

エネルギーを上げれば、変われる。誰でも、必ず。

マナ・マカナメソッド開発者 渡辺まの（ヒーラー）



—ヒーラーやセラピストで起業を目指す方の支援をされている渡辺まのさん。お客さんにはどのような方が多いのでしょうか？

40代前後の女性ですね。ずっと抱えてきた悩みがあって、簡単には解決しないだろうと感じている方が多いです。それでも「なんとかしたい」と思って私のところに来られるようです。自分の気持ちや感情、好きなこと、やりたいことなどが分からないという方も少なくありません。だからこそ、セッションを重ねて本当の自分に気付いていくと、皆さん激変されますね。

—変えていく力をお持ちなんですね？

いえ。それは少し違います。私は、**変わりたいと思っている人が、自分で変わっていくのが最も美しい**と感じています。よく「私でも変われますか？」と聞かれます。その言葉の奥には「私を変えてくれるんですか？」という前提がある。でも、私を変えるわけじゃないんです。「マナ・マカナメソッド」は、自分の内側から変容していきます。**本当の自分に目覚め、外の何かに依存することなく自分で答えが出せるようになります。**

～魂に聞けば、答えは分かる～

—本当の自分に目覚める、とは？

占いなど、人に答えを求めることがクセになっている人がとても多いと感じています。それは単なる依存ですから。継続セッションの間も「こういうことがあったんですけど、どんな意味でしょうか？」「この場合はどうしたらいいですか？」といった質問をよく受けます。でも、私は答えを言いません。それに答えていると、ずっと私に頼る状態が続いてしまう。そうではなく、**自分の内側、魂に聞けば、答えは自分で分かるようになるんです。**

ヒーリングとか、レイキとかと言うと、一般的にはどうしてもフワフワしたスピリチュアルなイメージがあると思います。実際、その手のものが多いです。でも、私はそういったフワフワ系のスピは意味がないと思っています。

—意味が無い？

ええ。そういうフワフワ系の多くは「好きなこと、心地のいいことだけを求めて生きよう」みたいな感じですよ。でも、ヒーラーでもセラピストでも、いやなことを避けているだけだと、ビジネスは回らなくなっていく。仕事もいや、お金の話もいやって言っていたら生きていけない。**目を逸らし続けていても、現実は何も変わりません。**

—じゃ、モチベーションを上げて取り組むとか？

いえ。嫌なことを「大切だから」といってモチベーションを上げて取り組んだところで、ストレスが溜まるだけです。ね。**上げる必要があるのはモチベーションではなくて、エネルギーなんです。**行動ができないのは、エネルギーが下がっているから。不要なエネルギーや、エネルギー本来の流れを詰まらせているものを取り除くことで、誰でも自然と行動できるようになります。そして、本当に人生で求めているものが見えてくるようになるんです。

クライアントさんの中にも、「何も考えたくない」「息をするのもしんどい」という方がいらっしゃいます。でも、変容していく中でバンバン行動するようになって、こちらが驚いてしまいます。よく聞くのが「ストレスを感じなくなった」「イライラしなくなった」「困ることがなくなった」という感想。**エネルギーが上がって、その後も自分で調整できるようになるので、永続的な効果があります。**

ー誰でも、ですか？

はい。「マナ・マカナ」の3ステップを修了すれば、誰でも。

はじめに不要なエネルギーを手放していきながら、本来のエネルギーを上げてきます。続いて、私が遠隔でアチューンメントをします。そしてクライアントさんが自分自身でエネルギーを上げられるようになります。それらを踏まえ、最終的に自分の魂に答えを聴けるようになっていきます。**エネルギーが低くて詰まった状態では、そのエネルギーレベルで見えるものしか分からないんです。本来のエネルギー状態になって初めて、本当の意味でのミッションが見えてくる。**エネルギーを上げて、幸せに自分のミッションを生きる人を増やしていきたいと思っています。

～舞台俳優として培った「目」～

ーエネルギーを上げて現実の課題をクリアしながら、本来の自分を生きる。スピリチュアルというより、しっかり地に足が付いている感じがします。

リアルも、スピリチュアルも、どちらも等しく大切です。そう考える背景には、きっと**20年以上続けていた舞台俳優の経験**があるのだろーと思います。舞台に立つと、演じる役としての「**主観の目**」と、舞台全体を見通す「**客観の目**」の両方が必要になります。「主観の目」を持たないと役に集中して演じることが出来ません。でも、そこに「客観の目」がなかったら場の空気や一体感がつかめない。それに、役に入り込み過ぎて舞台から転落してしまう危険性だってあります。

ースピリチュアルだけだと、舞台から転げ落ちる？

そう思います。**現実から目を逸らしているのは、まさに自分の役に入り込み過ぎて、周りが見えていない状態と同じ**だな、と。周囲の人との関係や、経済状況などともしっかりと向き合っていないと。そこは、セラピストやヒーラーとして起業しようとしている私のクライアントさんにもしっかりと伝えていきます。

ーヒーラーとしての、まのさん自身の原点ってなんでしょう？

小さなころから、空に話しかけたり、木々が生きていることを当たり前と感じ取っていたりしていました。自然が一番大きなソース(源)で、自分はそのに繋がっているという感覚は、物心ついたころから当たり前になりましたね。



(ハワイ島の森で植物と戯れるまのさん)

生い立ちでいえば、両親は私が0歳のときに離婚しています。だから長い間、結婚というもののイメージができなかったですね。愛を受け取ることがとても苦手で、大人になって彼ができてもすぐに関係を壊しては、「愛に満たされない自分」を再確認していました。

私自身も2012年に離婚を経験しました。その2週間後くらいに友人が私を元気づけようと思って、「再出発パーティー」を企画してくれたんですね。共通の知り合いとか、カップルとか全部で10人くらい集めて。そこで、「なんで離婚したの？」って興味本位で聞かれて、見世物みたいにされて……。家に帰ってから、くやしくて涙が止まらなくて。離婚した自分が最低の人間みたいに思えてきて、どんどん自分を卑下するようになっていきました。地を這うナメクジみたいな気分が、それから一年間ほど続きました。

～幸せな「点」を増やす～

—地を這うナメクジ、ですか…。

もう毎日、精神的にギリギリの状態でした。友だちの一人がそんな私を見かねて、心理学のスクールを紹介してくれたんです。そこで学び始めたらどんどん状態が上がっていった。その後、ヒーリングや心の勉強を重ねて自己肯定感を上げていくなかで、彼がいても、いなくても関係なく、愛に満ち足りている自分を選択できるようになりました。地を這うナメクジだった私でも、こうしていま、ヒーリングを届けることができるんです。**エネルギーを上げれば誰でも変われるという確信は、私自身のそんな経験から来ています。**

—なるほど、説得力がありますね。最後に、まのさんが目指しているものって何ですか？

よく、ミッションとかを聞かれると「世界平和」とか答える人がいるけど、私はそんな大げさなことは思っていないんです。

世界平和というものを自分ごとに落とし込めば、「自分が幸せであること」に行き着きます。だから私は、ヒーリングを通して幸せな人を一人、また一人と増やしていきたい。**一人が幸せになると、その周囲の人も幸せになっていきますよね。そういう「点」を増やしていくことが、私のお役目だと思っています。**

(聞き手・ソウルインタビュー大村隆)

【渡辺まの】

ヒーラー。元舞台女優でキャリアは25年。現在は拠点を決めず好きな時に好きな場所で暮らしている。自身の離婚をきっかけに心理学・セラピー・タロット等を学び、ハワイ島でヒーリングを学ぶ。現在は一人一人の魂のスイッチを入れ、現実の具体的な行動に活かすためのスピリチュアルカウンセリング・講座を全国各地で行っている。

主なクライアントはセラピスト、ヒーラー、カウンセラー、会社経営者、医師、看護師、保育士、介護士、美容師、整体師、エステティシャン、デザイナー、コンサルタント、主婦、OL、など述べ600人以上。2017年にオリジナルメソッド「マナ・マカナメソッド」を開発。