

# あなたの人生を楽園にするハワイ式風水



永田広美



サンマーク  
文庫


吹き抜ける心地よい風  
キラキラ輝く青い海と水  
まぶしい太陽の光



「ハワイ式風水」の考え方や  
生き方を続けていると、  
いつしか人は限りなく  
前向きに楽天的になれます。  
そして気がつくと  
幸せになっています。

どこにいても、どんなときでも、  
たとえハワイにいななくても、  
自分が今いる場所を「楽園」に  
変えることができるのです。



A close-up photograph of a person's legs and feet on a sandy beach. The person is wearing a skirt with a complex, repeating pattern in shades of green and red. The person is barefoot, and their feet are partially buried in the sand. The background is a soft, out-of-focus view of the beach and ocean under a warm, golden light.

あなたも「ハワイ式風水」で  
楽園の考え方を身につけて、  
楽園の住人になってください。

はじめに

アロハ！

本書を手にとってくださいって、ありがとうございます。

「ハワイ式風水」の伝道師、風水ライフスタイリストの永田広美です。

今から三〇年以上前、一〇代だった私は、仲よしの友だちと一緒に初めてハワイの地に降り立ちました。初めて来た場所にもかわらず、私はまばゆい太陽の下で「自分の居場所に戻ってきた」と強烈に感じたのを覚えています。

その日から私はハワイに住み続ける方法を探しました。英語もうまく話せず、ハワイに何のつてもない私でしたが、何とかここで根をおろして生活したいと思い、必死で努力しました。やがて仕事も見つかり、恋人と出会い、結婚し、娘が生まれ……。ハワイにたくさんの縁が広がったのです。

ハワイは夢のような楽園でした。けれどその裏には厳しい現実も待っていました。私は二度の離婚を経験し、辛い思いも味わいました。それでもハワイは優しく私を包み込んでくれました。

悲しいときもうれしいときも、いつも私を支えてくれたのは「ハワイ式風水」の考え方です。「風水」はもともと中国発祥のものですが、「ハワイ式風水」は、中国のものにハワイ土着の「ホ・オポノポノ」や「オハナ」の考え方を取り入れた、まったく新しいものです。

まさに「楽園的」とでもいうのでしょうか。「あれはダメ」「これをしてはいけない」という禁止事項がいっさいありません。

もちろん、風水ですから基本的なルールはありますが、それを踏まえた上で、たとえば「悪い方角に家がある。だからダメ」のではなく、「ではどうするか」からハワイ式風水は始まるのです。

限りなく前向きで楽天的。そして希望がある。

何か困難がふりかかっても、「おっと、そう来たか。じゃあ、どうする?」とつ

ねに工夫と、とんちと、ちよっぴりのユーモアで乗り越えていくハワイ式風水に、どれだけ救われたことか。

ハワイがなぜあれほどまでに世界中の人たちの憧れを集めるのかというと、どこまでも楽園的なものの考え方と、そこからもたらされる成功と幸せな人生がかいまみえるからではないでしょうか。

ハワイ式風水的考え方を身につければ、どこにいても、どんなときでも、たとえハワイにいらなくても、自分が今いる場所を楽園に変えてしまうことができます。

楽園ですから、幸せも成功もみなあらかじめそこに用意されています。楽園の住人は成功しかできないし、幸せしかつかめないのです。

ハワイに暮らして三〇年、数年前から日本にも住居をかまえるようになり、日本暮らしを再体験していますが、私の周りはいつも太陽が輝く楽園です。

いかにして自分の人生を楽園に変えて、本当の幸せを手に入れるのか。そのための方法をこの本でお伝えしたいと思います。



H A W A I I

あなたの人生を楽園にする ハワイ式風水

[もくじ] C O N T E N T S

## フロロリーグ 風水と結びつきの強い場所、ハワイ

- まず知っておきたい、「アロハ」と「オハナ」の深い意味……017
- 「ホ・オポノポノ」が教えてくれる、「バランス」のとれた状態とは？……023
- 方角や物の置き方にこだわらないのが「ハワイ式風水」の特徴……028

場所の個性や特徴について、ちよっと紹介！……032

## 第1章 「ハワイ式風水」が私を変える

- 恋愛グッズ山盛りの寝室だと、出会いが遠のいてしまう理由……033
- 自分の人生の今の状態は「家」にそのまま反映される……036

- 「なりたいたい自分」にふさわしい物を身につけていますか？……042
- 「ないからできない」のではなく、「じゃあどうするっ？」と考える……044
- 東西南北を「地球の個性」ととらえて、うまくつきあっていく方法……050

「コラム」毎日ハワイを楽しむ、ちよい足しアロハ①……054

## 第2章 家にも人にも「幸せ癖」がつけられる

- 「あなたの家」には、「あなたの癖」がしみついている……057
- 「楽園の住人」は、どんなに狭い家でも素敵に住むことができる……061
- こうすれば幸せがやって来る！ 家に「幸せ癖」をつける三つの法則……065
- 着ていない洋服が増えるのは、今の自分に自信がないとき……069
- 身の回りのものを「心から本当に好きな物」かどうか見直すレッスン……073
- 楽園の住人になるための「バリユーチェック」を試みよう……076
- 結婚したいなら、「ペア」で「カラフル」な物を置くといい……079



- 「子どもが小さいときの写真」ばかりを飾っている家に潜む「問題」とは？……………082
- リビングだけきれいにしている人は、外見ばかり気にしてしまう人……………086

「コラム」毎日ハワイを楽しむ、ちよい足しアロハ②……………090

### 第3章 インテリアは人生の最強の味方

- 自宅を「最強のパワースポット」にする四つのポイント……………093
- 運気呼び込む、招き入れられる感、あふれる「玄関」のつくり方……………097
- 靴は踏まずに丁寧に扱い、「ありがとう」と感謝しよう……………100
- 「ベッド」の周りと下に置いてある物のエネルギーを吸っている……………102
- 「寝室」に携帯電話の充電器を置かない人のほうが、出世する……………107
- ベッドルームを変えると、夫婦仲と人生に「即効」効果があらわれる……………110
- 体と心の栄養をつかさどる「台所」は、きれいに心地よくして……………115
- 「冷蔵庫」は、ジュエリーボックス、あなたを美しくするものを保管して……………118

- 「トイレ」は神様がいる神聖な場所、どこよりも「楽園」にして詣でる……………122
- 毎日「トイレ掃除」をして金運も健康運もアップした人たち……………124
- 家の中のすべてのエリアに意味があり、お役目がある……………127
- 家の「四すみ」は、あらゆるエネルギーが集まる場所……………130
- カーテンを閉めっぱなしにしていたお宅にあった「心の問題」とは？……………133
- 家具を五センチ動かすと、五年動かなかった人生が変わる！……………136
- 家具を動かしたら、とりあえず「二八日間」は様子を見る……………140
- 絶対に効果のある「風水グッズ」は、「置いていて気持ちのいい物」……………144
- 「衝動買いした物」は、今の自分に足りないものを教えてくれる……………147

「コラム」毎日ハワイを楽しむ、ちよい足しアロハ③……………150

### 第4章 「アロハ」すれば、幸せがやってくる

- 起きたことに執着しない、思い切って手放すのが「アロハ」的生き方……………153

- 誰とも一切接触しない時間が、私に気づかせてくれたこと…… 156
- 『魂に優しい言い方』をすると、楽園的思考回路になれる…… 161
- 『望む言葉』を口にすれば、望むものが向こうからやって来る…… 164
- 『魂に優しい言葉』を口癖にすると、いいことばかりがやって来る
- 『事実』に「よけいな感情」をくっつけて話していませんか？…… 171
- どうしても手放せないときは、無理をしないで一度手をとめてみる…… 175
- 片づけが苦手な『ゴミ夫』がみるみる変わるアドバイス…… 180

「コラム」毎日ハワイを楽しむ、ちよい足しアロハ④…… 184

## 第5章 「楽園」に住みつつづけるための習慣

- 「幸せ」にフォーカスして、「とんち力」で工夫する…… 187
- 毎日使うコップを「使うだけで豊かな気持ちになれる物」にする…… 190
- 自分の行動にバーチャルで「時給」を払う「メンタルバンク」メソッドとは？…… 194

- 「運」とは、使えば使うほど増える筋肉のようなもの…… 197
- 願ったことを必ずかなえてくれる「宇宙商会」というシステム…… 201
- 「これを楽園に変えるには、どうする？」と考えてピンチも乗り切る…… 207
- 人生を楽園にするための「ビジュアライズ」の具体的な方法…… 212

「コラム」毎日ハワイを楽しむ、ちよい足しアロハ⑤…… 218

おわりに…… 219

クレジット  
編集協力 辻由美子  
編集 桑島暁子 (サンマーク出版)



プロローグ F E N G S H U I

風水と結びつきの強い場所、ハワイ

H A W A I I





まず知っておきたい、  
「アロハ」と「オハナ」の深い意味

突然ですが、あなたは「ハワイ」の意味を知っていますか？ Hawaiiには「風水する人」という意味が隠れているのです。

Haは、息、呼吸を意味します。すなわち、身体を駆け抜ける風です。それは目に見えない生命エネルギー。Wiは水、すなわち目に見える生命エネルギー。そして、iは、宇宙的、絶対的なエネルギー、すなわち太陽、地球の自然環境等をあらわしています。

この三つの言葉が合わさった言葉は、地球に生きる生命体には空気（風）と水と神聖なエネルギーが必要だという教えです。

中国の初期の風水学で、人が暮らし理想的環境とされていたのは、

風は穏やかに吹き、  
水は常に清らかに流れ、  
輝く太陽に照らされた大地は豊かで、  
緑がみずみずしく呼吸している

という場所。まさにハワイ、Hawaii is the place.

私たちが地球上で幸せに生きるというお役目をまっとうすることは、風と水と大  
自然のシステムの中で生かされるということ。だから「風水する人」になることな  
のです。

もともとハワイは風水と結びつきの強い場所です。ハワイの島々そのものが強力  
なパワースポットですし、ハワイの人たちは伝統的にこの地のパワーの恩恵を受け  
ながら、風水にそった生き方を続けてきました。

誰もがハワイに来ると感じる満ち足りた幸福感や解放感、気候がいいからとか、  
景色がきれいだから、というだけではありません。この地でずっと暮らしてきた  
「風水する人」たちの幸せが充満しているからでしょう。

人生がどうもうまくいかないとか、人間関係に行き詰まってしまったとき、楽園  
的な「ハワイ式風水」を取り入れると、まるでハワイに来たかのように、人生が変  
わってしまいます。それはハワイの地で営々と受け継がれてきた風水の知恵が、その人  
がいる環境を楽園に変えてしまうからだと思います。

ハワイには風水に通じるさまざまな土着の文化や考え方があります。その代表が  
みなさんがよく知っている「アロハ」という言葉です。

**「アロハ」は出会ったときも別れるときも使います。人と出会ったときも「アロハ」。さよ  
ならずるときも「アロハ」。なぜなら出会いも別れも同じだから。**

出会うことは別れであり、別れることは出会いです。人と別れることは決して絶  
望ではありません。別れは次の出会いに結びつくからです。すべてはつながって  
いて、裏は表であり、表は裏でもある。

中国の風水ではこれを「陰陽」といっています。陰があるから陽がある。陽があるから陰がある。陰が悪くて、陽がいいわけではありません。大切なのはそのバランス。ハワイの人たちは毎日「アロハ」と言葉を交わすことで、出会いも別れも平等に、当たり前前に受け入れているのです。

それから「オハナ」という言葉もよく使います。「オハナ」とは直訳すれば「家族」です。

ハワイの家族は私たちがイメージする家族とはちよつと違います。血がつながっている、つながっていないは関係なく、生まれてから死ぬまでの間、自分に関わった人たちはすべて「オハナ（家族）」なんです。

つまり影響を与え合う関係はすべて「オハナ」。懐が深いですね。この「つながっている」という考え方も、風水的です。

ハワイで娘たちを育てながら感じていたのは「オハナ」の感覚そのものです。日本ではお友だちの母親を、たいていは「何々ちゃんママ」と呼びますが、ハワイ

では「アンティ」と呼びます。英語でアンティやアンクルは親戚のおば・おじという意味ですが、ハワイではそこからして違います。

子どもだけでなく、大人も目上の女性をアンティ、男性をアンクルと敬愛の言葉として呼ぶ習慣があるのも、ハワイに根付く「オハナ（家族）」の考え方なのでしょう。

とにかくハワイでは知り合った人たちはみな「オハナ」。祖先がつながっているし、先もつながっていると思っているので、全員がつながっていると考えます。

### 生れついた場所をすべて家族に、つながる。

だからそういうものたちとどう共存して、一緒に楽園をつくっていくのか。批判したり、排除したり、禁止したりするのではなく、全部ひとつの家に入って、楽園をつくりましょうというのが「オハナ」です。

ちなみに私は、「オハナ」の考え方を知ってから、亡くなった家族も、見たことがないご先祖さまも、これからつながる人も、そして嫌な思いをさせられたり、いい思いをさせてくれたり、私に関係するすべての人は家族だと思えるようになりました。すると、とても楽になるんですね。

私はハワイで二度離婚しているのですが、今でも相手の家族ととても仲よしです。そうなのは「オハナ」の考え方を理解できるようになってから。それまでは自分のことを被害者だと思っていて、相手や相手の家族を恨んでいました。だから、いつもドロドロした恨みの海でもがいていた。「オハナ」の考え方に立てば、人はみなつながっているのですから、相手を恨むことは自分を恨むことになります。これでは幸せになれっこありませんよね。私は自分で自分を不幸にしていただけだったのです。

「ホ・オポノポノ」が教えてくれる、  
「バランス」のとれた状態とは？

そして、ハワイを代表するもつとも大切な考え方が「ホ・オポノポノ」です。「ホ・オポノポノ」の「ポノ」は完璧という意味。「ホオ」は「くさせる」という接頭語です。だから「ホ・オポノポノ」は「完璧にさせる、完璧に戻す」という意味になります。

**ハワイでは、すべてのものは完璧な形で生まれてくると考えます。**

人間もそうです。生まれたての赤ちゃんが、「自分は頭が悪い」とか「容貌がイマイチだ」などとは思いませんよね。「自分は不幸だ」とか「ダメな人間だ」とも思わない。

すべての赤ちゃんは、ありのままの自分が大好きで、それを完璧なものとして、何の疑問も不満もコンプレックスも抱かず、ひたすら前向きに生きようとします。

けれど、成長するにしたがって、「あれもできない」「これもしてはいけない」と教えられます。「ダメ」「ダメ」と否定され続けているうちに、「自分はできない」「自分はダメだ」と思い込むようになるのです。

ただ生まれたときの状態に戻れば、人はみな完璧です。コンプレックスもありません。そのときの状態に戻ればいい。私たちは完璧だったその感覚を絶対覚えているはず。それを思い出せばいいだけです。

私は生徒さんにハワイ式風水を教えるとき、必ずいうことがあります。

「私はみなさんが知らないことを教えるのはありません。みなさんはすでに知っているんです。それを思い出してくださいね」

自分にはないもの、欠けているものを補うのはとても大変です。その代わり、もともとあるものを思い出して、元に戻るの簡単です。「ホ・オポノポノ」は完璧だった元の姿に戻ること。自分はもともと「ポノ」だったんだから、そこに戻ればいいだけ。

そう考えれば、少し気持ちが楽になりませんか。

ここでひとつ補足しておきたいのは、「完璧」という言葉の意味です。ここでいう「完璧」とは素晴らしいものがすべてそろっているスーパーヒーローのことをいうのではありません。すべてそろっているのではなく、バランスがとれていること。陰と陽はつながっていて、どちらがいいとか悪いという問題ではない、とお伝えしましたね。表があれば、裏もある。どちらもつながっていて、どちらが悪くてどちらがいいということはありません。

**大切なのはバランスです。世の中にはすべて陰と陽、表と裏があります。そのバランスがとれているのが「完璧」な状態です。**

バランスがくずれると、病気になるったり、人間関係がギクシャクしたり、感情がもつれたり、物事がうまくいかなかったり、いろいろなことが起きます。なので、そのバランスを元に戻しましょう、というのが「ホ・オポノポノ」であり、ハワイ式風水の中心をなす考え方です。

ハワイに来ると、みんなぼーっとして幸せな気分になれるのは、ハワイに根付いた「風水する人」たちの充滿した幸せのせいだと思います。もっというど、誰



もが完璧な状態に戻るゆり戻しがきているからだと思います。

ハワイに来る前、私はとてもネガティブな人間でした。いつも悪い方向からしか物事が考えられない。それではいけないと思ったので、何とかポジティブになろうと、懸命に努力した時期もありました。

そもそもポジティブになろうとする人は、例外なくネガティブな人です。なぜならポジティブな人はポジティブになろうと努力しませんから。幸せな人が幸せになろうとジタバタしないのと一緒にです。

真逆のことをやってしまい、人はますます深みにはまっていきました。

自分に欠けているものを補おうとして必死に努力するのが、今までのポジティブシンキングであり、風水の考え方だとすると、ハワイ式風水は「ホ・オポノポノ」の流れをくんでいるので、人間は完璧な存在であり、そこに戻ればいいのだと考えます。つまり本来の自分に還るだけ。とても自然で、無理がありませんね。

超ネガティブだった私は、ネガティブな方向にバランスをくずしている状態です。

た。そこによそからポジティブを持ってきて付け足そうとしても、おそろしく大変だし、多分そんな付け焼き刃のポジティブは根付かないでしょう。

そうではなくて、もともと私がついているポジティブなものに目を向けて、バランスを取り戻してやればよかったです。

どうやって？

**自分のネガティブを否定するのではなく、認めてしまえばいい。「私ってネガティブです！はい、そうですよ！」。ただ認めるだけです。**

ネガティブを認めた瞬間に、ネガティブとは必ずペアで存在するポジティブも「同時に認められる」ことになるのです。自分のネガティブを否定することは、見えていないだけで実は確実に存在するポジティブも一緒に否定しているからです。あとは簡単、何もしなくても反対側はポロツと出現します。

「ありのままの自分は、ネガティブとポジティブを同量バランスよく持ち合わせた存在」だと思いつくことです。

固まっていた「こり」がほぐれていくように、心がやわらかくなって、バランスが戻ってくるのです。



## 方角や物の置き方にこだわらないのが「ハワイ式風水」の特徴

そもそも私がハワイ式風水と出会ったのは、ハワイで二〇代の頃から仲よくしていた友人が、アメリカで広がったBTB風水（という流派）の風水師になったのがきっかけです。その彼女から突然「風水師になったの！」と言われたときは、本当にビックリしました。実は「友だちなくした……？」くらいの……。

なぜって、私は昔から風水や占いのたぐいが苦手。「どの方角が悪い」とか「どこに何を置け」などと指図されるのはまっぴらごめんだっだし、占いもまったく信じていなかったからです。

でも、驚きました。彼女はこんなことを教えてくれたのです。

「私のやっている風水って、ルールに縛られるものじゃないのよ。いい悪いもない  
「私も、驚きました。彼女はこんなことを教えてくれたのです。  
「私のやっている風水って、ルールに縛られるものじゃないのよ。いい悪いもない  
し、方角も使わない。『ダメ』ということがないの。今の状態をまず受け入れる、  
そして本来のバランスをとり戻すにはどうしたらいいかを工夫する風水なの」

ルールも方角も使わないなんて、そんな風水ってあるの!? と私はびっくりしました。そして半信半疑のまま、彼女の話に耳を傾けるようになってすぐ、まさに驚くような風水の効果があらわれたのです。

あるとき、私の家に来てきた彼女がうちのテラスを見てこういいました。

「このテラス、ヒロミがどう使おうとあなたの自由だけど、この場所は『富に関わる場所』にあたるから、ここを大事にしてあげると、お金が入ってくるわよ」

テラスには枯れた植木や植木鉢がゴロゴロ転がっていました。お世辞にも大事にされているとはいえないかわいそうな私のテラス！ ものは試しに私はテラスをきれいにしてみることにしました。

まずは枯れた植物や鉢を片づけ、テラスを掃除。そして当時私が凝っていたエン

ジュエルの置き物をテラスに置き、元気なグリーンをあちこちに並べたり、イスやテーブルを配置したりして、富に関わる場所<sup>①</sup>にふさわしい豊かな空間をつくったのです。

**すると、効果てきめん。なんと、すぐさま臨時収入がドカンと入ってきました。**さらに、しばらく音信不通だった人から急に連絡があつて仕事の話が舞い込んだり、ビジネスにつながる人を紹介されたりと、物事が動き始めたのです！

エネルギーが滞っていたテラスをきれいにすることで、富のエネルギーが流れだし、金運や仕事運が動き出したわけです。

こうして効果を実感した私は、彼女から風水を学び、実はハワイが楽園たる所以<sup>ゆえん</sup>は風水の学びに満たされているからだということに気づかされました。

この「ハワイ式風水」の考え方を身につければ、ハワイの楽園の気分を、ハワイ以外のどんな場所でも味わうことができる。

何がダメ、ということではなく、バランスをとる。  
自然に還る。

そして限りなく前向きに幸せになっていく。

その具体的な方法を、さっそくご紹介していきましょう。

さあ、楽園の風を想像しながら、次のページを開いてください。



# 第1章 FENG SHUI

## 「ハワイ式風水」が私を変える

HAWAII



### 場所の個性や特徴について、ちょっと紹介!

場所には個性や特徴があります。ここではそれを、風水の基本的なルールとして簡単に紹介しておきます（これをバグアマップと呼びます）。関心があるコーナーをきれいにすると吉。ただし、このルールや方角にこだわりすぎないで、自分の“心地いい”感覚を大事にしてくださいね。

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>富</b><br/>のコーナー</p> <p>金銭、収入、安定、豊かな幸せに関わる場所</p> <p>キーカラー：紫</p>                      | <p><b>人間形成</b><br/>のコーナー</p> <p>あなた自身がどうなりたいか、人があなたをどう見ているか、夢や目標達成に関わる場所</p> <p>キーカラー：赤</p>            | <p><b>愛情と人間関係</b><br/>のコーナー</p> <p>恋愛、結婚、夫婦円満、友情、ビジネス面での人間関係と取引の向上</p> <p>キーカラー：ピンク</p>                                 |
| <p><b>家族</b><br/>のコーナー</p> <p>今の家族、離れている家族、親戚縁者、先祖、ペットも含む家族と家族の絆に関わる場所</p> <p>キーカラー：緑</p> | <p><b>健康</b><br/>のコーナー</p> <p>中心であり、人間の健康がすべての基盤であることを示しています。整理整頓を心がけましょう</p> <p>キーカラー：黄色</p>          | <p><b>子どもと創造</b><br/>のコーナー</p> <p>実際の子どもの成長に関わることに加えて、自分自身の創造性という意味もあります</p> <p>キーカラー：白</p>                             |
| <p><b>学びと向上</b><br/>のコーナー</p> <p>学びと人生の向上に関わる場所。経験は人生を豊かな場所にする学びです</p> <p>キーカラー：紺</p>     | <p><b>キャリアの</b><br/>のコーナー</p> <p>仕事の成功、仕事関連の人間関係の向上、新たなチャンスと呼び、ライフワークに関わるエネルギーを高めます</p> <p>キーカラー：黒</p> | <p><b>サポートと旅</b><br/>のコーナー</p> <p>生活や人生に助けやサポートを与えてくれる人たちや出来事を呼び、人生という旅をスムーズに進めます。実際の“旅”のチャンスも作ります</p> <p>キーカラー：グレー</p> |

玄関

※バグアマップについてもっとくわしく知りたいという方は、拙著「効果は、今、すぐ! 「風水」幸運生活」(三笠書房)をご覧ください。



恋愛グッズ山盛りの寝室だと、  
出会いが遠のいてしまう理由

風水とは「風」と「水」という意味です。

「風」は目に見えないもの、「水」は目に見えないもの。世界はすべて「目に見えないもの」と「目に見えるもの」のふたつのエネルギーでできあがっています。そのバランスを整えていくのが風水の考え方です。

つまり風水の基礎はバランスです。これはヨガや禅の教え、ハワイの「ホ・オポノポノ」など世界各地の思想や哲学、宗教とも共通しています。

ヨガはいろいろなポーズをとってバランスをとりながら、エネルギーを感じていくもの、禅の無の境地も完璧にバランスがとれた状態を指しています。ホ・オポノポノの完璧な世界は、まさにバランスがとれていることをいいます。

人はバランスがとれた状態をもっとも心地よく感じるはずです。自転車に初めて乗れたときの気持ちよさを思い出してください。バランスをとりながら、体がスイスイ前に進んでいく。爽快でしたよね。あの心地よさがバランスがとれた世界です。人がベストな状態になるのはバランスがとれているときです。風水は自分をとり巻く環境をバランスがとれたものに整えていく生活の知恵とついでにこう。

そしてここが大切なこと。バランスにいい悪いはありません。大切なのは、ただ均等に存在するということの素晴らしさを思い出すことなのです。すべてのもの、出来事にいい悪いはなく、陰が悪くて陽がいいのではなく、両方あってひとつ。男女のどちらかが優れているか劣るかではなく、両方存在することがバランスの基礎。右脳も左脳も、両方使ってバランス。

もしバランスがくずれていたら、バランスが整うように動かしていくのが風水です。ハワイ式風水でいえば、元の状態に戻していく。ポノに戻すという考え方です。動かす、戻す、風を起こしていくのが風水ですから、風水グッズをひとつ買ってきて、そこに置いたら終わりではありません。

ここからが楽園ライフの始まりです。

以前、ハワイで風水を見たクライアントにこんな人がいました。「素敵な人と出会って、結婚したい」と切実に願っている独身の女性でした。

**彼女の家を訪ねてびっくりしたのは、彼女の寝室に恋愛運を高める風水グッズが山のよう**に置かれていたことです。

ハートの置き物、ペアのエンジェル、ピンクのクリスタル。ベッドには愛情を高めるピンクのカバーがかけられ、ハート型のピローがふたつ。ベッドサイドには素敵なイケメンの写真が飾ってありました。

「おー、やってるね！ 盛ってるね！」と私は思いました。

これでは素敵な出会いも結婚も遠い。理由はわかりますよね。完全にバランスを欠いています。恋愛のエネルギーを高めたのなら、健康や学び、家族関係、仕事など他のエネルギーにも気を配って、バランスをとらなければいけないのです。

自分が関わっているすべてのもの、環境に対してバランスをとっていく（ポノに戻していく）のが風水なので、恋愛だけにエネルギーを集中しても願いはかないません。風水はつねにバランスを考えていくものなのです。



## 自分の人生の今の状態は 「家」にそのまま反映される

風水とは、自分をとり巻く環境を、よりバランスがとれた状態に変えていく方法のこと。

環境を整えれば、自分の心も整います。ひいては人生も整っていく。環境を楽園にすれば、自分の人生も楽園になるわけです。

ということは、逆に考えるところなるでしょう？

今いる自分の環境が散らかり放題だと、自分の心の状態も散らかり放題になっているはず。何しろ「自分を取り巻く環境」その人の状態「人生」ですから。

自分の環境の中でもっとも身近なものは「家」です。家の状態はその人が置かれた人生の今の状態をそのまま反映しているといつていいでしょう。

### 家は人生の鏡なのです。

ハワイ式風水は、散らかっているからダメだとはいいません。

**家が散らかり放題散らかっているとしても、「こんな自分はダメだ」とは思わないで、「そっか、いま私の人生はこんなにとり散らかっているんだ」と、まずはその状態を認めます。**

そしてなぜ散らかってしまうのか、心の状態を翻訳する。つまりストーリーを読み解くのです。

家の中の状態と心の状態はリンクしているので、必ず翻訳できます。

「人間関係で悩んでいるから片づけする気にならないんだ」とか「仕事があまくいかないから、掃除をする余裕もないんだ」という状況が客観的につかめるはず。すると、まずはひりひりする人間関係には手をつけずにお皿を洗っておくだけでもいいじゃないとか、仕事のことはガツガツ責めないで、そのへんに落ちている紙くずだけでも拾っておこうかという、ささやかな第一歩が踏み出せます。まずは手をつけやすいところから少しずつ始めていけばいい。

シンクにたまったお皿を洗うことも、こんがらがった人間関係をほぐしていく最初の一步になるんですよ。だって、「環境Ⅱ人生」ですから。そんなことをコツコツやっていくうちに、事態が変わっていきます。まさに風水は動くこと。動けば風が起きて、環境が変わり、人生が変わっていくのです。

私もときどき家の中が散らかってしまいうことがあります。とくに自信をなくすと、洋服があちこち散らかる傾向があります。娘から「ママって風水の先生だよね」とあきれられてしまうのですが、「うーん、わかっちゃいるけど、今はできない自分に優しくする」というのが正直なところですよ。

**散らかっていてもいいんです。だってそうなんだから。大切なはその状態を翻訳してみることに客観的に見るということですよ。**

すると自分の今の状態はこういうふうだから、こんな散らかり方をしてるんだ、ということがわかってきます。

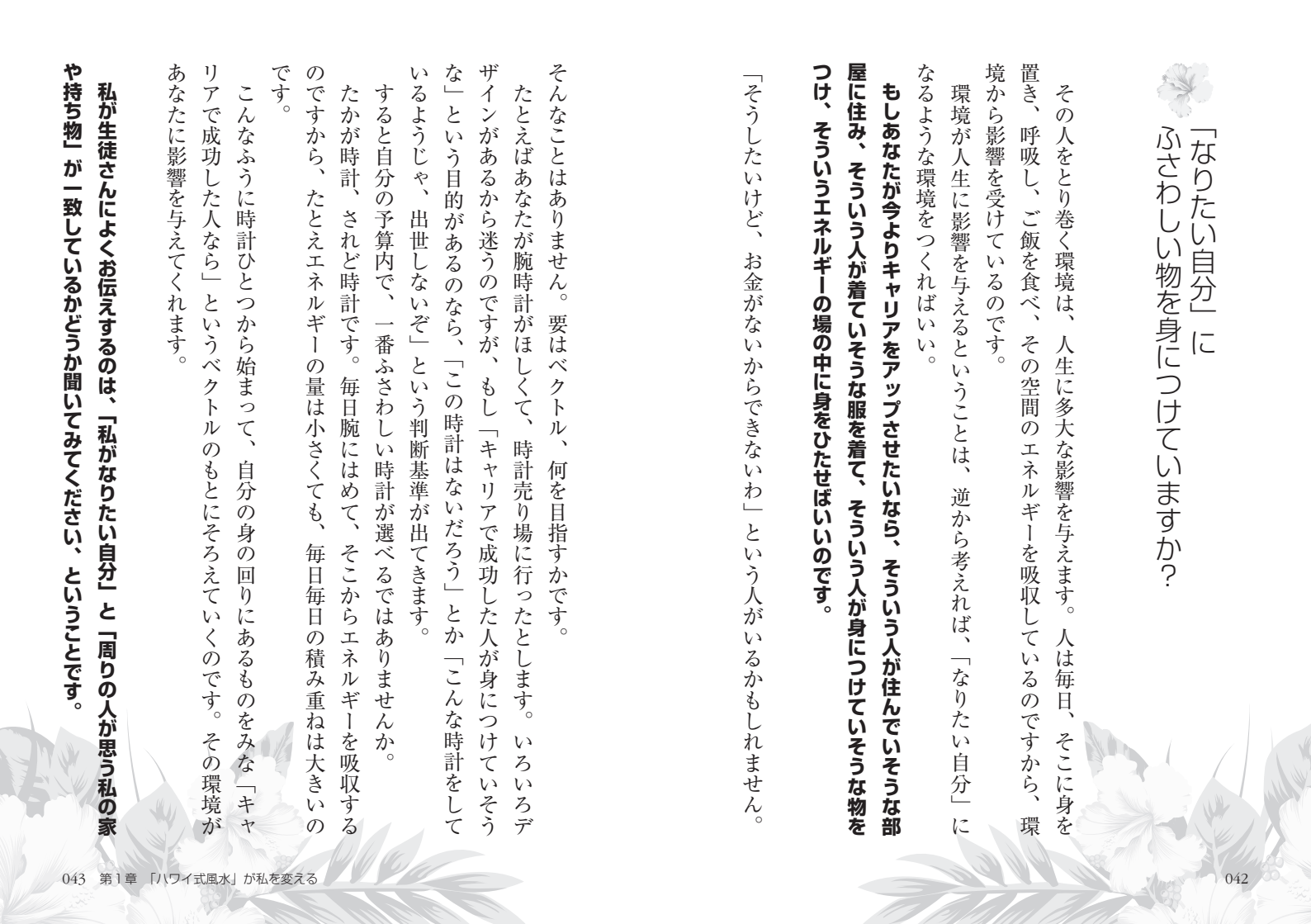
「洋服が散らかりだしたわ。最近、自信喪失気味ね」「全然掃除してない。仕事で行き詰まっているわけね」……そのうち自分のパターンも見えてくるでしょう。

私など「またやっちゃった」パターンがどれくらいの周期で来るのかわかっていたので、「そろそろかなあ」「あ、来た来た」と自分で楽しんでいきます。

自分の置かれた状況を翻訳して、「そうか、そうか、そう来たか」と客観視できれば、もうほとんど解決できたも同然ですよ。

状況を認識できた時点で、物事は動き出しています。そしてできることから、少しずつやってみる。皿洗いでも、雑巾がけでもいいですよ。動けば、バランスが変わり、風が変わり、運氣が変わってきます。





「なりたい自分」に  
ふさわしい物を身につけていますか？

その人を取り巻く環境は、人生に多大な影響を与えます。人は毎日、そこに身を置き、呼吸し、ご飯を食べ、その空間のエネルギーを吸収しているのですから、環境から影響を受けているのです。

環境が人生に影響を与えるということは、逆から考えれば、「なりたい自分」になるような環境をつくれればいい。

**もしあなたが今よりキャリアをアップさせたいなら、そういう人が住んでいそうな部屋に住み、そういう人が着ているような服を着て、そういう人が身につけているような物をつけ、そういうエネルギーの場の中に身をひたせばいいのです。**

「そうしたいけど、お金がないからできないわ」という人がいるかもしれません。

そんなことはありません。要はベクトル、何を指すかです。

たとえばあなたが腕時計がほしくて、時計売り場に行つたとします。いろいろなデザインがあるから迷うのですが、もし「キャリアで成功した人が身につけているような」という目的があるのなら、「この時計はないだろう」とか「こんな時計をしているようじゃ、出世しないぞ」という判断基準が出てきます。

すると自分の予算内で、一番ふさわしい時計が選べるではありませんか。

たかが時計、されど時計です。毎日腕にはめて、そこからエネルギーを吸収するのですから、たとえエネルギーの量は小さくても、毎日毎日の積み重ねは大きいのです。

こんなふうに時計ひとつから始まって、自分の身の回りにあるものをみな「キャリアで成功した人なら」というベクトルのもとにそろえていくのです。その環境があなたに影響を与えてくれます。

**私が生徒さんによくお伝えするのは、「私がなりたい自分」と「周りの人が思う私の家や持ち物」が一致しているかどうか聞いてみてほしいんです。どう思いますか？」**

「私の部屋ってどんな部屋だと思う？」と聞いてみて、もし自分が目指すベクトルとまったく違うイメージを言われたら、自分の目標と環境がずれている証拠です。自分の環境をいま一度見直すチャンスです。

**自分がまとう雰囲気や人に与える印象は、自分がいる環境からつくられています。**どんなリビングでくつろぎ、どんなパジャマを着て、どんなシートで寝ているのか、その人がひたっている環境からオーラがつくられます。

「キャリアをつけてグローバルに活躍するエグゼクティブになりたい」と思っているのに、「あなたの部屋ってマンガ本やゲームが転がっていきそうね」といわれてしまったら、今いる環境と「なりたい自分」が明らかにずれているのです。

そこで「こんな家に住んでいそう」と人に思わせると、本当にそうなります。家のイメージはその人のオーラだからです。

それこそ、キャリアオーラや、デキるオーラがにじみ出ているれば、「この人と絶対仕事をしてみたい」と思われるでしょう。負のオーラがぶんぶんだったら、どんなにすごいプレゼンをして、相手は二の足を踏んでしまいます。

「なりたい私」が身につけていそうなアクセサリーをして、「なりたい私」が座っているような椅子に座り、「なりたい私」が寝ていそうな寝具で寝る。そして「なりたい私」にふさわしい雰囲気を身につける。「あの人ってこんな家に住んでいそう」と、イメージ通りにいわれたら、「なりたい私」になるのはもう間近です。

「ないからできない」「のではなく、  
「じゃあどうする？」と考える

風水にはさまざまなベーシックルールがあります。ハワイ式風水も例外ではありません。

そのルールとは、たとえていえば太陽が東から上がって西に沈むというようなものことで、風水の基礎になる絶対的なもの。これは変えられません。そのルールにのっとった上で、何ができるか工夫するのが、ハワイ式風水です。

たとえば風水のルールで「朝日が当たる部屋に住みなさい」といわれたとします。たまたまその人が北向きや西向きの部屋に住んでいたら、どうしますか？

朝日を浴びることができませんよね。これまでの風水だと「引越しなさい」「引越せないなら、もうダメですね」ということになります。

ハワイ式風水は柔軟です。

**朝日が浴びられないのなら、朝日と同じ効果があるものは何かと考えます。**朝日の効果がその人にとって新しいフレッシュな気分を与えてくれるものなら、その日一番に見るものを朝日にたとえればいいのです。あるいは今まで自分が見た中で一番素敵な朝日の写真を飾っておいてもいいでしょう。

朝日がないなら、朝日に代わるものを自力で探してくる。これが、ハワイ式風水です。

よく質問を受けるのは「西側に黄色を置けば、金運がアップするんですよね」ということです。

風水的なルールではそうなりません。中には黄色が嫌いな人もいますよね。自分が好きではないのにいやいや黄色を置いても、自分は心地よくないので、期待した通りの効果は得にくいものです。

そんなときハワイ式風水は、黄色に変わる物を考えるのです。西に黄色を置くのは黄色がお金のイメージにつながるからだと思えば、お金につながるゴールドやメ

タリツクな物を西に置くのでもかまいません。  
リッチなイメージにするのがいいと思えば、西側をちょっとゴージャスに飾って  
もいいと思います。

ハワイ式風水に、これはやってはいけないという呪縛はありません。「これがダメだったら、あれをしよう」「あれがダメだったら、こうしてみる」とつねに次を考えます。

「今日は魚が捕れなかったね」「うーん、そっか。じゃあ、果物食べちゃう?」。これがハワイの考え方、楽園脳の考え方です。「魚を食べるはずだったのに、魚がないから、今日は夕飯なしね」というルール通りの決めつけはしないのです。

以前、私の風水のセミナーに来た方で、こんな方がいらっしやいました。


その方の住まいは、風水でやってはいけないことが満載の家だそうです。しかもあるプロの方から、家がある場所は「磁場が悪い」と致命的な宣告をされてしまい、家族みんながひどく落ち込んでしまったとっていました。これでは救いがありませんよね。

ショックを受けた彼女は、何か解決策はないかと、私の風水セミナーにやってきたのです。

私は「じゃあ、こんなのはどうでしょう?」という提案をたくさんさせていただきました。大切なのはバランスです。落ち込んでしまったこの方の心のバランスをとる方法を考えるのです。その方が心地よく住める方法を、とことん一緒に考えたのです。

ハワイ式風水の生き方をしていると、ものすごく「考える人」になります。もう絶対絶命、どう頑張っても「こうしましょう」が思いつかない状況でも、とんちや大喜利で乗り切ってしまうことができます。

限りなく前向き。だから楽園なのですが、「楽園」お気楽」ではありません。ものすごく考えて、ものすごく工夫して、どうにもならないときでもとんちを出して、「こうしましょう」といえることが楽園のあり方です。「絶対ダメ」がないから、答えが出てくるまで考え続ける。ハワイ式風水、怠け者ではできませんよね。



## 東西南北を「地球の個性」ととらえて、 うまくつきあっている方法

今までの風水では東西南北の方角を重視しますが、ハワイ式風水では方角にはとらわれず、方角の善し悪しいいしません。なぜなら東西南北はいい悪いではなく、それぞれのバランスが大切だと考えるからです。

たしかに、方角に関しても大もとのルールと理由はあります。

たとえば結露が出やすい北側や日がかんかん当たる西側に台所を置くと、食べ物が腐りやすくなります。だからこの方角には台所をつくらないように、という昔の人たちの知恵があります。

そうした知恵を集めたものが風水ですから、それらから多くを学び敬意とともに理解した上で、今の自分の生活に一番マッチしたやり方で、どうやって先人の知恵をとり入れ、バランスを考えながらアレンジしていくかを考えるのがハワイ式風水

なのです。

「ルールではこの方角にキッチンをつくってはいけない。だから、ここにキッチンがあるともうダメなんだ」と思うのではなく、「今、私はここにキッチンがある家に住んでいる。キッチンを移すことはできない。じゃあ、この状況の中で、いかに心地よく、素敵に暮らすにはどうしたらいいのか」と考えて、そこにフォーカスを当てて工夫した人のほうが幸せになれます。

**人生は方角で決まるものではありません。**

**方角は変えられませんが、自分が動いてバランスを変えることはできます。**

「風水のルールではこうである。だったら何ができるのか」。知恵やとんち力をきかせて、いまここにある自分の生活をより心地よく変えていく。そういう知恵が出る人が、人生を楽園的に楽しめます。

**それでも方角が気になってしまう人は、東西南北を「地球の個性」だと考えれば、わかりやすいでしょう。**

東西南北、四つのパーソナリティがあるとしたら、「南ちゃん」は明るそう」

「北さん」はちょっとクールな感じ」というように想像していくと、何となくイメージがわいてきませんか。

では、「南ちゃん」はいい子で、「北さん」は悪い子だといえるでしょうか？ それぞれの個性の違いはありますが、どれが悪くて、どれがいいとはいえません。

大切なのは今そこにいる自分と、それぞれの方角のパーソナリティが心地よくバランスをとって調和しているのかどうかということですよ。

もし今、自分が住んでいるところが「北さん」のクールな部分に押され気味だと感じるなら、もう少し「南ちゃん」の明るい要素を家の中にとり入れてバランスを取ってもいいでしょう。「南ちゃん」の明るさが満載で落ち着きが足りないなど思ったら、「北さん」的クールさをとり入れればいいのです。

「この方角だからダメだ」とおびえるより、バランスをとって心地よく住むほうが、パワーが俄然、上がります。そのほうが風水の方角でがんじがらめになるより、人生が好転してくるでしょう。

実はこれ、人間関係にも通じるんですよ。

たとえば職場にも「北さん」的な上司や「南ちゃん」的な後輩がいたとします。

そういう状況の中で「上司の北さんがいるから、私は出世できない」とか「後輩の南ちゃんが足を引く張るから仕事が進まない」と文句をいっていても、物事は進みません。上司の北さんは動かずそこにいるし、後輩の南ちゃんも会社を辞めません。

となると、東西南北動かないこの人たちのパーソナリティと自分がどうバランスをとって、調和をつくるのかという「知恵」や「とんち力」が問われてきます。

「上司の北さん、そう来たか。じゃあ、こうしよう」「南ちゃん、またミス連発だよ。じゃあ、こうしよう」……次々と知恵やとんちが出せるかどうか。そこが運命の分かれ目です。

ルールだけに振り回される人は、人間関係や人生の問題が解決できません。動かないはずの方角さえも、知恵や工夫で状況を乗り越えてしまう。そんな人が楽園の人生を手に入れます。人生は楽しんじゃったほうが勝ち。ハワイ式風水の考え方は「バランスをとること」なのですから。

## 第2章 FENG SHUI

家にも人にも「幸せ癖」がつけられる

HAWAII

毎日ハワイを楽しむ、  
ちよい足しアロハ

column

心が  
ザワついたときこそ  
ハワイ・イメトレ

Aloha



朝、ワイキキを散歩してたときの1枚

朝、妙に心がザワザワ。  
そんなときだって、あるさー。

ザワザワの原因は不安だったり、心配事だったり、  
結局はぜーんぶ自分でつくり出しているものですからして、  
自分でやめちゃえはずむことです。

そんなわけで、今日一日はザワツきたらすく見る  
という一枚を自分の iPhone の写真から選んどきました。

ザワツ→写真見る→ザワツ→写真見る……  
自分で撮った写真なので、写真を見るとこのときの  
音も匂いも体感で思い出せます。

何にザワザワしてたのかを思い出す前に  
解決してますね。Aloha♡



「あなたの家」には、  
「あなたの癖」がしみついてくる

人生の楽園は「どこか虹の向こうにあるもの」なのでしょうか？

楽園は、「自分の周りにつくるもの」です。

自分の周りを楽園に変える。それが、人生を楽園にする方法です。

では、自分の周りにあるもので一番身近なものは何でしょう？

それは家です。

私たちが外から帰ってリラックスした状態になり、息を吸い、ご飯を食べ、命の洗濯をする場所が家。悲しいときは泣き、楽しいときは笑ったり、大切な人と呼んだり、嫌な人は絶対に入れない場所です。

「家＝あなた」といってもいいでしょう。



家にはあなたの生き方、考え方の癖がしみついています。台所を見れば食べ方の癖がわかるし、クローゼットや棚を見れば、整理整頓の癖や好みの癖がわかります。不安なときや心配事があるときは、家の中も散らかってしまします。ハッピーなときは居心地のよい空間になっているはず。置いてある道具、家具、調度品……すべてに「あなた」の癖がしみついています。

「家なんてただの箱よ」という人がいますが、私は「私」という家の中で、「私」を呼吸し、「私」をつくっていく。知らず知らずのうちに影響を受けているのが家なのです。

「家＝あなた」ですから、家を変えれば私も変わります。風水が大きな力を持つのは、家＝あなたを変ええるからです。

つまり、家は人生に関わるすべてのものが集約された場所。幸せになれるかどうかを決める最大の作戦基地といってもいいでしょう。いい方を変えれば、こうもいえます。

## 家＝明日のあなたをつくる場所。

こんなに大切な場所なのに、どうして学校では家の住み方について教えてくれないのでしょうか？ 私たちは、家についてもっと真剣に考える必要があるのです。

動物がそれぞれの種や習性に応じて、異なる巣をつくるように、人間も一人一人の目的に応じて異なる家をつくります。「ただ寝るだけでいいや」という人はそういう家をつくります。「今はただ仮住まいだから」という人はそういう家になります。そしてそういう家から影響を受けるので、そういうあなたになります。

ここでよく考えてください。私たちの人生の最大の目的は何でしょう？  
それは幸せに生きることではないでしょうか。

人間は一人残らず幸せになるために生まれてきたし、そうなることも知っています。  
潜在的に「どきどき」は欲しならぬ「どきどき」の心。

だからこそ、家もただ寝るだけの場所にしておくよりは、幸せになる場所として  
つくり上げていくほうが、本当は喜びが生まれるのです。

私が幸せになれる家、私が成功できる家。「住む目的＝生きる目的」ですから、  
家は幸せに生きるための場所になります。

「明日のあなた」をつくる家を大切にして、幸せに生きる目的のために家をつくっ  
ていく。そうすれば私も幸せな人になります。

「楽園の住人」は、

どんなに狭い家でも素敵に住むことができる

家は「明日のあなた」の幸せをつくる場所、いわば最強の風水グッズといえるで  
しょう。ではどのように家をつくっていけばいいのでしょうか。

一番早い方法は、家と相思相愛になることです。

高い風水グッズを買ってくるのもいいけれど、家と自分が相思相愛になればいい。  
自分が住んでいる家を自分にとってパーフェクトな楽園にすればいいのです。

**よくあるのは「賃貸だからできません」とか、「実家に住んでいるので、自分の理想の  
家にはできません」とか「狭いポロアパートなので無理です」という人です。そして**

「今は理想の家に住んでいないけれど、成功したら何億円もする豪邸に住んで、理  
想の住まいをつくるんだ」という人です。

**その理想をついていけるはずはない、永遠に理想の家に住むことはできません。**

なぜだと思えますか？  
家に対する感謝がないからです。

たとえば「世界一の実業家になる」という野望を持つ男の人がいたとします。彼が今は六畳一間のワンルームに住んでいたとして、「こんなところに住んでいるのは俺じゃねえ。今に見てろ。六本木ヒルズの最上階のペントハウスに住むような人間になってやる」と思っていたとします。でもおそらく、その人の野望はかなわないでしょう。百万が一、ペントハウスは買えても、理想の暮らしはできません。なぜなら家に対して感謝がないから。一番近いところで自分を守ってくれている家に対する感謝がないので、ものすごく低いオーラしか出せないからです。家Ⅱ私ですから、「こんなところに住んでいる」ような貧しいオーラしか出せないのです。

「いやいや、今は六畳一間のアパートですが、六本木ヒルズに住んだら、素晴らしい部屋にできる自信があります」という人もいます。「素敵な家に住んだら、こんな素敵な物を買ひ、こんなゴージャスな暮らしをします」と夢を語る人もいます。

「今は家が狭いのでごちゃごちゃですが、もっと広いところに引っ越したら、きれいにします」という人もいます。

はつきりいましょう。**今住んでいる六畳一間に感謝して、素敵に住めない人は、どんなに広くて素晴らしい家に引っ越しても、素敵に住むことはできません。**今ここを素敵にできない人は、どんな場所に行っても、素敵にはできないのです。

「今より一〇倍、一〇〇倍の家に行ったら、一〇倍、一〇〇倍パーフェクトに住めます」というのは勘違いです。

一方、六畳一間の今の家を自分にとってパーフェクトにできる人は、一〇倍、一〇〇倍の家に行ったら、一〇〇〇倍、一万倍、素敵に住むことができるでしょう。だって、お金があつて、広い素敵な場所に行つて、何でも買えるのなら、素敵に見えることなんて、誰にだってできます。でも何もないところをどれだけ素敵に見せられるのかというノウハウを知っている人がお金があるところに行けば、それこそ何千倍も価値のあるものとして使えるでしょう。

今、六畳一間のアパートに住んでいて、「お金がないから何もできない」といっ

ている人はそこで終わってしまいます。

六畳一間のボロアパートに感謝し、相思相愛の素敵な楽園に変えることができる人は、どこに行っても楽園がつくれます。幸せになるための家になっているので、幸せなことが次々とやってくるはずですよ。

これは生き方にもつながります。

たとえば部屋に柱があつてベッドが入らないとすると、「ここに柱があるからベッドが入らない」とずっと文句をいつている人は、そこで終わってしまいます。でも「この柱を何かに使えないかな」と考える人は、生き方においてもとんちが出せる人です。

制約がある家を、いかにとんち力を出して、住みやすい楽園に変えていくのか。それは、人生の生き方にもつながっていきます。

## こつすれば幸せがやって来る！ 家に「幸せ癖」をつける三つの法則

「自分の家を楽園に変えて、相思相愛になる。考え方はわかりました。具体的にどうしたらいいの？」という質問をよく受けます。

自分の家ですから、基本的には自分が一番心地よいように住めばそれでいいのです。悲しいかな、私たちは家の住み方について誰からも教わったことがありません。ですから、心地よい状態を知らないまま、過ごしている可能性があります。

物が散らかり放題散らかっていて、生活するのに不便だったり、ほこりやゴミだらけで衛生的に問題があったりしても、そういう環境でずっと育っていると、「これが私にとって心地いいんだ」と思ってしまう人もいるでしょう。でもそれは本当に心地よい状態を知らないからだと思います。

そういう人でも、散らかった状態を片づければ、今よりもっと心地よさを感じる

はずです。

本人がよければそれでいい、という考え方もありますが、風水的な観点から見ると、散らかり放題の家は気が滞るので、幸せが入ってきづらいのです。

家には幸せ癖がつけられます。「住む人が今より幸せになれる家」というのは確かに存在します。「家Ⅱあなた」ですから、家に幸せ癖をつければ、私も幸せになります。そんな家に住めたら、家に感謝し、絶対に相思相愛になりますね。

「幸せ癖」がついた家。いったいどんな家でしょう？

家に幸せ癖をつけるには三つの法則があります。

(1) 不用品を片づける

**中国のことわざに「所有している物の数だけ問題を抱える」というものがあります。不用品は障害物となり、人生の停滞をもたらします。**

どんな物が不用品になるのかというと、①長いこと使っていない物、②過去に縛られるほどの思い出の品、③お義理だけとつてある贈り物やもらい物などです。

風水的に見ると、不用品は人、物、出来事などに関する執着のあらわれでもあり、執着は不安と恐怖心がつくるものです。不用品の処分は、不安癖、恐怖癖を解放し、幸せ癖をつけるための第一歩です。

(2) 心から好きな物と暮らす

自分が心から好きな物に囲まれて暮らしていれば、その空間は愛に包まれます。つまり家と相思相愛になれるのです。愛ある場所は最強のパワースポットです。

しかし私たちは、安かったからとか、流行っているからという理由で、心から好きでない物をあまりに多く身の回りに置きすぎています。

その結果、何が本当に心から好きだったのかわからなくなったり、自分以外の社会の価値観で動いたりするようになるのです。

**まずは身の回りを「心から好きな物」で固める癖をつければいいでしょう。カップ一個、Tシャツ一枚買うときも、「それは心から好きな物か」、「もしも自分に聞かせるなら買うのか」という問いかけを繰り返す。**

そうすれば、本当に好きな物を厳選して買うようになるので、いたずらに不用品

が増えることもなくなるでしょう。

### (3) 身の回りにあるグッズに注意を払う

自分が暮らす生活空間にどのような絵画や写真、グッズが置かれているのか、見回してみよう。自分の心の状態が翻訳できます。とくに目に入りやすい絵画や写真には自分の無意識な感情があらわれています。

たとえば以前、有名なムンクの「叫び」の絵を部屋に飾っている人がいました。その人がその絵を「心から大好き」で飾っているのならいいのですが、「何となく」飾っているとしたら、本人は気づいていないかもしれません。心の状態は絶望、悲観、恐怖、不安など負のエネルギーが高まっているといえます。

もしあなたがプラスのエネルギーにシフトしたいのなら、目に見える場所にムンクの「叫び」とは対極にあるような物を意図的に持ってきて、バランスを調整するといいでしょう。

楽園にふさわしいイメージの物で一時的に家の中を固めるなどして、楽園に癖づけしていくこともできるのです。

着ていない洋服が増えるのは、  
今の自分に自信がないとき

ライオンはおなががいっぱいなときは、目の前をカモシカが通ろうと、襲おうとしません。明日、おなががすぐと困るから、よけいにカモシカをとるということはしないのです。

ハワイの昔の人たちも、必要なものを必要なときに必要な量だけとる生き方をしていました。「ミニマム」に生きて、無駄な殺生はしないのが自然の生き方です。

今必要なものをもって、よけいなものはとらないのは、今に対してひじょうにリスペクトがあるからです。その日暮らしたか、お気楽といわれますが、違う見方をすれば、今日に責任を持って、今に生きるのが楽園の人たちの生き方なのです。

不用品があるのは、今に対して責任を持っていない証拠です。今に対してきちん

と向き合っていない。問題から逃げていると不用品がどんどん増えていきます。

そしてどんな物が増えていくのを見ていくと、自分が抱えている問題が見えてきます。たとえば着ない洋服が増えるのは、今の自分に自信がないときです。今の自分が何を欲していて、どうなりたいのかわからない。自分に自信がないので、何を着ていったらいいかわからない。洋服だけがどんどん増えていくのです。

そういうときは、今の自分を受け入れ、どんな自分になりたいかを再考するきっかけにすればいいでしょう。

**毎朝、着るものがないといっておわてる人は、自分をどう美しく見せるかわかっていないからです。そもそも自分が完璧に美しいという事実を忘れがち。だから自分が人からジャッジされるのが怖いのです。**

どの洋服を着てもイマイチだと思うのは、自分の自己イメージと洋服がずれているからです。鏡で見たとき、「何か違う」「変」と思ったら、何がどう違うのか、徹底的に見るべきです。

そしてその洋服があるべき自分のイメージとはずれていると感じたら、手放してあげるのが礼儀というものです！「いつか着るかも」ととっておいて着ないのは、場所と時間と労力のむだ。自分という美しい存在をサポートしてくれるお洋服の神様に嫌われちゃうわ。

「高かったから捨てられない」というのもよく聞きます。それも今と向き合っていない証拠です。高いブランドものの洋服だから捨てられない、とか高い物だから処分できないとしても、いつかそれを使いますか？ ということです。そもそも「福の神」は人間界で定められた値札の価格にはまったく興味をもっていないのです。着るでもなく、ただ単に過去の値札、過去に払った金額に対する執着だけであって、着る習慣は、潜在的な価値観に影響を与えます。

**洋服をはじめ、すべての物は使われるために生まれてきます。**ということはその物の命をまっとうさせてあげられない人がそれを持つていては、大自然のサイクルを止めてしまうことになります。

物が生まれてきた意味をきちんと受け止め、お役目をまっとうさせられるのか。使ってあげられもしないのに、自分のエゴで飼育殺しにしておく、自分もほか

の人のエゴで飼いきれにされる可能性があります。

すべてはつながっているのが、ハワイ式風水の考え方。ですから、自分が使えないのだったら、使ってあげられるところにちゃんと解放してあげましょう。

そうすれば、手放した物が自分を助けてくれます。全部がつながった世界にいますので、必ず返ってきます。返ってきたとわかるときもあるし、わからないときもあります。返ってくるということを信じて、物をきちんと使ってあげましょう。

**もう使えない物だったら、どうしたらいいでしょう。それはもうエネルギーをまっとうしてあげるのよ、「お疲れさだ」「お苦労さだ」と感謝して捨てればいいのよ。**

たとえば食べ物を腐らせてしまったとしたら、自分が捨てなければいけないところまで放置してしまっただけというのを認めた上で、「学ばせていただきました」「気づかせてくれて、ありがとうございます」と感謝して捨てればいいのです。

そうやって不用な物は処分し、今必要な物だけで暮らしていくのは、シンプルで、ストレスという贅肉のない生き方です。今を生きるとはよけいなものをため込まない潔い生き方でもあるのです。

## 身の回りのものを

「心から本当に好きな物」かどうか見直すレッスン

家に幸せ癖をつけるには、心から好きな物とだけ一緒に暮らすことです。この「心から」というところが大切です。

私はハワイ式風水の教室の生徒さんには「心から本当に」という部分は毛筆で書くイメージだね、といっています。そういうとみなさん、笑いますが、「心から本当に」ということがひじょうに重要なのです。

**あなたは「心から本当に」「好きな物と一緒に暮らしていますか？**

家に置いてあるものは、そこそこ好きな物とか、別に嫌いじゃないけど、という物がほとんどではないでしょうか。

「心から本当に」好きな物とは、それがないと死んでしまうくらい大切な物のこと



です。もし無人島に持っていくとしたら、これだけは絶対にはずせないという物が「心から本当に」好きな物です。

それぐらい大切な物と一緒に生活すると、相思相愛になれるのでとても幸せになります。

自分の身の回りにある物を、「心から本当に」好きな物かどうか、その基準で見直してください。

たとえば電話を置く台があって、その横にいろいろ飾り物が置いてあったとします。この台と飾り物は心から本当に好きな物かどうか、よく吟味してみるのは。

まず電話を置く台は、それがないと物理的に電話を置く場所がなくて困るというのであれば、「心から本当に」好きでなくてもやむをえません。いまずぐ処分すると、電話をかけるときに困るので、それはひとまず置いておきます。

では、その横の飾り物は「心から本当に」好きな物ですか？

それがないと生きていけないくらい、大切な物ですか？


どうでもいい物なら、いらぬ物がそこに置いてあるということです。

おつき合っている人に、「そんなに嫌いじゃないし、邪魔にならないから、一緒にいてもいいよ」っていわれたら……私ならとっととお別れしますけど。

不用な物はできるだけ置かないのが、家に幸せ癖をつけるコツ、幸せになる方法でしたね。

そうやって「相思相愛の物」だけにしほりこんでいくと、家の中はすっきり片づき、いつも好きな物だけ見て暮らしていけるようになります。

人は自分が好きな物を見ると、テンションが上がり、エネルギーが満ちてきます。幸せになれるのです。



楽園の住人になるための  
「バリューチェック」をしてみよう

「心から本当に」好きな物を選んでいくプロセスを通して、人は自分の価値観のチェックができます。私は「バリューチェック」と呼んでいるのですが、ハワイ式風水の教室でも生徒さんに「家の中にある物で、価値のある物を順番にベスト5まであげてください」といって書いてもらいます。

何もいわずに書いてもらうと、値段の高いものから書いていく人がけっこういます。「うちには高価なものが五つありません」という人もいます。

**値段ではないのよ。**

「心から本当に」好きな物、それがないと生きていけない、幸せな暮らしができないくらい大切な物が、自分にとって価値がある物です。

社会的評価や値段など、人が決めた価値観ではない自分の価値観で家の中の物を

見ていくと、自分が本当に価値ある暮らしをしているのかどうかが見えてきます。

この価値観の見直しがとても大事です。

**価値観とは「これがいいと感じる心」のこと。これを見てみると、幸せだと思ったり、ワクワクしたり、楽しくなるのが、自分にとって価値のある物です。その価値観をもう一度見直してみるのが「バリューチェック」です。**

これをしてないと、私たちは人の価値観で生きていてもわからなくなってしまうます。ただ値段の高い物を価値ある物として、家の中に置いてしまう。でもそれは自分にとって価値がある物、「心から本当に」好きな物ではありませんから、相思相愛にはなれません。

いくら高価な物で身の回りを固めても、幸せにはなれないわけです。

自分にとって大切な物、価値がある物がわかれば、人の物も大切にできます。

私はハワイから日本に戻ってきて、びっくりしたことがあるのですが、それはゴミを集めてしまう人のことを「ゴミ屋敷」の住人として、否定的にとり上げている

ことです。

たしかにゴミ屋敷の住人が集めている物は、他人から見たらゴミかもしれませんが、でも本人にとっては価値がある大切な物なものですから、それをゴミよばわりするのはいかなるものでしょう。

いわゆるゴミ屋敷という状況を、アメリカではホーダー症候群として精神的なケアを提供することからとり組みます。テレビ番組などで笑いの種にしながら無理やりに叱咤激励して片づけさせるものではないのです。

価値観を自分軸に置く人は、ゴミ屋敷の住人を頭から否定しないはずで。自分の価値と同じくらい、その人の人生の価値は素晴らしいものと共有できる人がサポートすれば、ゴミ屋敷の問題も、愛ありきの解決法が見いだせると思うのです。所有する物すべては自分の責任下にあります。そのすべてに対してまんべんなく、そう、床に落ちている生ゴミもどきにまで愛情を注いで責任を持って使えるのなら、そのままどうぞ、ということですよ。それができないときには、放置された物の負荷がすべて心身と人生に投影されるということがわかれば、すぐにでも片づけたくなりますよ。



結婚したいなら、

「ペア」で「カラフル」な物を置くといい

家に幸せ癖をつけるには、身の回りに置いてあるグッズに注意してください、と書きました。人は自分の潜在意識にある物やすでに経験したことがある物を、無意識に集めて家の中に持つてくる傾向があるからです。

ですから、**身の回りにある物に注目すると、自分の心の問題や課題が見えてきます。**

たとえばストレスを抱えている人がいて、そのことに気づいていないと、家には無意識のうちに、ストレスフルな物が集まってきてしまいます。

私のハワイの知り合いで、仕事に追いまくられ、ふだんから見るとストレスいっぱい女性がいきました。口癖も「ストレスばかり」「大変なの」「忙しい！」。彼女のバースデイには期せずして、「ストレスがたまっているあなたへ」という

ジョークカードや「ストレス菓」と書かれたキャンディや、「ストレス前に一杯、ストレス後に三〇杯」というストレスマグカップが集まりました。

アメリカ人はジョークが好きなので、そんなおもしろいプレゼントをするのです。その結果、彼女の周りには期せずしてストレスにまつわる物がたくさん集まってしまったわけです。きっと家の中には「ストレスとともに生きます」というメッセージを発している物がいっぱい置いてあるのかもしれないね。

彼女はそういう環境の中で、ますますストレスをため、ストレスがくる生活を呼び込んでいるのです。無意識に集める物、あるいは集まってくる物は、その人が発信する心のメッセージが投影されているのです。

家の中にある物がわかりやすくあらわれているのが、独身者の家です。シングルの人に住む部屋にはなぜかペアやセットではなく、「コーヒーマグカップが一個とか、花がー輪だったとか、人がポツンと一人いるポスターなどがあります。

つまり単品物が多い。色も単色やモノクロームを好むようです。結婚したいと思っっているのに、潜在意識では結婚を望んでいない、あるいは恐れている。だから


単品やモノクロームの物を集めてしまうのでしょうか。

自分の傾向がわかれば、どうなりたいたのかに向けて、対策をとることもできます。結婚したいと思うのなら、単品はやめてペアの物を置いたり、カラフルな色合いをとり入れたりして、バランスをとってあげればいいのです。

勘違いしてほしくないのは、家の中にある物に目を向けたとして、「これがあるからダメです」という物はないことです。これがあるから運が悪くなるとか、これがあるから幸せになれない、と考えると、恨みが物に向かってしまっって、物に感謝やリスペクトがなくなります。

すると、物や家から助けてもらえなくなります。

**問題なのは、物ではなく、その物を持ってきた自分です。なぜ自分がそれを持ってきたのか、なぜそれだったのか、自分の心と向き合わなければいけないのです。**



## 「子どもが小さいときの写真」ばかりを飾っている家に潜む「問題」とは？

ハワイの家にはよく、リビングや階段、ベッドサイドに、写真をたくさん飾ることがあります。それがどんな写真かで、あなたの心の状態もわかります。

**たとえば、成長中の子どもと親子関係がうまくいっていない家で、子どもが小さいときの写真や子どもがつくった工作品だけが異常に多いことがよくあります。**

これは母親の心のメッセージが反映されていることもあり、子どもが自分から離れてほしくない、自分の思い通りにいうことを聞いてくれていた小さな頃のままできてほしいという執着だったりもします。

子どもは成長したいので、親とぶつかってしまい、親子関係がうまくいかなくなって、ますます母親は子どもの小さい頃に固執するというスパイラルに陥ります。親子関係を改善したい、あるいは子どもに成長してもらいたいと思うなら、小

い頃の子どもに固執する自分の心に向き合ってください。

**こんな家がありました。家に入るなり、玄関に置いてあったのは「ミニチュアのドルハウス」です。**

スイートホーム的なミニチュアがたくさん置いてあります。ひと目で、この家の主人はおそらく「家族を何とかしなければ」と思っていると推測しました。

部屋の中に入ると、案の定、子どもの小さい頃の写真ばかり飾ってあります。厳しい言い方かもしれませんが、これは気持ちのどこかで、子どもの成長を願っていないということ。一番かわいいあのときの思い出を引きずっているということをお知らせします。

そのお宅の方は、子どもが引きこもっているので、何とかしたいという相談でした。そこで、子ども部屋を見せてもらうと、引きこもっているはずの娘がいません。「あれ、娘さん、いませんね？」と私が聞くと、「バイトに行っています」といいます。なんだ、引きこもりじゃないじゃない、と思ったのですが、母親からすると、娘は自分の望む形で生きていないので、問題があると思っていますのでしよう。

彼女の部屋はアニメのポスターやフィギュアであふれていました。まさにアキバの世界でしたが、本人は「心から本当に」好きな物と一緒に暮らしているわけですから、まさに幸せそのものです。何の問題もないではありませんか。

しかも彼女は大好きなアニメグッズを買うためにアルバイトをしているのです。母親にいわせれば、昼は短大の授業にでなければいけないので、夜、コンビニでバイトをしていて、「それもどうかと思う」というのですが、彼女は立派に学業と趣味を両立させているのです。

何が問題なのか母親に聞いてみると、アニメにばかり夢中になっているので困るといいます。

「それが何が困るんですか？」と私は母親に聞きました。そう言われて初めて母親は気づいたようです。自分がアニメに興味がないし、何だかイメージが悪いから、困ったことになったと思っただけだったということに。


母親は娘が好きなことに対してまったくリスpekトがなかった。だから娘の心も母親から離れていくわけです。

「親として娘さんに何を望んでいるんですか？」と聞くと「健康に暮らしてくれて、自活できるようになればそれでいい」といいます。

ならば娘は母親の希望通りに育っています。困ると思っっているのは、子どもが自分の思い通りに育ってくれないという母親の自分勝手なエゴにすぎません。本当にわが子の幸せを願う母親なら、子どもが大好きな物に囲まれて築いた樂園を尊重してあげるべきです。

ミニチュアのドールハウスがいけない、ということがいいいたいのではありません。あまりにもたくさんさんのミニチュアハウスがあり、その印象がアンバランスだったので、家人の心のアンバランスさが見てとれたということです。

**バランスを欠いているならば、そこに課題があります。それを解決できれば、あなたの家は樂園になるのです。**



リビングだけきれいにしている人は、  
外見ばかり気にしてしまう人

「お金持ちになりたいのなら、お金持ちとつきあいましょう」とよくいわれます。覇気が高い人になりたいのなら、覇気が高い人につきあう。人気者になりたいのなら、人気者につきあう。自分が「こうなりたいな」と思う人につきあうといい、というのは本当です。

つねにその人の身近にいて、その人の態度、言葉、行動、考え方、感じ方を吸収し、あたかもその人のようにふるまうことで、自分も理想像に近づいてくことができます。

家も同じです。

家は毎日帰ってくる場所です。そこで食べて、寝て、裸になつてお風呂に入る場

所です。知らず知らずのうちに、もつとも自分が影響を受けてしまう場所です。

**いい家で暮らせば、いい人生がやってきます。** お金持ちの人につきあえば、お金持ちに近づけるのと同じです。誰とつきあうのかと同じくらい大切なのが家ですから、家をもっと大事にしたいものです。

大事にして、というと、人が来るところだけ磨き立てて、汚いものはクローゼットなど見えないところに押し込めてしまう人がいます。それでは、外面のパッケージ表示と中身がまったく異なる、昨今の問題商品と同じです。

自分も同じような人間になってしまうかもしれません。

ハワイのある知人の家に訪れたときのことです。そこは、まるでモデルルームのように素敵な家でした。ドアをあけると、ホテルのようにしつらえたリビングルームが広がります。

典型的なアメリカの裕福な家という感じです。リビングルームはお客さんが来るところなので、ソファもテーブルもきれいにセットされ、花が飾ってあります。外から見えるお庭も素晴らしくて、手入れが行き届いた芝生の周りに、色とりどりの

の花が咲き乱れていました。

ただ、その家の母親は、「私の家は完璧なのよ」というのを見せるのに一生懸命だったのだと思います。そうやって懸命につくろっている背後には、病んだ家族関係がありました。

だんなさんはベトナム戦争に従軍して、精神的に病んでいました。子どもたちは父親から否定されて育ったので、ゆがんだ人間関係しか築けない。家族は崩壊しているのに、表面的にとりつくろっていたのが、その母親だったというわけです。

外面はいいけれど、中身は問題ありという知人の人間性は、その人が育った家に顕著にあらわれていたのです。

家にはすべてあらわれている。振り返ってみるとそれは、離婚した夫の家にも当てはまります。

元夫の家は、彼の母親によってインテリアが見事にコーディネートされていました。トイレの中さえ、タオルがきちんとディスプレイされている。とてもセンスがいい家で、私は彼のお母さんからコーディネートについていろいろ教えてもらいま

した。

そのおかげでは私は今ハワイ式風水を生かしたインテリアの仕事ができています。で、感謝しています。

ただひとつ、問題がありました。それは、すべてが彼の母親の手によってコントロールされていたことです。家の中は母親の趣味一色で統一され、父親の影がまったく見当たりません。父の居場所がない家でした。

案の定、彼のお父さんは家を出ていってしまっていて、離婚はしていませんでしたが、実質的に夫婦関係は破綻している家庭だったのです。

彼の家も、外側は母親の趣味で完璧にコーディネートされていましたが、家族で囲らんする場所はワンランク下げた家具が置いてありました。外見第一、中身のランクは下げるということを無意識にやっていた家です。思えば夫も外面と中身の落差が激しい人でした。

まさに家は人なり。「家＝自分」です。いい人ときあうように、いい家とつきあわなければ、知らず知らずのうちに人生に影響が出てくるのです。



毎日ハワイを楽しむ、  
ちよい足シアロハ 2

column



ハグしよう！ハグ！

Aloha

8月9日はハグの日……とのこと。  
日本には語呂合わせの「\*\*の日」がいっぱいあって  
楽しいですね♪

そして、ハワイは365日ハグの日なんだな！  
挨拶でも普通にハグ、  
レイを差し上げる、いただくときにはもちろん  
ハグとセットで！

娘は日本に来て「子どもの送り迎えのときに  
どうして親子でハグしないの？」って不思議がっていますが、  
そもそも習慣が違うのでどちらがよいとか悪いとかでは  
ないにしても、ハグっていいですよ♪

ハグは「愛されている、愛している」を体感する  
人間にとって優しい、そして大事な習慣だと思います。

今日もアロハなハグハグを♡

一章分まること読める「サキ読み」

「立ち読み」のサービスをご利用いただき、

ありがとうございます。

お読みいただきました書籍の

タイトル・本文は、本サービス掲載時のものです。

実際の刊行書籍とは、一部異なる場合がございます。

あらかじめご了承ください。

株式会社 サンマーク出版

<http://www.sunmark.co.jp/>