

そして、

- 自然音は意識して聴かなくても、室内に流し、身体に浴びる感覚で聴くと良い。
- テレビや他の音楽を聞いていても自然音はぶつかり合うことなく、室内が快適になる。
- 暗闇の代わりに目を閉じて、視覚の情報をストップして自然音に意識を集中すると五感の働きが高まり、直観力が磨かれる。

などいつもお伝えしていることは当時の経験の賜物です。

手間のかかるコンサートのゆえ、10年目の2005年3月を境に、その後お休みを頂いていました。

13年後に当時一緒に開催した企業の方から改めてご連絡を頂き、「さいたま市宇宙劇場」にて再度イベントとして「スターライトヒーリング」を開催しようという事になり、2019年、2020年にイベントとして行い2021年より定期開催することになりました。

2023年度は「マラマハワイ Star Light Healing Malama HAWAII人と自然にやさしい心を」です。ハワイで収録した様々な自然音を立体的に体感し、美しい星空や画像を楽しんで頂きながら「思いやりの心を育む」を意図したプラネタリウムコンサートです。

冒頭でご紹介したかんむり座の東隣に位置する うしかい座の一等星 「アルクトゥルス」は地球から37光年先があり、ハワイ語で「ホクレア」と呼ばれ「幸せの星」という意味を持っています。1000年以上前からポリネシアの人々はこの夜空に美しく輝く星、月、太陽、風、海のうねりなど自然からのサインを「道しるべ」として、太平洋を航海する「古代ポリネシアン航海法」を発達させていました。

コロンブスが羅針盤を使って大西洋を横断する何世紀も前から、ポリネシアの人々は自然のサインだけで、広大な海域の島々を往来したのですね。現代にその航海法を伝えるハワイの人々は「今、自分がいる場所を知るために最も大切なことは、全て答えは自然(自分)の中にあると自分を信じること・・・」とメッセージしています。

西洋文明と出会う前のハワイには「自然」を意味する言葉はなく、自分と自然は一つにつながっていると考えていました。その自然を大切にするハワイの人々だからこそ、自然からのサインをしっかりと受け取ることができたのではないかと思います。

木のカヌーで風の力だけで船を動かし、自然からのサインで行く方向を決める古代のポリネシアの航海法の心の在り方は、未来を予測しにくい「今」を生きる上で、自分を信じ、人間の内に備わった力を知る大切なヒントがあるように思いませんか。

自然の音をご自身の部屋の中で聞きながら、呼吸と共に自然音の向こうにある自然の力に、心の中で呼びかけることは、本当の自分を知る手掛かりになるのではと思います。

米国のセラピストの方を対象にオンラインで「ハーモニックヒーリングワークショップ」を開催しました。参加者の方々へ質問した内容に回答を頂きました。そのお一人の事例をご紹介します。



JoAnn

参加者への質問：回答者 ジョアン・セラーズ 2023年1月8日

Harmonic Healing Workshop 2022年12月11日

1. WHY ARE HEALTHY SOUND FREQUENCIES IMPORTANT FOR OUR HEALTH IN THESE DAYS AND TIMES?

なぜ現代において健康的な音の周波数が私たちの健康にとって大切なのでしょうか？

私たちは自分が考えていること、自分が何をどう感じているか、そして自分が誰であり、どのように行動し、世界の中で互いに影響を与えあっているからです。

私にとっては、健康的な音の周波数でサポートされた環境の中で生活することは、極めて健康的なマインド・ボディ・スピリットを生み出しています。これは、私たちの心、体、精神にとって最高の食べ物のようなものです。健康な音の周波数が私たちの精神を養い、私たちの神性なる自分につながり、人々の神性につながり、ポジティブな状態を維持することができるようになります。私たちのポジティブで充実した精神により、私たちの幸福は、常に意識的に健康な音の周波数を自分の周りに作り出すことによってサポートされ、他の人にもこれをもたらします。

私たちは、自然音やピースマシン(体感音響システム)によって、健康的な音の周波数を手に入れることができます。サウンドヒーリング協会のCDやピースマシンを使い、自分の声を使うことで、それが率直な声であれ、会話として流れる声であれ、セルフトークであれ、調和、平和、愛、バランスのとれた世界を作ることができます。

私たちの環境にポジティブな音を周波数を流すことで、私たちは未来に起きる良い原因を作っているのです。私たちは、ポジティブな雰囲気的环境を作り出し、それが良い原因を創造します。私たちは社会から常に不健康でマイナスな音の波を浴びせかけられているので、よい原因を創造し、自分の環境に心地よい音を意識することで、ポジティブな考え方が生まれ、ポジティブな言葉、ポジティブな感情、ポジティブな行動、ポジティブな振る舞いが生み出すことができます。これが世界に変化をもたらし、世界に平和と、調和、そしてバランスをもたらします。

1. WHY ARE HEALTHY SOUND FREQUENCIES IMPORTANT FOR OUR HEALTH IN THESE DAYS AND TIMES?

Healthy sound frequencies are important for our health because we are what we think, we are what and how we feel, and we are who and how we act and present ourselves to each other in the world. To me, living in an environment that supports healthy sound frequencies creates an extremely healthy mind, body and spirit. This is like the best food for my mind, body, and spirit. Healthy sound frequencies feed our spirit so that we can be connected to our own divinity and connected to the divinity of others in the universe and remain in a positive state. With our positive fulfilled light spirit, we bring this to others through our well-being that is supported by being aware and creating healthy sound frequencies around us continually. We are gifted to have the healthy sound frequencies at our fingertips in the CD's and Peace Machine. By using Kita-san's CD's, Peace Machine, and through using our own voice whether it is the outspoken voice or the voice that is what plays as conversations in our head, self-talk we create a world that is in harmony, peace, love, and balance. By creating sound frequencies that are positive in our environment, we are being at cause. We cause and create a positive atmosphere environment. We are automatically bombarded with unhealthy sound frequencies so to be at cause and being conscious about what we put in our environment, creates a positive mindset that generates positive words, positive feelings, positive actions, and positive behaviors. This makes a difference for the world and creates peace, harmony, and balance in the world. To use Kita-san's CD's that are playing in your environment, to use Peace Machine for us and others and to use your voice through spoken language and /or unspoken words supports the world in maintaining an ongoing environment that nourishes each one of us. So, to be conscious about creating healthy sound frequencies provides a space and an atmosphere to be healthy and to be at cause, creating an ongoing healthy positive mind, body and spirit. Our body will be in its best balance with healthy variable sound frequencies- that is high frequencies, middle frequencies and low frequencies. These variable frequencies feed our tissues, organs, blood, skin, nervous system - our entire physical, emotional and spiritual being. Sound healthy frequencies feed each person through every aspect - mind, body, and spiritual- which totally contributes to everyone's well-being and being connected to the universe. We beam the light that we are through exploiting our healthy sound frequencies and our positive a attitude and mindset on this planet. Having healthy sound frequencies being in the environment in which we are living and participating with others carrying this connection within our being, supports the positive growth of being with others in their mind body and soul. The connection is then automatically one with love, peace and harmony. Being aware and knowing my impact on the world as I live and be in the healthy sound frequencies contributes to the peace in the world and that is a mission to live for that is my mission.

その他の質問：2. WHAT IS SOUND? 音とは何か？ / 3. Explain THE THREE ELEMENTS OF "KITA SOUND HEALING METHOD"? / 4 WHAT ARE THREE POINTS OF INFORMATION OR INSIGHTS THAT YOU HAVE GAINED FROM THIS WORKSHOP?

