

この素晴らしい“気”の世界

清水義久 語り 山崎佐弓（聞き書き） 風雲舎

（刊行に寄せて） 清水義久さんは「魔法学校の学長さん」天外伺朗
気功法からスタートして道教、仏教、古神道をマスターキリスト教、ユダヤ教、
イスラム教、ヒンズー教、ゾロアスター教等の秘教的な部分を調べ上げ神智学、
人智学、数秘術、西洋魔術、各種占星術に精通しかも彼のもっとも凄いところは
実技として身体的に把握し自分でもできるところまで修練しており、あなたの
人生を豊かにするヒントがいっぱい詰っている、面白半分にやってみる事です。

（はじめに）

“気”のボールをつくり、その微妙なエネルギーを感じ取るように練習し数ヶ月
続けると心も体も元気になりストレスが消える、30数年前に「近未来研究会」
ができ僕は運営にかかわってきた「最先端の科学」と呼び船井幸雄先生はじめ
工学者正木和三先生、フーチの古村豊治先生、サイ科学の関英夫先生、速読の
植原紘治先生、宇宙の法則の智花敏彦先生、ノストラダムスの予言の池田邦彦
先生、新体道の青木宏之先生「あの世の科学」天外伺朗先生等講師として招き、
気功は矢山利彦先生指導の下で毎年開催、矢山先生が書かれた「気の間人学」
ビジネス社によって僕達はひとつの世界が開けた、先生の体験と理論を自分
の中に落とし込み客観的なことを目指してやってきて気功を始めて数年後
「光の体験」というものをした、只単純に手を振る練習をしていて突然に黄金
の光が部屋中にブーンと落ちて消えていく、目を開いて静かに冷静に見てい
て繰り返し起こる現象だと分かった“気”を感知できる一番信頼できる方法は
手のひらや皮膚で感じる触感で体の“気”を何時も充実させることで見えるよ
うになる。“気”は遠隔に送ることもあの世にも送ることも出来る様になる。
僕は宇宙には絶対的な「善」が存在し全てのものを豊かにし共に調和し秩序化
し幸せに向かっていく流れがこの宇宙にみなぎっているというのが僕の考え
方、宇宙を生成発展、秩序化していく唯一無二の力だ、私は“気の間人学”を
教えるとか独自の気功法をこの立場でやるしかないと考えている。

1. 正木和三先生の無欲の大欲～超能力者に変身した工学博士正木先生は電気炊飯器、瞬間ガス湯沸かし器等数千の特許を持ちながら**一番儲かるものは全部無料にした、特許の権利を放棄し無料でその技術で多くの会社が製品をつくれるようにした**、40数年前ユリ・ゲラーが来日、正木先生は大阪大学工学部教授としてインチキを証明しようと先生の発明した計測器で測定テレビ公開実験が行われスプーンは曲がらないと関係者全員がそう思った、しかし先生は計測器の数値が歪みを示したことで「見た」と云った、 P 1

その後超能力少年や子供にやってもらい毎回高いゆがみを測定して先生は「人間にはどんな人にも超能力がある」と納得した。そしてミイラ取りがミイラになりご自身が凄い超能力者になった、先生がいいなと思うことは現実化し、庭に生えている三つ葉のクローバが全部四つ葉になったり、石鯛は1本吊り上げると場所を移動しないといけない幻の魚だと云われるが初心者先生は50枚・60枚と釣れた、願ったことが現実化する、それが能力だ、宴会の席で先生が徳利1本でツ〜と注いで回り何杯注いでも徳利のお酒はなくなる。正木先生著「奇跡の実現」産能大学出版部

* 願いが叶う秘訣～先生から教わった「**無欲の大欲**」は先ず欲を大きく持つ事「**何をしたいか・どうなっていたいか**」ゴールを考える、小欲の自分（金儲け）の自分はいなくなり、あなたの成功が周りの喜びになる祈りが大欲になって周りのみんなを幸せに巻き込む、**我社の商品が売れることでお客さんが更に幸せになるように祈る「世界中で売れて喜ばれて本当にそうだった」と。**

正木先生は瞬間湯沸かし器の原理を数秒で発明＝冷たい水で台所仕事をする若い奥様の手がアカギレだらけになっているのを見た瞬間に設計図が完成！という、そこに欲はない、ゴールは商売繁盛ではなく感謝なのだ「その事が叶いました、ありがとうございました」

* 正木先生が持っていた賢者の石～先生に講演会の講師を一度だけお願いして食事をご一緒した時、奥様が先生に「清水さんに折角だからあれを見せてあげたら」と言われた、それが「賢者の石」だった。

1980年代半ばに米国直感力センターの主催者であるスタンフォード大学教授ウイリアム・カウツ博士がエジプト訪問の際に神官から「日本に行ってマサキという人にこの石を渡してくれ」との伝言で面識もない人の為に預かったと先生はすぐに「ハイ、これは私のものです」とためらいもなく賢者の石を受け取った、このことを会社の林原健社長に話すと、なんと彼も持っていた。

2. 宇宙そのものになった人“植芝盛平の強さの秘密”～合気道の開祖・神様とも言われた植芝盛平（1883～1969年）は全てを生成発展させる「宇宙のルール」があることを知っていた。

- ① 己の心を「宇宙の万有の活動と調和させる」
- ② 己の肉体のもとを「宇宙の万有の活動と調和させる」
- ③ 心と肉体を一つに結ぶ“気”を「宇宙の万有の活動と調和させる」

“気は心と体を繋いでいるエネルギー”だ、豊かになると楽しくて生き甲斐が感じられるようになる、元気な体と安心した心、そして楽しく生き甲斐がある自分のこの3つを宇宙につなげるとアートになる、この道で己を完成させて、広げていった植芝盛平はそのアートの世界に生きた。

* 強さの秘密～嘉納治五郎（1860～1938年）が講道館で武芸を極めた P 2

人達が一堂に会した究極の大会があり日本最強の武道家を決める大会においてその道の第一人者が全て名もない小さな植芝に投げ飛ばされた、米国一流のボクシング・チャンピオンとも素手で戦い、全ての選手に勝った。

戦前に陸軍の鉄砲の検査官たちが道場の稽古を見に来ていた、植芝が「私には鉄砲が当たらん」というので試されることになり射撃場で6人がピストルで25mのところから引き金を引いた、次の瞬間に先生は25m先に飛んで一人を投げ飛ばしていた、この実験は2度行われても同じ結果だった。

ある演武会であまりに植芝の技が見事に決まるので、やらせではないかとざわめきが起これ植芝は会場にいた元大関の巨漢天竜に声をかけ「疑っているなら投げてごらん」と挑発、挑んだ巨体の天竜（187 cm 116 kg）が腕を掴んだ瞬間に157 cm 75 kgと小柄な植芝に木の葉のように吹っ飛ばされた、この後で天竜は植芝の道場に入門した。

3. 出口王仁三郎の耀盃（＝ようわん）～大本教本部にある「ようわん」からは神気が満ち溢れている～出口王仁三郎は死ぬ以前の僅か1年数ヶ月で3千点の器を焼き信者達にそれを形見分けのようにふるまった。

* 世に出た「ようわん」～備前焼の人間国宝金重陶陽が王仁三郎の娘三代目当主直日を訪れ28個のお楽焼を見せられ唯々驚愕した。金重陶陽は2椀を頂いてまもなく評論家の加茂茂一郎がこの2椀を見て、その驚きと感動は尋常ではなかった、芸術作品として高く評価され国内はもとより欧米6ヶ国で展覧され25万人もの人々を魅了した。

4. 千年先をも信じた男・鑑真和上は6回も渡航に挑戦してまでも日本に来た、仏法をこの先千年以上続くと信じた男。

* 東山魁夷のエネルギー～1970年全ての仕事を断り10年を超える歳月を捧げて日本中を歩き鑑真和上の生まれ故郷・中国揚州を訪れ題材を求めて歩いた。東山の描き上げた障壁画には鑑真の世界が映されている、自分のエネルギーフィールドの感覚が失われる体験をした、これはダ・ビンチ以上でミケランジェロやモネは全部エコーが返ってくる、帰ってこないのは鑑真を描いた肖像画だけだ、あんなに狭い空間なのにまるで無限のように広がり植物がそよぎ、山は盛り上がって正に世界を封印した宇宙模型がそこにある、まぎれもなく世界に誇るアートだ。

4. 植物に愛された男～ルーサー・バーバンクの祈り～エジソン・フォードと並ぶ発明家ルーサーはたった一人で種に念を送りその形態を変化させた。

彼は3週間に一つの割合で新品種を生み出し世界の植物育種の期間を四分の一世紀近く短縮したと云われ野菜や果物・花の品種改良、その数は3千種余りジャガイモ・トウモロコシ・トマト・カボチャ等日本では殆ど知られていないが19世紀米国の二大偉人で荒地地だったカリフォルニアを

一大穀倉地帯に変えた、当時の野菜は今日のより苦みがあり小さかった、品種改良は他の人が何十年もかかるものを彼は数年でやってのけ、それゆえルーサーは植物の魔術師と呼ばれるようになった、彼だけが行った事は野菜や果物や花に祈った事、時には愛を語り掛けて、植物が語り掛けてくると彼はその声に耳を傾けた、彼が言う愛の力は何よりも大きく不思議な栄養となってよりよく成長させ多くの果実を実らせると。

彼は新種を作っても特許を取らないばかりか育成法を公開していた。

* 植物は知性を持っている事を近年では多くの科学者が認めている、彼の偉大な人類への貢献と魅力ある人間性を伝えている本は一読したいものです。

「植物の育成」ルーサー・バンバンク著・岩波文庫

「植物新種の創造家ルーサー・バンバンク」恒星社

6. 本物の神様遣いみたい～矢沢永吉さんの器～永ちゃんファンが浄化する空間、本物のエンターテイナーは1回のコンサートで何万人もの人達を幸せにできる、自分もスターになったかの様な夢を見せてもらえる、永ちゃんが歌うとファンの心が一斉に奪われ・酔いしれ・邪気が消え過去の不幸や未来の不安など一切消える、永ちゃんファンは究極のファンで彼らの神様でありリピータ率は10割

* 35億円の借金～部下の詐欺被害で「矢沢は終わりだ」と思った彼自身もヤケ酒を飲んで1週間飲み続けて決心、ロックンロールを本気でやるだけだと・・・50才の歌手には至難の技だった、数年して不思議なことが続いた、テレビの広告出演やドラマ出演依頼が次々とやってきて借金は6年で全額返済した。神様は不幸だという人には寄ってこない、清く正しくきれいな波動の人にしかかかってこない～マリア様の言葉＝彼が落ち込んだ時奥さんが「35億円は大変だけど矢沢が本気になったら返せる、過去を忘れて全てを赦しなさい」と云われて今を一生懸命に生きるしかないと悟った、なんと奥さんの名前はマリア

7. ウエイターの真心～凄すぎるウエイターに初めて書いたお礼の手紙(省略)

8. 片岡鶴太郎さんの「ありがとう行」～お風呂に入って1時間程も過去にお世話になった人の名前を声に出して「〇〇さんありがとうございます！」と口にして数百人の名前を挙げこの20年間是一日も欠かしたことがない、するとその人がもう一人の私となりあなたを守り指導してくれる存在となった。

* 感謝する力～夢を叶えることができるのはまだ叶っていない事に本気に感謝を送ることを言う事で、それを「信」という「ありがとうございました」とほんの一筋の疑いもなく願いがかなったということ信じることだ、心の底から感謝することだ、成功哲学の親～ナポレオン・ヒルは「思考は現実化する」という名著を生んだ。

9. 1千万円の言葉挙げ～不思議な夢「1千万円ください」これはいける P 4

言葉を言霊として生かす技＝胸のチャクラを使って音のエネルギーを作る～胸の前で交錯させて手のひらを内側にして脇の下に入れ、胸と胸の間の手のひらから出るエネルギーを通す、いろいろ音程を変えて一番振動する音程を感じることに集中する、言いたいことをインプットする、一番やりやすいのは云った後で「ありがとう」という。

10. ご飯の祈り（自分で幸せになる為に）～友人の知り合いで足が異常に腫れ歩くことも座ることも出来なくて入院していた（拡張型心筋症で心臓手術か移植しかない）友人に頼まれ病院に行きイメージで女性の心臓を手のひらで包んでエネルギーを入れた、又本人が同じことが出来る様にして毎日自分でやるように伝え彼女は忠実に続けたところ手術しないでよくなった。

「ご飯の祈り」～この糧は私を守り育てます、いただきます！幸せいっぱい腹いっぱい、ご馳走様！～もう一つのトリガーの言葉はエネルギーを最大限にチャージする＝お風呂に入った時に「あったかい・幸せ！」と唱える・・・この言葉は免疫力を高めその人のオーラも運も全部変えて生き方も変えてゆく、もう一つのおすすめの方法は夜明けの太陽を見る事、朝日は世界を清める体を太陽の光で満たしてみる、曇った日はイメージでやり、そして宣言する「新しい私が目覚めた」

11. 肉体は考える「角膜が祈ったこと」～腸は考える、血管は考える、細胞は考える＝藤田恒夫著、岩波新書「考える血管」講談社、を読むととても参考になる、これらはきっとあなたの医学情報を大きく書き換える事になると思う特に違うのは細胞の意識の問題だ。

* 過去用の臓器と未来用の臓器～過去のネガティブな感情エネルギーは各々の臓器を痛める、怒りは肝臓・悲しみは肺・憎悪と短気は心臓・不安や恐れは腎臓・思い患いは脾臓（消化器を含める）感情のエネルギーが適当な量であれば元気でいられるが多くなりすぎると病気を引き起こす、二つある臓器（肺と腎臓）は立ち上がる感情が過去と未来で別々に使われる、そして一つしかない臓器は「今ここにいる、“現在”にフォーカスする」肺は悲しみを蓄える、これから先を憂い悲しみを引っ張ることも出来る、腎臓も過去の恐れとこれからの恐れ、そして将来の不安にさい悩まされる、怒りは今ここなのだ憎悪と短気、イラつくのは今現在のことだ「角孫」というツボ（耳の一番上のラインから指一本分のところ）このツボも左側は過去、右側は未来と関係する、左側のツボをぐりぐりとまわして痛みを感じるなら過去の思い患いやトラウマに関係があり、右側の痛みなら未来への不安をもっている、痛みを感じる方をぐるぐるするとその邪気が出てくるからその空間に拍手を打つようにパツンと叩いてやると邪気が消える。

* 感情や性格が病気を作る～ガンは特定の感情と結びついて発症する P 5

と現場の医師が言っている、基本的にガンは挫折の病でありそれには「許す」事に尽きる、肺がんは悲しみと寂しさ、右乳がんは長期にわたる強いストレス、左乳癌の人は肉体を酷使した時期、すい臓がんは決して弱音を吐かず凜とした性格の人に多い、胆管癌は腰が低く素直ないい人、S字結腸エリアの癌の人は借金に苛まれた過去（7年後位に出る）心に出るとうつ病になる、脳の腫瘍となる人は必ず強い圧力を心に受けている、胃潰瘍などは大きな要因がストレス、水虫は失敗する事への恐れ、痔は時間に対する焦りでいつもせかせかしているのが発症の原因、見たくもないのがあると近視、アレルギーは周りの人の感情を過敏に受け止め我慢しそれを表現できない、帯状疱疹症は身近に許せない人がいる、子宮筋腫は家族や会社に耐え服従しているが、そのことを自分の内心がひどく怒っている、卵巣嚢腫は母親の期待を裏切ることには耐えられない、子宮内膜症は女性はこうあるべきという理想や思い込みの強い人、脳卒中は人を支配したり仕切りたがるタイプ、病気になったら体からのメッセージだと気づき新しく生きる価値観を作っていくチャンスです、20世紀に活躍した英国の医師エドワード・バッジ博士は「病気や肉体の不調は今迄の生き方が間違っていることに気付いてほしいというメッセージである」と、確信した彼が作った38程のフラワー・レメディは心を癒す為の治療薬で殆どの病を癒した。

* 香りは大いなる癒し手～自然の美しい景色・草原の輝き・海に沈む🌻、青い空と山々の連なりを思い出しそこで自分が寛いでいるイメージする、そこにはフッとリラックスする香りが漂って「いい匂いだな～」と感じる、あなたの好きな臭いは・もやもやした気分が驚くほどスッキリしていくのが分かる、その香りを思い出す練習をしていくと感情を和らげることが出来る。

1 2. 笑いは最強の力～ノーマン・カズンズという人の「笑いと治癒力」岩波現代文庫、カズンズはピューリッツァー賞を取るほどのジャーナリスト、強直性脊椎炎が見つかり難病の膠原病で治る見込みがないと云われ世界中からお笑いのフィルム・面白い本・漫画を手に入れ毎日笑い続けた、すると体が楽になり半年後には治っていた、ドクターは500分の一の確率と。

* 願いを叶えたいときの秘訣～そうになっている現実を思い、思い切って笑うとオーラは黄色に輝いて願いは自然とついてくる、ハッハッハア！と腹の底から喉の奥を広げ腹筋をへこませるのが極意で、全身で笑う。

1 3. マイケル・クライトンの憑依霊（不幸はあなたを守る）～彼はジェラシック・パーク等1億5千万部の本を売った作家として超一流、ハーバード大学英文学から自然人類学へ転向、ケンブリッジ大学で人類学の講師、ハーバード・メディカルスクールで医学博士を取得、ある時・霊能者を紹介され「あなたには霊が3体ついていますが、徐霊しましょう」と言われ、そうすることにした処体が徐々に楽になり浄化されるのを感じた、

その後若返ったように清らかになり元気になった。

* 徐霊やお祓いは効くのか？～マイケルは数々名誉ある賞を受賞したが私生活は波乱万丈 4 回の離婚と 5 回の結婚、沢山の訴訟問題、喉頭がんとリンパ腫になり亡くなる寸前まで化学療法を受けていた 66 才没、マイケルの徐霊は不完全だったと思う、厄払いの儀式の最終段階は憑依霊や妖怪の霊体が神様レベルになるところまで上がっていきけるように神様に頼んで神様の波動と共に一緒に上がってもら、そうすると彼等は感謝の気持ちでイッパイになり、僕たちの「けんぞく」として働きたいと思うようになる。

1 4. ニコチンは霊を引き寄せる～幽霊はニコチンと同じ波動を持っているので共鳴現象で引き寄せられる**ニコチンは不幸を呼び寄せる物質だから吸うと明るい未来はない** 出口王仁三郎はタバコと霊の関係を良く知っていた、彼の許に悩みを抱えた面会者が沢山来る、彼は話を聞きながら煙草の煙を口に含んで面会者にその煙を吹きかけた、彼等は多くの霊を連れてくるのでその霊を吹き飛ばしていた。彼自身は決してタバコの煙を喉に通さなかったという、僕は 30 年程前に 1 日 6 箱のタバコを吸っていた、ニコチンが幽霊を引き寄せ、又不幸を呼び寄せる事に気づいて・たった 1 日で止めた。

1 5. 宝くじに当たる秘密 (省略)

1 6. モノは心を持っている～1970 年代に清田益章君という少年がスプーンを念力で曲げて世界をあっと言わせマスコミの寵児となった、彼は曲げる前にスプーンの霊体と「今からスプーン曲げをするんだけど曲がって欲しい」と語り掛けそれぞれ違う返事が返ってくると曲げる事に好意的なものを選んだ。

* モノを大切にするといい事がある～野球のイチロー選手はベテランなのに誰よりも早くベンチ入りしてグローブやバット・スパイクを一つひとつ綺麗に丹念に磨く、使われないものも全て試合の後も同じく磨き上げている、**全ての物質をチャント愛したら物質も又、私達を愛してくれる、必要なくなったものを捨てる時はちゃんと感謝の言葉をかけてあげる、手をかざして左巻きに手を何度か回してモノのエネルギーを抜き「これまでどうもありがとう」と言ってお別れする・モノには心がある。**

1 7. 「スター・ウォーズ」の魔術 (成功の仕掛け) ～ジョージ・ルーカスと「千の顔を持つ英雄」という本、ジョセフ・キャンベル博士の文庫本 (上・下巻) ハヤカワ・ノンフィクション文庫は 40 年間スター・ウォーズをヒットさせている元だから、この本の価値は物凄い、10 億円でも安い。

* 創業者の想い～稲盛和夫さんは情熱と夢を育て、一方で仲間の生活を守る事を肝に銘じた、コストと利益と数字を見るだけの仕事は経理の人の仕事で、社長の仕事ではない、経理ばかりしていると会社は傾いていく、会社が利益を生んだ時に社員に還元すれば社員が喜び、

これが世の中への貢献となる、これで世界が応援する・この世界は神秘的なのだ

18. ハリウッド男優も落ちるモテ術（究極の恋愛テクニック＝省略）

*若さを保つピンク色のエネルギー18世紀初め頃フランス王ルイ14世が「我が国の誇り」と称賛した女性ニノン・ド・ランクル夫人は70歳で30代にしか見えなかった、その秘密は彼女が毎日首元へ独特のマッサージ（今日ではエステの基本）でリンパ液の流れを良くして肌が活性化され輝きが出てくる・それが若返りの最大のポイントだ、このマッサージはイメージで両手の間に“気”のエネルギーボールを作りピンク色に輝くボールをイメージする、口に出して「ピンク色に輝くエネルギーボールになった」と言って手の平を合わせて20回こすり、あごの下から耳の付け根、その後ろ迄、ピンク色のエネルギーで、やさしくなでる、これを左右のあごのラインに左右20回ずつ行う、顔のあちこちにも行う、最後にイメージでピンク色のシャワーを顔に浴びる、もう一つ大切な事は美しいものに対する感受性を高める事だ、自然や詩・歌に感動する日々の生活の中に美しさを見つけ感動していたら素敵な出会いを持つてくる。

19. コソタクマヤタク（秘伝の呪文）を3回言い合掌した手の間に「フツ」と息を吹きかけ、これで無事家に帰れ運命が変わるのでお薦めしたい、この呪文は本来強力な解毒呪文、朝一番に口をすすぎ東を向いて言い続ける事で体から毒がなくなりエネルギーチャージされる～合掌した手を少しづらして右手と左手の指を第一関節でクロスさせ右手から上、手の平は少し話して人差し指のクロスした所を眉間の前あたりで呪文3回唱え一息吸って親指と人差し指の間の空間に三回フッふっふっーと息を吹きかけるといいかも

20. 「明けましておめでとう」という呪術～年末にすること～12月25～29日迄の5日間はこの1年間にあったことを振り返り、この瞬間に心に問いかけ思い出せる1年の印象を振り返る、問題はこの1年間で幸せだったか否かの感覚をチェックし心の中でそれを思いっきり感じてみる・誤魔化してはダメ、来年1年の目標を考える、仕事とプライベートでどういう風に生きていたいな、とイメージして神様に頼む、そして30と31日はゆったりお休みして、今生きていることを感謝31日の夜108の除夜の鐘を聞き自分の業を浄化する、こうつぶやく「闇に・闇に帰るべし！私の不幸が体を離れこの世界の暗闇に溶け込んでいきますように、私の嫌な気分が外の暗闇の中に混じっていきますように」そのままゆっくりと年の開けるのを待ち1月1日になった瞬間に「明けましておめでとうございます！この一年が幸せになりましたことを、そのすべてのことを助けていただいた全ての存在に感謝させていただきます、ありがとうございました」1年の計は元旦にあり！神が7日間で天地を創ったように新しい人生を用意する為の特別な天地創造の1週間にしてみよう。

*初詣と祈り～自宅近くの神社からお参りする、チャンとお礼を伝えよう P 8

鳥居をくぐる時に一礼して中心から外れた所を歩く（中心は神様の通り道）
狛犬の前は左右の狛犬の視点が同時に合わさるポイントが正しい入り口で、
一礼して拝殿に上がり鈴を鳴らして、又一礼し自分の真心を印としてお賽銭は
銀色の硬貨が望ましい（お寺では銅・黄金色）お祈りは「二礼に拍手一礼」
自分以外の事を祈る、最も上等な祈りは神恩感謝と究極は「私が成功する事で
皆さんが幸せになりますように」

2 1. この世の中はエネルギーだけでなんとかなるほど素敵！

*人間の能力～セミナーの手伝いをさせてもらっている Nさんがステージ4の
肺ガンで余命 2 週間、皆で一齐に遠隔ヒーリングしようという事になり奇跡
が次々と起きた、そして数ヶ月で完治したという朗報を受けた。

奇跡2、知り合いで大腸と肝臓がんの 80 歳男性で糖尿病もあり余命いくばく
もない所から僕は手を尽くした結果、全身移転のガンも消え仕事に復帰した。

2 2. 土星の時代がやって来る～2017 年度から土星の時代が始まる～

「肉体」と「心」と「魂」の 3つのエクササイズ

- ①背中をくねくねさせる働きで背中や肩の凝りを取る
- ②心のエクササイズ～心の栄養に青い空と白い雲をイメージで思い描き目を
閉じて現実の世界から乖離する草原・青空に浸る
- ③良い人間になる事を目指す「私は良い人間になります・ありがとうございました」と、毎日口にする。

（ 完 ）