

---

## はじめに

---

わたしたちのこの身体には、なぜ魂が宿っているのだろう。この問いには、人の数だけその答えがあり、星の数をいくら数えても答えが出ないのと似ている。皮肉にも、人は答えを探し、過去と未来に振り回され、答えが出ないまま人生を過ごしていくことが多い。つらい過去の体験や未来への不安をいくらなかったことにしたくても、魂は語りかけてくる。「すでに答えは与えている」と。

この本に出逢ったあなたは幸運だ。なぜなら、もう「自分を探すこと」を終わらせることができるからだ。好きでスピリチュアルや自己啓発のセミナーや講座に参加するなら、それは構わない。しかし、いくら投資しても、いくら時間を費やしても、答えが出ないなら、一旦、立ち止まる必要がある。立ち止まり、ひと休みしてソファに座り、リラックスしているとき、もしくは川沿いに座り、木漏れ日と川のせせらぎに身を委ねているとき、この本は、あなたの中にある魂の豊かさを啓発してくれる。はじめから順序よく読んでも構わないし、直感で開いて読んでもいい。目に留まった目次を開いてもいい。魂は常に、その答えを見つけられるようにサインを送っている。

僕は、興味深い時期にこの本を執筆している。2020年3月あたりから、全世界で新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が猛威をふるっている。行動は制限され自粛せざるを得ない状況の中、世の中はあらゆる情報に振り回され、脅威にさらされている。更には、どうしようもない未来への不安を感じ、安心・安全だと思っていたことが実は、そうではなかったと、全世界に向けて何かの警告を突きつけられている。

いつの時代にも、未知なる出来事は常に起こる。ここで興味深いことは、8割の人が、こういった出来事が起こるたびに同じ「反応」をする。不安や怖れからの防衛、こだわりを手放せないことで、新しい価値を創造できずに自分を困難へと追い込む。または、何も考えず行動し更なる困難へと繋がっていく。しかし、残り2割の人は、そういった反応に同調しない。この本は、その2割に入っていく人のためにある。

全世界で新型コロナウイルス感染症の蔓延という状況が起こっている出来事は変わらない。しかし、少し物事への捉え方や見方を変えるだけで、人生は本当に生きやすくなる。この出来事を、困難や災難と見なすことで、身動きが取れなくなり途方に暮れるのか、それとも「チャンスだ」と見なし、これまでとはまったく違う行動を起こし、新しい価値を生み出していくのかは、わたしたち

次第。

2020年7月、僕は得てきた知識とスピリチュアルな体験を、これまで取り組んだことのない執筆という新しいチャレンジに昇華している。自粛という期間は、自分を見つめ直す十分な時間を与えられたチャンス。コロナで職場に行けず、時間を持て余しているなら運動をするチャンスでもあるし、コロナ自粛によって離婚しそうなら、夫婦関係を見直すチャンスだ。こういった状況は、これまで見てこなかった自分の魂と否応なく向き合わされる。こういった出来事は、自分に嘘をついてきた心の真実が浮き彫りにされる。生まれる前から魂は、本来のあなたの姿を思い出すために、あなた自身と約束してきた。

自分のエゴを知るためにはエゴを体験しなければならない。不安を避けること、怖さと向き合わないことはつらいかもしれないが、避ければ避けるほど、雪だるま方式で積み重なる。気づいたら抱えきれなくなり、その解決法を外に求めに行く。新型コロナウイルス感染症は自分と向き合える最善のチャンスだ。自粛することによって、僕はこうやって自分と向き合いながら執筆をしている。この本は、あなたの中に、もともと備わっている魂の声に気づくために、あなたの手元に届けられた。

今こそ、その喜びを呼び覚ますとき。

あなたの魂は「すでに」知っている。

あなたが、ただ知らないだけ。

不安や怖さから解放され、喜びで生きられることを。

心の準備は整いましたか？

あなたが知りたいことを、この本で届けられることに心からの感謝を。

松  
俊輔