

セドナのティーチャー クレッグ・ジュンジュラスが伝える

より良いセラピストに なるための癒しのステップ

セラピストがこぞってセッションを訪れるという、セドナのティーチャー、クレッグ・ジュンジュラスさん。「真の癒し手」を育てるために、日本でもさまざまなワークショップを開催しています。

ジャーナリストとしてヒーリング業界に携わってきた大崎百紀さんがクレッグさんの話を伺い、これからのセラピストの在り方を考察しました。

取材・文◎大崎百紀

世界有数のパワースポット、セドナ。そこに居を構え、2008年から頻繁に来日し、多くの人にエネルギーワークのワークショップや個人セッションを行う人がいます。

クレッグ・ジュンジュラスさん。気取らず、気負わずナチュラルに生きる、メタフィジカルティーチャー（※）であり、「スピリチュアルティーチャー」や「ヒーラー」と呼ばれることを嫌います。アロハシャツなどのカジュアルな格好に、どんな感情も率直に表現するその飾らない姿勢が支持され、セラピストやヒーラーのファンが多いのも

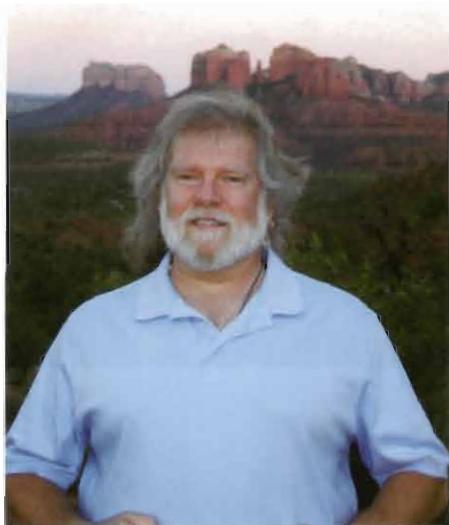
特徴です。クレッグさんの教えがどうセラピストに響くのかをまとめたいと思います。

ボディワーカーも心と魂のケアを

この10年を振り返ると、ボディワーカーとヒーラーの融合、つまり、治療家が精神世界へ足を踏み入れるケースが多くなったと感じます。

ジャーナリストとして、セラピー、ヒーリング業界を見てきてそう思うのは、おそらく治療家たちがクライアントの自己啓蒙を促すことの重要性を認





Craig Junjulas

Craig Junjulas (クレグ・ジュンジュラス) さん

アリゾナ州セドナ在住。20代後半より30年以上スピリチュアルの実践を行う。独自の理論に基づいたエネルギーワークには定評があり、リピーターも多い。日本ではボディワーカー向けの講座「インナーグロー」を新しく開催。著述業、セッション・ワークショップの開催、瞑想CD制作など活動の幅は多岐にわたる。

<http://higherselfdiscovery.com/>

識し、彼らの思考の癖や習慣からくる身体の歪みの改善にも役立てているからでしょう。
身体と心(魂も)のケアをバランス良く行うためには、セラピストやエスティシャンらも、自分自身をしっかりと見つめて、自身も常に癒やし、人に向き合う器でいなければいけない。今、そういう時代になっているのだと思います。

嫌われることを恐れないで

今回私は、クレグさんのグループセッションに数人のセラピストと参加しました。8人ほどが円になって座り、一人ひとりにクレグさんが、エネルギーの変容を与えるというものです。クレグさんを通して、自分への気づきを促進するという練習です。心の解放に慣れている人はクレグさんのブレない瞳を見つめながら、自分の心の奥深くの感情を外に出して、ある人は口にしたり涙したり……。でも私は心を平らにして、オープンにする準備が出来ておら

ず、自分だけが心に鎧がかかっているのを感じました。初対面の人の前で自分自身の感情をストレートに出すのは、非常に難しいものです。そんな中、クレグさんは、「嫌われることを恐れるな」「あなたは、あなたが思っている以上の心から」「文字にするより単純に聞こえるかもしれませんが、これはセラピストにとって大変重要なメッセージだと思っています。」

人から嫌われないようにと、自分らしさを抑えてもがきながら表面上だけ笑顔で運営するよりも、正直で自分を解放した自由度の高いセラピストに憧れてもらうほうが、クライアントはきっと気持ちが良いはず。例えば表向きには魅力的に見えても、中にサーピスの歪みがあると、人はそこには行かなくなりません。

私は全国のサロン(特にオープンしたばかりのところ)へ行くことが多いのですが、正直に言えばそこにはたくさん課題があります。でも問題点のないサロンなんてつまらないので、人間らしさあふれる欠点の中に、長所やそのサロンらしさを見つけます。実際のところ、それこそが魅力なのです。自分に厳し過ぎたり、目標を高く持

ち過ぎていてセラピストは非常に多いのですが、「完全」であるように振る舞うのではなく、「足りないこと」にしっかりと向き合い、まっすぐ生きていく人に、人は魅力を感じて集まってくると思います。

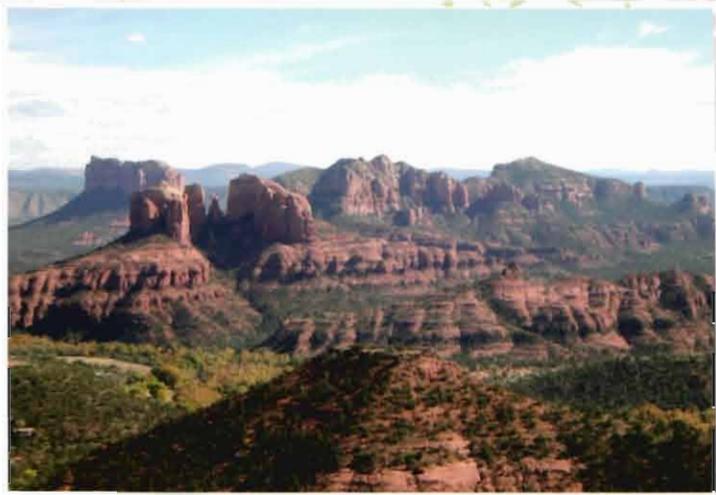
ネガティブ感情はただの「緊張」

セラピストが自分自身と向かい合う時に課題となるのは、やはりマイナス感情との向き合い方。ですがクレグさんは、「マイナスの感情を持つことは悪いことではない」と言います。「怒りを含めたマイナス感情はナイフと一緒に、使おう。ナイフで人を刺すのか、それともりんごの皮を剥くのか(人の役に立つ)はその人次第」

ただそれは「抑圧されたエネルギー」であるため、緊張を解き、外に出す方法もクレグさんは教えています。「ネガティブは単なる緊張なので、それをジャッジしないこと。感情の行く先の道を作るだけで身体中の緊張が流れていく」というのです。

マイナス感情を否定しない、それだけでなく人は救われるはず。例えば、東京都内で治療院を経営する鍼灸師の女性は、サロンを立ち上げた頃は、人の評価や否定的な指摘が集まるサイトなどを「見たくないけど

自分だけに厳し過ぎたり、目標を高く持



「前は、ずっと来てくれていたお客さまが突然来なくなると、『失礼なことしちゃったのかな』と思ってしまうこともあったけど、今は『こういうタイミングなんだな』と。心が平坦になりました」

「施術する上でもこの『平坦な気持ち』は大事です。また、「離れていくお客さまに執着しなくなると同時に、ずっと来てくれているお客さまに改めて感謝するようにになりました」

日々、心の「ブロック」を外す

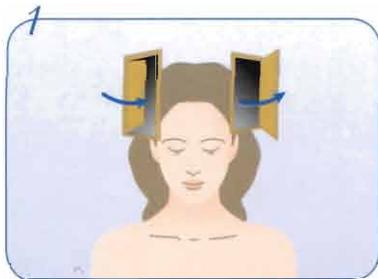
クレッグさんの教えを、もう一つ。人でも事柄でも、何か定められたモノに対して自然に行ってしまう「ブロック」というもの。固定概念や思い込み、苦手意識など……。きつと誰にでもあると思います。ブロックは「ディフェンス」とも言い換えられますが、このブロックの取り扱いに、クレッグさんは注目しています。

「水の表面に石を落としたり、波が起きます。この時落とす石が『ブロック』であると考えます。石が大きければ大きいほど、波も高くなりますよね。ある出来事や価値観に対して『自分の感情が大きな波のように反応をしている』と感じた時は、自分がそれに関するブロックを抱えているということですね。なので自分で気づくサインになります」

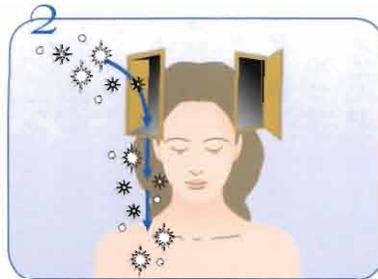
パターン化された思考、変えられない癖などは、根強いブロックです。生きる上で必要だったものもあるかもしれませんが、時が来たら一つずつ外していくこと。それが、生きていくということなのだ、クレッグさんは話します。

「僕にも、まだ外しきれていないブ

マイナス感情を解放! 「ブロック」をリリースするエクササイズ



「頭の側頭部に、扉がある」ことをイメージします。イメージしたら、片方の扉を内側に開き、もう片方を外側に開きます。



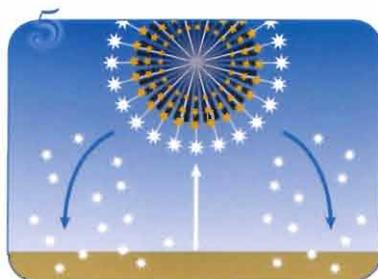
内側に開いた扉を通じて、輝くエネルギーが入ってくることを想像します。そのエネルギーが体内に入ってくることをさらにイメージ。



輝くエネルギーに押し出されるように、古いエネルギー(ブロック)が外側の扉に向かって押し出されます。息を吐くと外に出て行きます。



ブロックに「出て行ってください」とお願いをします。「今までありがとうございます」と感謝し、「頭の外へ出て行ってください」とお願いしましょう。



外に出て行ったブロックのエネルギーを空高く飛ばします。それは爆発し、花火のような癒しのエネルギーとなり、大地にリサイクルされます。

What is Block? 「ブロック」とは

ありのままの自分でいることを阻害する、価値観や思い込み、恐怖、緊張、怒り、悲しみなど。かつては自分を守るために必要だった「鎧」だが、今はもう不要なもの。

ロックがいつばいある。でもブロック(課題)が全部無くなってしまったら生きていく必要はありませんよね。」

ただ、日常の生活で少しでもネガティブな思考があると、小さなブロックが増えていってしまうそうです。

ブロックを外す作業は、なるべく何にも依存せずに、自分自身に素直に向き合い、ストンと何か腑に落ちるように、自分の力で納得した時に出来るもの。ただ人によっては時間が必要だったりするかもしれません。

例えば、技術にどうしても自信が持てないあるセラピストがいました。手が小さいので、「ボディは苦手」とずっと思い込んでいたそうです。自分の中で「私は、手のせいで、施術は苦手」とブロックをかけていたのです。ところが、ある時、お客さまに「手が、気持ち良い」と褒めてもらったことをきっかけに「タッチの重要性」に気づいた彼女は、自信を持って施術が出来るようになりました。今では幅広く活躍しています。思い込みは損をするのです。

隣にハワイのカフナがいるよ

さて、余談ですが、グループセッションで、クレッグさんが私を見てすぐに

言った言葉がありました。

それは「ハワイのカフナとファイリビンの人(スピリットガイド)があなたに付いている」という言葉でした。ハワイ関連の本を執筆し、ハワイの活動をしていることは一切話していなかったのですが、驚きでしたが、無我夢中で進んできた私の道は間違えていなかったのだと覚悟が出来、自信がつけました。そして彼はさらに言いました。「自分の長所を使って(光にして)、自分の穴を埋めていけば良い。そうすれば穏やかになっていく」

私にこう伝えてくれたクレッグさんの言葉はとても大きな力を与えてくれました。些細なことですが、何か確信に変わったのです。毎日出てくるブロックの欠片と闘いながらも、自身の光を大切に守りながら生きていけばいいだけなのだ。人生はシンプルです。「あなたが正直であればあるほど、喜びを感じ、喜びへの導きが広がるでしょう」

悲しみも苦しみも自分の感情の一部として受け止めて、変化を恐れずに、自分の心を開いて生きていくこと。やはりリラクゼーションや癒しに携わるセラピストの自己成長は大切と言えます。

クレッグさんの日本での活動

日本人セラピストとのコラボレーション

クレッグさんとコラボして活動する大槻麻衣子さんは、クレッグさんについてこう語ります。

「彼は常に自然体で、正直であることを自分に許可することが出来る人です。彼と一緒にいる時に私が親切にしようとする、人を喜ばせようとするな」と、怒られてしまいます(笑)。「良い人」であろうとする裏には、「嫌われることへの恐れ」があります。特に日本人は「良い人」になりたがる傾向が強く、それが自分を「本質」から遠ざけてしまう……。クレッグには、「日本の癒し手たちを助けたい」という来日当初からの想いがあります。クレッグはこの運30年、私は16年。大事なものは外見でなく、「愛」という本質からブレない「在り方」。クレッグは自らそれを体現してくれているので、癒しに関わる人たちが、彼のエネルギーに触れに来るのでしょうか」

大槻さんはクレッグさんのセッションの通訳をしながら、「魂の成長を促す」セラピストの育成者としてコラボ。「過去世の叡智を今に」「スピリットガイドと繋がる」など、プロ向けのセミナーを開催しています。



大槻麻衣子(おおつきまいこ)さん

「大槻ホリスティック」代表。日本人として初めてブライアン・ワイス博士に前世療法を師事したヒプノセラピスト。4千人以上のセッション経験を持つベテラン。クレッグさんとは国際生命情報科学会(ISLIS)で2009年に出会い、翌年よりコラボレート。セラピスト向けのセミナーなど多数開催。



講演会

ボディワーカー、セラピスト、ヒーラーなどが集うセミナー「セルフディスカバリー」の様子。心と身体をクレンジングする方法が発信される。各回150人ほどの参加者の中には、リピーターも多い。

ワークショップ

さまざまな講座があるが、そのうちの一つ、「インナーグローウ」では、アロマセラピーを組み合わせたボディワークの方法も教えている。

