指しています。今回は、この第4レベルについて取り上げ、ヒーリングタッチの学びとともに考えていきたいと思えます。



### トピック

- ・ホリスティックな見方・感覚
- ・第4レベルのリアリティとヒーリングタッチ
- ・2021年度HTSJ通常総会報告
- ・お知らせ

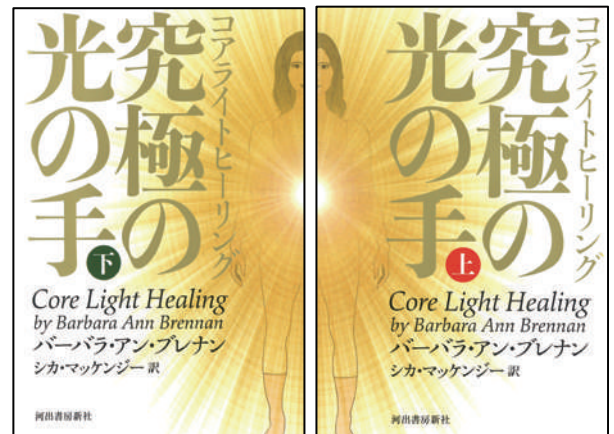
## 第4レベルとは

ヒーリングタッチでは、ベーシックコースで、「人のエネルギーシステム」として、チャクラとフィールドについて学びます。基本的にはブレナンの説くチャクラやフィールドの捉え方を取り入れています。各フィールドについての詳細は学びません。第4レベルであるアストラル層については、「思いやり、癒し、創造性、高次の目的や神性や源とのつながり、スピリチュアルな次元に関係している直観的なフィールド」という程度にしか触れていません。

ブレナンは、最初の著作である『光の手』の中では、アストラル層(第4層)について、バラ色を帯びた雲状の層であること、人々の関係性において、互いをつなぐコードや相互に飛び交う玉のようなものなど多くの相互作用が起きていると説明しています。『コアライトヒーリング』では、上巻の最後の数章から下巻全てをかけて、かなり詳しい説明が成されています。

『コアライトヒーリング』では、何章もかけて、第4レベルのリアリティについての解説が、ブレナンの体験とともに説明されています。第4レベルは、三次元を超えた次元であり、物質界のように機能せず、その体験は、私たちが馴染みがある三次元のものではなく、理屈に合わないような体験をします。予兆やビジョン、言葉などで体験することですが、基本的には、超感覚知覚を開いて感じる次元であるといえます。

第4レベルのリアリティでは、時間、場所、背景となる景色、後で説明するさまざまな物体や存在が見られます。それらは、起きた出来事か、想像による人の想念によって作られています。ポジティブやネガティブな感情、思考や信念がさまざまな形で表れています。過去生と関係ある感情、思考、信念、未解決の出来事や、それらの集合体となったものが存在しています。過去生の体験は、今生に学びをもたらす一方、なかなか解決されず、繰り返し困難な課題を与えているかもしれません。私たちのあらゆる関係性に関わる出来事も第4レベルのリアリティと関係しています。また、先祖や文化なども第4レベルと関係し、私たちの人生に色濃く反映されます。創造は、第4レベルを経由して物質界で実現されるのですが、その際、共同でさまざまな創造がなされたりします。第4レベルは、自分自身のHEFでありながら、他の人々や、先祖、文化のそれとも共有されています。



第4レベルのリアリティにおける物体とは、見たことがあったり、無かったりするものが、不可解な、あらゆる形やサイズで見られます。ネガティブな感情や理不尽な思考、そして、二元的エネルギーが顕現されています。また、現世でまだ解決していない体験や、過去性でまだ解決していない体験なども見られます。さらに、現世や過去性でHEFに置かれた呪いや魔術、シンボルなど、そして、自分が作ったか、他者によって創られた「想念形態」が、ある種の物体として存在しているそうです。

また、第4レベルのリアリティにおいては、物体だけでなく、「存在」が見られます。それは、幅広い周波数帯域の「存在」です。この場合、高い周波数をもった者が、より進化した存在ということになります。例えば、大天使や天使、ガイド、ディーヴァ(物質界での役割をもった)、自然霊(草木など)が、それに当たります。また、肉体を持たない人々だったり、自身と未統合のサブパーソナリティだったり、深刻な分離状態にある存在、そして、低位の存在、邪悪な存在なども見られます。

第4レベルのリアリティの特徴は、時間や空間が私たちの知るそれとは異なるということです。過去も未来も、また、距離や天地などの空間も区別なくそこに表れるということです。また、類は友を呼ぶ、という性質が色濃くあり、例えば、思考、感情、信念が似たような傾向の物体や存在を引き寄せます。フィールドに取り憑き、共通する信念を強化しようとする働きがあります。さらに、第4レベルに取り憑き、他のレベルに影響を与えることもあるそうです。いざこざが絶えない人間関係は、第4レベルにある、ある想念形態が引き寄せている可能性があります。ネガティブな想念形態は、物体だけでなく、個人・集団間のやりとりにも宿る。悪意を向けるほどその力は強くなり、引き寄せる力も強くなります。もちろん、ネガティブなことだけではなく、ポジティブなことも、類は友を呼ぶ法則にしたがい、引き寄せられます。

『コアライトヒーリング』では、第4レベルのリアリティにあるエネルギーの滞りやブロック、歪みをその性質にあわせたヒーリングの方法が簡略的に紹介されています。とても難しいヒーリングもあります。ヒーリングタッチでは、第4レベルについて、ここまで深く学びませんし、過去生や伝統的・文化的な影響によるエネルギーの歪みなどに対するヒーリングも行いません。アドバンスIIでは、ブレナンのテクニックを一部学び、HEFの第7層までのヒーリングテクニックを学びます。そこで、ヒーリングタッチを学ぶものとして、第4レベルをどのように捉えていったらよいか、考察したいと思います。



## 第4レベルのリアリティとヒーリングタッチ

ヒーリングタッチのZOOM勉強会において、アドバンスIIを修了された川崎由紀子さんから、第4レベルのリアリティは、川崎さんがお仕事としてされている水晶リーディングで見ているものそのものである、というお話がありました。そこで、川崎さんを交えてHTSJ理事が対話し、第4レベルとヒーリングタッチの学びについて考察しました。

**HTSJ**：水晶リーディングとは、どのようなことをするのですか？

川崎：水晶を介して映像をみえています。水晶を介した映像は、半分は覚醒を落とす感じで行います。半分寝たような状態でみるので、ある意味、夢を見ているような状況とも似ています。夢の領域はアストラルの場、すなわちハートの領域（ハートチャクラ）ともいわれています。

**HTSJ**：水晶リーディングの目的は何ですか？

川崎：セラピストとしては、チャクラをチェックしているだけなのですが、その過程で、見えてくるものがあります。例えば、犬が見えた時があったのですが、クライアントの死んだペットだった、ということがありました。多分、クライアント本人が見せたいものや癒しが必要なものを見せているのだと思います。ですから、水晶リーディングの目的は、最終的にはヒーリングなのだと思います。

**HTSJ**：見えているものが、ブレナンの言う第4レベルのリアリティだろう、とのことですが。

川崎：第4レベルのリアリティがまさにそうだと思います。時間も空間も超越した世界で、過去生の話や、眠っている時の夢の世界とつながる感じです。ヒーリングやボディワークを受けた際に、眠りに陥りそうになる、眠ってしまうこと、があることが多いと思います。また、ヒーリングタッチの練習会や講座を受講している際に自分以外の多くの手がヒーリングをしているような感覚を覚えた人もいます。それらはハートからのヒーリングをしている/されているからであり、似たような現象のように思います。

**HTSJ**：そのアストラルの場を感じたり、見たりする時は具体的にはどのような感じですか？

川崎：ここにいる、という感覚がなくなり、いい気持ちです。陶酔感があつたりします。ですので、転移が起こりやすかったり、飲み込まれてしまうような感覚があります。また、人間でない存在を感じたりします。それが理由で水晶リーディングをやめてしまう人もいます。また、全能感を感じる場合もあり、それに溺れてしまい、スピリチュアル業界での教祖様のようにになってしまう人もいます。専門家に見てもらわないといけな状態になってしまう人もいます。

**HTSJ**：気を付けないといけな感覚を体験するのですね。どのように対処しているのですか？

川崎：まず体にフォーカスして、しっかりセンタリング・グラウンディングをするのが大切です。アストラルの領域は制限がないと考えられており、自他の境界、時間や空間の概念が薄くなると考えられています。このことは、グラウンディングがかなり重要なことになることを示唆します。グラウンディング、すなわち地に足を付けること。自分に戻る、心と体を一致させるということ。今ここに、生きていくところに戻ることに、なります。自分が何をやっているのかしっかりわかってないといけなです。アストラルの領域はわからないことが沢山ありますし、分かり切れない世界です。それに携わるなら修行が必要である、ということです。つまり、センタリング・グラウンディングがいかに難しいかということの意味しています。

**HTSJ**：ヒーリングタッチでは、第4レベルに特化したヒーリングは行いませんが、センタリング・グラウンディング、つまり、「プラクティショナーの準備」を最重要視しています。

川崎：時間も空間の制限といった枠がないところを扱う、このような観点から、水晶リーディングとハートからのヒーリングであるヒーリングタッチと似ている点があると感じています。ハート・トゥ・ハート瞑想で感じる一体感や、チャクラコネクションを受けている時、手が沢山感じられるのはアストラル界の体験の一部だと思います。どちらもハートの領域を扱うこと、それらを扱うことに対する心構えや決まり事があることも共通していると感じています。だからセンタリング・グラウンディングが重要なのです。



**HTSJ**：第4レベルはHEFの一部で、ヒーリングタッチ・アドバンスIIでは、第4以上第7に対するヒーリングを行うわけですから、第4レベルに当然関わっていることとなりますね。ただ、例えば、ブレナンのテクニックのように、過去生とか、関係性とかに特化することなく、他の層と同じ、エネルギーの滞りを軽減する、取り除く、というスタンスで行っています。ヒーリングタッチでは、ハート中心に、プラクティショナーの準備（センタリング・グラウンディング・アチューニング・意図の設定）を最重要視し、誰でも安全に行える、というしっかりした意図のあるフレームの中で行われているのだと思います。

**川崎**：しっかりとした枠組みでヒーリングを行うヒーリングタッチは素晴らしいと思います。ただ、もっともっとセンタリング・グラウンディングを強調してもよいと思っています。ブレナンのスクールも4年間のカリキュラムですね。修行には時間がかかります。自分のエゴを見つめていかないとなりませんから。

**HTSJ**：ヒーリングタッチでは、ベーシックの段階からセルフケアを学びます。ヒーリングタッチ認定プログラムでは、セルフケアとともに、自己の内面に向き合いながら、自己を癒し、自己成長、自己開発をしていくことが意図されています。ヒーリングタッチを学ぶということは、「癒しの旅路（ヒーリングジャーニー）」をすることである、という由縁です。

**川崎**：優れたヒーラーとは、内面との対話をしっかり行っている人だと思っています。アストラルの世界は、広がるし、くつつくので、自分を真ん中において、何が良いかわかるようにならなくてはなりません。自分の思考や考えではなく、人としての善ということです。

**HTSJ**：ヒーリングタッチにおいては、クライアントにとって最良のことを意図するというのが、ハートのスペースで行うことと相まって、セラピストの思考や考え、つまり、エゴを介在させずにヒーリングを行う手順として、重要です。ハートからエネルギーワークを行うことで、三次元の世界と異なるアストラル領域の感覚に「引き込まれる」「溺れる」ことを回避できるのだと思います。

**川崎**：水晶を見る際には、相手の了解とみる領域についての枠がある程度決まっています。了承を得ることや枠を決めることにより、範囲が限定され、永遠に見続けることをせずに済みます。（枠がないと、永遠にアストラルの領域を見続ける危険性もはらんでいます。）

ヒーリングタッチでは、相手の了解と様々なヒーリングテクニック（＝枠）があり、その枠の中で行うことにより安全なヒーリングが可能であると感じています。アストラルの領域を扱う側であるヒーラーの心身の状態がよい状態であることが基本にあり、心身のメンテナンスを怠らないようにすることもヒーラーには重要です。戻ってくる肉体＝器がしっかりとしていなければ、ヒーリングの質を保てないということは基本中の基本であると感じています。心と体の状態をよい状態に保つことで、よいヒーリングができるというのは言うまでもありません。



**HTSJ**：ヒーリングタッチでも許可を必ず取りますよね。ハートのスペースと最良のことへの意図が、その許可を安全に遂行することに繋がっています。ヒーリングタッチそのものが、安全に行うという意図のフレームがありますが、それは、クライアントのみならず、プラクティショナーの安全性も含まれます。ヒーリングタッチのセッション・フレームワークに沿って行うこと、核になる価値（誠実、ハート中心、自己と他者への尊重、セルフケア、奉仕、コミュニティ、無条件の愛）に基づいて行うこの重要性を改めて感じます。

水晶リーディングを学ぶ時、どのようなトレーニングをするのですか？

**川崎**：水晶の学びでは、呼吸法が大切です。そして、呼吸を適切に行うには、体ができてないといけないので、ストレッチと筋トレは欠かせません。体は、特に、肋骨周りや股関節周りは固くなっていますので、柔らかくします。寝たような状態まで、しっかりと緩めていきます。ヘミシングのCDを聞いて、緩めたりします。練習では、プラナーを見るところから始めます。地に足をつけて、ぼーっとした状態で見ると練習をします。また、森の中で五感を使う訓練をしたりします。結局、第4レベルは五感の延長で感じるものですから。五感などの感覚を研ぎ澄ませることで、これまで気づけなかったものをピックアップする瞬発力が付きます。

いずれにしても、呼吸以前に、本来の体の機能をちゃんと使えるようにすることが大切です。自分の肉体の様子を観察し、不具合がなるべく出ないようにセルフケアをしたり、ウォーキングや筋力トレーニングで身体を適切に動かすことをしています。また、瞑想や内観、日記をつけるなどを通して、自分の心のうちの手入れをすることも大切であると感じています。このような、「ハート」の領域、見えない領域を扱うことは自分が今何を扱っているのかをしっかりと認識し、安全なヒーリングができるよう、日々心掛けておくことも大切であると感じています。

**HTSJ**：川崎さんが水晶リーディングを教える時は、どのように教えていますか？



川崎：ちゃんと食べて、寝て、循環させる、感情のつまりは、日記とかで掃き出し、溜めない、などです。セルフケアやトレーニングの部分は、ヒーリングタッチと全く同じです。

HTSJ：非常に興味深いお話でした。ヒーリングタッチでは、第4レベルのそれぞれの事象に対処するヒーリングは行いませんが、アドバンスIIで学ぶバーバラ・ブレナン・テクニクでは、第4レベル以上のレベルを扱います。ヒーリングタッチとブレナンのヒーリングでは、その意図は異なりますが、日ごろからセルフケアを行い、自身のエゴと向き合い、施術する時にはグラウンディングとセンタリングをしっかりとやっていくことの重要性がより深く理解できました。また、ヒーリングタッチがハート中心に、ハートのスペースから行うエネルギーワークであることの意味の深さと重要性を改めて認識できました。ありがとうございました。

## 2021年度HTSJ通常総会報告

2022年2月23日、2021年度HTSJ通常総会をZOOM(オンライン会議システム)で開催しました。総会前イベントでは、ZOOMを介した「ハート・トゥ・ハート瞑想」を、異なる方法で行いました。

総会前イベントには、10名の方が参加されました。「ハート・トゥ・ハート瞑想」は、ヒーリングタッチ・ベーシックで体験しているペアで行う瞑想法ですが、この瞑想法を開発したブルー・ジョイ医師は、著書『Joy's Way』では、13の異なるバリエーションを紹介しています。今回は、そのうちの一つを行いました。本来は、ペアで対面で行うものですが、今年の総会前のZOOMイベントで、リアルと遜色の無い感動と効果の感想がありましたので、前回とは違う方法でオンラインで行ってみました。

ZOOMのブレイクアウト機能を使ったペア同士での対話の時間でお互いが見知った上で、全員が再び一同に会してハート・トゥ・ハート瞑想のバリエーション#2の導入とエンディングのボイスガイドを行うという、昨年と同じ流れで行いました。ZOOM上では全員でボイスガイドを聞くのですが、ブレイクアウトで対話したペアのパートナーだけを意図し、エネルギーを流しました。今回のバージョンは、エネルギーの球を作るというものです。参加者の皆さんからは、相手とのつながりを感じられた、心地良かったという感想をいただきました。今年も、ZOOM練習会でも積極的に行っていきたいと考えています。

総会への出席者は、10名でしたが、事前に議長への委任状19名、会員合計29名で、総会開催が可能となり、議案を進めました。2021年度事業報告および収支決算、および、2022年度事業計画および収支予算についての両議案について、満場一致で承認を得ました。第3号議案の役員の再任5名、新任2名(草村淳子、山本晴美)、監事の交代(退任:中野徹 新任:毛利芳己)についても満場一致で承認を経て、決議され、通常総会は滞りなく終了しました。2021年度の収支決算と貸借対照表は以下の通りです。

### 2021年度NPO日本ヒーリングタッチ協会 収支計算 (2021年12月31日現在)

自2021年1月1日 至2021年12月31日 (単位:円)

収入の部		支出の部	
会費収入	注1 3,000	管理運営費	注2 96,327
教育事業収入	1,044,431	教育事業費	注3 859,059
普及事業	0	普及事業	0
HT支援事業	3,520	HT支援事業	注4 32,241
地域支援事業	0	地域支援事業	0
		その他事業	注5 8,784
当年度収入合計	1,050,951	当年度支出合計	996,411
預り金	2,000		
利息収入	16		
一時・月次給付金	990,781		
前年度繰越	1,259,447	次年度繰越	2,306,784
合計	3,303,195	合計	3,303,195

注2 管理運営費内訳	
人件費	0
旅費交通費	8,886
通信費	588
印刷製本費	238
会場費	2,000
WEB広報広告費	45,938
諸経費	38,677
計	96,327

注3 教育事業費内訳	
人件費	538,740
旅費交通費	19,916
印刷製本費	67,227
ロイヤリティ	171,664
諸経費	61,512
計	859,059

注4 HT支援事業費内訳	
人件費	23268
旅費交通費	1,344
会場費	5,570
諸経費	2,059
計	32,241

注1 会員収入内訳

入会金	0		
専門会員年会費	3,000	*コロナ禍による活動縮小のため、継続会費からの会費徴収は無し。	
計	3,000		

注5 人件費	
人件費	8700
通信費	84
計	8,784

2021年度も、新型コロナウイルス感染拡大により、コースワークやセミナー、イベントを行うことができませんでした。しかし、ZOOMによる練習会では、昨年に引き続き東京より遠方の方にもご参加いただくことができました。

2022年度の目標は、状況を鑑みながら、適切に対策をして、リアルで行うコースワークや入門ワークの提供を計画しています。a.通常のコースワークへの復帰：ZOOMでの提供も検討、b.オンライン・コンテンツの検討、を目標に掲げました。

コースワークの学びでは、どうしてもご相伴していただけるお相手がいるの实践が必要です。そのため、この状況でのリアル開催は、参加者、主催者、またその周辺の方々の健康を考えると、どうしても開催をためらってしまいました。しかし、2年が過ぎ、国中で感染症対策が身に付き、安全な開催が望めるのではないかと検討を重ね、今年は踏み切ることにしたいと思います。

### NPO法人日本ヒーリングタッチ協会 貸借対照表

2021年12月31日現在

(単位：円)

資産の部		負債の部	
科目	金額	科目	金額
現金 手元残高	10,926	借入金	0
預金	2,851,966	未払金	2,000
		負債合計	2,000
		差引正味財産	2,860,892
資産合計	2,862,892	負債及び正味財産合計	2,862,892

## お知らせ

### HTSJ 2022 スケジュール

- 5月22日 リアル練習会(東京)
- 5月28日 ZOOM勉強会
- 6月11日 ZOOM勉強会
- 6月12日 リアル練習会(東京)
- 7月9日 ZOOM練習会
- 7月10日 リアル練習会(東京)

### ボランティアスタッフ募集

HTSJでは、ボランティアスタッフを募集しています。作業時間や内容は、ご希望やスキルに応じます。作業分野としては、①各種講座運営、②企画、③広報・宣伝、④経理・財務、などです。ご応募、ご質問は、[info@healingtouch.or.jp](mailto:info@healingtouch.or.jp) までご連絡ください。

### ☆皆様からの寄稿をお待ちしております。

ヒーリングタッチの实践、応用、練習会の体験など、是非、お寄せください。ご投稿、ご連絡、お問合せ先：[info@healingtouch.or.jp](mailto:info@healingtouch.or.jp)



### HealingPresence

-HTSJ会報誌- 年4回発行

### 編集チーム

戸田美紀、鈴木幸子、大木恵美子、伊東和香子

### NPO法人日本ヒーリングタッチ協会

[info@healingtouch.or.jp](mailto:info@healingtouch.or.jp)

<http://healingtouch.or.jp/>