

第二章

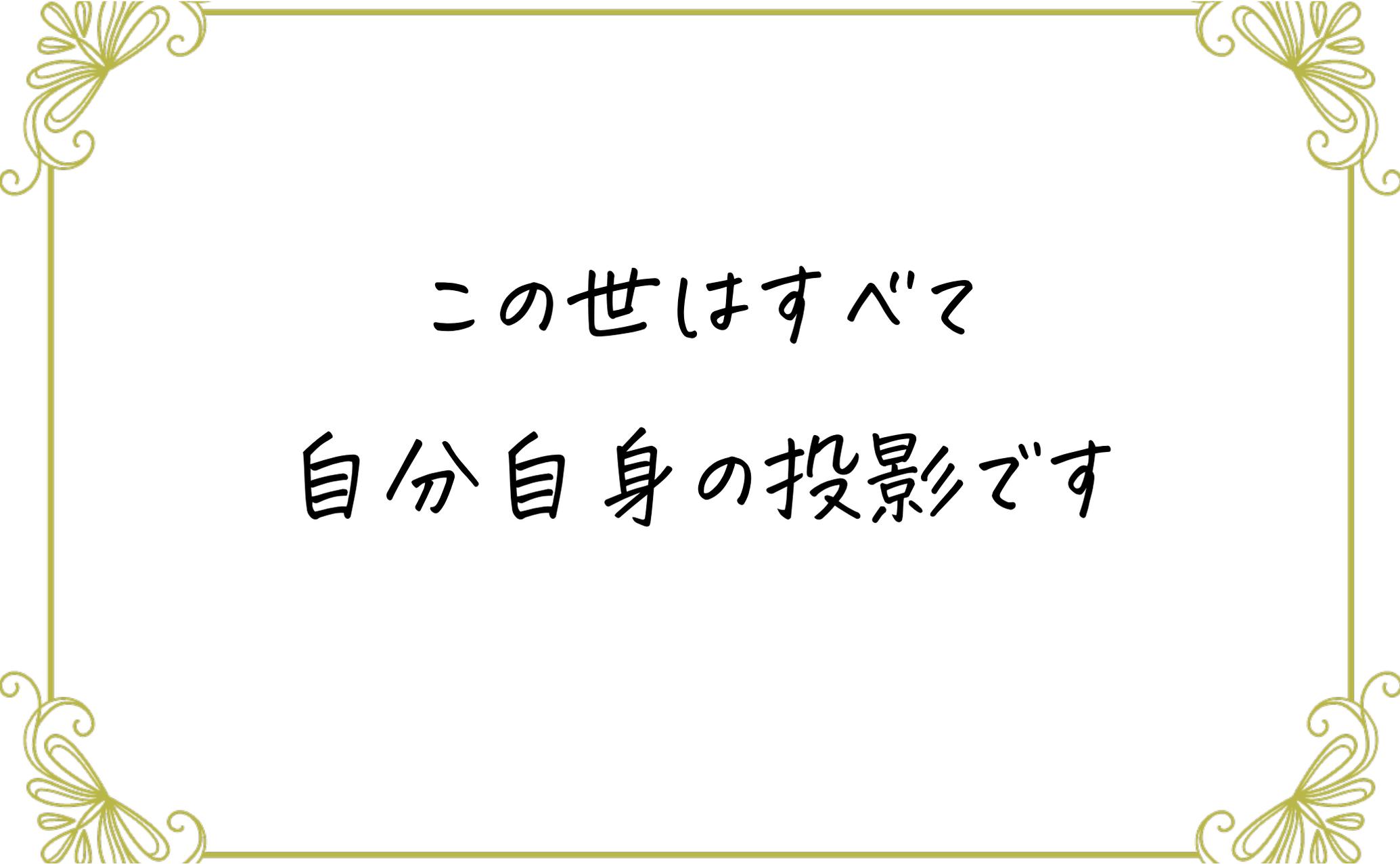
(1)

ことばの扉

シェアタイム

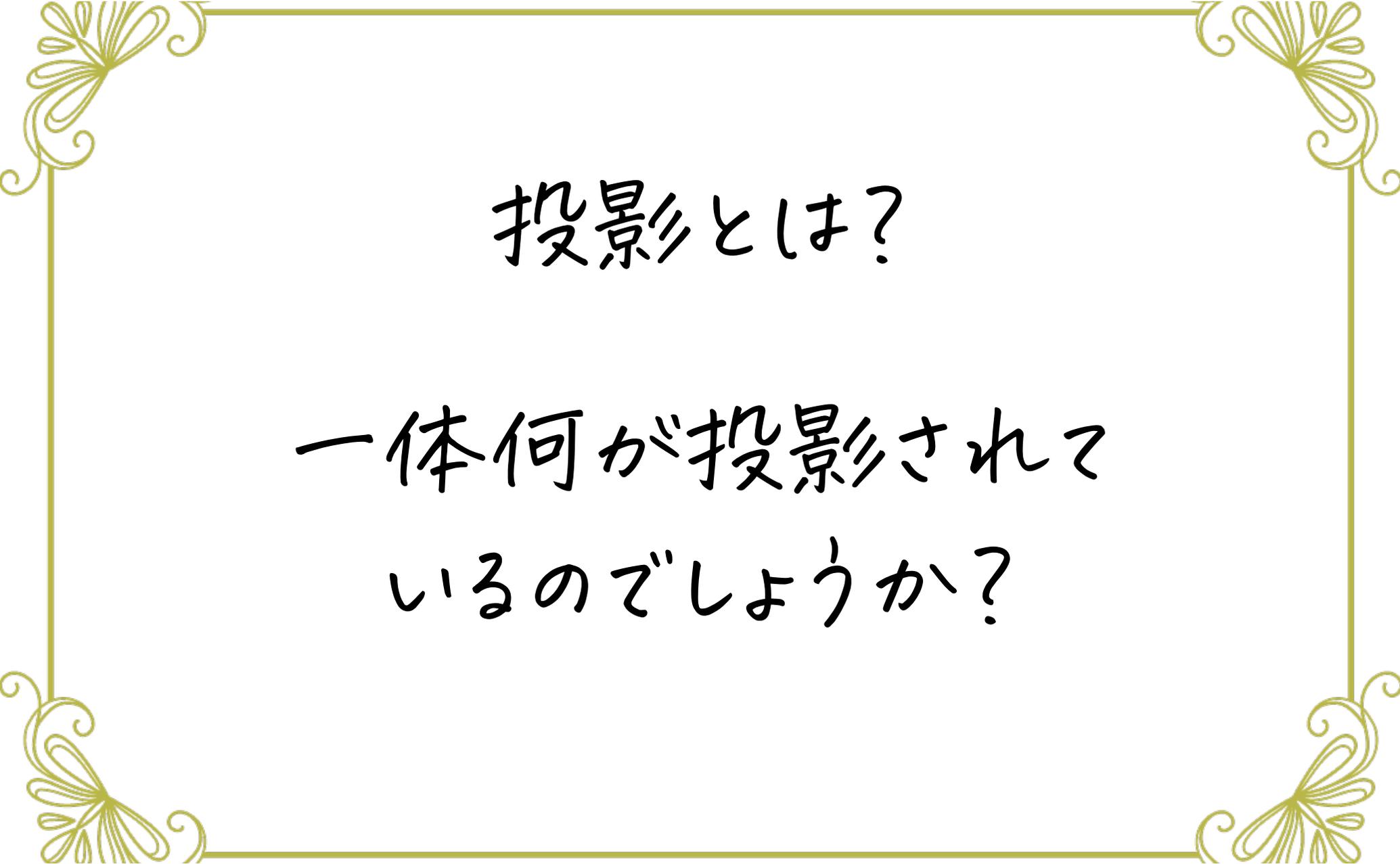
★ ここまでの感想・変化など

★ 「本当はどうしたい？」を問いかけ続け
「真我に繋がる生き方」「3つの法則」
を意識してみてもうでしたか？



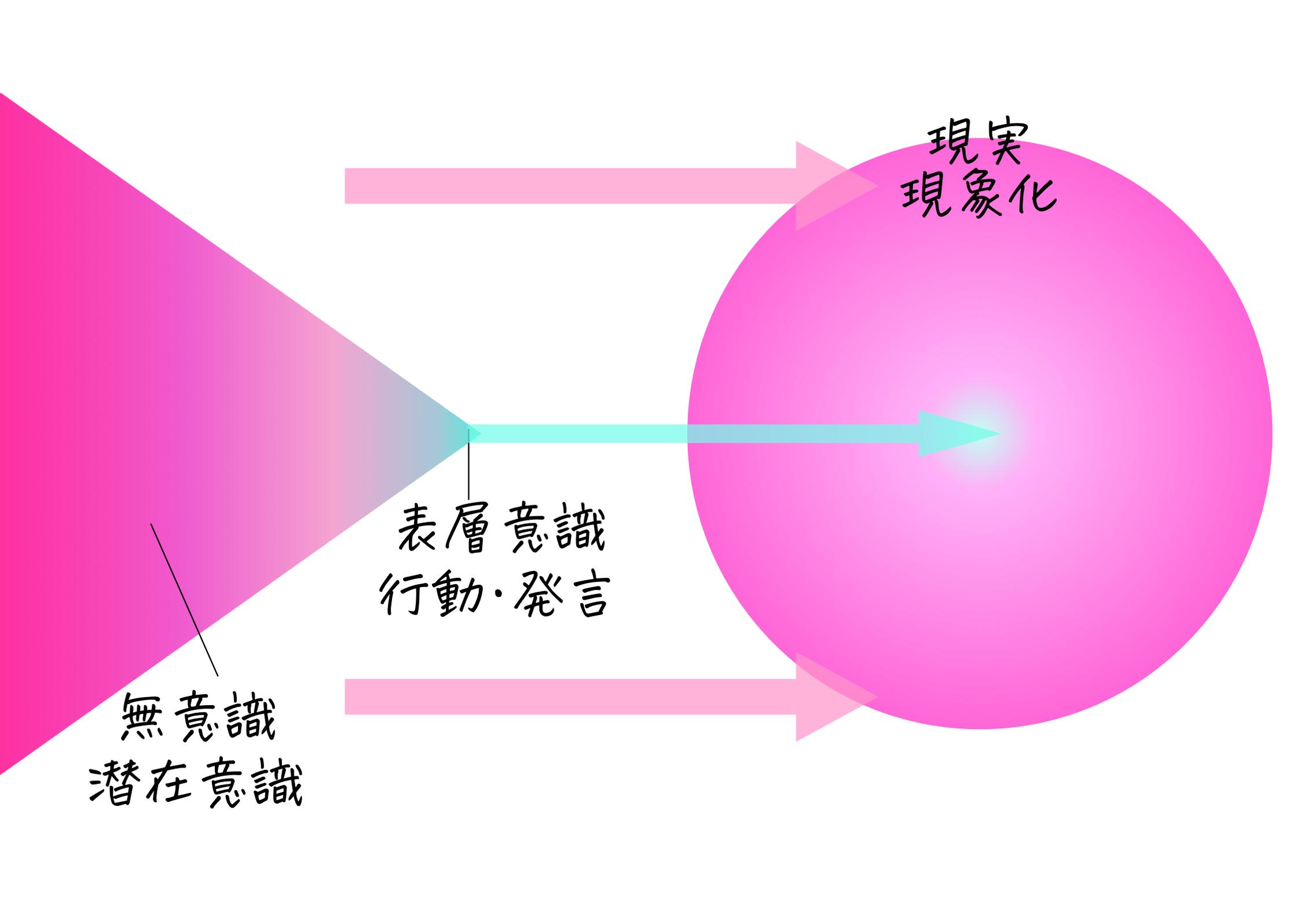
この世はすべて

自分自身の投影です



投影とは？

一体何が投影されているのでしょうか？



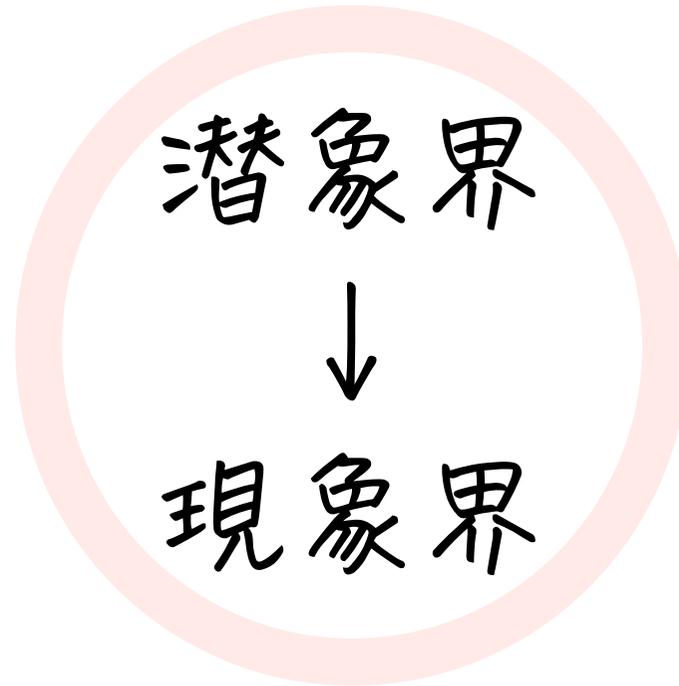
自分の潜在意識の状態は

自分では分からない



現実が投影してくれる

現実化の順番



出来事が先ではありません



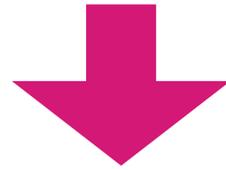
あの人に酷いことをされた
そのせいで私は不快な気分になった



もともと潜在意識にあった波動が
投影されているだけです



いいえ、私の投影ではありません
だって私は、相手に酷いことはしていないのに
相手は私に酷いことをしたんですから！



自分が酷いことをしたから
酷いことをされる
という単純な投影システムではありません

多くの方は「自分の思い込み」を
世界共通の常識、当たり前だと思っています。



あの人^が酷いことをした! →

「酷いこと」が元々この世に存在
しているわけではありません。

自分がそれを「酷いこと」と
意味付けしただけです

自我ループ

私はバカに
されている
という思い込み

潜象界

現象化

友人からの発言

思い込みの作用によって
バカにされている
という意味にしか捉えられない

強化・ループ

より一層
私はバカにされている
という思い込みが強まる

自我ループからの脱出方法

私はバカに
されている
という思い込み
潜象界



友人からの発言
バカにされている
と感じた自分を内観する



新しい捉え方



新しい思い込み
の構築

絶対〇〇だ!と自分が決めつけていること
それが当たり前だと思っていることは何ですか?

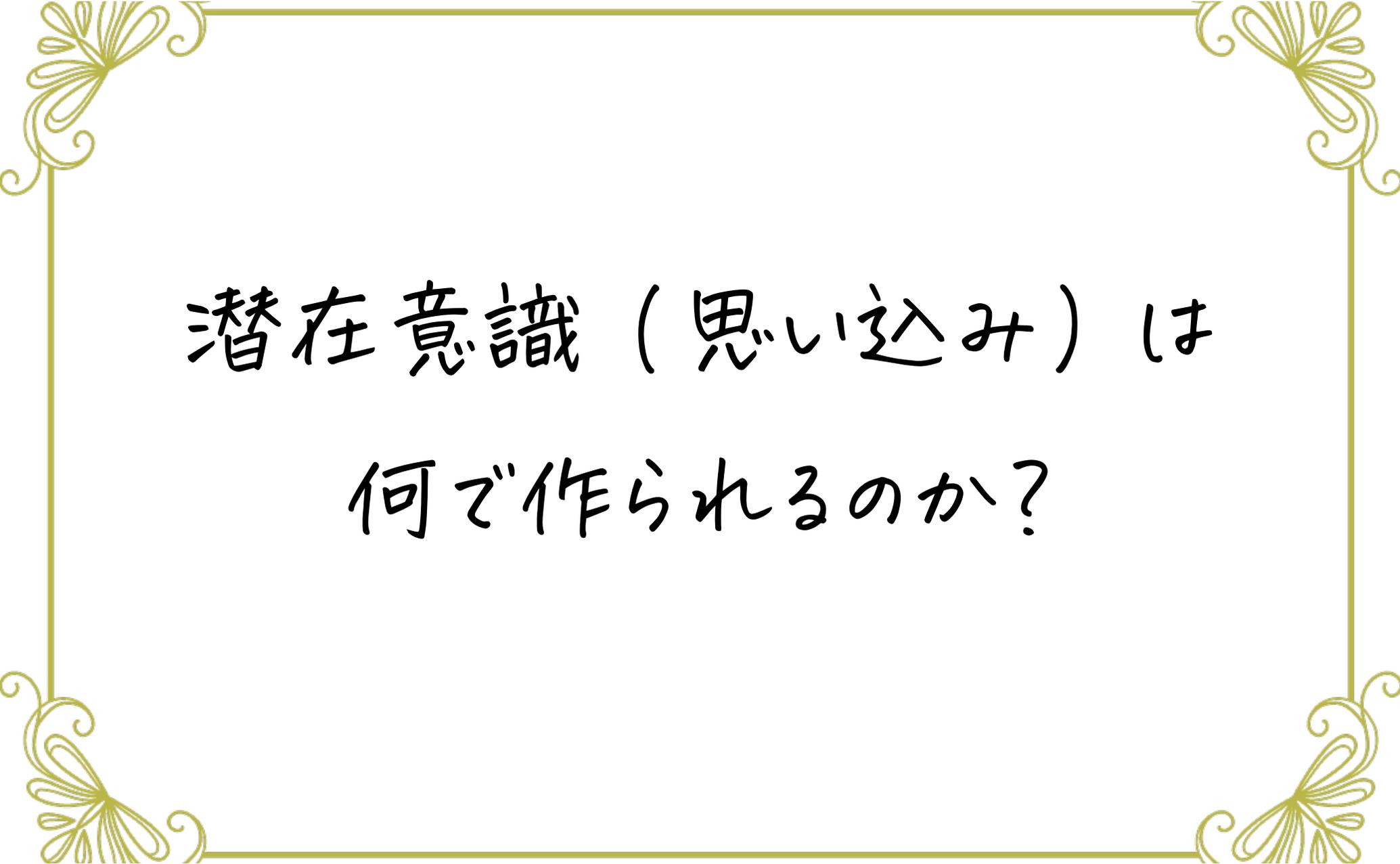
<例>

- ・40歳をすぎたら、絶対すぐに老眼になる!
- ・電車で座っている若者は、親の教育が悪いとしか思えない。
- ・レストランに一人で入るのは、惨めだ。
- ・既読スルーされたら、嫌われてるという意味だ。

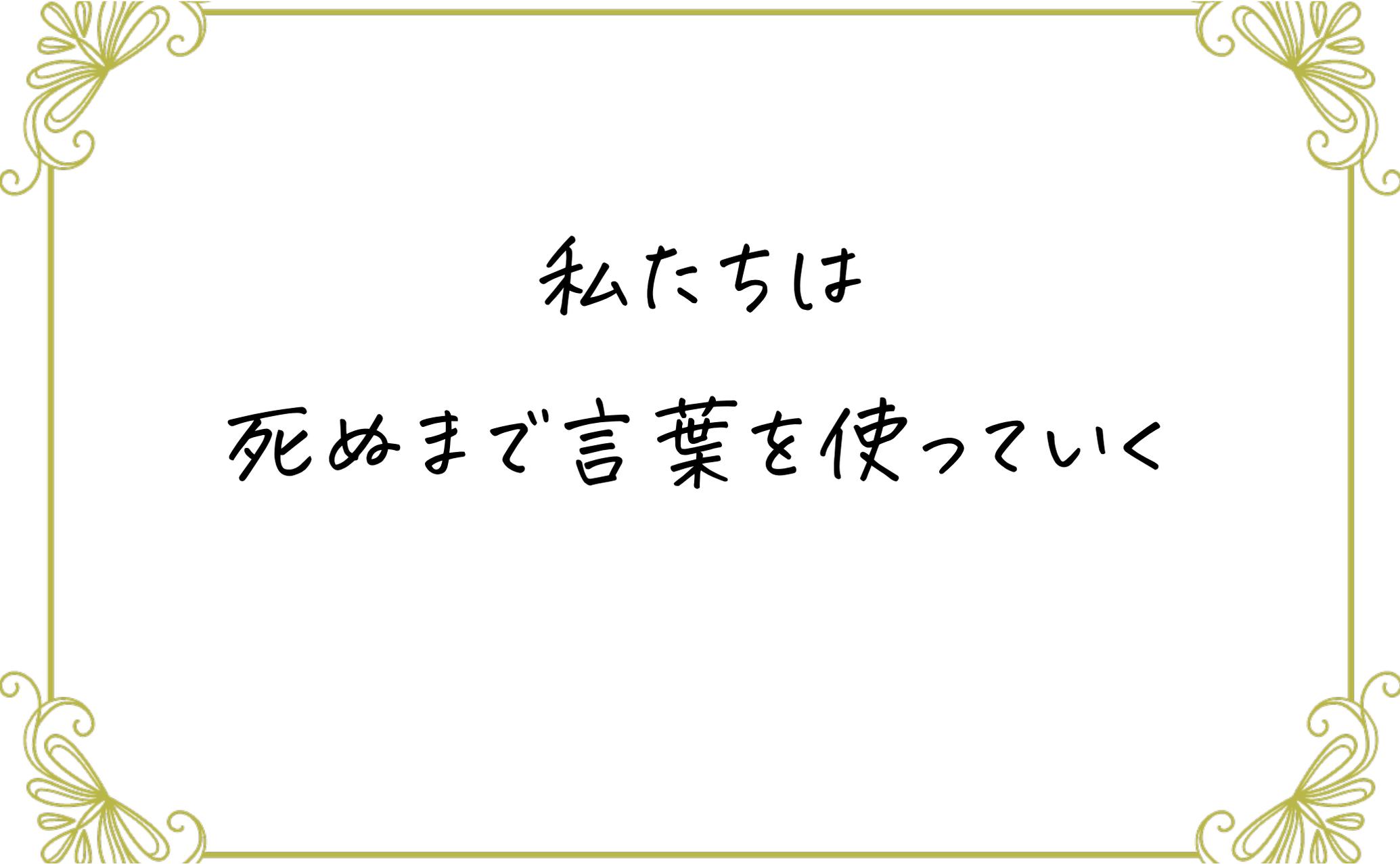
・全て、自分の思い込みが現実を創っていると知る。

・現実に元々ついている意味はない
自分で意味付けしているだけだと気づく
(自分が思い込んでるだけ)

自分の思い込みを知り
新しい思い込みを創る



潜在意識（思い込み）は
何で作られるのか？



私たちは

死ぬまで言葉を使っていく

- 初めに言葉があった
- 言葉は神と共にあった
- 言葉は神であった
- この言葉は初めに神と共にあった
- 万物は言葉によって成った
- 言葉によらずに成ったものは何一つなかった

『新約聖書』 「ヨハネによる福音書」 (冒頭部分)

無意識の思考=1日6万回

無意識の決断=1日3万5千回

無意識のイメージ=1日8万情報

無意識の

自動リポート再生が

潜在意識に蓄積される



発言や思考の言葉の繰り返し



潜在意識による自動リポート



思い込みとして固形化

脳の中で

ジャッジ的な現状分析

過去分析

を言葉にし続ける人

善悪上下優劣の次元

自我ループ/現状ループ

脳の中で

望む状況や

未来へのワクワク

を言葉にし続ける人

ニュートラルな次元

新しい現実創造

あなたは日頃
どんな言葉を使っていますか？

自分の口癖に気づいてみましょう

頭の中の言葉は
潜在意識に入れている言葉です

身体は、食べたもので造られる
人生は、言葉によって創られる



「味覚が喜ぶ食べ物」と

「身体が喜ぶ食べ物」が

かけ離れている人は

潜在意識と顕在意識がかけ離れている

「頭の中の言葉」が
「魂が喜ぶ言葉」に
なっていない人は

潜在意識と顕在意識がかけ離れている

エゴは、過去の自動リポートで
カロリー消費を抑えようとしています。

つい食べちゃう
つい言っちゃう
つい考えちゃう

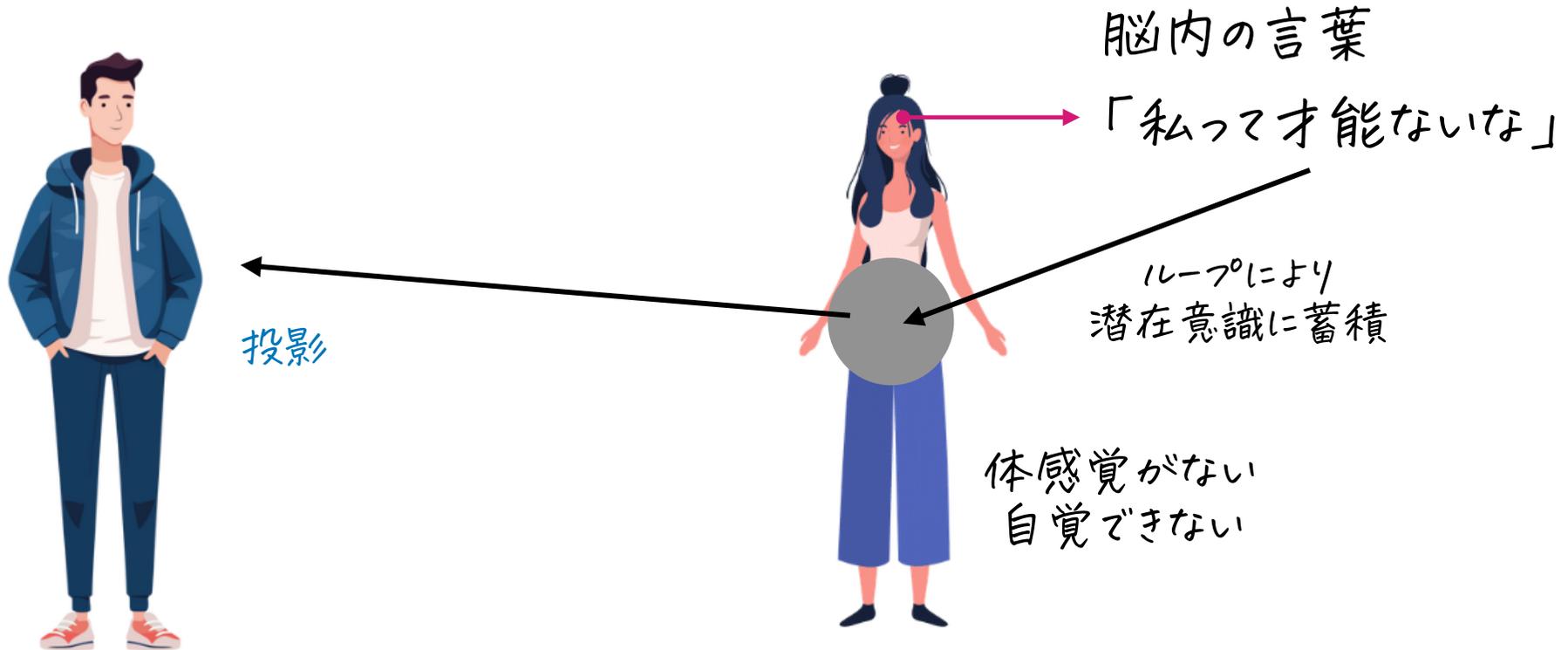
けれど、本当は辞めたい・変えたいこと
を書き出しましょう！

エゴに命を乗っ取られている状態

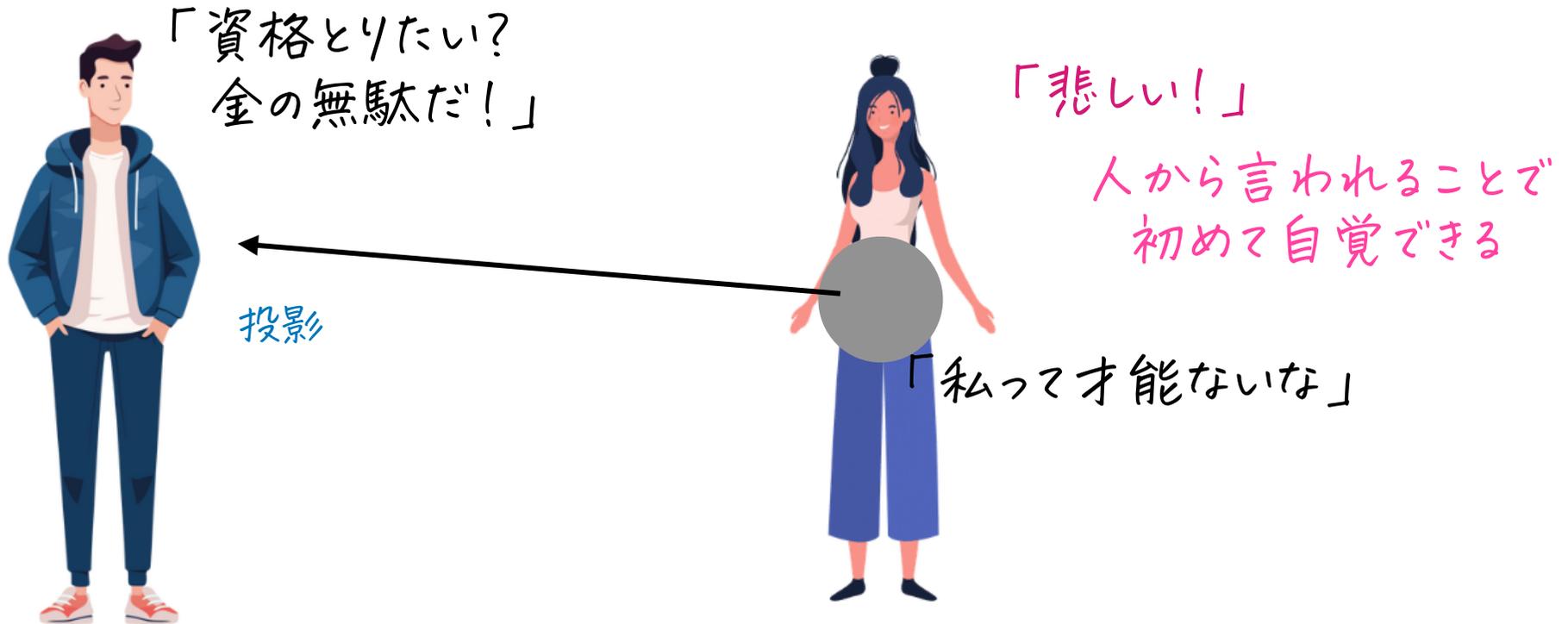


意識を使って
人生の主導権を握る
= 気づき

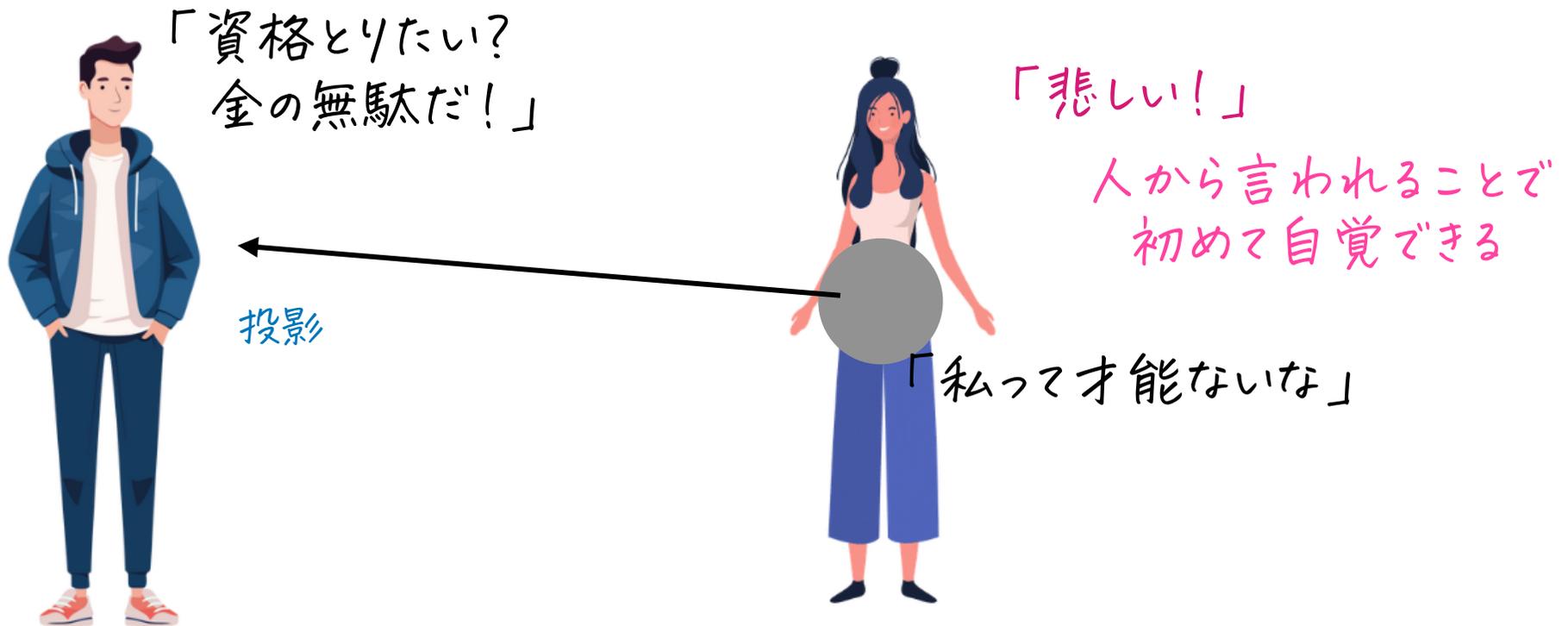
人が自分の内側を気づかせてくれる



人が自分の内側を気づかせてくれる



人が自分の内側を気づかせてくれる



人から言われる言葉は、自分が自分に言っている言葉です。

脳内言語の法則

人に伝える言葉は
自分が言われて嬉しい言葉にするべきです。

頭の中の言葉は
自分が言われて嬉しい言葉にするべきです。

脳内言語の法則

最近言われて傷ついた言葉はありますか？

→自分に言ってしまった言葉は何ですか？

脳内言語の法則

今日から頭の中の言葉は
恋人から言われたい言葉
だけにしましょう!!!



脳内言語の法則

今日から自分に徹底的に入れる
「マントラ」
を考えましょう！

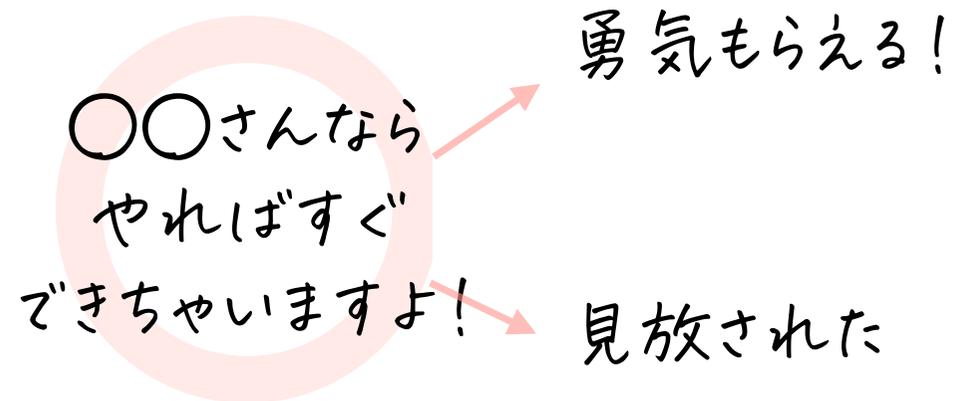
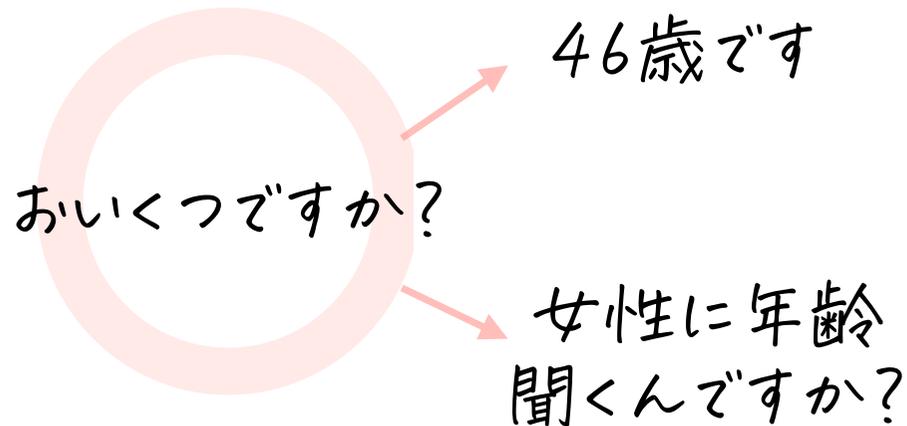


言葉の奥の情報空間を知る

言葉の定義を内観しよう！

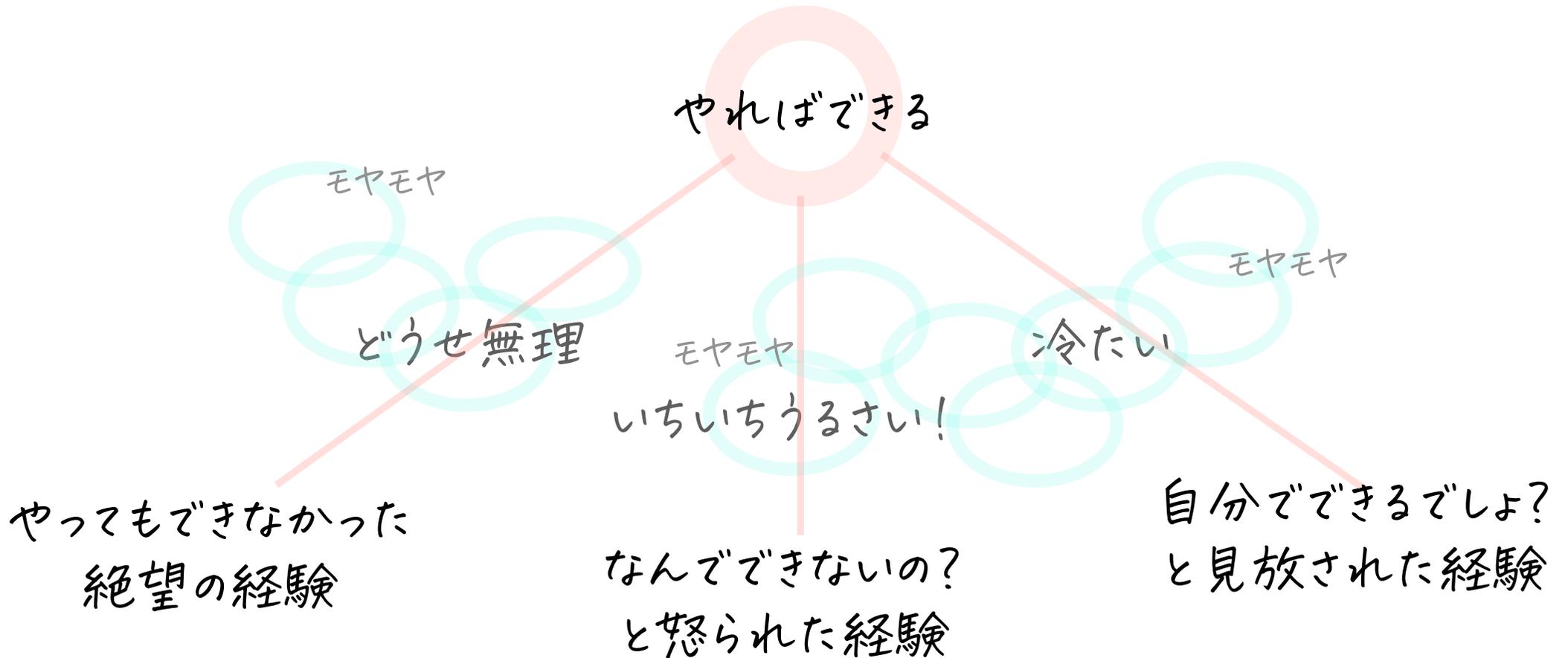
言葉の奥の情報空間を知る

同じ言葉でも、人によって受け取り方が全くちがいます。



言葉の奥の情報空間を知る

言葉にはそれぞれ、意味（イメージ）がアンカリングされています



言葉の奥の情報空間を知る

自分が特別に反応する言葉

自分にとってなぜか不快な言葉

一番言われたくない言葉

むずむずする・歯が浮くような言葉

言うと変な汗をかく言葉

言われると恥ずかしくなる言葉

必要以上に抵抗感を感じる言葉

言葉の奥の情報空間を知る

言葉にどのようなイメージが潜んでいるのか
書き出してみましよう！

369ワード

愛されてる人	純粹無垢な人
愛情深い人	無邪気な人
喜ばれている人	気遣いのできる人
優しい人	お茶目な人
誠実な人	包容力のある人
真面目な人	天然キャラ
マイワールドがある人	責任感の強い人
穏やかな人	正義感のある人
謙虚な人	信頼されている人
素直な人	おっとりしてる人

我慢強い人	マイペースな人
忍耐力がある人	涙もろい人
器が大きい人	よく笑う人
存在感のある人	陽気な人
自信に満ち溢れている人	頭の良い人
情が厚い人	素朴な人
義理堅い人	カッコイイ人
親切な人	論理的な人
面倒見が良い人	洞察力がある人
情熱的な人	勢いに乗ってる人

堂々としている人	器用な人	天才	説得力がある人	ママ
地頭が良い人	センスがある人	楽観主義	友達が多い人	お父さん
オーラがある人	応用力がある人	魅力的な人	友達が少ない人	父
着眼点が鋭い人	柔軟性のある人	愛嬌がある人	信念を持っている人	パパ
おおらかな人	頼りがいのある人	華のある人	自分大好きな人	お兄ちゃん
飲み込みが早い人	テキパキしてる人	色気がある人	利他の精神の人	兄
勘が鋭い人	おもしろい人	落ち着いた雰囲気の人	ブレない人	弟
役に立ってる人	人気者	人懐っこい人	芯がある人	妹
すごい人	モテる人	雰囲気がいい人	自信がある人	おじいちゃん
えらい人	幸せな人	ムードメーカー	過去を振り返らない人	祖父
能力者	運が良い人	自然体な人	自己肯定感が高い人	おばあちゃん
勤勉な人	ラッキーな人	オーラがある人	のんびり屋さん	祖母
几帳面な人	お金持ち	慎重な人	努力を惜しまない人	姪っ子
行動力のある人	資産家	尊敬されてる人	プライドが高い人	甥っ子
実行力がある人	成功者	気さくな人	プライドが低い人	兄弟
リーダーシップがある人	創始者	コミュカが高い人	夢を語る人	姉妹
決断力がある人	オーナー	聞き上手な人	個性的な人	旦那
粘り強い人	投資家	共感力が高い人	諦めない人	奥さん
努力家	マニア	仲間が多い人	お母さん	嫁
成果を出せる人	専門家	お笑いキャラ	母	姑

おじ	支援者	表現者	男性性	夢を叶える
おば	協力者	生徒	忙しい人	遊ぶ
いとこ	味方	弟子	暇な人	楽しむ
親戚	先生	オーガナイザー	働く	笑う
祖父母	師匠	スーパーバイザー	稼ぐ	受け取る
夫	メンター	役員	儲ける	休む
妻	先輩	会長	売る セールス	表現する
子ども	後輩	アルバイト	計画する	発言する
大人	門下生	顧客	準備する	生み出す
若者	上司	お客様	集中する	集める
友人	部下	クライアント	提案する	リサーチする
親友	同僚	取引先	報告する	観察する
仲間	リーダー	取締役	相談する	アイデアを出す
相棒	マネージャー	強い人	頼りにする	出会う
恋人	部長	繊細な人	チャレンジする	別かれる
パートナー	社長	華やかな人	目標を立てる	断る
ソウルメイト	経営者	ADHD	達成する	語り合う
運命の人	起業家	HSP	成功する	意見を聞く
ビジネスパートナー	会社員	引きこもりな人	成長する	分かち合う
理解者	アーティスト	女性性	学び続ける	チームワーク

助ける	育てる	あきらめない	大切にされる	優勝する
支える	教える	ブラッシュアップ	信頼される	意見を求められる
協力する	学ぶ	変化する	共感される	何でもできると思われる
励ます	誉める	前進する	興味を持たれる	能力が高いと思われる
応援する	やってもらう	信じる	頼られる	美しい・カッコイイと思われる
見守る	お願いする	夢を叶える	歓迎される	可愛がられる
共感する	説明する	愛される	待たれる	親近感を持たれる
信頼する	お世話する	認められる	選ばれる	共感される
感謝する	リラックスする	褒められる	喜ばれる	任される
祝う	癒す	支えられる	必要とされる	心配される
笑い合う	治す	助けられる	尊敬される	あいしてる
愛する	整理整頓する	応援される	慕われる	ありがとう
抱きしめる	ケアする	感謝される	選ばれる	やったー
寄り添う	行動する	励まされる	教えてもらう	本当に？
スキンシップ	願う	癒される	意見をもらう	すごいね！
一緒に過ごす	目指す	お金をもらう	気にかけてもらう	おもしろいね
気遣う	計画する	プレゼントをもらう	見守られる	初めて聞いた
大切にす	挑戦する	お祝いされる	注目される	しらなかった
伝える	努力する	抱きしめられる	話しかけられる	何で知ってるの？
共に歩む	続ける	受け入れられる	表彰される	そうなんだ！

なるほど!	ビジネス		
うれしい!	集客		
びっくりした	SNSで発信する		
信じられない!	利益を出す		
素敵だね	副業をする		
いいね!	有給を使う		
楽しいね	子育てしながら		
尊敬する	家族の理解を得る		
助かったよ	自分の能力でお金を稼ぐ		
感動した			
最高!			
さすが!			
知らなかった!			
もっと教えて!			
納得!			
いいこと聞いた			
それ面白い!			
あなたのおかげ			
大好き			
わかる!			

私は何を思い込んでいるってこと？

それをどのように変えますか？

思い込みやイメージを変える トーラス瞑想（言葉）



② 鼻からしっかり吐きながら
言葉に対する新しい
イメージを感じながら
卵形に広げて会陰に戻す

① 自分に入れる言葉を言いながら
会陰の締め上げ・息を吸う

① ②を繰り返す

Daily work

LINEで報告

(1) トーラス瞑想 (言葉) (1日15分)

(2) 言葉を観察して不必要な「口癖・思考癖」
を見つける

(3) 脳内の言葉を、徹底的に変える！
自分のマントラを唱え続ける！

意思の法則

表面だけの反応で生きている

反応的な振動だけ

奥が振動していない

自らの振動がない

自らの振動=意志の力

常に自分の意志を込める

ただ「決めて選んでる」という表面のことではない

奥深くからの意志の力を

込めているかどうか

意志を連続させる練習

すべてに「絶対に」：とつける

現代は脳の表層意識だけが発達している

地球も同じ

表面ばかりが発達して、建物が立っているけど

自然の深いところと繋がってない

ゲームも同じ

脳の表面が高速で情報処理していて

それで満たされた気になるけど

深い感動 命の躍動がないのかもしれない

自分の意識進化のために、いろんな人が登場して演技してくれる

○ビューティフルステート

必要な全てが瞬時に流れる

サファリングステート

滞っている

この行ったり来たりをしないで

ほとんどの時間をビューティフルステートでいる

ビューティフル

サファリング

どちらから考え行動しているのか

今に感謝する時

未来の可能性として今を感謝するのか

これで諦めると言う意味で感謝するのかすか