

病床に臥すTさんとの往復メール（2009年3月～7月）

昨年ワークショップに元気に参加されていた女性Tさんから、突然入院のお知らせがあり、刑部先生に伝えたことから、このことは始まりました。これは、入院当初から退院までのTさんと刑部先生そして私(事務局)とのメールやりとりの一部始終の記録です。

■ 3月24日 11:12 ワークショップ from T

申し訳ありません。刑部先生のワークショップに参加できなくなっていました。

原因不明の高熱が続いて、先週から入院しています。膠原病※の一種を強く疑われています。
月単位の入院になってしまうようです。

せっかくお声をかけていただいたのに、申し訳ありません。
先生によろしくお伝えください。

※膠原病とは（Wikipediaより）

原因としては体内の血液中の抗体が自己の細胞の核などと反応して免疫複合体を作り組織に沈着したり、全身の関節・血管・内臓などを攻撃することで発病すると考えられている。死亡に至る場合もある。典型的には主症状として発熱・倦怠感・関節痛・レイノー現象などがあげられる。慢性に経過し、寛解と再燃を繰り返しながら進行することがある。多くの場合に自己免疫疾患としての機序が関与していると考えられているが、完全な病態の解明はなされていない。

◇ 3月31日 14:15 いかがですか？ from 事務局 S

こんにちは その後、体調の方はいかがですか？

刑部が心配して直接お話ができればと申しています。
体調がよろしいときに、ご連絡くださればありがたいと申しております。
よろしく願います。

■ 3月31日 14:46 Re:いかがですか？ from T

ありがとうございます。
先生にもお気に懸けていただいて、恐縮しています。

あまり症例のない膠原病の可能性が高いようです。
早くて5月半ばの退院くらいだろうと言われています。

この病には、どんな意味があるのだろうか？ と考えたりしています。
時間だけはたっぷりあるので、瞑想を試みますが、心が乱れっぱなしで全然ダメ・・・
情けないばかりです。

声が出しづらいので電話はなかなか出来ませんが、どうぞ先生によろしくお伝えください。
本当に感謝申し上げます。
必ず治って、ご連絡させていただきます。

◆ 3月31日 16:21 刑部です

こんにちは 大丈夫ですか？
落ち込んでおられるようですね・・・
事務局へのメールを見て お話したいと思いました。

今 さまざまな人が 病という教材で最後の学びをさせられているようです。
あなたもまた 今生の最後の学びをされているのかもしれませんが。

しかし 学び取れば その教材はもう必要がなくなります。
ですから 病から解き放たれるのだと思っています。

何も心配しないで ただひたすら感謝をして
ひとときの休息をそれなりに楽しんだらいかがですか！？

楽しむことなんかできない！！という囁きが聞こえてきます。

でも 生まれてくるということは
何かを学び、魂を本当の意味の〇にするために生まれてくるのだと思います。

本当の意味の〇にするということは なかなか難しいものです。
完成すれば〇の中にゝが入り それは神をあらわすことです。
少しずつ神に近づいていくということなのでしょう。

何かありましたら、遠慮せずに、私か事務局の方へ連絡ください。

■ 3月31日 20:26 Re: 刑部です from T

刑部先生
わざわざお話ししてくださり、ありがとうございます。

昨年より、尋常でない世の中を眺めながら、わたしはいつも自分の心の魔可不思議と格闘していました。

刷り込まれた価値観や思い方のクセなど、だんだん自分の中であきらかになり、本来のありたい自分に心を合わせていくことが、こんなにも難しいか・・・と日々悶々としています。

今回、このような事になって、きっとわたしはこのような形で一度底まで行かないと自分で納得して先へ進めないのかもしれない、という気がしています。

でも、あらためて目をあげてみると、支えてくださる人たちが、こんなにもたくさんいるんだ、という事がよくわかり、こうして先生にもお気に懸けていただいていますし、本当にありがたくて、嬉しくて、涙が出ます。

今、心の底から感謝できる自分が、本当に幸せです。

この病は、わたしの人生に贈り物と思い、大切にすごします。
家族には苦勞をかけますが、こども達も助け合って成長してくれるよい機会にもなるでしょう。

先生のおっしゃるように、ひたすら感謝して、安心して過ごしたいと思います。
ありがとうございます。
またご連絡させていただきます。

■ 5月26日 3:04 お願いです from T

こんにちは。
皆様、ワークショップなど、その後いかがでしょうか。

わたしは、苦戦を強いられています。
やはり当初のわたしの心構えがあまりに甘く、感謝、感謝とまるで長期休暇をのんびり過ごして帰ればいいといわんばかり、学びには程遠いものであったためと思い知っているところです。

大量のステロイドで免疫が極限まで落ち、現在カリニ肺炎※になってしまいました。
年令的に避けられると医師は思っていたようですが、なってしまいました。

幸い非常に初期で、今はまだ肺炎による症状が出るまでには至っていません。
ただこの肺炎には2種類の薬しかなく、効果が確実な方の薬に強い薬害が出てしまったのです。

目下他方の薬で治療中ですが、悪化は防ぐものの効果はまだ・・・、医師は最初の薬を極少量から始めてからだをならし、なんとかまた使えるようにしていこうと、また今日からスタートしました。
もし途中重篤なものが出れば、中止せざるをえなくなってしまいます。

カリニ肺炎の悪化は早く、もし治せなければ・・・。

肺炎を治す、わたしの現状がこんな簡単なことができないでいるのです・・・

先生！ 先生のように国家の大命を担う方をお願いすることではないのを承知の上で、やはりおすがりしてしまうことをお許してください。

生きて帰りたい！！負けないぞ！と思うそばから気持ちが折れそうになる時があります。
何かに飲み込まれそうになる恐怖・・・もし、もしお氣にかけていただけるなら、それだけでわたしの大きな支えになります。

恥も見栄ありません。全てをかけて、生きて家族のもとに帰りたい、そこからできることをやり直したい、今はそれだけです。

どうか力をお貸してください。臥してお願いいたします。

病床から読み苦しい文章で申し訳ありません。失礼を承知でメールさせていただきました。

※ニューモシスチス肺炎 [カリニ肺炎]とは (Wikipedia より)

酵母様真菌であるニューモシスチス・ジロヴェチ (Pneumocystis jiroveci) によって引き起こされる肺炎。

正常な免疫能力を持つ場合発症することは希であり、化学療法やステロイド剤長期内服、後天性免疫不全症候群 (AIDS) などによる免疫低下時に発症する、日和見感染症の一つである。以前はニューモシスチス・カリニ (Pneumocystis carinii) による肺炎とされ、「カリニ肺炎」と呼ばれた。

ニューモシスチス・ジロヴェチはほとんどの人が保菌しているが、免疫力が低下すると増殖が抑制できなくなり肺炎を引き起こす。AIDS 発症においては最も多い日和見感染症であり、治療をしないと致死性的である。

◆ 5月26日 14:35 Re: 刑部です

こんにちは弱気になっているようですね。大丈夫よ。もっと落ち着きましょう。
つらくても、深く腹式呼吸をしてみてください

これから、私が質問することに返事をください。

①どこの病院に入院しているのですか？

②根本の病は、何だったのですか？

③主治医の先生を信頼できていますか？

④私にどうしてほしいのか 遠慮なく率直に教えてください。

エネルギーを送ったり、祈ったりはできますが、それ以上の何が今のあなたに必要なのでしょうか。

それを知りたいので早急に返事をください。待っています。

もし、電話ができるようでしたら刑部携帯に電話くださってもかまいません。

■ 5月26日 15:53 Re2: 刑部です from T

先生ありがとうございます。
返信遅れ、申し訳ありません。
今ほとんど声がでないので、メールでお返事いたします。

1. 都立〇病院です
2. 成人発症性 スティル病という、比較的稀な膠原病だそうです。
3. そうするしかないと思っています。女子医大にこの病気の研究チームがあり、彼女はたまたまその一員で、ここの医師なのですが、ちょうどわたしが救急で診ていただけて幸運だったと思っています。ただわたしのように、次々に薬に強い副作用を起こすケースは初めてなので、最近は一試行錯誤です。経験の裏打ちがないのです。
4. すみません、わたしもよくわからないのです。今の一番の望みはカリニ肺炎を一刻も早く治すことです。わたしにその力が欲しいので、そのためには、先生に一番お願いすべきことは、なんなのでしょうか？

◆ 5月26日 16:24 Re: 刑部です

今は面会が可能な状況なのですか？
何ができて何ができないのかお知らせください。
起きて動くことは可能ですか？
安静のためにずっと寝ていらっしゃるのですか？
そのへんがまだわかりません。

つらいでしょうが、もう一度返事をください。

そのあたりがわかれば、私ができることがわかりますので・・・。

■ 5月26日 16:37 Re2: 刑部です from T

いつでも面会は可能です。大部屋ですし。

わたしは、ここ2、3日熱は出ていないので、歩くこともできます。
ただ短い距離だけです。ステロイドの影響で足はぐらぐらなのです。

薬害を起こした効果の高い薬を、再び少量から服用を始めているところなので、もし途中高熱が出

始めたりすると起きられなくなるかもしれません。もちろん薬も中止ですが。
二つ目の薬を現在吸入中ですが、きつい薬なので喉をやられて声がほとんどでません。

◆ 5月26日 16:55 Re: 刑部です

今のところ私があなたに出来ることをお伝えします。
早朝は私の方が無理なので、就寝時間が9時ならば9時半頃にあなたに光を送ります。

あなたは、その時間に意識をして、私から送られてくる光を受け取ってください。
寝たままでも結構です。
じっと送られてくる光を待っていてくださいね。
しばらくそれを続けてみましょう。
何かを感じたらメールでもよいので、知らせてください。
もっともっと重症な方々がいますよ。
めげないで頑張るしかないですね。
それではまた。

■ 5月26日 17:07 Re2: 刑部です from T

先生ありがとうございます。

就寝時間は10時ですが、9時半でも大丈夫です。
送られてくる光を心待ちにします。とてもとても嬉しいです。感謝します。
何か感じるがありましたら、ご連絡します。

腹式呼吸も忘れていました。ほとんどパニックのようになって浅い呼吸しかできていませんでした。
思い出して、試みています。気持ちが辛くなったらまずやってみることにします。

先生、本当にありがとうございます。頑張ります。

◆ 5月26日 17:20 Re: 刑部です

就寝時間が10時であれば、10時半にしましょう。
静かになってからの方が受け取りやすいので。

あなたが今できる腹式呼吸は
鼻で7秒間吸って、口から20秒かけて吐き出す呼吸でしょう。
無理をしないで毎日この呼吸を試みてください。

あのときのワークショップに来ていたモデルさんの口癖は
「心配しな～あい！気にしな～あい・・・」ですよ。

それを聞くと皆大笑いです。

でも一理ありますよ。
それではまたね。

■ 5月26日 17:54 Re2: 刑部です from T

先生ありがとうございます。

わかりました。10時半ですね。
腹式呼吸もそのリズムを試みます、ただ咳が出ているのでうまくできるかどうか・・・
心配しな～い、心配しな～い、でやります。

ありがとうございます。
どうぞよろしくお願いいたします。

■ 5月27日 9:47 昨夜のこと from T

昨日は、お忙しい先生のお時間を、わたしのためにたくさんいただいてしまい、申し訳ありませんでした。それでも先生にお願いするしかなく、本当に感謝しております。

昨夜、10時半に先生から送られてくる光を待っていました。
ステロイドで全身の全ての感覚が恐ろしく鈍っていますので、何か感じる事ができるのかわかりませんでしたが、漠然と暖かな黄色い光のボールが送られてくるようなイメージを持って待ちました。でも、これ、という感じがなまま時間が過ぎてしまいました。

20分くらい過ぎて諦めておしまいになしようと、目を閉じたまま顔を上に向けたところ一瞬オーロラのようなものが見えてそこからキラキラと光の粉がふってきたように感じました。
一瞬のことで、直後は眩暈がして逆に何か暗いイメージが来てしまったのですぐやめてしまいました。

先生にお尋ねします、時間は10時半から何分位だったのでしょうか？

昨晩は、トイレに行きたくて目が覚める以外、夢も見ず、ずっと眠り続けました。
残念ながら心地よい眠りではないのですが、ひたすら眠り続けるというのは、入院以来ほとんどあ

りませんでしたので、これも先生の光の力なのかな、と思いました。

腹式呼吸ですが、これが全然できないことがわかりました。7秒10秒なんて全く・・・2、3秒きちんとすることすらなかなか困難です。

これから毎日練習して少しずつでもできるようにしていきます。

先生、本当にありがとうございます。先生の力におすがりして頑張ります。

◇5月27日 20:23 Re: 刑部から伝言です from事務局S

「頭で考えずに・・・ゆったりと感覚でとらえてください。

疑問はもたない方がいいですよ。

すべてを受け入れないと意味がありません。」

今朝のメールを拝見しての刑部からの伝言です。

このことを深く心に刻んで・・・しばらく続けてみてくださいね。

■5月27日 20:52 Re2: 刑部から伝言です from T

伝言ありがとうございます。仰るとおり、先生の言葉を胸に刻みます。

刑部先生、ありがとうございます。

全てを受け入れる・・・考えない・・・

やってみます。ころを見つめてみます。今晚も光を待ちます。

■5月30日 18:46 ありがとうございます from T

こんにちは。

もう一度使いたくて、極少量から再度始めた薬は、やはり肝機能に障害が生じて、ストップになってしまいました。

幸い、今の薬が効いていますが、全てを受け入れる・・・本当に難しいです。

まだまだとても苦しい・・・

毎晩、先生から送られる暖かな光に包まれて眠っていることをイメージしています。

昼間も、不安になると先生の光に守られているのだから、と勇気づけています。

ありがとうございます。

◇5月31日 8:57 Re: ありがとうございます from 事務局S

おはようございます。メール拝見しました。どうか焦らずにいらしてください。

そちらからは、ナチュラルヒーリングのホームページはご覧になれますか？

最近、刑部が書いた掲示板で、きっとTさんのことも思いながら書かれていたのだろうな
と思い・・・念のため転送しますね。
少しでも励みになればと思います。

以下、掲示板からの転載です。。。

◆最近気になること・・・

私の周りだけでなく、芸能人たちの多くが、原因不明の病に冒されていることを知りました。
若い人からお年寄りまで・・・
昔は病を隠すことが多かったのですが、最近はオープンに話すのですね！？

私の周りでも結構難病に掛かっている人がいることを知りました。
原因不明の病・・・免疫の異常・・・神経系統の病・・・心の病・・・えっと思うほど若い
人の癌・・・脳や心臓の梗塞など等。
世界的な不況による金銭的な悩みの他に、押し掛かって来る様々な病・・・そして新型イン
フルによる更なる不況・・・

アチラこちらから呻き声が聞こえてきます。そうした世の中の到来を予期してはいたものの、
現実になんてなってくると痛ましいものです。

でもまだまだ序の口・・・本格的な危機到来はこれからなのでしょう。それを思うと心が塞
がりますね。

ただ上のお方は常におっしゃいます。「どんなことでも乗り越えられないこと等何もない
のだ！」と。

起きてくる全てのことを頭で考えるのではなく、感覚（五感・・・六感）本能で捉えていた
だければと思うのですが・・・

今一段と強い光を放っています。

刑部 恵都子

■ 5月31日 9:09 Re2: ありがとうございます from T

おはようございます。

返信ありがとうございます。

焦らず、心を静めるよう努力します。掲示板の転送ありがとうございました。

感覚で捉える・・光を信じて一瞬一瞬を生きたいと思っています。

◆ 5月31日 13:13 Re: こんにちは from 刑部

元気ですか？と言っても、元気である訳ないですね

でもね、この病気は、誰が決めたのでもなく、貴女が魂の学びのために決めて、この世に生まれてきたのですから、頑張らなければなりませんよ。

子供達のためなら、頑張れるでしょ。

全てを受け入れること・・・難しいと貴女はおっしゃいますが、受け入ようが受け入れまいが、このことは起こり、学び取れなければ続きます。

今、貴女に必要な学びは他の人への真の愛なのでは・・・

慈愛・・・

今までの貴女がこの世で一番大事だったのは、貴女自身だったのではないですか？

子供達は貴女の一部ですから他の人への愛とは違いますよ。

その気づきが必要なのでしょう。

私はそう思います。

貴女は今自分の病のことしか考えていませんよね。

敢えて辛いことを言えば、病気のことを上にお任せして、一度手放してみれば良いのかもしれないかもしれません。

光はいつも送っています。

大丈夫です。

心を平安に保っててください。

■ 6月 1日 8:23 Re: こんにちは from T

先生、ありがとうございます。

わたしに欠けているものは、愛です。心の底から相手を思いやる優しさです。

入院してすぐに、父が亡くなりました。父とは心の交流を持った記憶がありません。

わたしは親や姉にさえ、家族としての愛情を持っていないのです。

言葉や態度だけならば、上手に振る舞うことができるけれど、わたしは冷たい人間だと哀しく思います。常に、自分が優先、一番大事なのは自分。全く仰る通りなのです。

そんなわたしでも、小さなことでも人を喜ばせてあげて笑顔を見ることが、何にもまして、わたし自身を喜ばせる力があることは、実感しています。

この病室でも、自分が辛い状態なのにいつも他人を気に掛け、役にたとうとしている方がいます。どうしてそこまで・・・？

こども達は、愛情深い子に育っています。こんな母なのに、主人や主人の家族、わたしの母や姉の愛のおかげでしょうか。ありがたいことです。

この世の源は愛だと、教わりました。

頭で考えるな、と怒られそうですね・・・

わたしは、今まで人から愛と光をたくさんいただいていたのですね。

これからわたしにできることは、恐れずに（そう、わたしはいつも何かを恐れているのです）恩返しをしていくこと・・・？

心の底からの思いやりを持てる人になれるよう、ひたすら祈り続けるしかないのでしょうか・・・

先生の光りと、慈愛をひたひたと感じます。

ありがとうございます。

■ 6月 4日 12:54 ごめんなさい from T

先生、

苦しいです。

カリニ肺炎を押さえ切れていないことがわかりました。

病気を上にお預けすると言っても、カリニを治せないということは、生きてここを出られないとい

うことなので、死の恐怖を前にして、助けを叫ばずにはられません。冷静でられません。
ごめんなさい先生、どうしても恐いです・・助けて下さい m(＿)m

この↑メールを見て、刑部先生と私(事務局)は、急遽 Tさんが入院中のO病院に駆けつけました。
刑部先生の姿を見て号泣するTさんを抱きしめて、先生はさまざまな話を一時間程し続けていました。
しばらくするうちに、落ち着いてきたTさんは、出ない声を振り絞って、この世の生死に対する質問を、刑部先生に投げかけていたように思います。この世に生きるということ・・・命ということ・・・そして死ぬること・・・などの質問に、先生は丁寧に答えていました。

次↓のメールは、病院へ向かっている最中に届いたものです。

■ 6月 4日 15:54 少し落ち着きました from T

刑部先生、
すみませんでした。
また、パニックになりかけました。

今、少し落ち着きました。愛を祈りながら、頑張ります。
ありがとうございます。

◇ 6月 8日 11:45 こんにちは from 事務局 S

こんにちは 先日は突然お訪ねし驚かせてしまいましたね その後いかがですか？

刑部がお話したことはとても深いので 一度や二度で腑に落ちることではないかとは思いますが。私も10年以上そばに居てやっとわかってきたこともあります

最新の刑部のメッセージはご覧になれましたか？

「運命と宿命・・・そして天命」

<http://www2s.biglobe.ne.jp/~osakabe/now.htm>

どう一瞬一瞬を生き抜いていくか・・・刑部がお伝えしたいことがここにも書かれているか
と思います

光に包まれて穏やかな心でおられますように。。。

■ 6月 9日 10:44 Re: こんにちは from T

おはようございます。

先生のメッセージをお知らせくださって、ありがとうございました。

先日は、御多忙な中、わたしの叫びに答えて、お二人でお越しいただき、本当にありがとうございました。

ずっと、お二人のお顔を思い出しながら、考えています。そう・・・考えているのです。頭で考えるな、と思っても思っても、考えてしまっています。

でも、ふと思ったのは、'できない'というところに、意識が凝り固まっているなあ、ということ・・・まあ、できないならとりあえず放っておいて、自分の心が一瞬一瞬、どんなだったのか、どんな感じだったのか観察してみることにしました。

病室の人の話を聞きながら、お見舞いの友人と話ながら、自分の心が今何を思ったか、快だったか、不快だったか・・・一瞬何を取り繕ったか。

わたしは、社会的価値観に相当がんじがらめに縛られていますね。その価値観に基づく他人の評価が、自分であるようです。

それから妬む気持ち。その価値観で自分が優位にたっていないと、平静でいられない。優位でないと、相手に優しい気持ちが持てないことなどが、よく見えます。やっぱりね、っという感じでした。

しばらく、心を観察します。

先生の光を感じながら・・・

ありがとうございます m(__)m

■ 6月17日 6:51 こんにちは from T

こんにちは。先生、いつも光を送って下さってありがとうございます。

一週間、注意深く心の観察をしました。

先週木曜の検査後の治療方針に、大きな不安と恐れが巻き起こり、また自分を失いそうになりました。

でも、週末にかけて、今まで心の観察をしてきて、不安や恐れは、わたしの心の一種の自動反応であること、よく考えたら実体のないもの・・・過去にあったかもしれないけれど、今ではないし、未来はまだ起こっていない・・・であること、そんなことをなんとなく感じて冷静になってきました。

わたしにできるのは、今この瞬間に起こってしまっていることに対して、抵抗するか受け入れるかだけ・・・ふと「体にお任せしてみようかな」という気持ちが湧いてきました。

今まで頑張ってくれてありがとう、光とともに感謝の気持ちが湧いてきて、なんとなく安らかな気持ちになりました。

不安や恐れが実体のないものなのだと、意識できる時は、人に対しても心から優しくなれるのかもしれない・・・かすかな光が見えてきたのでしょうか？

でもまだやっぱり頭で考えています。

◇ 6月17日 11:33 Re: メールありがとうございます from 事務局 S

こんにちは メールありがとうございます。
昨夜はカミナリがすごかったですね。。。(^_^;)

さまざまな試練に、心が揺さぶられることは多々あると思います。
でも、その揺さぶりがだんだんと小さくなって、穏やかな安らかな状態が少しずつ続くようになればいいですね。。。

頭で考えたことでなく、ふと湧いてきたお気持ち・・・どうか大切になさってください。

■ 6月20日 23:11 つながっている from T

いつも光を送ってくださって、ありがとうございます。

今日は、時々気付くと、十一面観音さまの姿を思い浮べています。
ふと先生がいらっしゃるような気がしたりします。
唄うような澄んだ祝詞が聞こえるような、舞を舞われているような・・・
一瞬心が落ち着きます。
愛したい、つながりたい・・・ふっと出てくる言葉。

体が辛いと、どうしても弱きになります。
でも不安が膨れ上がったり、パニックになったりはしなくなって来たようです。

■ 6月21日 18:41 ひととき from T

今日、昼間に、

唐突に、

あ～、生かされているのだ。愛されているのだ。という思いが涙とともに溢れてきました。

2、3分のことと思いますが、涙とともにただ、安らかで清らかな気持ちをただ感じていました。

感謝です m()m

◇6月22日 11:31 Re: ひととき from事務局 S

メールありがとうございます。

Tさんが感じられた安らかな波動がこちらにも伝わってきました。

共に学ばせていただいています。感謝

■6月22日 11:36 Re2: ひととき from T

ありがとうございます。

とても嬉しいです。

祝詞を唱えると、先生の澄んだ声が聞こえてくるようで、爽やかな清々しい気持ちになります。

◇6月23日 16:34 お伺いです from 事務局 S

こんにちは

Tさんからいただいたメール（心の変化）をホームページの方へ掲載できればと刑部が言っていますが、いかがでしょうか？

貴女の魂（心）の変化が人々の心を打つような気がすると言っています。

私も、共に学ばせていただいています。

■6月23日 17:53 Re:お伺いです from T

お話ありがとうございます。

「魂の変化？」そうなのでしょうか・・・ふと窓の外の流れる雲を眺めた刹那、またあの暖かい愛の光とともに、感謝の気持ちが沸き上がり、心地よい涙が溢れてきました。

理屈では永遠にわからないのですね。あの瞬間は突然に訪れ、決して忘れることはないのでしょう。例えすぐまた戻ったように見えても、何かが少しずつ・・・

お役にたてるのであれば、とても嬉しいです。どうぞご用にお使い下さい。

偶然でしょうか？ちょうどメールをいただいた頃、主治医の先生がみえていて、一応、カリニ肺炎治癒！として下さいました。まだ薬の後遺症や予防処置は続きますが、とても嬉しいことでした。

ただ、あんなに願っていたことなのに、躍り上がって喜ぶというのではなく、穏やかな幸福感というか、自然なこと（？）のような 不思議な感じでした。

最初不安と恐怖におののいていましたが、先生に来て頂いてから、徐々に心が落ち着き、ここ2週間ほどは時々不安がのぞいても、起こってもいない実体のないモノと、比較的落ち着いて対処できるようになり、全ては自身のからだに光にお任せしようと思える瞬間があり、不思議なほど穏やかな時間を経験できるようになりました。

もちろん、まだほとんどの時間は、気付くといろいろなものに、執着しています。

■ 6月29日 17:34 流れる雲 from T

こんにちは。
いつも光を送ってくださり、ありがとうございます。

あれから、体も心も落ち着いてきています。日によって体調や気持ちにも、変化はあり、まだまだだなぁ・・・と思ってはいるのですが。

人と話す時、以前のように、自分と比較したり、心の中で違う意見を言ってみたり、そういう反応を一々しなくなってきたように思います。

自然体で、相手の気持ちに寄り添う？感じでしょうか・・・素直に穏やかに、そのひとときを、共有できる気がします。

昨日の夕方、ふと空に呼ばれたような気がして、窓の外を見たら、流れるような感じの雲が見えました。なんということのない雲でしたが、風に乗って伸びやかで、なぜか美しく、幸せな気持ちになってしまいました。

感謝です。

◆ 7月 3日 13:44 Re: 光の中の貴女に・・・ from 刑部

こんにちは。

早いもので、もう7月になりました。
梅雨もそろそろ開けて欲しいですが、草木にとってはありがたい雨なのでしょうね。

元気になっていますか？
落ち着いて療養されているようで喜んでいます。

私は初めから肺炎のことはなにも心配していなかったのですが、貴女の心の持ち方が気に掛かっていました。

最近光を今貴女の入院している病院の全ての方々が癒されるように、送っています。
勿論先生方や看護師さんたちにも・・・
その方々が癒されて患者さんたちもまた癒されるのですよね。

全てが良いサイクルで繋がって行って欲しいと思っています。

病気を通して貴女の気付いたことは、とても大事なことです。
常に幸せな平安な心でいれば、そのうち病気なんて逃げていってしまうでしょう。
それを貴女を守護する上のお方様は望んでおられますよ。
またお便り下さいね。

■ 7月 3日 22:19 Re: 光の中の貴女に・・・ from T

先生、こんばんは。
いつも暖かい光をありがとうございます。
お陰さまで、わたしは落ち着いています。

病を発する少し前、唐突に虚無感に襲われたことがありました。
精神的に窒息するような、なんとも救いのない感覚で、わたしはこのままどうになってしまうのか・・・？
今、特に何か困窮しているわけでもないのに、この苦しさはなんなのだろう？？
でも、このままではダメだ！ いったい何が？
いったいどうすれば・・・？ 暗澹たる心持ちでした。

病を経て、その答えを得ることができるよう感じています。誠に、恵みの病？ なのかも知れません。

自分の心と本当の意味で向き合うことの難しさ。でも心の奥の深いところでは、まさにそれを望んでいて、それが一瞬できた時の安らぎと楽しさ！ とも言える不思議な感覚。
「自分を受け入れる！？」ことなのか・・・？？

そんなことを、思いました。いつも愛と光を感じてたいです。感謝です。

■ 7 月 9 日 14 : 16 お陰さまで順調です from T

こんにちは。七夕も過ぎましたが、梅雨空が続いていますね。

わたしは、お陰さまで順調です。体が回復してくると、従来心のくせといいますか、ほとんど反射的な反応や、強い自己意識がまた活動的になってくるのを感じています。

あっ、またやっている！と気付いた時は、風に揺れる緑や空を流れる雲を眺めたりして、心を落ち着かせるようにしています。

一昨日は久しぶりに日の出を見ることができました。

雲間から金色の太陽が昇っていく様子をしばらく見つめていました。安らかで平和な気持ちになります。朝日夕日、太陽を眺めるのが大好きです。

今週末は森の家セミナーですね。前回のことを思い出すと、清々しい空気と森の薫りが、辺りにふっと漂うようです。深呼吸したくなる程です、不思議ですね。みなさま、ご準備にお忙しいことと思います。

素晴らしいワークショップにわたしも気持ちだけ（？）参加させていただきますね。

暖かい光を感じます。いつもありがとうございます。

■ 7 月 10 日 17 : 26 学びが足りない・・・ from T

残念な報告をしなければなりません。

順調ですと言ったばかりなのですが、今日の検査でまた肺炎の再燃がわかりました。

すでに必要な薬の副作用の危険が指摘されています。

二度目はさらに危険とも言われていますがやらざるを得ません。学びが足りないのですね・・・やはりズルズルと落ちていくのを感じています・・・

全然なってなかったのでしょうか？

先生、わたしはどうなってしまうのでしょうか・・・

◇ 7 月 10 日 18 : 54 Re: from 事務局 S

今日は外出先で携帯からメールしています。

昨日のお返事をおもっていたところ…本日のメールを拝見しました。

どうかあまり悲観的にならずに…・落ち着いてくださいね。

昨日のメールにあったように…ご自身の心や身体…そして自然の移り変わり…見つめる時間を大切になさってください。

明日からの森の家…どうぞ御心を向けてください…皆さんと共にありますように。

■ 7月11日 13:47 受け入れています from T

ワークショップ、始まりですね。

朝になり、自分でも大分落ち着いているのがわかりました。
少なくとも、この現実には抵抗感を持っていないようです。

先生が仰った、どんな時でも、平安で幸せな心で居続けるのは、本当に難しいです。
でも、一度動揺した自分を少し離れて客観的に眺めると、少し冷静になります。
そして、'今'に集中し、感謝する気持ちを感じることができます。

今この瞬間でも、不安や恐れがないと言ったら嘘になります。
でも不安や恐れに実体がないこともわかっています。

森の家の周りの、清涼な空気と薫る緑に心を寄せています。光をいただいています。
ありがとうございます。

■ 7月13日 15:25 落ち着いています。 from T

森の家のワークショップ、お疲れさまでした。いかがでしたでしょうか？

わたしは、週末、お見舞いに来てくださった友人や家族と和やかに過ごすことができました。
夜、病院を出る家族を送って、何ヵ月ぶりかで、病院の外に出ました。
真夏の夜風に吹かれ、瞬間わたしは、よく訪れる避暑地の夕べに佇んでいました。
湿った夏山の匂い、遠い子ども達の声、風の音…・幸福な時間でした。
今日も気持ちは穏やかです。感謝です。

◇ 7月13日 18:55 Re: 落ち着いています。 from 事務局 S

こんにちは お返事遅くなりました。
無事に森の家セミナーを終えました。ありがとうございます。

Tさんを感じながら、森の家のあたりの清涼な空気と薫る緑にふれてきましたよ (*^^*)

すぐに、穏やかな状態をとり戻されたようで・・・よかったです。安心しました。
やはり答えはすべて自分の中にあるのですね。。

でも、自分一人ではなく周りに支えられながら生きているのですね。。

Tさんからのメールから、とても心地よい風景や色や匂いや音が感じられました。
私も幸福な時間をいただきました。感謝！

ありがとうございます。

■ 7月13日 21:49 Re2: 落ち着いています。 from T

本当に周りに支えられています。それを感じていられることが幸せなのだな、と思います。

◆ 7月13日 10:36 Re: 落ち着いています。 from 刑部

こんばんは。

> 落ち着いています。
それは良かった！

森の家のセミナー終わりました。
今回のセミナー珍しく少し疲れました。

私から見て、病んでいる人が思っていた以上に多かったので・・・

自分が病んでいると気づかない人・・・そう思いたくない人・・・色々です。
でも皆それぞれに頑張っています。

カリニ肺炎が治りきっていなかったのですか？
でも大丈夫ですよ。
貴女の心が病まなければ、病気（症状）はいずれ退散していきます。

私は何も心配していません。

美味しい物を食べて、深い呼吸をして下さい。

あとは様々な旅をしてみると良いですね。
何処へでも行けますよ。

光はいつも送っています。というよりあなた自身が光の存在なのです。そのことに気づきさえすればね。

お休みなさい。いつも貴女を見守っていますよ。

■ 7月14日 8:58 おはようございます from T

先生、ありがとうございます。

カリニが治癒したのか、まだくすぶっているのか、医師が判断に迷う状態です。
ステロイドの量は順調に減らしてきているので、今後上がってくる免疫力にもかかっています。

心が病まなければ・・・少なくとも今は、闇を感じつつも見ようとしなかった'病'の部分に目を向けることができます。避けていた時より、ずっと気持ちが楽になる事に驚きを覚えます。

光の存在・・・周りに、今までよりずっと多くの光を感じます。暖かな光、透明な光、煌めく光・・・
ふいにやってくる幸福感。

旅！元気になって自然の中へ是非行きたいと思います。光を感じる旅に行きたいです。
いつも誰かに支えられています。感謝です。

■ 7月22日 15:25 こんにちは from T

今日は、日食は見ることができず、残念でした。
でも、世界中のたくさんの人達が地球から太陽と月に意識を集中していると思うと、そのエネルギーは物凄いモノがあるな～と思いました。

肺炎はなかなか、了！とならず、です。
不安はなくなりますが、なんとなく「ひとりじゃないんだ」という感じがあります。
家族や友人とは違う、大いなる力の存在との繋がり（？）なんでしょうか。
わたしの中に流れ込んでいる何か・・・そこに触れると、わけもなく涙が溢れる・・・
今日もそんな瞬間がありました。

生まれてきてよかった、愛するという経験をたくさんしたい・・・そんな気持ちでした。
先生、光ってすごいです！ありがとうございます！

■ 7月24日 14:22 週末一時帰宅します from T

こんにちは。

今日は、雲の色や動きがダイナミックで空が素敵です。

肺炎は、なかなか無罪放免とはいきませんが、検査結果がまあよかったので、とりあえずこの週末に、外泊許可が出ました。

久しぶりに我が家に帰ってきます。ありがたいことです。

本帰宅は、来週の経過次第です。

いつも暖かい光をありがとうございます。

◆ 7月25日 11:54 Re: 週末一時帰宅します from 刑部

こんにちは

週末一時帰宅とか！良かったですね・・・

おめでとう！

了でなくとも、ひとつひとつ起きることに感謝しましょう。

積み重ねですものね。

このところの貴女の穏やかな心と感謝する心が、良いことを引き寄せるのでしょうね。

お子さん達もさぞかし喜んでいるでしょう。楽しいひと時をお送りくださいね。

■ 7月27日 10:07 おはようございます from T

おはようございます。

家で過ごす週末の時間は、新鮮で、楽しく、穏やかであらためて幸せを実感しました。

早朝窓を開けると、感じる風、護国寺の鐘の音、鳥のさえずり、新聞配達バイクの音、聞こえてくる全ての音や気配が、嬉しくて嬉しくて・・・

帰宅してすぐ、父の遺影の前に座ると、ただひたすら涙が流れましたが、辛い涙ではなく、何か心が暖かい涙でした。

体調もいいように感じています。

全てに感謝です。 ありがとうございます。

◆ 7月27日 11:37 Re: おはようございます from 刑部

おはようございます。

文字の行間から喜びが踊っているように感じましたよ。

本当に良かったね。

何気ない日常に幸せがあるのです。この病気を通して気づきを頂いているのでしょう。

護国寺の側にお住まいがあるのですか。

元気になったら、騎龍観音※さまの絵を見に行かれたら、いいですよ。

又ね。

[※護国寺所蔵作品ですが、現在、国の重要文化財として国立近代美術館に寄託されています。
騎龍観音については、刑部のメッセージ「時空を超えて顕現する聖観世音菩薩」（2007.5.6 掲載）の中で紹介しています。]

■ 7月30日 9:21 退院です from T

先生、おはようございます。

今日退院します。

今朝目が覚めてみると、窓の外には薔薇色の雲たちが飛んでいました。幸せな気持ちでした。

退院後の生活がとても楽しみです。

日々の幸せと私のまわりに溢れる愛と光、恵みに気付かせてくれた病に感謝です。

護国寺は、わたしが子供の頃から、庭のようにして過ごしているところです。

子供達を通った幼稚園も護国寺の中にあります。

騎龍観音さま、というのは初めてうかがいました。

もしかしたら、名前を知らないだけで目にしているのかもしれませんが・・・

散歩に出られるようになったら、是非見に行ってきます。

十一面観音さまは、いつも身につけさせていただいています。

先生、いつもありがとうございます。今日この日が迎えられたことが本当に嬉しいです。

Sさま

こんにちは、これから退院します。
今日この日が来たことが、本当に嬉しいです。
日々の幸せと恵みに気づきをくれた病に感謝です。

まだまだきっと、迷い迷いです。でも今は、周りには愛と光が溢れていることを知っています。

退院後の生活が楽しみです。全てのことに感謝です。ありがとうございました。

◆7月30日 12:02 Re: 退院です from 刑部

退院おめでとうございます！
ほんとに良かった。

でも暑い真夏に退院するということで、シッカリと体調を整えなければね。
喜び過ぎて無理をしないように、まだまだ養生するつもりで過してください。

それと護ってくださったお方様たちに感謝の祈りを忘れずに・・・

また蘇芳サジーは、体温を上げ免疫を上げることが判っているので、セッセと飲んでください
いね。美味しいジュースに混ぜるとケッコウ美味ですよ。

また便りください。それではまたね。

以 上

あとがき

このメールのやりとりをホームページに掲載するにあたっては、私の中でひとつの懸念が生じていました。
それは、心身を病い辛く苦しい思いをされている方々が大挙して、刑部先生に光を求めて頼ってこられるのではないかと・・・。

それで、刑部先生にその懸念を言いますと、こう答えが返ってきました。

「私は、このことが今必要であるかないかを一瞬で見極めます。つまり、その人その人が私との縁があり、
そのご縁がこの世的にどう動いていくかをも見透すことができますよ。ですから、あなたの懸念は必要が

ありません。そして、あなたが思っているように、私は意味のないことを今この刻に受け入れることはありません。」

ということで、この懸念を退けて、ここに掲載が実現することになりました。

刑部先生にTさんのメールを伝えたことをきっかけに、傍でそのすべてを見せていただいた私は、Tさんと共に学ばせていただきました。そして、心(魂)に響いたこの事実を、皆様にもお伝えしたいと思いました。

もしも自分が、思いもかけず、死と直面するような事態になったとき、すべてを受け入れて、どれだけの平穏平安な心を保っていけるのか・・・ 確信は持てません。

でも、どのような状況であれ、他の為に何かできるような存在になれるよう・・・慈愛の心をもって強くなりたいと・・・そう願っています。 刑部先生がそうであるように・・・。

Tさんは、退院後もご自宅で療養しながら、一步一步回復に向けてリハビリを続けていらっしゃいます。
「家族や猫達と普通に暮らせること、毎日光を感じて、感謝できること。それがとても幸せなことです。」と、近況報告が届いています。

今、必要としている方々へ 光が届いていくことを祈って・・・

学びの機会を与えてくださり、ありがとうございました。感謝

2009 年 10 月

栖原静代