



オリジナルコース

自分で自分の答えが
引きだせるようになる

【講義・レクチャー】



前回の復習

音叉セラピー10の効果

- ① 心・体・魂のチューニング
- ② 心のブロック解除
- ③ 自然治癒力を高める
- ④ 脳内疲労をリフレッシュ
- ⑤ 雑念が取り払われ集中力が増す（音叉瞑想）
- ⑥ エネルギー（周波数、氣、オーラ）の浄化と調整
- ⑦ チャクラの調整、活性化
- ⑧ 外部からのネガティブなエネルギーや感情の除去
- ⑨ 潜在意識とアクセスできる
- ⑩ 人生を10倍楽しめる

チャクラオンサセラピー



285HZ	第0チャクラ	地球、物質的エネルギーの循環
396HZ	第1チャクラ	健康、生命の維持、土台や基盤作り
417HZ	第2チャクラ	人や社会との関係性や繋がり
528HZ	第3チャクラ	自己肯定感、自分と人を尊重する
639HZ	第4チャクラ	心を開き、許し、無償の愛を与える
741HZ	第5チャクラ	表現力の向上、コミュニケーション力
852HZ	第6チャクラ	直感、本質、ビジョンを創造する力
963HZ	第7チャクラ	高次元、宇宙意識とつながる
174HZ	第8チャクラ	意識の拡大と使命への受け入れ

チャクラ音叉セラピー

①テーマを決める

(例：体がより元気になるために必要な音叉を教えてください。)

②質問しながらチャクラを2つ選ぶ

(例：第0チャクラですか？第1チャクラですか？…)

③引き出されたチャクラから必要なメッセージを受け取る

(例：左側にありますか？上の部分にありますか？1番から5番の中にありますか？)

④引き出された2つの音叉を、出てきたメッセージをイメージしながら鳴らす

(手順：目を閉じて深呼吸して、メッセージをイメージする。音叉を鳴らして音が心地よい響き、変わるまで鳴らす。深呼吸して、最後は自分の両耳もとに音叉を響かせて終了)

⑤もし何かアイデアが浮かんできたら、必ず書き留める

チャクラ音叉のテーマの例文

- ・今夜ぐっすり眠れるために必要な音叉を教えてください。
- ・心のアンバランスを調整するために必要な音叉を教えてください。
- ・脳内疲労を取り除いてクリアにするために必要な音叉を教えてください。
- ・今から瞑想するときに一緒に鳴らすと最適な音叉を教えてください。
- ・自分のエネルギーを浄化するために必要な音叉を教えてください。
- ・外からのネガティブな邪気を取り除くために必要な音叉を教えてください。
- ・お金の豊かさを受け取るために必要な音叉を教えてください。
- ・今日これからの大事なミーティングで、私にとっても相手にとっても最高最善なミーティングになるために必要な音叉を教えてください。

本日得られること



自分で自分の答えが引きだせる
ようになる【講義・レクチャー】

3 回目

- ①ボディ音叉の効果を理解し、使い方を習得して、心・体・魂をさらに軽やかになる方法を身につける。
- ②自分の体をスキャンして、どこに体の滞りがあるか明確にわかる。
- ③体の滞りを取る方法を知ることができ、体に溜まったネガティブな感情や痛みなどを解放して、元の氣＝元氣になる方法を身につける。
- ④レイキヒーリングで、心体魂を癒して満たされる感覚を実感する。

内容



自分で自分の答えが引きだせる
ようになる【講義・レクチャー】

3 回目

- ①ボディ音叉の効果と使い方
- ②体のスキャン方法
- ③体の滞りを取る方法
- ④遠隔レイキヒーリング



この時間が終わった時に、
どんな状態になっていたら最高ですか？



内容



自分で自分の答えが引きだせる
ようになる【講義・レクチャー】

3 回目

①ボディ音叉の効果と使い方

②体のスキャン方法

③体の滞りを取る方法

④遠隔レイキヒーリング

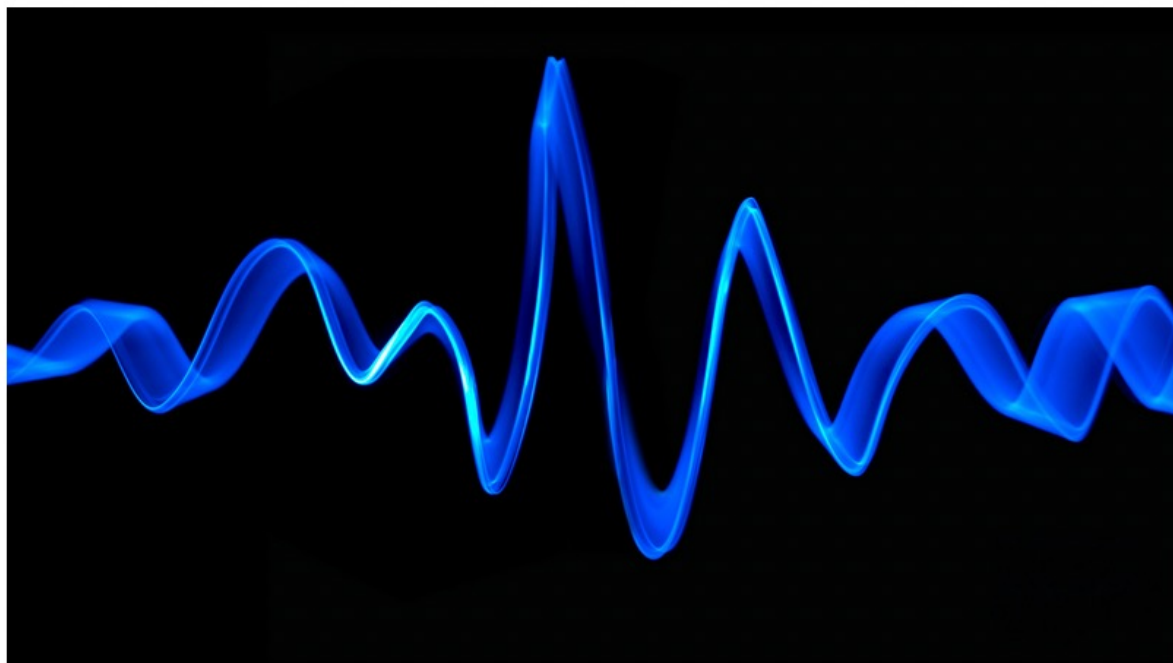


ボディ音叉



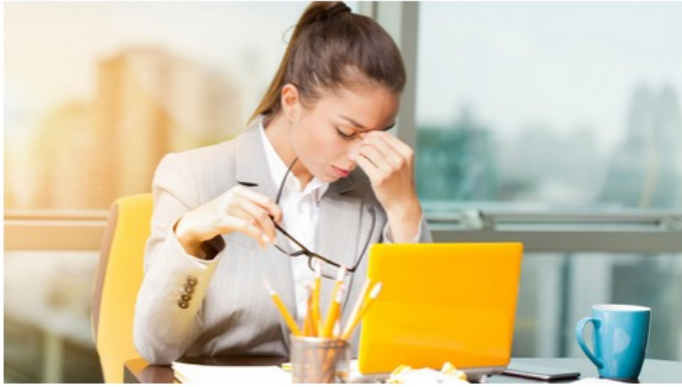
136.1Hz 「宇宙の始まりの音」 「地球の原初音」と言われ
宇宙エネルギーの波動、地球の基本周波数に合わせてチュー
ニングされている。不調和なものを調和に導いてくれる。
DNAを修復するミラクル周波数。

ボディ音叉の特徴



低音の振動で体に入り込みやすいこと。
振動を体の細胞レベルに働きかけ、体に溜まった
ネガティブな感情や痛みまでも解放する。

こんな時に使うと効果的



体が重たくダルい



体に痛みがある



人を癒してあげたい



ネガティブな感情を
感じやすい



古傷が痛む



ペットを癒して
あげたい

ボディ音叉の使い方

- 持つのは、柄（取っ手）の部分
- おもりの部分を棒の丸い部分でしっかり叩く
- 凝っている部分や疲れが溜まっている場所にあてていく
- 振動がとまったら又あてていく

* 滞っている場所だと振動が鈍かったり、すぐ響きがおさまったりする場合がある。

* 基本は1ヶ所につき、3回ほど。

痛みが強い場合などは、10分ほどあてても良い。

迷うようなら、筋反射テストで聞いてみるのが最適。

- ゴムつきは、長くあてていきたい場合や全体的に響かせたい場合に用いる。ピンポイントであてていきたい場合はゴムを外す。

顔へのボディ音叉の効用

アゴ：不安な状態から満たされる状態へ

口角：イライラを解消してリラックス状態へ

目の下：恐れからの解放

クマの改善や視力回復

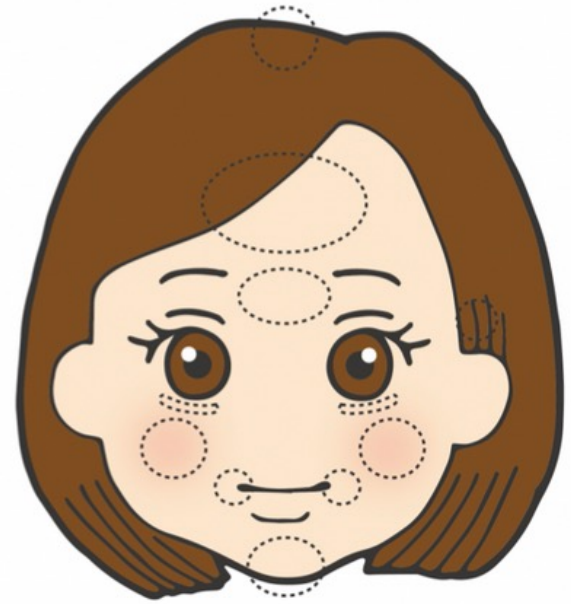
こめかみ：考えすぎな状態から直感力が冴える状態へ

眉間：ジャッジしてしまう状態から本質を見れる状態へ

おでこ：過去に囚われた状態から今に生きる状態へ

百会：アンテナをはり引き寄せ力アップ

視野の狭い状態から意識の拡大へ



内容



自分で自分の答えが引きだせる
ようになる【講義・レクチャー】

3 回目

①ボディ音叉の効果と使い方

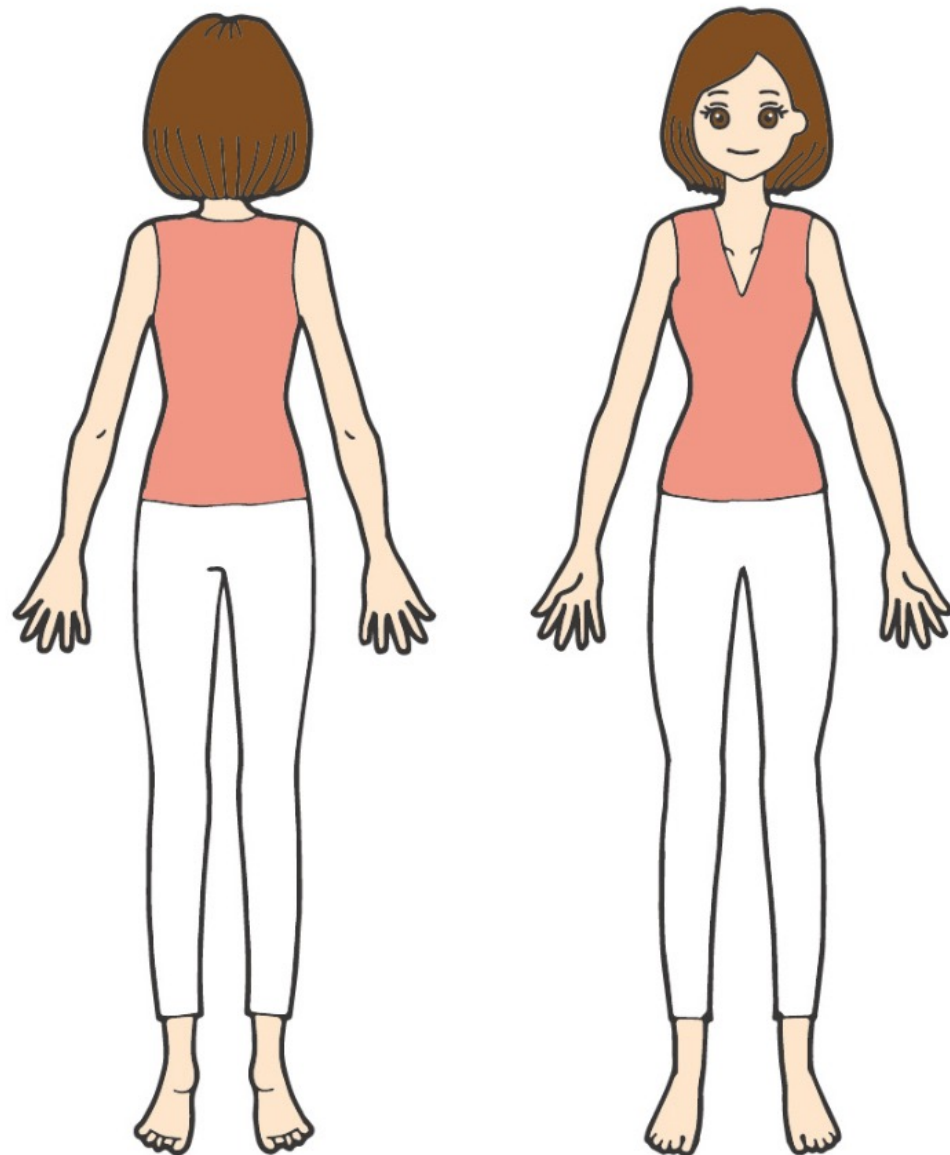
②体のスキャン方法

③体の滞りを取る方法

④遠隔レイキヒーリング

ボディスキャン

- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。
- ④滞りがある場所にボディ音叉を行う。
- ⑤もう一度、滞りをチェックして反応がなくなっていれば滞りがない証拠。
- ⑥自分のエネルギーをイラストから自分に戻して終了。

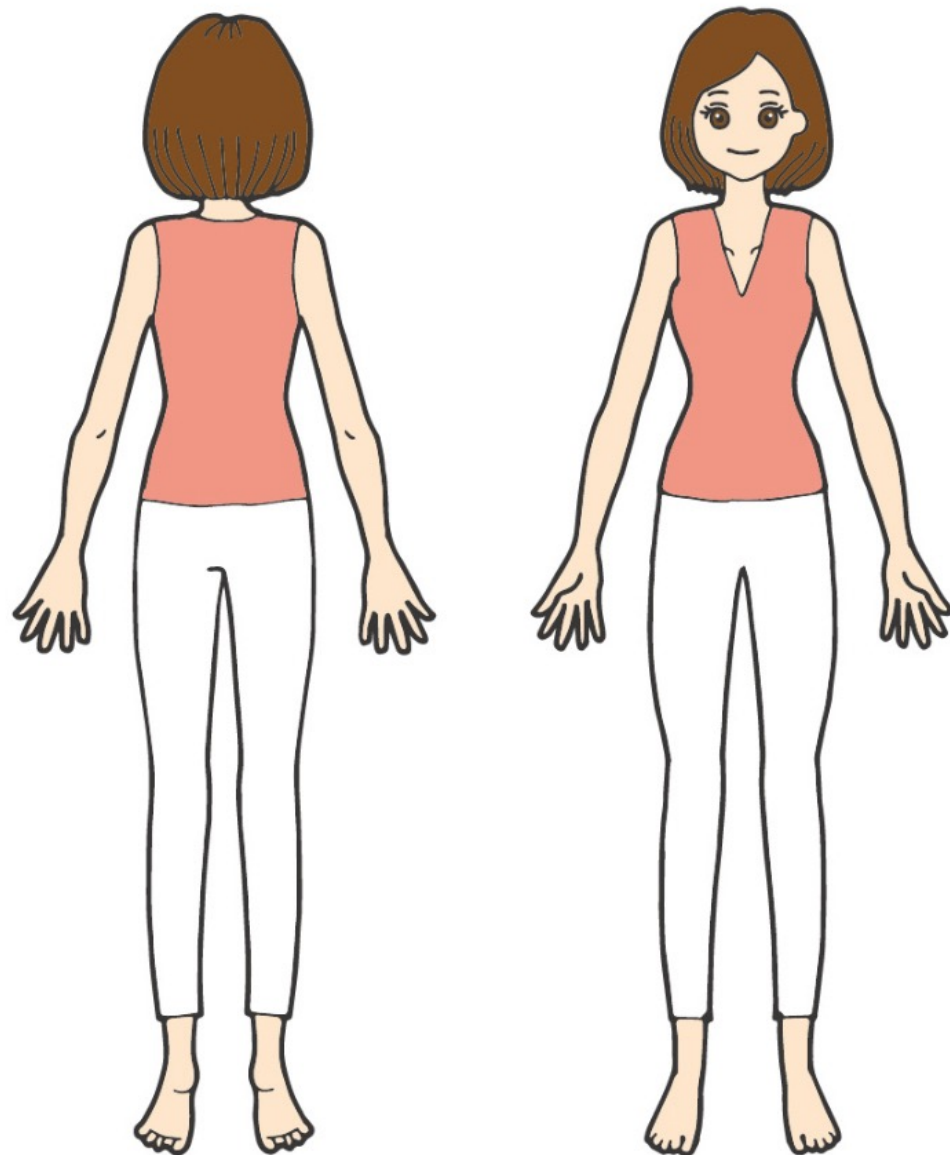


筋反射の前準備

- ⑤ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す
- ①体を統括している督脈と任脈を整える
- ②体の横軸、縦軸、前後軸を整える
- ③水分を十分にとる
- ④顕在意識にも、意思表示をして認識させてから始める
- ⑤反転していないか事前に確認してから筋反射テストを始める

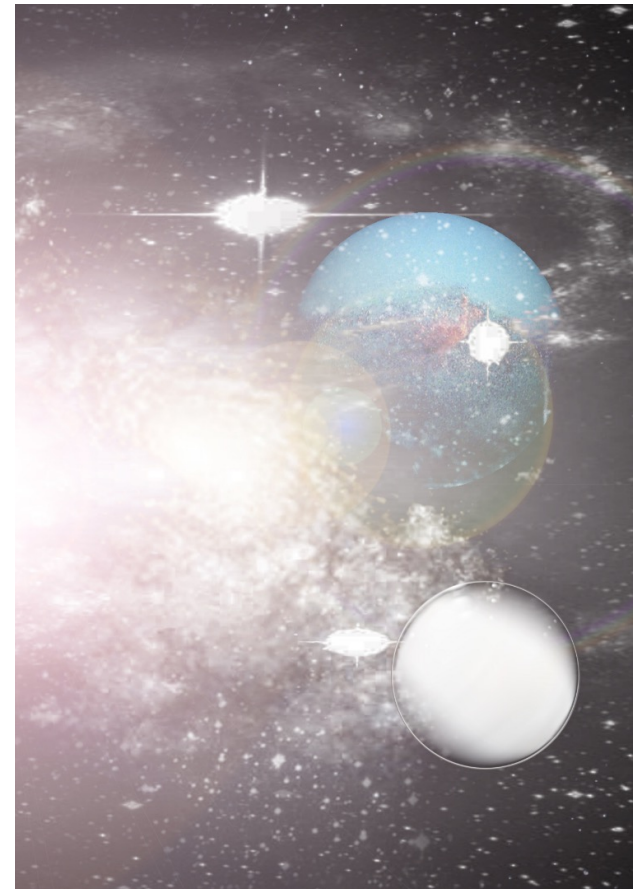
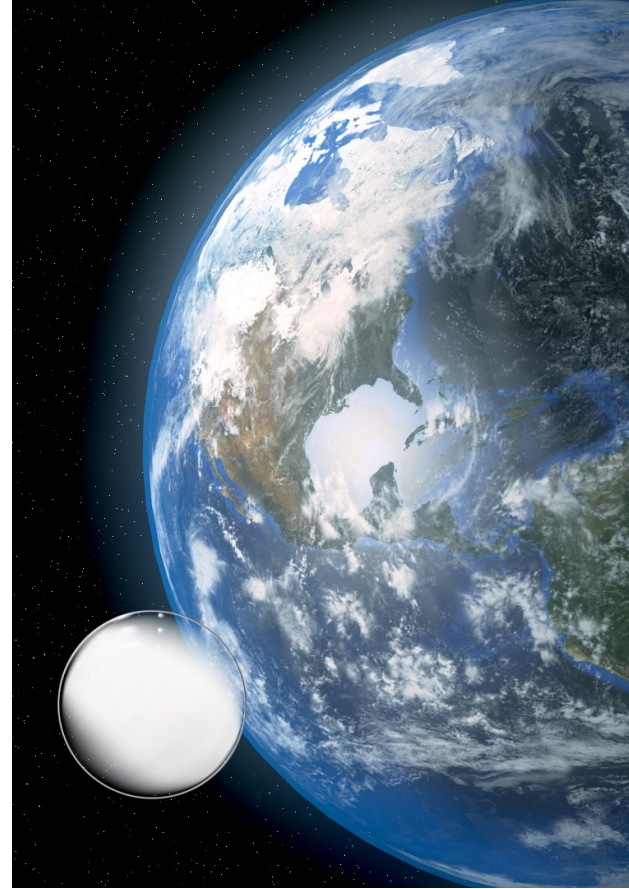
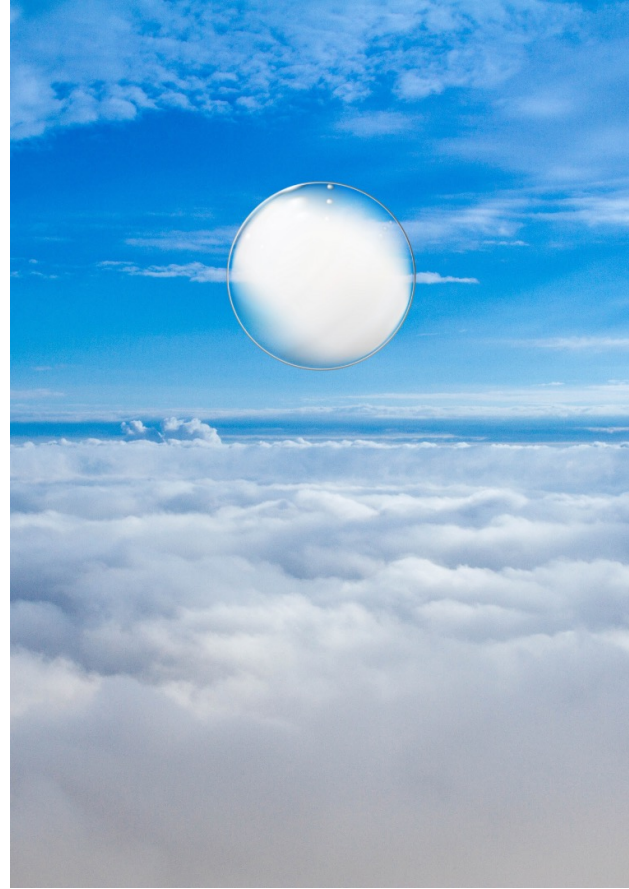
ボディスキャン

- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。
- ④滞りがある場所にボディ音叉を行う。
- ⑤もう一度、滞りをチェックして反応がなくなっていれば滞りがない証拠。
- ⑥自分のエネルギーをイラストから自分に戻して終了。



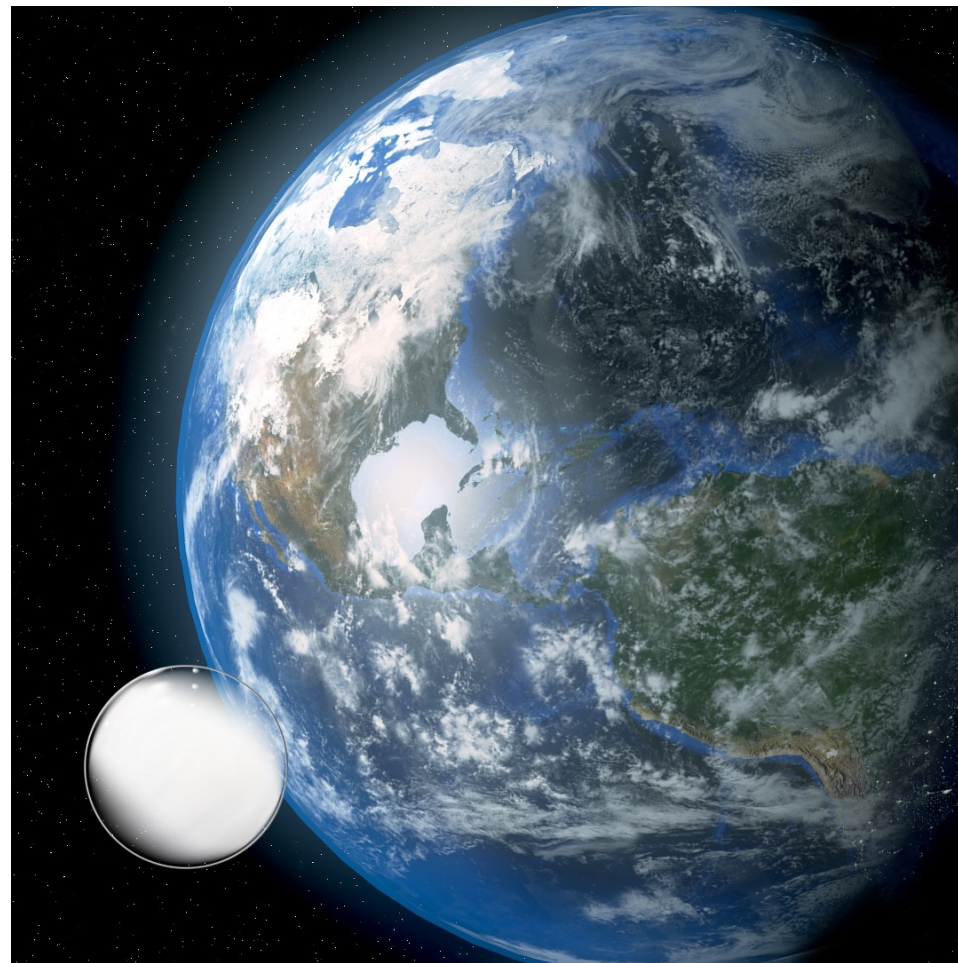
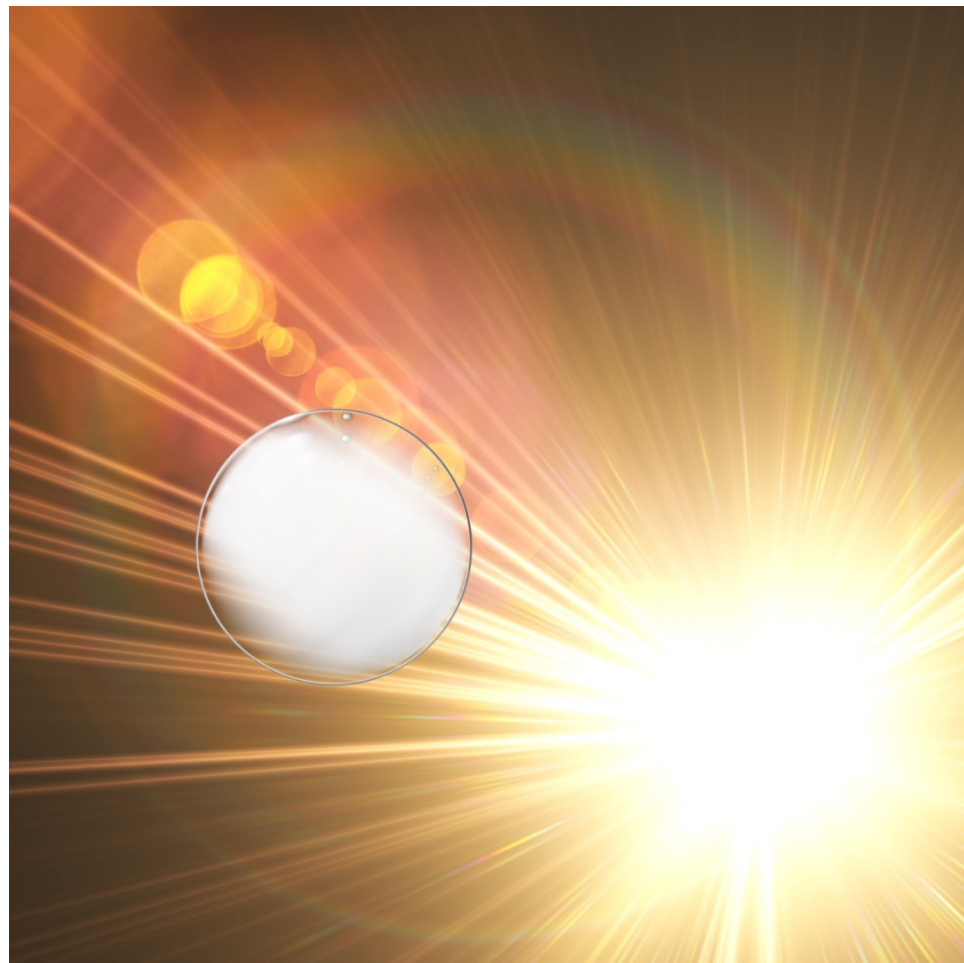
A. まず目を閉じて、自分の中の光
（白い球）みたいなものをイメージする。



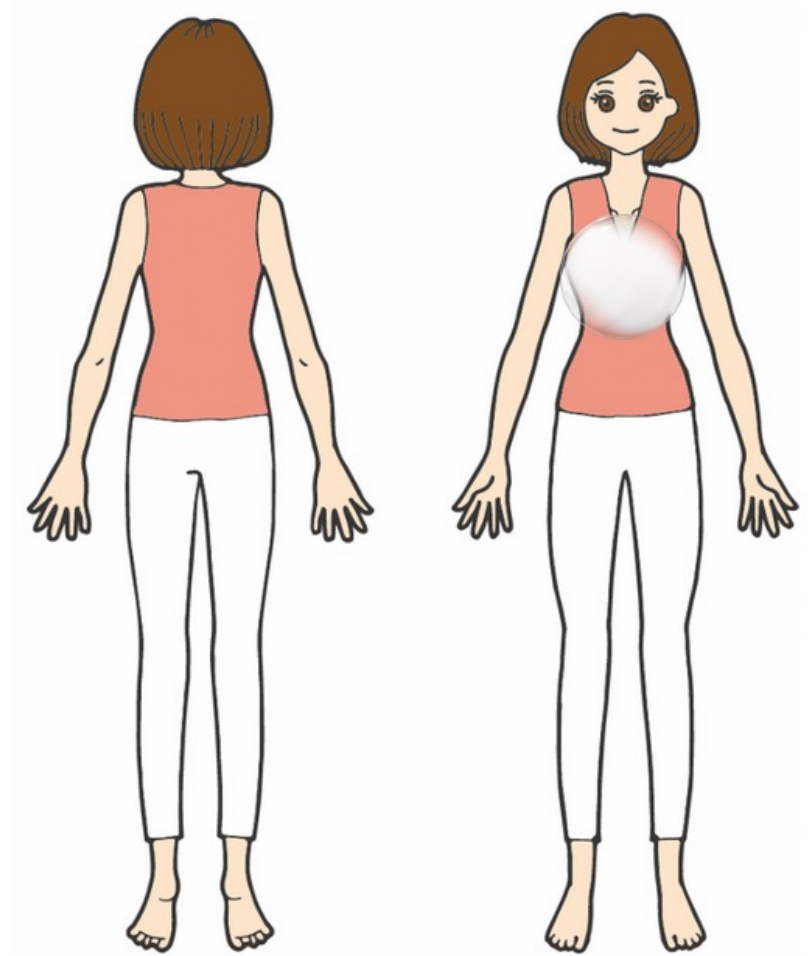


B. あやさんの白い光（球）みたいなものがず～っとあがって行って、雲の上、空を超えて、地球を離れて、宇宙にいて、宇宙にある光に向かっていくイメージをする。

C. 宇宙の白い光のところまでしっかりと行き着いたのをイメージできたら
今度は、おりていく。宇宙から地球に戻って…

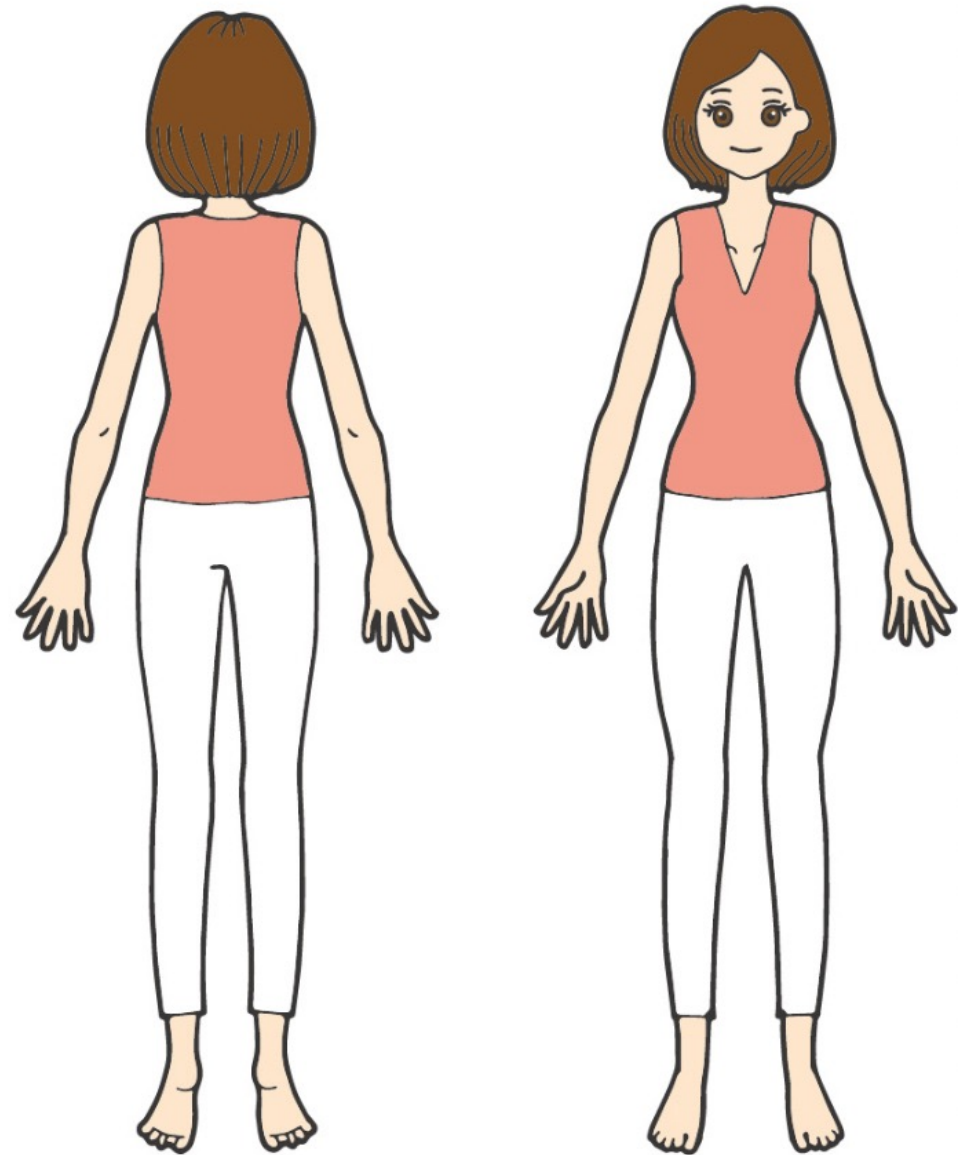


D. 雲の上まで戻って、雲の下、そして、
このイラストの人に入っていくというイメージをする。



ボディスキャン

- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。
- ④滞りがある場所にボディ音叉を行う。
- ⑤もう一度、滞りをチェックして反応がなくなっていれば滞りがない証拠。
- ⑥自分のエネルギーをイラストから自分に戻して終了。

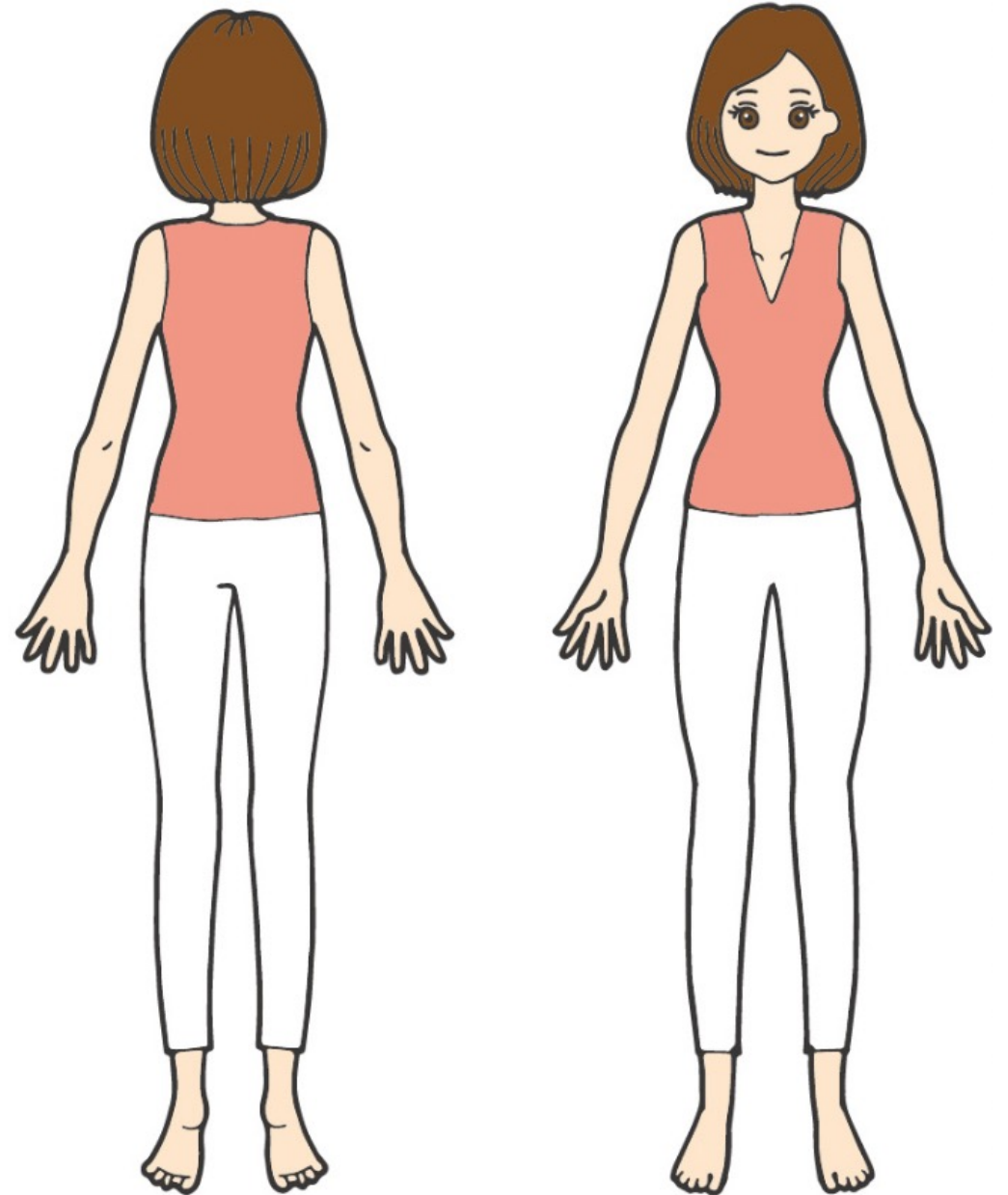


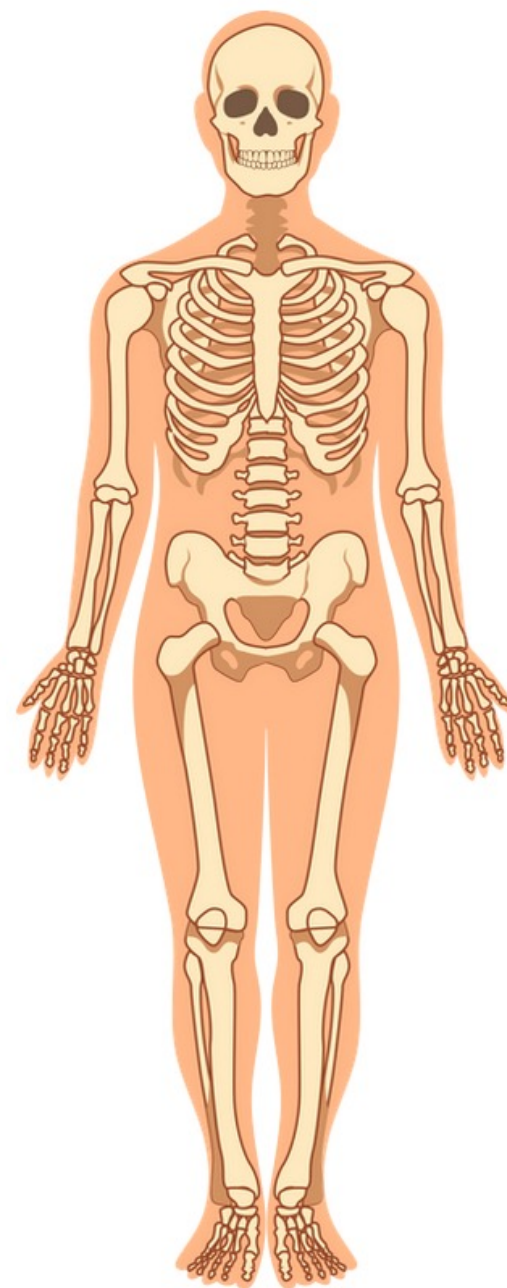
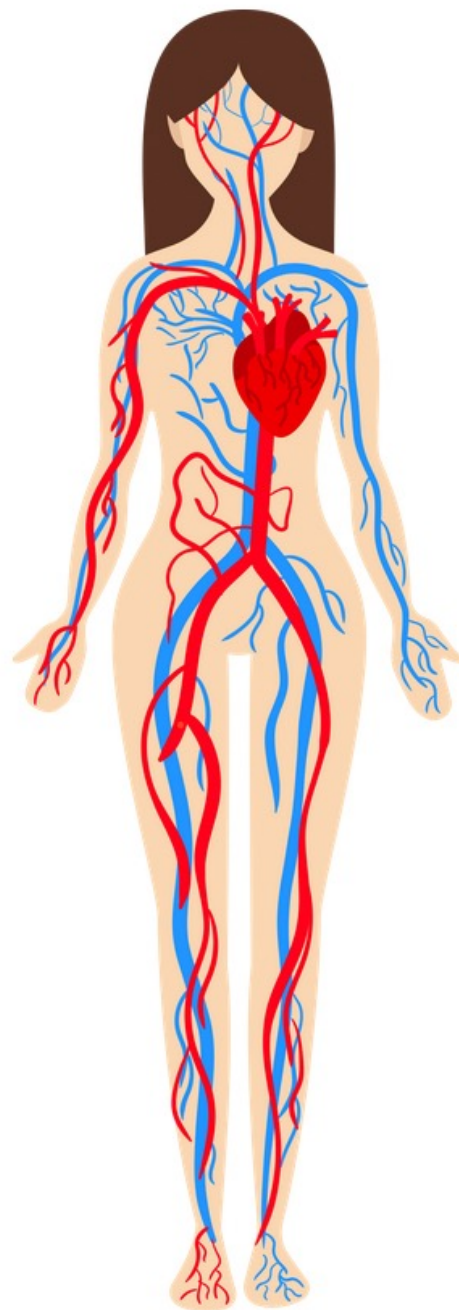
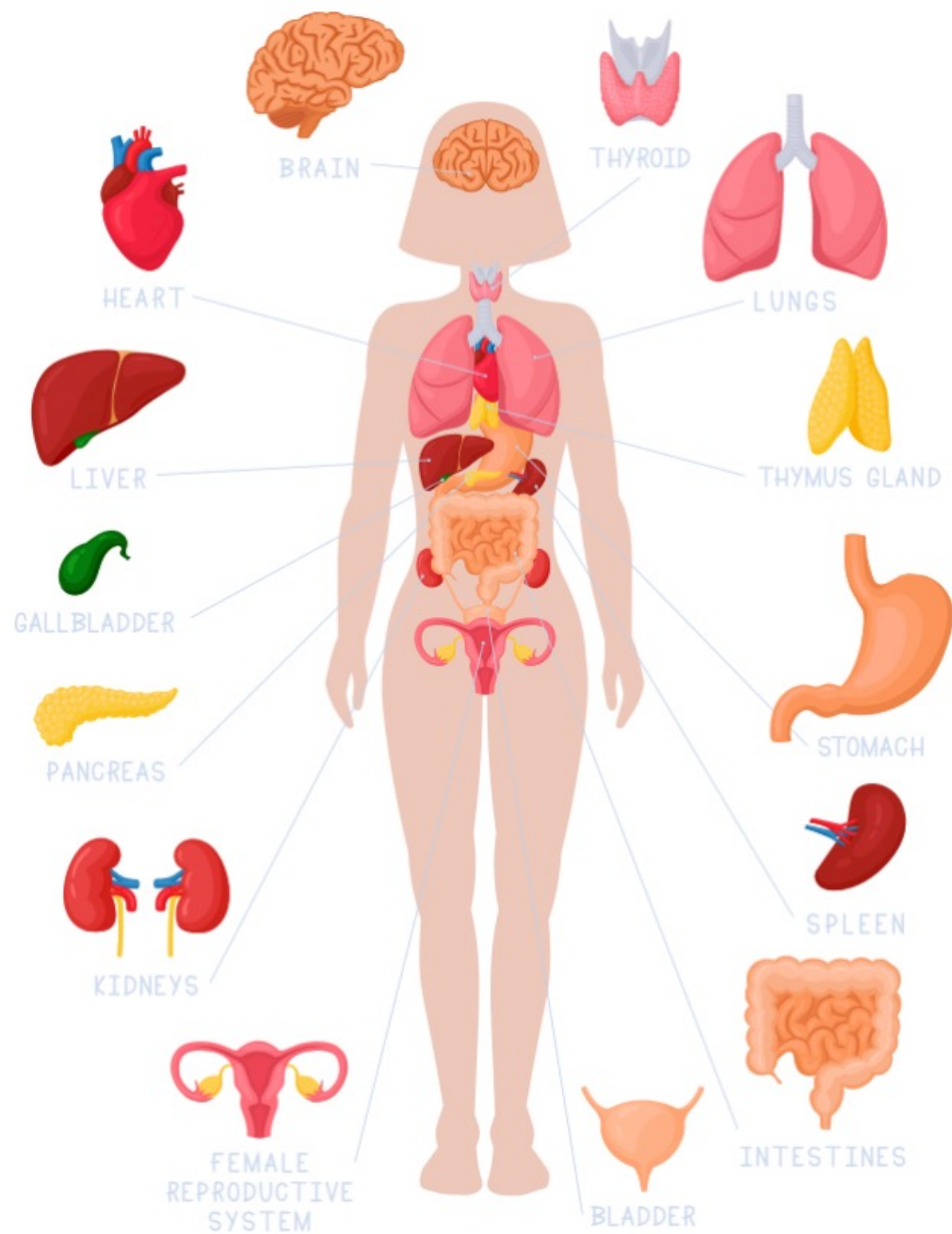
A. 「今から体の滞りをチェックしていきます。」と宣言する。

B. 目で体の前の頭の上から、ゆっくり
アイスキャンして見ていく。
(または、手をかざす)

C. 滞りがあるところは、体が後ろに倒れたり、横に動いたりする。

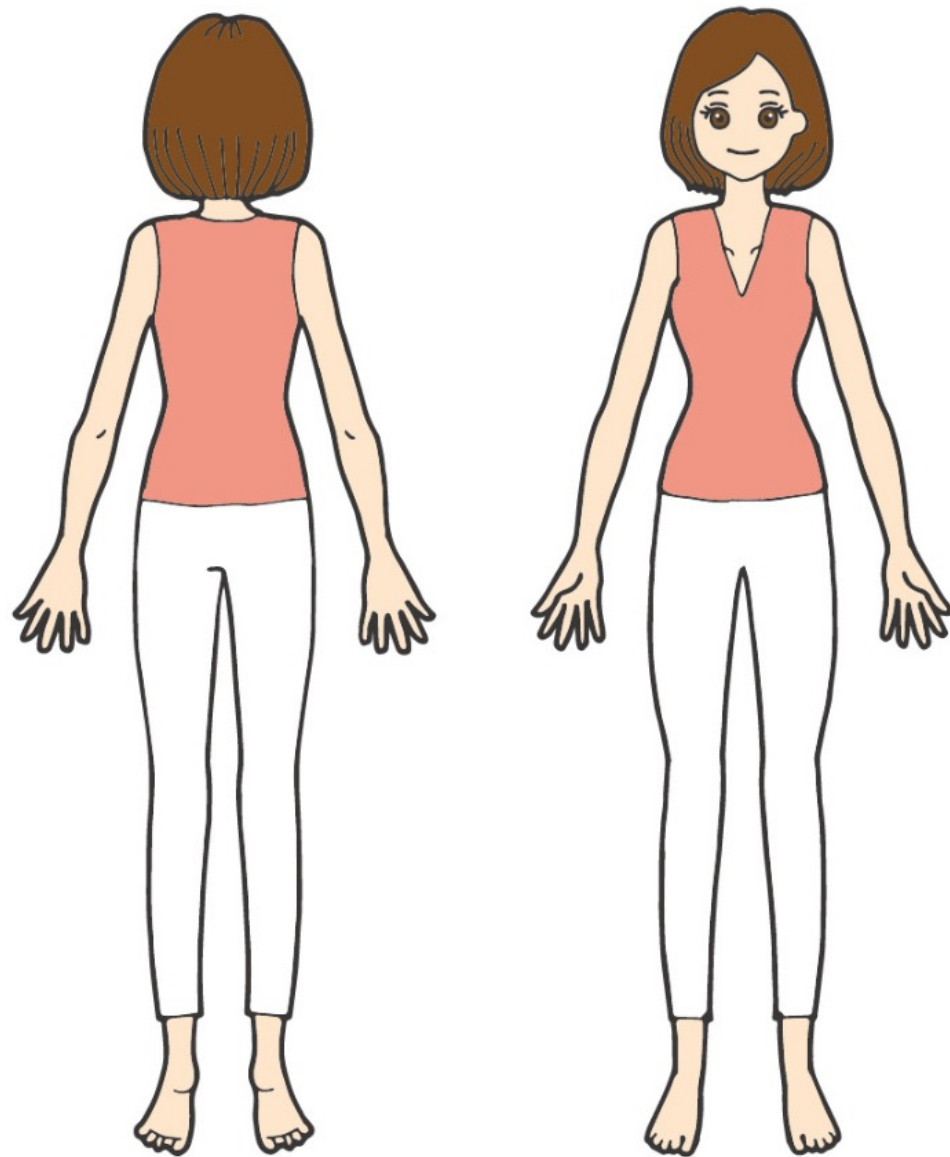
D. 反応があった箇所に、印をつけたり、
メモを取るなどして、滞りのある場所を
覚えておく。





ボディスキャン

- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。
- ④滞りがある場所にボディ音叉を行う。
- ⑤もう一度、滞りをチェックして反応がなくなっていれば滞りがない証拠。
- ⑥自分のエネルギーをイラストから自分に戻して終了。



1箇所あたり、30秒間または響きがなくなるまで。3～6回ほど行う。

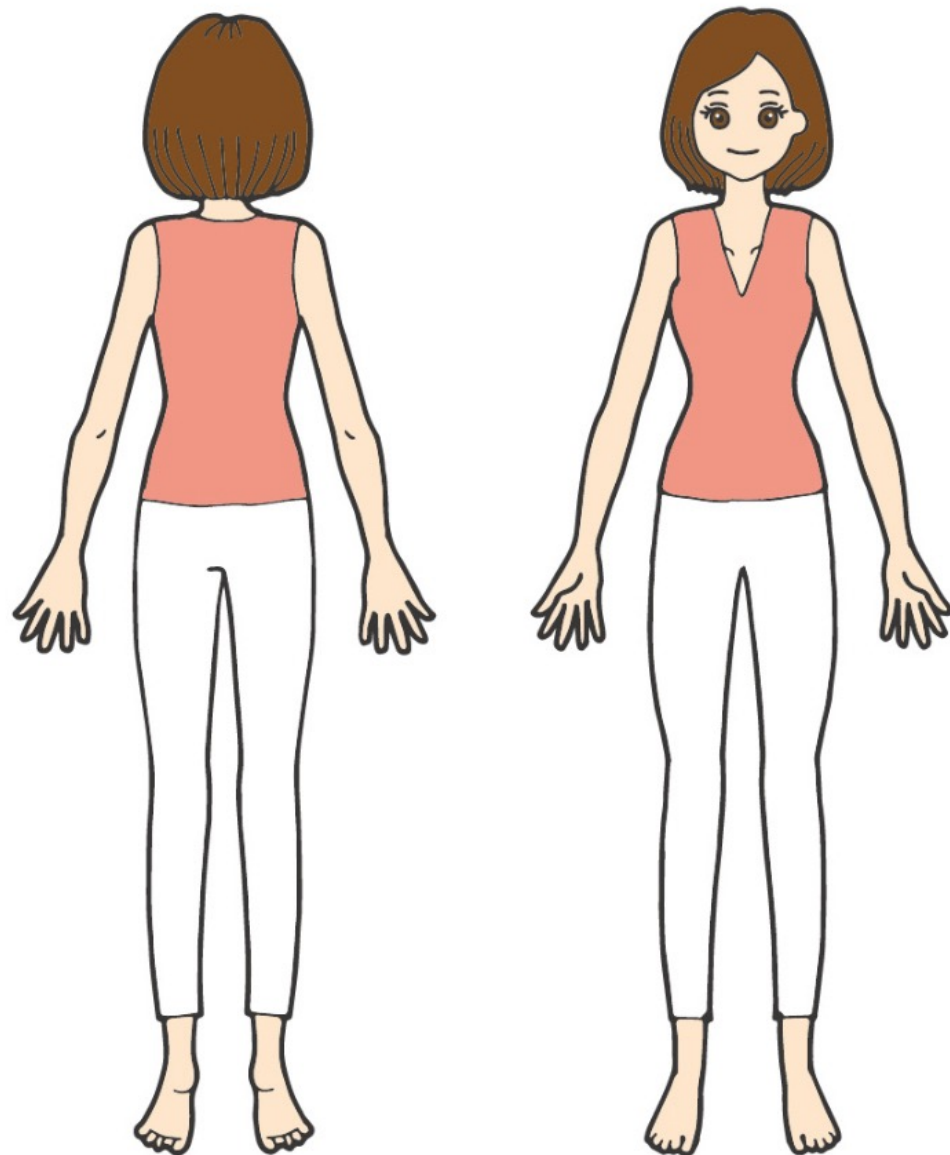
痛みが強い場合などは、10分ほどあてても良い。

迷った時は、筋反射で聞くのが最適。



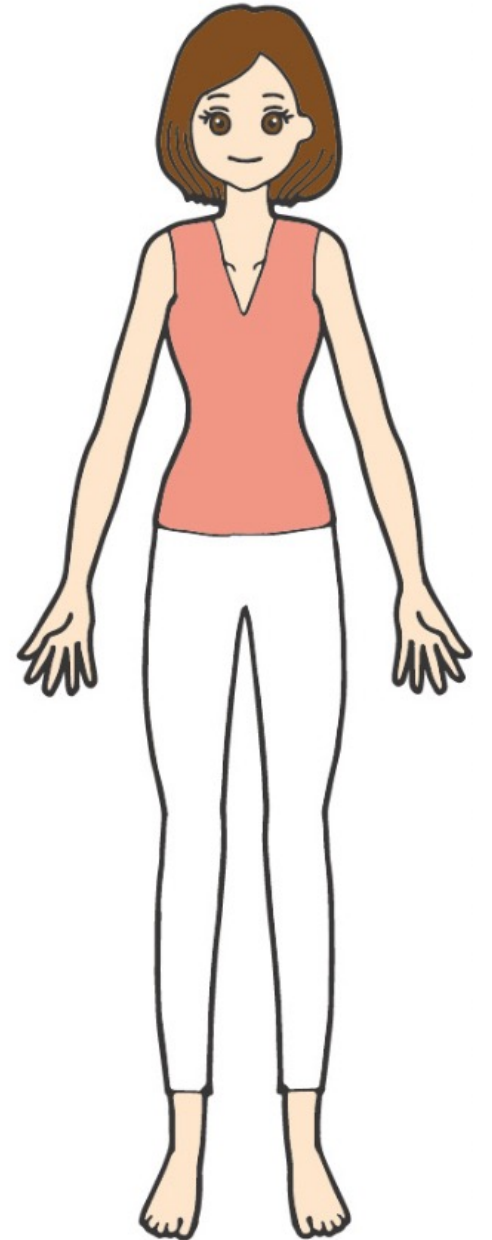
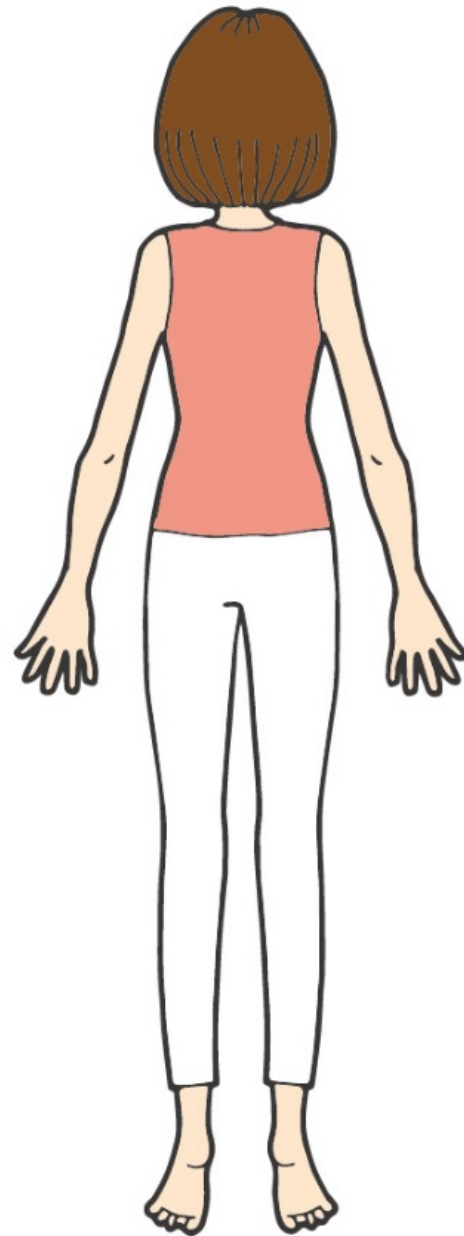
ボディスキャン

- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。
- ④滞りがある場所にボディ音叉を行う。
- ⑤もう一度、滞りをチェックして反応がなくなっていれば滞りがない証拠。
- ⑥自分のエネルギーをイラストから自分に戻して終了。



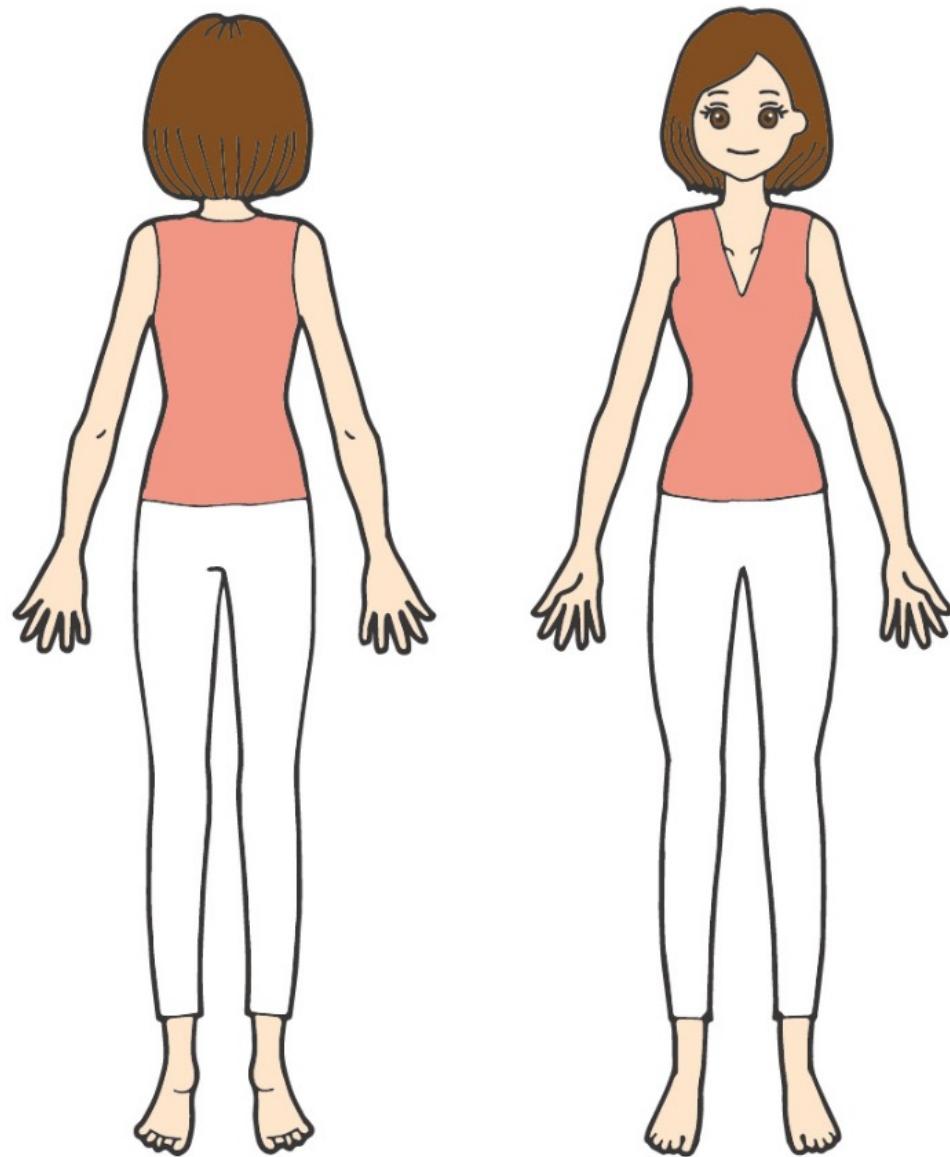
A. 目で体の前の頭の上から、ゆっくり
アイスキャンして見ていく。
(または、手をかざす)

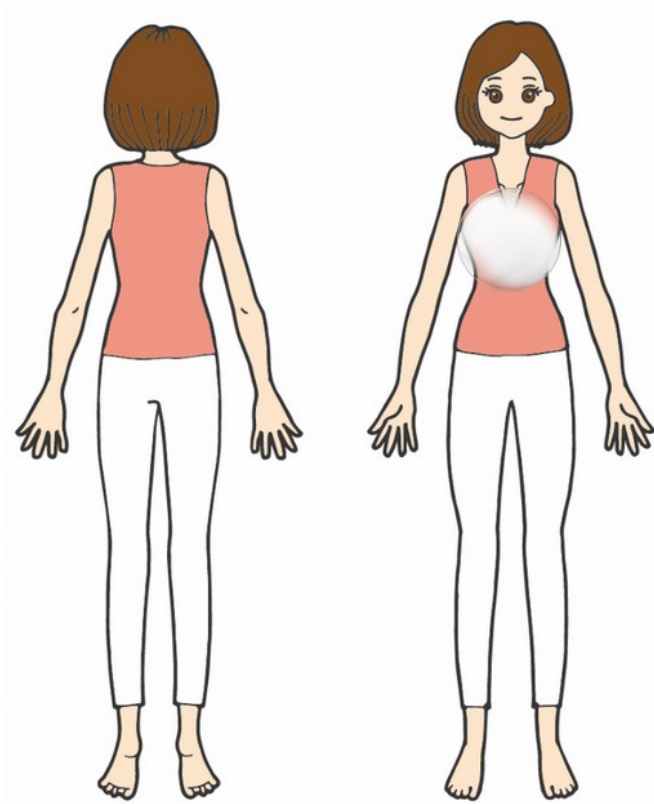
B. 体が後ろに倒れたり、横に動いたりする
ことがなければ、滞りがとれている証拠。
(反応がまだある場合は、もう少し
ボディ音叉をする。)



ボディスキャン

- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。
- ④滞りがある場所にボディ音叉を行う。
- ⑤もう一度、滞りをチェックして反応がなくなっていれば滞りがない証拠。
- ⑥自分のエネルギーをイラストから自分に戻して終了。





A.イラストの女性にある白い玉をどんどんあげていって、雲の空、空を超えて、地球を離れて、宇宙にいて、宇宙にある光にしっかりと行き着いたのをイメージしたら、地球に戻って、どんどんさがり、あやさんの体に白い玉が戻ってくるイメージをする。

B.「私は原田綾子です」といってYES（前に倒れたら）となれば、きちんと戻ってきているということで終了。

内容



自分で自分の答えが引きだせる
ようになる【講義・レクチャー】

3 回目

①ボディ音叉の効果と使い方

②体のスキャン方法

③体の滞りを取る方法

④遠隔レイキヒーリング





全体像



葉・花・実になる
成果・現実が変わる 【コーチング】

水やり・日光浴
心体魂を癒し満たす 【ヒーリング】

根っこ
根本的な原因を探る 【セッション】



2回の遠隔レイキヒーリング

- | | |
|------------|---------------|
| 1回目 (2/23) | 5つのツボ、山岡さんの音叉 |
| 2回目 (3/2) | 5つのツボ、山岡さんの音叉 |

5つのツボ：足三里、天柱、風池、曲池、合谷

足三里

あしさんり

ひざのお皿のすぐ下、外側のくぼみに人さし指をおき、指幅4本そろえて小指があたっているところです。

天柱

後頭部の首のつけ根(後頭骨)の真ん中あたりにくぼみがあり、両側に太い筋肉(僧帽筋)が下方に左右2本ずつ走っている。天柱は、僧帽筋の外側にある。髪の毛の生えぎわのあたりを目安にする

風池

天柱より少し外側にあるくぼみにあるツボ。指先で強く押すと、耳の後ろから後頭部に掛けて痛みが走る

【合谷の位置】



図1 曲池穴の位置

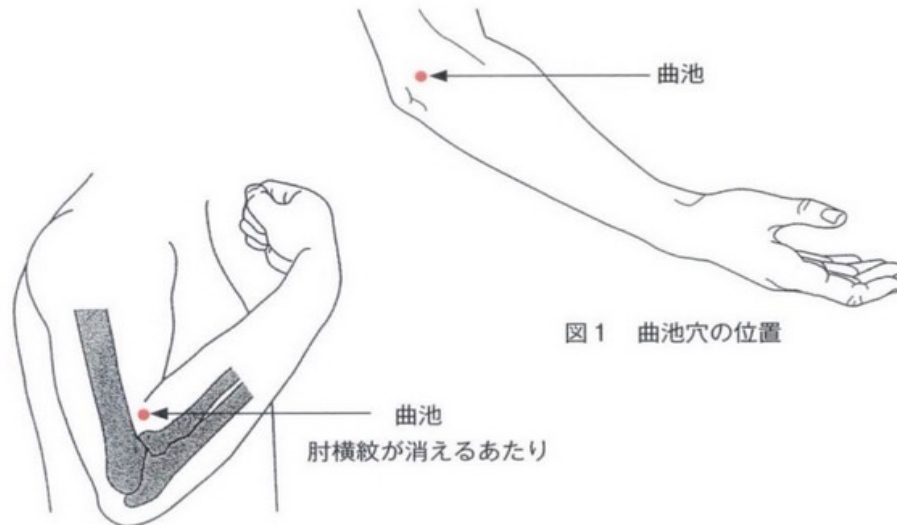


図2 曲池穴の探し方



レイ氣ヒーリングタイム

- 1、ストレッチ
- 2、遠隔レイ氣ヒーリング





好転反応

体がだるいなどの疲れや痛み、
心が不安定、発熱などの症状が現れること

対策

できるだけ多く水分を取る
体を横にして休む



シェアとQ&A



一番役に立った話は何ですか？

質問や疑問点などはありませんか？

次回までに取り組んでみたいことは何ですか？

スケジュール

1 ヶ月

1 回目

【講レク】
エネルギー（氣）の法則
氣、経絡とは
セルフ筋肉反射の前準備
セルフ筋肉反射法のやり方

2 ヶ月

2 回目

【講レク】
チャクラの法則
音叉セラピーの効果とやり方

3 ヶ月

3 回目

【講レク】
体のスキャン方法
体の滞りをとる方法
ボディ音叉の使い方

4 ヶ月

4 回目

【講レク】
自分の生まれてきた意味を引き出す方法
カードセラピーのやり方

5 ヶ月

5 回目

【講レク】
セルフカウンセリング
部屋の浄化方法

6 ヶ月

6 回目

【講レク】
今まで習ったことができているかの確認
自分だけのオリジナルパワーワード作成

今度は、あやさんが夢を叶える番です



庭でハーブを育てる



アロマ



リンパマッサージ



お料理教室



癒しや学びの場所

私の思い・ビジョン

「大変」な時は、「大」きく「変」われるチャンス

自分一人ではここまで変わって成長できなかった

人との出会いで、人生が変わるキッカケをもらい、
導いてもらって、幸転させてもらえてきている

「辛」い 1本たして 「幸」せ

ご縁のある方の人生が変わるキッカケとなる存在

私と出会えてよかったと思える存在

私もあなたも、身近な人たち、世の中を変える原動力



著作権について

このテキストに含まれる一切の内容に関する著作権は、氣Life Harmony運営会社であるMeridian Reiki LCに帰属し、日本の著作権法や国際条約などで保護されています。

著作権上、認められた場合を除き、著作権者の許可なく、このテキストの全部または一部を複製、転載、販売、その他の二次利用好意を行うことを禁じます。

これに違反する行為を行なった場合には、関係法令に基づき、民法、刑法を問わず法的責任を負うことがあります。

テキスト作成者は、このテキストの内容の正確性、安全性、有用性等について、一切の保証を与えるものではありません。また、このテキストに含まれる情報及び内容の利用によって、直接・間接的に生じた損害について一切の責任を負わないものとしします。