



Voice of Blooming講座

～潜在意識の声と氣を味方につけて、人生を開花する～

参加にあたってのお願い



カメラはオン
マイクは発言以外はオフ



リラックスして参加
飲食自由、トイレ遠慮せず



今に集中！



うすめの法則



う → うなづく

す → スマイル (笑顔)

め → メモをとる、チャットに書く





う → うなずく

す → スマイル（笑顔）

め → メモをとる、チャットに書く

学びの吸収率が9～12倍にアップするから

ただ聞いているだけだと → **6%**

アウトプットすると → **54%**

実践すると → **75%**





シェアタイム

- ①前回の講座で学んだことの中で、1番印象に残っていること
- ②前回の講座から今日までで試してみたこと、変化、感じたこと



前回の復習

7つのエネルギーの法則

- ①**共鳴エネルギーの法則**：思考した事を引き寄せるのではなく、**自分が発信している**エネルギー（氣、波動）に共鳴したものが引き寄せられる。
- ②**陰陽エネルギーの法則**：この世のあらゆるものに陰と陽のエネルギー（氣）がある。自分の中の光（ポジティブ）と闇（ネガティブ）を**両方受け入れる**ことで、本来の自分らしさを感じることができる。
- ③**感情エネルギーの法則**：思い、気持ち、感情、言葉、態度などにもエネルギー（氣）がある。結果や形を設定する時には**感情も一緒に設定**することで、大切な感情も含めた結果や形が現実となってくる。
- ④**極性エネルギーの法則**：+と-で**価値観や考え方が全く違う人**、違う価値観ということは、**自分を成長**させてくれている。色んな人と出会うことで、本当のを知ることができる。
- ⑤**カーサインエネルギーの法則**：体からのサインはを**自分を守る**ためのサイン。無視せずに、サインがでた時はの体に寄り添うことが大切。
- ⑥**シャンパンタワーエネルギーの法則**：1番上の**自分のグラスが満たされていく**と、溢れでてくるエネルギーをお裾わけするイメージで、周りの人にもエネルギーが溢れて、自然に循環され、自分も周りの人も幸せになり、社会にも自然と貢献していけるようになる。
- ⑦**人生ストーリーエネルギーの法則**：自分の人生は自分が主人公であり、他人は全て自分の人生映画のストーリーのために脇役を演じてくれている。**自分で作りだしているストーリーだからこそ書き換えることもできる。**



正しく筋反射がとれるために必要なこと

- ① ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す
- ② 体を統括している**督脈**（行動のエネルギー）と**任脈**（選択のエネルギー）を整える
- ③ 体の**3軸**、横軸（人の目が気にならなくなる）縦軸（ステップアップ）前後軸（前→未来への不安がなくなる、後ろ→過去にとらわれない）を整える
- ④ **水分**を十分にとる
- ⑤ 顕在意識にも、意思表示をして認識させてから始める
「**私は、今からセルフ筋肉反射チェックをします！**」
- ⑥ 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
「**Yes**」→前に倒れたらOK。



もし反転していたら…



1、各項目を再度チェックする。

①ネックレスや指輪、時計など貴金属を外れているか→OK

②体を統括している督脈と任脈を再度整える →OK

③体の横軸、縦軸、前後軸を再度整える →OK

④水分をさらにとる →OK

⑤顕在意識にも、意思表示をして認識させる →OK



2、**「私は、素直な気持ちで自分を信頼して反応を受け取ります。」**と宣言。

3、さらに、**耳つぼを刺激**して、全身を整える。

4、「YES」「NO」と聞いて、反転していないか再度確認する。



セルフ筋反射で聞く際のポイント



①否定語「～でない」は使わず、**肯定系**を使う
(例：辛くない→楽しい)

②「～したい」という願望形ではなく、「～です」「～だ」という**宣言形**を使う
(例：幸せになりたい→幸せです)

③**質問を明確**にすればするほど明確な答えが返ってくるので、**質問力が大事**
(例：幸せです→癒しや学びの場所で、私もくる人も元気がもらえて幸せです)

④「好き」「必要」「合っている」など、**聞き方によって答えが変わってくる**場合がある
(例：
「私は焼肉が好きです」→Yes 「私の体は焼肉を必要としています」→No

⑤**体で反応したものを信じる**

*できたら**最初に**「〇〇は△△**かどうか教えてください**」と言って「YES」と反応、**確認**と**ってから聞く**と尚いい。

*宣言形「～だ」だけでなく、**質問形**「〇〇ですか？」でも聞ける。





モノが自分に合っているか確認する方法

食べ物、調味料、水、サプリメント、薬、化粧品、衣類、手帳、お財布、などなど…

自分とエネルギー（氣）的に合っているのか確認できる。

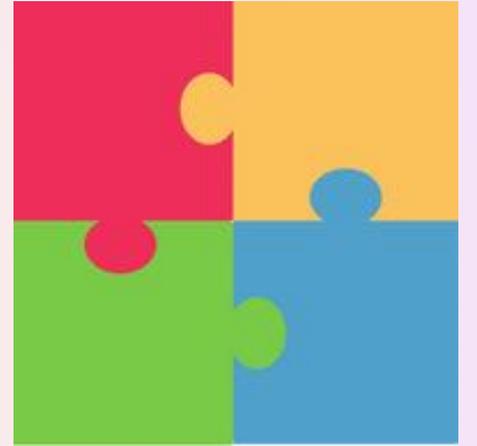
方法：

確認したいモノを両手で持って、胸の真ん中に持ってきて、

「私に合っているかどうか教えてください」と聞き

体が前に倒れたら「Yes」合っている。

体が後ろに倒れたら「No」合わない。





自分に必要なモノを探す方法

食べ物、調味料、水、サプリメント、薬、化粧品、衣類、手帳、お財布、などなど…

自分とエネルギー（氣）的に必要なモノを探すことができる。

方法：

①テーマを決める（例：私がぐっすり眠れるアイテムを教えてください）

②質問していく（例：右側にありますか？左側にありますか？この棚の中にありますか？2段目の棚ですか？→紅茶→飲むんですか？お風呂に入れるんですか？）



本日得られること



自分で潜在意識の声を
引き出せるようになる
【講義・レクチャー】

水やり・日光浴【ヒーリング】
心や体や魂を癒して満たす

2回目

- ① **チャクラから必要なメッセージ**を引き出すのに、必要な知識が得られる。
- ② **カードから必要なメッセージ**を的確に受け取れる方法を身につけ、必要な気づきを得られる。
- ③ (時間があれば) 自分の**体をスキャン**して、どこに**体の滞りがあるか明確**にわかり、体に溜まったネガティブな感情や痛みなどを解放して、**元の気=元氣**になる方法を身につく。
- 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

自分で潜在意識の声を
引き出せるようになる
【講義・レクチャー】

水やり・日光浴【ヒーリング】
心や体や魂を癒して満たす

2回目

- ①チャクラの法則とセラピーの実践
- ②カードセラピーの効果とやり方、実践
- ③（時間があれば）体のスキャン方法&
体の滞りを取る方法の実践
- ④遠隔レイキヒーリング



最後に、質疑応答の時間
途中でも質問があれば
遠慮なく聞いてください！



この時間が終わった時に、
どうなったら最高ですか？





内容

自分で潜在意識の声を
引き出せるようになる
【講義・レクチャー】

水やり・日光浴【ヒーリング】
心や体や魂を癒して満たす

2回目

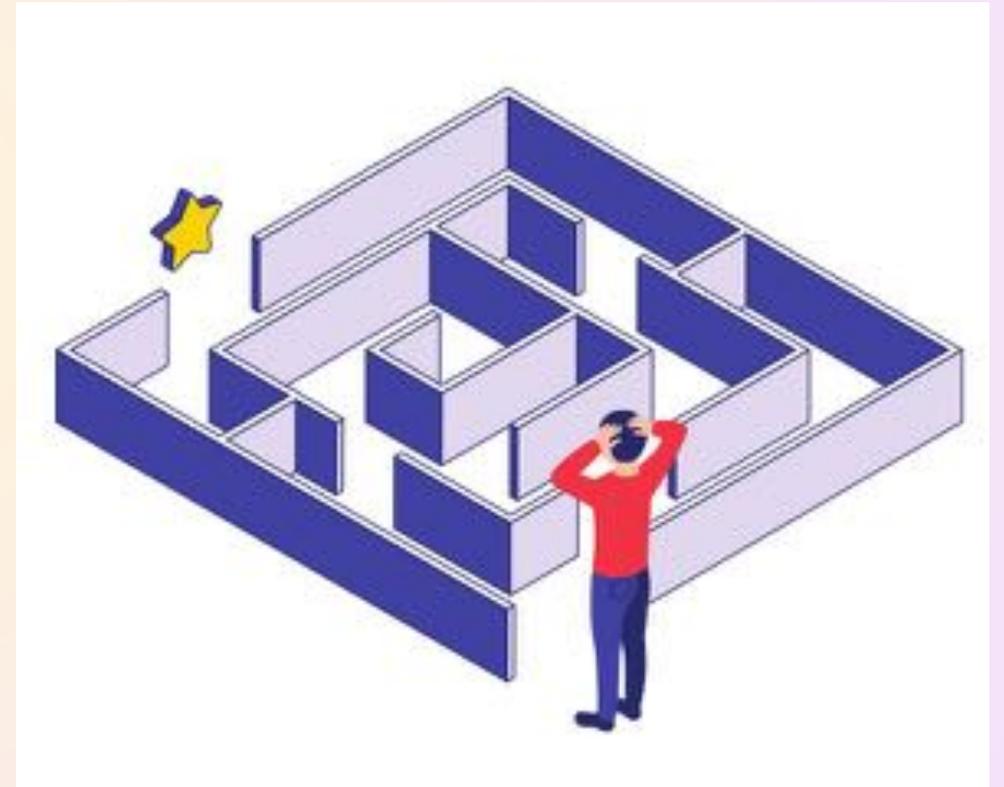
- ①チャクラの法則とセラピーの実践
- ②カードセラピーの効果とやり方、実践
- ③（時間があれば）体のスキャン方法&
体の滞りを取る方法を引き出す
- ⑤遠隔レイキヒーリング



なぜ、チャクラやカードを使うのか

迷路から最短最速で抜け出すためには？

- ① 抜け出した人から聞く
- ② 迷路の上から見る

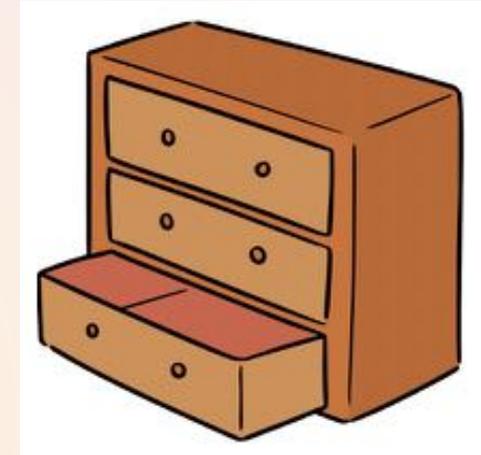




なぜ、チャクラやカードを使うのか

① 抜け出した人から聞く

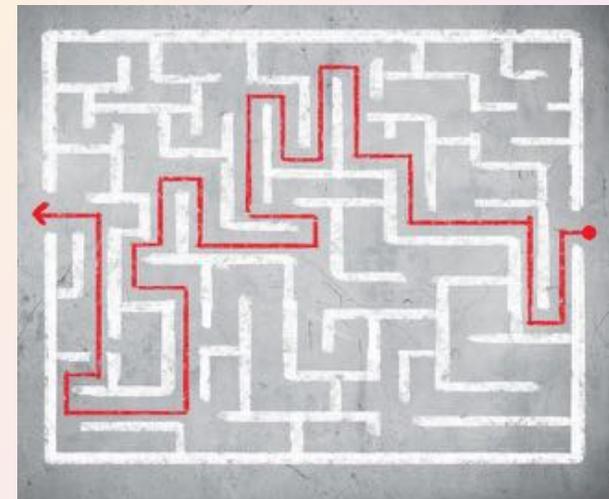
何か聞くときやセルフセッションするときに、「こうすると迷路から抜け出せるよ」といったように、その時の課題にあった最適なメッセージを引き出しやすくするため。



② 迷路の上から見る

視点を高く、自分で考えられる枠を超えて必要なメッセージを得るため。

“問題を作ったときと同じレベルでは解決できない”ーアインシュタイン



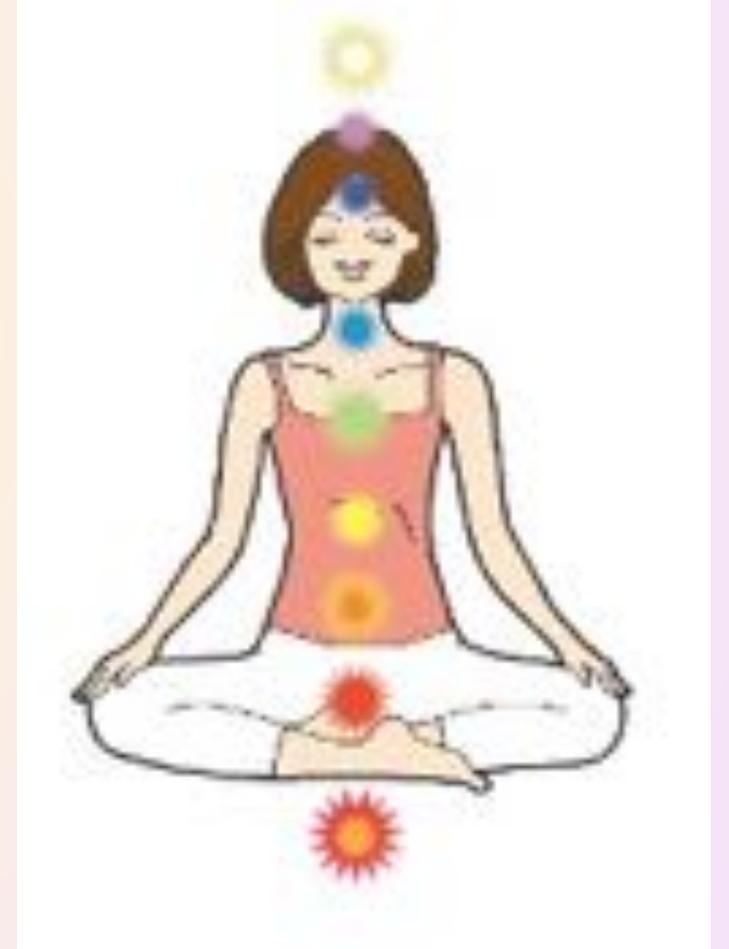


チャクラとは

チャクラとは、人間の生命や肉体精神の働きをコントロールしている非常に重要なエネルギーセンターである。

体内の「氣=エネルギー」の通り道や出入り口。

チャクラを調整、活性化することで、心や体の健康を保ち、目には見えない力（スピリチュアル能力や潜在意識）を味方につけて、人生を開花することができる。



問題を解決して
人生を开花させる全体像

潜在意識の声を
味方につけながら



葉・花・実がなる
行動して成果がでて、現実が変わる

水やり・日光浴（氣・エネルギー）
心や体や魂を癒して満たす
内なる声が喜ぶ選択をする

根っこ
根本的な原因を見つけて浄化する

チャクラセラピー



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



第0チャクラ

◇第0チャクラ

- 位置: 足した30cm
- キーワード: 肉体・グラウンディング
- 説明: 地球と繋がる 全ては繋がっている
精神的肉体的にも落ち着かせる。

●関連: 安全・愛・地とのつながり・大地

1. 地に足がついてますか?
2. 自然の流れに逆らっていませんか?
3. 自然に感謝の気持ちを感じる事が出来ていますか?
4. 可能性と喜びの種を保有していますか?
5. 自分のやってきた事を積み重ねていけてますか?
6. 今の苦しみの意味が分りますか?
7. 自分に価値があると思っっていますか?
8. 時間に縛られたり時間がないとばかり感じていませんか?
9. 自分の身の回りの空間は心地よいと感じられていますか?
10. 思っている事考えている事やっている事が一致していますか?
11. 今住んでいる環境はエネルギーが整ってますか?
12. 人との間で心地よい空気感を感じられますか?
13. 理想ばかりを追いかけていませんか?
14. ご先祖さまに手を合わせていますか?

【位置】	足先から30cm下
【カラー】	グレー、黒、マゼンタ
【テーマ】	地球と繋がるエネルギー
【キーワード】	ワンネス 架け橋 具現化
【精神的エラー】	地に足がついてない、魂が抜けてる感覚
【肉体的エラー】	慢性疲労、
【身体】	身体の軸
【心】	繋がり 安心
【魂】	心・身体・魂のバランス
【周波数】	285Hz
【課題】	地球のエネルギーと繋がる・ワンネス

【0チャクラバランス修正】

地球のあらゆる自然の流れを感じとって下さい。
太陽・雨・風・空気・酸素・木・土・火・海・山・花
すべてのあらゆるバランスが奇跡的に循環して生かされて
いる事を感じてみてください。

1. オンサを聴く
2. 大地を感じる場所に行く
3. 部屋などに花を生ける
4. 自然の流れを感じる
5. 成長する為の土壌を作る
6. 食べ物に感謝をして頂く
7. 地球に何か恩返しをできる事をする
8. 花・植物を土に植える 育てる
9. 古い昔のものに触れる
10. 野花の絵を描く
11. その他



第1チャクラ

◇第1チャクラ

- 位置: 脊柱の基底にあたる会陰(肛門と性器の間)
- キーワード: 肉体・気力・活力・生命・本能
生命の源・グラウンディング
- 説明: 地に足のついた状態(グラウンディング)
物質界で愛に満ちて働く能力
- 関連: 家族/集団の安全・物理的生存に必要な物を提供する
能力・自分自身のために立ち上がる力・安心感・社会/家庭

1. 自分自身の生存に関して過度に心配していませんか?
2. 恐れを感じていませんか?
3. 自分の人生に不安を感じていませんか?
4. 生命から何を連想しますか?
5. 何かに対して自分はふさわしくないという気がしますか?
6. 孤独感や、輪の中に入れていないという気がしますか?
7. 疑い深く、他人のいちばん悪いところを見てしまいませんか?
8. 生活が苦しくて、自分の面倒を見きれないと感じていませんか?
9. 何をしても納得がいかず、満たされないと感じていませんか?
10. 自分は何も持っていないと感じることがありますか?
11. 今、あなたが恐れ多いと感じる事は何かですか?
12. 金銭的な悩みを抱えていますか?
13. 食やお金、物事を管理することに心を奪われていませんか?

【位置】	尾てい骨、脊柱の一番下
【カラー】	赤、黒
【テーマ】	物質世界についての学びグラウンディング 強い欲望、生命力
【キーワード】	生命力、本能、情熱、物質、健康
【精神的エラー】	無気力感、非現実感、絶望感
【肉体的エラー】	慢性の腰痛、座骨神経痛、うつ病、免疫
【身体】	性行為
【心】	安定 安らぎ 穏やか
【魂】	安定感
【周波数】	396Hz
【課題】	罪・トラウマ・恐怖からの解放

【第一チャクラバランス修正】

住み心地の良い環境を整える、まわりの人たちとの人間関係を良くすることなどで第一チャクラのバランスが整います。

1. オンサを聴く
2. 自分自身の基盤を作る
3. 部屋の模様替え・引越しをする
4. エネルギーカラーである赤い色のものを身につける
5. 自宅の整理する・徹底的に家を掃除する
6. 第一チャクラを温める
7. 気持ちの良い靴下をはく・上質でしっかりした靴をはく
8. アーシング・グラウンディングをする
9. 自分の決めたことを尊重し守る
10. 身体に栄養のある物を食べる
11. 大根、かぶ、芋、にんじんなどの根菜類を食べる
12. 自分の生まれ育った家庭に感謝をする
13. 家族と一緒に時間を取る
14. 新しい出会いを見つける
15. 元気を与えてくれる日課を作る
16. その他



第2チャクラ

◇第2チャクラ

- 位置: 下腹部(丹田)
- キーワード: 感情・若さ・感受性・生きる喜び
- 説明: 存在すべての局面への想像力。高い魂を生み出す。献身へと方向付ける。官能性、忍耐力、創造性、成功や生きる喜びを促す。
- 関連: 非難・罪悪感・お金・セックス・力・支配・創造性・人間関係

1. 自分の身体を大切に扱っていますか？
2. 身体の声に耳を傾けていますか？
3. 自分の感情を表現できていますか？
4. 自分自身を尊重していますか？
5. 食事を楽しみ、十分に睡眠時間をとっていますか？
6. 自分と向き合う時間をとっていますか？
7. 魅力的な洋服を着ることを楽しんでいませんか？
8. SEXを楽しめていますか？
9. 自分自身を魅力的だと感じていますか？
10. 友人や恋人と美味しい食事やお酒を楽しんでいますか？
11. 自分にちょっとした賛辞を許していますか？
12. 罪悪感を感じていませんか？
13. 年を重ねる事を不満に感じていませんか？
14. 後悔をしていませんか？
15. 支配する支配される関係や依存関係になっていませんか？

- 【位置】 下腹部、ヘソの下、丹田
- 【カラー】 オレンジ
- 【テーマ】 情緒のバランス、喜び、性
- 【キーワード】 創造力、セクシャリティ、人間関係、美、お金
- 【精神的エラー】 情緒不安定、孤独感、性欲減退
- 【肉体的エラー】 性的不能、不感症、膀胱と前立腺のトラブル、腰痛
- 【身体】 生殖 心の働き 創造性 不感症
- 【心】 喜び 素直 依存
- 【魂】 熱中
- 【周波数】 417Hz
- 【課題】 マイナスな状況からの回復、変容の促進

【第二チャクラのバランス修正】

気持ちの良いことをする、自分をいたわる、楽しむことで生命力を取り戻せ第二チャクラのバランスが整います。

1. オンサを聴く
2. ロマンチックを感じる
3. 恋愛映画や本をみる
4. お肌のケアをする
5. 美しいと感じるものを身につける・見る
6. いつもと違うワンランク上のお化粧品や洋服を着る
7. 部屋の模様替えをして心地よい部屋にする
8. 温泉に行く
9. 魅力的な自分の写真を撮ってもらう
10. 高級なホテルやレストランで食事やお茶をする
11. 恋をする
12. 素直な気持ちを話す
13. 朝、太陽が昇るのを眺める
14. 誰かに、あるいは自分にラブレターを送る
15. その他



第3チャクラ

◇第3チャクラ

- 位置: 腹部・みぞおち
- キーワード: 決断力・意志・知性・自我・達成力・自信・責任
- 説明: 個人パワーの肯定的使用。ゴールの実現を活性化。
- 関連: 信頼・恐れ、脅迫・自尊の念、自信、自分や人を大切にす

ること・決めたことに対する責任・批判への反応、個人の尊厳

- 1.ノーと断ることは出来ますか？
- 2.決めたことをやり通せていますか？
- 3.心を開いて、思っていることを恐れずに話せていますか？
- 4.身体の欲求(疲れたときに寝る、空腹のときに食べる、疲労を感じたら休むなど)を尊重していますか？
- 5.他人との関係性においてお互いに敬意を示していますか？
- 6.自分の欲求をはっきり正直に伝えられますか？
- 7.激しい怒りや嫉妬、恨みなど、ネガティブな感情を感じてますか？
- 8.他人のためにするのと同じくらい自分のためにもしていますか？
- 9.自分の事を受け入れていますか？受け入れていますか？
- 10.恐れなくて、偉い人に話しかけられますか？
- 11.人生で、やりたいと思っていることを本当にしていますか？
- 12.人生の選択に満足していますか？
- 13.あなたは自分が大切な存在だと感じられていますか？
- 14.支えてくれる友人やパートナーを必要と思いませんか？

- 【位置】 腹部・みぞおち
- 【カラー】 黄色
- 【テーマ】 恐怖や不安に立ち向かう力、意志
- 【キーワード】 自己肯定感 自己愛 勇気
- 【精神的エラー】 攻撃的、自尊心の低下、精神力の低下
- 【肉体的エラー】 胃潰瘍など胃の痛み、消化不良、慢性疲労

- 【身体】 アレルギー、糖尿病
- 【心】 消化
- 【魂】 パワー 自尊心 協調
- 【周波数】 成長
- 【課題】 528Hz
- 【課題】 理想への変換、奇跡、細胞の回復

【第三チャクラのバランス修正】

被害者意識を手放して、自分の価値を認め、自分の人生の主導権を取り戻し、全てを自己責任で生きて行くことで第三チャクラのバランスが整います。

- 1.オンサを聴く
- 2.自分の目標宣言をする
- 3.自分が何者なのか？を問う
- 4.自分の寝室をシンプルにする
- 5.人と大事な約束する前に一度一人になって考えてみる
- 6.「ノー」という練習をする
- 7.スケジュール手帳に自分のやりたい事を書いておく
- 8.毎晩自分がその日成し遂げたことを書く
- 9.自分に合うアファメーションを貼って大きな声で読む
- 10.自分や他人を連れてほめ、嫉妬せずに賞賛する
- 11.月に一度は特別のデートに自分を連れ出す
- 12.時間管理とリーダーシップに関する本を読む
- 13.その他



第4チャクラ

◇第4チャクラ

- 位置: 胸
- キーワード: 無条件の愛・癒し・一体感・解放
- 説明: 真の愛に目覚め、出逢う。感情的に抑圧されたトラウマを解放。魂、ハートの意識をコントロール。愛を行動で表現。愛の感覚を養い現実に生かす。
- 関連: 愛と憎しみ・拒絶感・反感・悲しみ・怒り・自己中心性・寂しさ・コミットメント・許し・慈しみの心・信頼・希望

- 1.クヨクヨ過去の事をいつまでも引きずって悩んでいませんか？
- 2.周りの人を受け入れて信頼していますか？
- 3.ミスや許す事が出来ていますか？
- 4.誰かのお世話ばかりをして自分を犠牲にしていますか？
- 5.我慢ばかりしていませんか？我慢する事に慣れてませんか？
- 6.波風を立てないように自分の思いを飲み込んでいませんか？
- 7.上手い出来ない事を誰かのせいにばかりしていませんか？
- 8.自分の人生に責任を持って生きていますか？
- 9.時間だけが過ぎて何も変化や成長を感じていませんか？
- 10.どんな状況でも、気づきを感じ取ることができますか？
- 11.心から笑っていますか？
- 12.自分の心からの望みは叶うという自信がありますか？
- 13.過去のことを振り返ってどんな人生でしたか？
- 14.与えること受け取ることはできていますか？

- 【位置】 胸中央
- 【カラー】 緑、ピンク
- 【テーマ】 愛と人間関係信じる、自分と他人への理解
- 【キーワード】 共感 愛情 与える 孤独
- 【精神的エラー】 人間不信、共依存、うつ病、孤独、不安
- 【肉体的エラー】 胸の痛み、背中の痛み、気管が弱くなる
高血圧、心臓病
- 【身体】 循環
- 【心】 情熱 無条件の愛 思いやり
- 【魂】 献身的な愛
- 【周波数】 639Hz
- 【課題】 人とのつながり、関係の修復、 拒絶の恐れ

【第4チャクラバランス修正】

何かに依存しやすい傾向、心臓、循環器、血液の流れにトラブルがある、自分や他人を許し、無条件の愛情や優しさを持って親切にするといった行動を取ることで、第4チャクラのバランスが整います。

- 1.オンサを聴く
- 2.好きな歌を歌う
- 3.愛する人の手を握る・触れ合いをする
- 4.料理を楽しむ
- 5.家族に思いを伝える
- 6.子供の頃の写真をみる
- 7.恋愛映画をみる
- 8.新鮮な緑色の野菜を食べる
- 9.素直に頭を下げて謝る
- 10.誰かが頼み事をしてきたら気持ち良く手伝う
- 11.ハートに触れて耳を傾ける
- 12.自分を毎日褒める
- 13.その他



第5チャクラ

◇第5チャクラ

- 位置: 喉
- キーワード: 自己表現・伝達・交流・インスピレーション
コミュニケーション
- 説明: 思考や感情を言葉にする。新陳代謝。
言葉のパワーを通じて真実を表現。
- 関連: 意志・選択の力・自己表現・夢を追うこと・想像力・中毒症
価値判断・批判・信心・知識・決断力

1. 自分の思いをしっかりと相手に伝えてますか？
2. まわりの人は自分の話に耳を傾けていると感じますか？
3. 相手が誤解を受けるような経験はありませんか？
4. コミュニケーションが苦手だと感じていますか？
5. 自分のやりたい事を見つけられていますか？
6. 自分の言葉に意識をしていますか？
7. 他人の話を中断せずに耳を傾けることができますか？
8. 矛盾だと感じる事はありますか？
9. 言葉で傷ついた事や傷つけた事がありますか？
10. 頼りないと感じる事はありますか？
11. 傲慢な態度をされたり、していませんか？
12. まわりの人に信頼されていると感じますか？
13. 進んで周りを褒めるほうですか？
14. 自分の直感に耳を傾けていますか？

- 【位置】 首の付け根中央部
- 【カラー】 青色
- 【テーマ】 コミュニケーション、自己表現
- 【キーワード】 交渉 学ぶ 発展 進化
- 【精神エラー】 感情表現が出来ない、不安や怯え、傲慢、
自己中心的
- 【肉体的エラー】 のどや首の痛み、咳が止まらない、甲状腺
難聴、生理系、呼吸器官
- 【身体】 コミュニケーション
- 【心】 表現力豊かな思考 表現
- 【魂】 主体性
- 【周波数】 741Hz
- 【課題】 表現力の向上、問題の解決、雑念

【第五チャクラバランス修正】

話がまとまらない人、伝える事が苦手な人、
のど、甲状腺、気管、食道、副甲状腺、首、口、歯、耳にトラ
ブルがあるかもしれません。自分の気持ち表現していくこ
とで第五チャクラのバランスが整います。

1. オンサを聴く
2. 自分の考えや意思を正直に伝える
3. 相手の言いたいことをきちんと受け止める
4. 優しく積極的な態度で他人に挨拶する
5. 一日中、楽観的な予測をする
6. 感謝を伝える
7. 終わりを描いて行動をする
8. 呼吸を深くする・周りと呼吸を合わせる
9. 質のよい水を飲む
10. 首まわりの開いた服を着る
11. 喉のケアをする
12. その他



第6チャクラ

◇第6チャクラ

- 位置:眉間
- キーワード:直感・知恵・霊的・透視
- 説明:潜在意識への働きかけ,直感力,第三の目,透視力,直感力を養う場所,全ての物事に神聖な完璧さをみる,潜在意識をクリアにして直感を伝える。
- 関連:自己評価・真実/知性のカ・人の考えを受け入れること
経験から学ぶカ・感情の成熟度

- 1.細部にまで注意を払っていますか大雑把になってませんか?
- 2.直感を信じていますか?
- 3.結果ばかりを求めていますか?
- 4.見えないエネルギーを受けとる準備はできていますか?
- 5.心の目で何かを思い浮かべることができますか?
- 6.意識が散乱していませんか?
- 7.目標設定が低くありませんか?
- 8.人生において大切な物は何ですか?
- 9.外見だけで人を判断していませんか?
- 10.事実と空想を見分けることができますか?
- 11.周りの意見に流されていませんか?
- 12.成功する事を恐れていませんか?
- 13.自分と違う意見も受け入れられますか?
- 14.ポジティブな自己イメージを持っていますか?

- 【位置】 眉間の上
- 【カラー】 藍色
- 【テーマ】 現実世界とスピリチュアル世界のバランス
- 【キーワード】 分析 知識 集中力 被害妄想
- 【精神的エラー】 アイデアや将来を思い描けない、
勤が働かない、学習が身に入らない、悪夢や幻覚を見る
- 【肉体的エラー】 頭痛、片頭痛、精神障害、弱視
- 【身体】 感覚
- 【心】 第六感 透明さ
- 【魂】 瞑想
- 【周波数】 852Hz
- 【課題】 直観力の覚醒、目覚め

【第六チャクラバランス修正】

いつも外見ばかりを気にしてしまう。頭、目、すべての感覚器官脳、神経系にトラブル。思い違いや被害妄想、うつ状態、第六チャクラのバランスが整うと、理性と想像力が統合されて、人生が良い方向へと進んでいきます。

- 1.オンサを聴く
- 2.鏡に「あなたはとてもきれいよ！」と自分を褒める
- 3.肯定的なアファメーションを書く
- 4.職場に美しい写真や美術品を飾る
- 5.きれいな場所を訪ねてピクニックをする
- 6.記憶力を試すゲームをする
- 7.今日見たものの中でいちばん美しいものを書き出す
- 8.パソコン・スマホ画面にやる気が起きる画像を入れる
- 9.ビジョンマップを作る
- 10.藍色のワイシャツかブラウス、またはスカーフを買う
- 11.その他



第7チャクラ

◇第7チャクラ

- 位置: 頭頂
- キーワード: 意識の拡大、無欲、自己実現、悟り
- 説明: 宇宙のエネルギーを受け取る。宇宙的な意識。内なる師とつながる。高次の知恵を発揮する。
- 関連: 人生に対する信頼・価値観・倫理・勇気・人道主義・自己犠牲の精神 大きなパターンを見る力・信心・ひらめき 霊性・献身

1. 自分自身の真実の探求をしていますか？
2. 深い信頼の感覚がありますか？
3. 自分は守られていると言う感じがしていますか？
4. 常識に縛られていませんか？
5. メッセージを受けとる準備は出来ていますか？
6. 肩の力を抜いて委ねることが出来ていますか？
7. 自分にとっていつも最善のことが起こると信じていますか？
8. 人生の経験すべてに深い意味があると理解していますか？
9. 自分の世界は自分で作っていけると信じていますか？
10. いつも心を開いて、自分を信じられていますか？
11. 奇跡を信じていますか？
12. 自分が生まれてきた意味を感じていますか？
13. 自分の中にある内なる導きに従っていますか？
14. 目に見えない偉大な存在を感じますか？

- 【位置】 百会、頭頂部
- 【カラー】 紫、金、白
- 【テーマ】 霊性、自己を超越する、無欲
- 【キーワード】 信頼、過去世、祈り、
- 【精神的エラー】 憂鬱、強迫観念、混乱
- 【肉体的エラー】 慢性疲労、アレルギー症状、アルツハイマー

- 【身体】 瞑想
- 【心】 宇宙意識 カルマ(業、因果)の解放 存在性
- 【魂】 超意識・集合意識の目覚め
- 【周波数】 963Hz
- 【課題】 高次元の目的達成、宇宙意識とつながる

【第七チャクラバランス修正】

人生の意味を考えると落ち着かなくなる人、
脳へのストレスやバランス、
第七チャクラのバランスが整うと無償の愛を感じられます。
そして高次の目的を達成し超越することで、全ての人に対しての幸せを探求するようになります。

1. オンサを聴く
2. 神聖なものを探す
3. 朝ベッドから出る前に今日1日のゴールをイメージする
4. 寝る前に感謝の言葉を発する
5. 食事をする前に、食べ物に感謝する
6. リサイクルを意識して無駄遣いや環境汚染に気をつける
7. スピリチュアルなお守りを身につける
8. 自分の過去世について話しを作る
9. 神社、寺院などのに訪れる
10. 魂について考えることを思い出すために、鈴を鳴らす
11. 断食をする(安全な方法で)
12. 次の世代に繋げていける行動をする
13. その他



第8チャクラ

◇第8チャクラ

- 位置:頭の中心から真上に15~25センチ
- キーワード:宇宙・輪廻・魂・至福の喜び・究極の目標
- 説明:光の柱と光のチューブ。体のシステムを変異させ、各エネルギー体を融合させる「司令塔」としての役割。宇宙の心とあなたをつなぐ入り口。
- 関連:宇宙と私たちを繋ぐ入り口です。このチャクラを活性化するためには、アーススターチャクラも同時に活性化する必要があります。
 - 1.思考に自分の魂が振り回されていませんか？
 - 2.自分でマインドをコントロール出来ることは何ですか？
 - 3.今、起きている現状はあなたにとって何を成長させる為だと思いますか？
 - 4.魂が成長できるような学びや経験をしていますか？
 - 5.心の平安を保つ為には、何に気づく必要がありますか？
 - 6.両親や先祖のことで気になることは、ありませんか？
 - 7.あなたが傲慢だと感じることは何ですか？
 - 8.あなたが劣等感を感じる時はどんな時ですか？
 - 9.謙虚さを忘れていませんか？
 - 10.失敗の中に大きな学びがあったとしたらどんなことですか？
 - 11.自分の身体をいたわってますか？感謝ができてますか？
 - 12.過去世のことを覚えてますか？気になりますか？
 - 13.エネルギーフィールドが整っていると感じられますか？
 - 14.自分を導いていると感じることはありますか？

【位置】	頭上 15~25cm
【カラー】	白・マゼンタ
【テーマ】	高次元意識への架け橋
【キーワード】	創造の領域 魂の源泉 神聖な光
【精神的エラー】	感性を感じられない
【肉体的エラー】	感情・肉体・精神 バラバラになる
【身体】	神聖な光の物質を吸収
【心】	内なる師の純粋な本質 停滞エネルギー解放
【魂】	神聖な自覚
【周波数】	174Hz
【課題】	精神、感情、ボディフィールド、肉体を整える

【第8チャクラバランス修正】

- 第8チャクラは人生の目的と使命、魂の全ての情報を持っています。自分の使命を思い出し魂の求める方向へと進んでいきます。
- そして、エネルギーやヴィジョンを受け取りやすくなります。経験を積んだ魂の本当のエッセンスの力がここから発揮され自分の使命を思い出して覚醒していきます
- 1.オンサを聴く
 - 2.神社やお寺神聖な場所に行く
 - 3.自然な場所で瞑想などをする
 - 4.宇宙エネルギーについて調べる
 - 5.内なる師からのメッセージを聴く
 - 6.小さな物事の中に大きな愛を感じる
 - 7.貢献できることをする
 - 8.自分をとことん愛する
 - 9.自分が与えられるものを考える
 - 10.ラブレターを書く
 - 11.直感で感じた事を描く
 - 12.その他



チャクラセラピーの手順

①テーマを決める

(例：今夜ぐっすり眠れるために必要なチャクラを教えてください。)

②確認→質問（質問形で聞く）しながら必要なチャクラを引き出す

(例：チャクラから情報が取れますか？→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質問（質問形で聞く）しながら限定していく

(例：必要なメッセージを教えてください。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引き出されたチャクラの周波数の音を、出てきたメッセージを言葉に出しながら、またはイメージしながら聴く

(手順：目を閉じて深呼吸して、メッセージを言葉に出しながら、またはイメージしながら聴く)

⑤もし何かアイデアが浮かんできたら、必ず書き留める



チャクラのテーマの例文

- ・ 今日一日元気に過ごせるために必要なチャクラを教えてください。
- ・ 心のアンバランスを調整するために必要なチャクラを教えてください。
- ・ 脳内疲労を取り除いてクリアにするために必要なチャクラを教えてください。
- ・ 今から瞑想するときと一緒に聴くと最適なチャクラを教えてください。
- ・ 自分のエネルギーを浄化するために必要なチャクラを教えてください。
- ・ 外からのネガティブな邪気を取り除くために必要なチャクラを教えてください。
- ・ お金の豊かさを受け取るために必要なチャクラを教えてください。
- ・ 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チャクラを教えてください。

チャクラセラピー

2023年 月 日

テーマ

A large, empty rectangular box with a black border, intended for the user to write the theme of the chakra therapy session.

チャクラの音源



第0 チャクラ 285HZ <https://www.youtube.com/watch?v=RfopVeAih9k>

第1 チャクラ 396HZ https://www.youtube.com/watch?v=LU_IEl-n5Ec&t=45s

第2 チャクラ 417HZ <https://www.youtube.com/watch?v=npCwIUijS4s&t=15s>

第3 チャクラ 528HZ <https://www.youtube.com/watch?v=OvUt6rsUrEs>

第4 チャクラ 639HZ https://www.youtube.com/watch?v=wafbtGGW8_Q

第5 チャクラ 741HZ <https://www.youtube.com/watch?v=7NKNx3dESxQ&t=16s>

第6 チャクラ 852HZ https://www.youtube.com/watch?v=A41WDf_E3tg

第7 チャクラ 963HZ <https://www.youtube.com/watch?v=8qdt1cA5U6w>

第8 チャクラ 174HZ <https://www.youtube.com/watch?v=9LFtiechj8Q&t=17s>

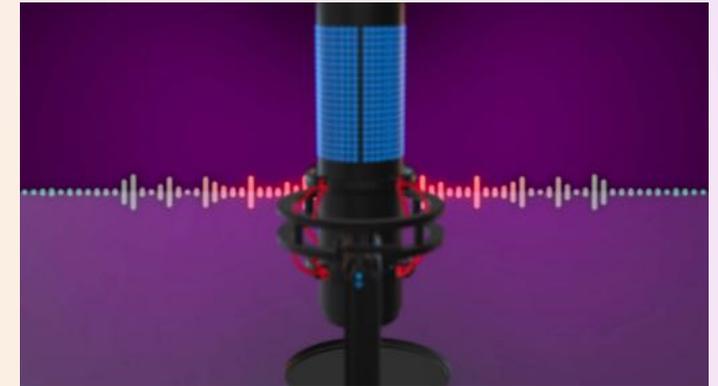
チャクラディアーナ <https://www.youtube.com/watch?v=JYHc8qP4txs>

チャクラスイート
https://www.youtube.com/watch?v=m_GrjP_BISA&list=PLWpONy9C2y_GjjW7OUmlQP2GpcHQcAyQi



周波数の音の効果

音は波、波は振動。思考よりも速い速度で感知するので、自然に潜在意識に影響を与えていくことができ、脳や体や心に響かせていくことができる。



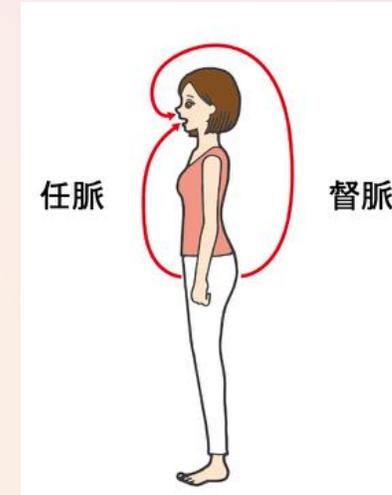
体へ伝わる音の振動に、メッセージや情報を入れることで、体が自然に情報を受け取ることができる。





正しく筋反射がとれるために必要なこと

- ① ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す
- ② 体を統括している**督脈**（行動のエネルギー）と**任脈**（選択のエネルギー）を整える
- ③ 体の**3軸**、横軸、縦軸、前後軸を整える
- ④ **水分**を十分にとる
- ⑤ 顕在意識にも、意思表示をして認識させてから始める
「**私は、今からセルフ筋肉反射チェックをします！**」
- ⑥ 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
「**Yes**」 → **前に倒れたらOK。**





チャクラセラピーの手順

①テーマを決める

(例：今夜ぐっすり眠れるために必要なチャクラを教えてください。)

②確認→質問（質問形で聞く）しながら必要なチャクラを引き出す

(例：チャクラから情報が取れますか？→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質問（質問形で聞く）しながら限定していく

(例：必要なメッセージを教えてください。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引き出されたチャクラの周波数の音を、出てきたメッセージを言葉に出しながら、またはイメージしながら聴く

(手順：目を閉じて深呼吸して、メッセージを言葉に出しながら、またはイメージしながら聴く)

⑤もし何かアイデアが浮かんできたら、必ず書き留める

チャクラセラピー普段使いバージョン



①テーマを決める

(例：今夜ぐっすり眠れるために必要なチャクラを教えてください。)

②確認→ 質問（質問形で聞く）しながら必要なチャクラを引き出す

(例：チャクラから情報が取れますか？→ 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：必要なメッセージを教えてください。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引き出されたチャクラの周波数の音を、出てきたメッセージを言葉に出しながら、またはイメージしながら聴く

(手順：目を閉じて深呼吸して、メッセージを言葉に出しながら、またはイメージしながら聴く)

⑤もし何かアイデアが浮かんできたら、必ず書き留める



内容

自分で潜在意識の声を
引き出せるようになる
【講義・レクチャー】

水やり・日光浴【ヒーリング】
心や体や魂を癒して満たす

2回目

- ①チャクラの法則とセラピーの実践
- ②カードセラピーの効果とやり方、実践
- ③（時間があれば）体のスキャン方法&
体の滞りを取る方法を引き出す
- ⑤遠隔レイキヒーリング

筋反射によるカードセラピーの効果



- ①自分の顕在意識で考えられる範囲外からの情報を引き出すことができる
- ②聞きたいことを明確にすることで、それに必要なメッセージを的確に受け取れる
- ③筋反射の反応でとっていくので、通常のカードセラピー「カードに決めてもらう」感じではなく、「どうなりたいか又はどんなことを聞きたいか、それに必要なメッセージをピンポイントで引き出す」ことができる
- ④自分にとってその時必要な気づきが得られて、自分のエネルギー・氣が変化し、現実が変わりやすい
- ⑤自分の潜在意識からのメッセージを受け取ることで、魂に響くメッセージを受け取れて、心強いサポーターができる



カードセラピーのやり方手順

①テーマ（聞きたいこと）を決める

大事なこと：何が聞きたいのかというのを「明確に」質問すること！

②「テーマ（聞きたいこと）に必要な情報を教えてください」→YES

③「カードで情報が取れますか？」→YES

④「必要なカードを教えてください」→YES。「右のカードですか？」

⑤「テーマ（聞きたいこと）に必要なメッセージを教えてください」×3回唱えながらカードをきる

⑥3分割に分けて筋肉反射テストで必要なカードを1枚引き出す

⑦質問して、カードからのメッセージを絞り込み、その意味を明確にしていく

テーマの例文



- ・ スルスル行動できるように必要なメッセージを教えてください。
- ・ ○な方に向けての○○に関してのSNS投稿に必要なメッセージを教えてください。
- ・ 周りに色々言われて気になることに対して必要なメッセージを教えてください。
- ・ **2023年**仕事をするにあたって必要なメッセージを教えてください。
- ・ あと3ヶ月で○○になっていくために、それに必要なメッセージを教えてください
- ・ 今日の自分を勇気づけるために必要なメッセージを教えてください。
- ・ ○○日のイベントで必要な方に届けるために必要なメッセージを教えてください。

カードセラピー

2023年 月 日

テーマ

A large empty rectangular box with a black border, intended for writing the theme of the card therapy session.



筋反射の前準備（短縮バージョン）

①ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す

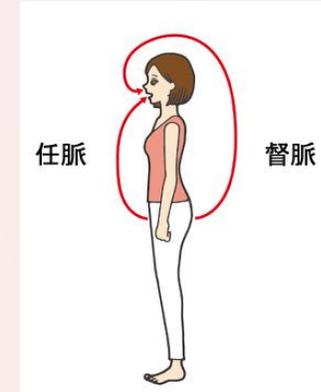
②体を統括している督脈（行動のエネルギー）と
任脈（選択のエネルギー）を整える

③体の3軸、横軸（人の目が気にならなくなる）縦軸（ステップ
（前→未来への不安がなくなる、後ろ→過去にとらわれない）を

④**水分**を十分にとる

⑤顕在意識にも、意思表示をして認識させてから始める
「**私は、今からセルフ筋肉反射チェックをします！**」

⑥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
「**Yes**」→前に倒れたらOK。





カードセラピーのやり方手順

①テーマ（聞きたいこと）を決める

大事なこと：何が聞きたいのかというのを「明確に」質問すること！

②「テーマ（聞きたいこと）に必要な情報を教えてください」→YES

③「カードで情報が取れますか？」→YES

④「必要なカードを教えてください」→YES。「右のカードですか？」

⑤「テーマ（聞きたいこと）に必要なメッセージを教えてください」×3回唱えながらカードをきる

⑥3分割に分けて筋肉反射テストで必要なカードを1枚引き出す

⑦質問して、カードからのメッセージを拾い、その意味を明確にしていく



- ⑦質問して、カードからのメッセージを拾い、その意味を明確にしていく
- 「左のページにありますか？」 「右のページにありますか？」
 - 「1行目にありますか？」
 - 「〇〇ですか？」 →キーワード、メッセージを引き出す
 - 「〇〇とは、△△ということですか？」 →その意味を明確にしていく

カードセラピー

2023年 月 日

テーマ



内容

自分で潜在意識の声を
引き出せるようになる
【講義・レクチャー】

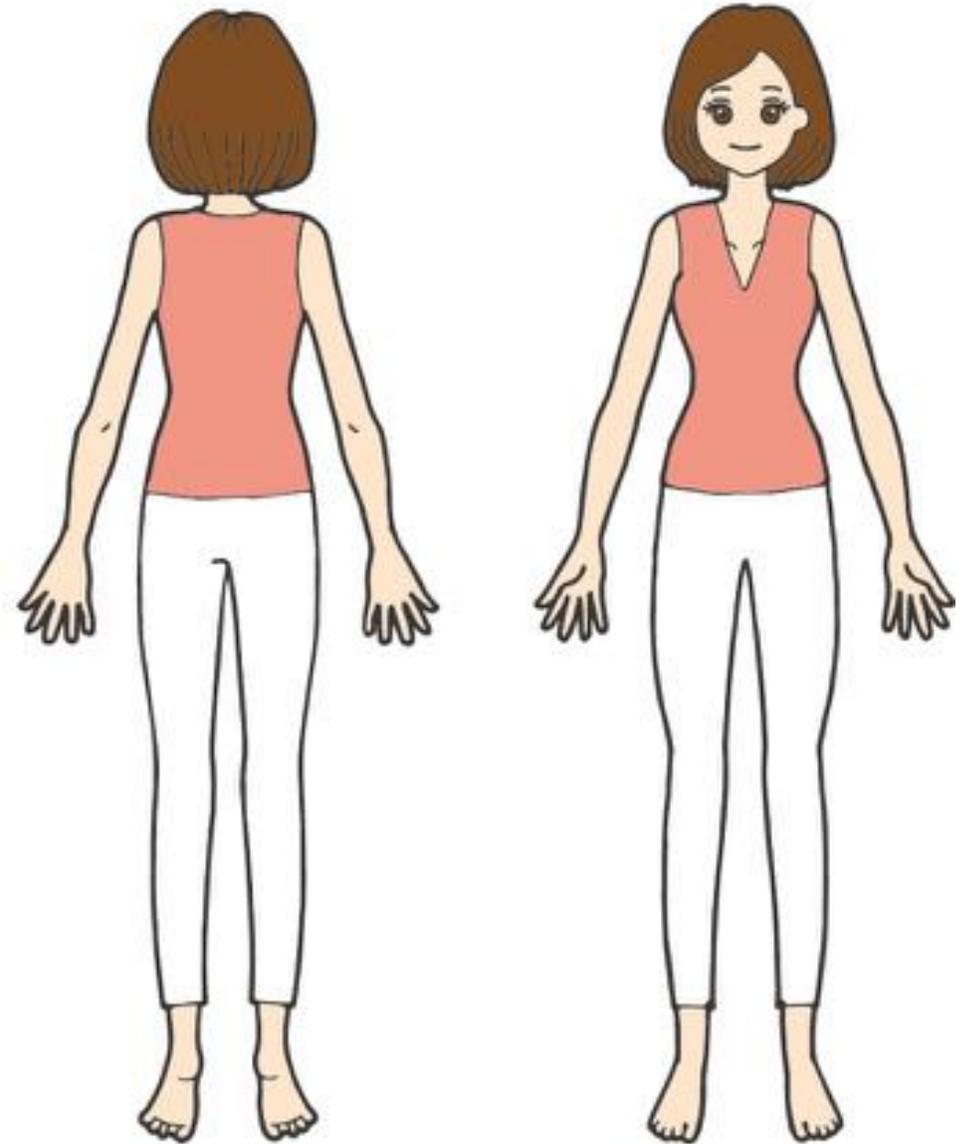
水やり・日光浴【ヒーリング】
心や体や魂を癒して満たす

2回目

- ①チャクラの法則とセラピーの実践
- ②カードセラピーの効果とやり方、実践
- ③（時間があれば）体のスキャン方法&
体の滞りを取る方法
- ⑤遠隔レイキヒーリング

ボディスキャンの方法

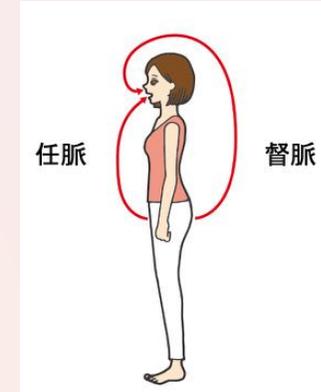
- ①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。
- ②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。
- ③滞りがある場所は、体が後ろに倒れたり横に動いたりする。反応があった場所にマルなどの印をつけておく。





筋反射の前準備（短縮バージョン）

- ①ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す
- ②体を統括している督脈（行動のエネルギー）と
任脈（選択のエネルギー）を整える
- ③体の3軸、横軸（人の目が気にならなくなる）縦軸（ステップ
（前→未来への不安がなくなる、後ろ→過去にとらわれない）を
- ④**水分**を十分にとる
- ⑤顕在意識にも、意思表示をして認識させてから始める
「**私は、今からセルフ筋肉反射チェックをします！**」
- ⑥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
「**Yes**」→前に倒れたらOK。

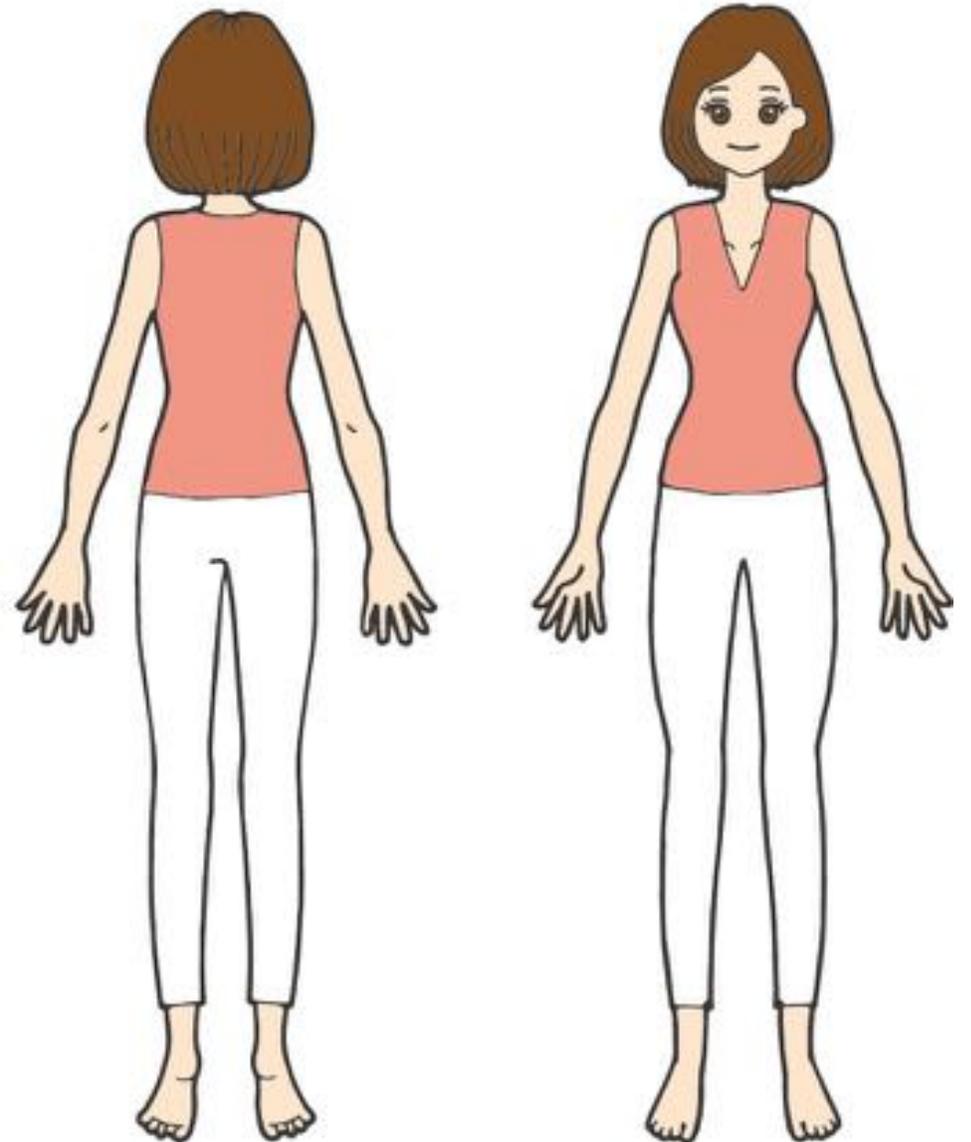


ボディスキャンの方法

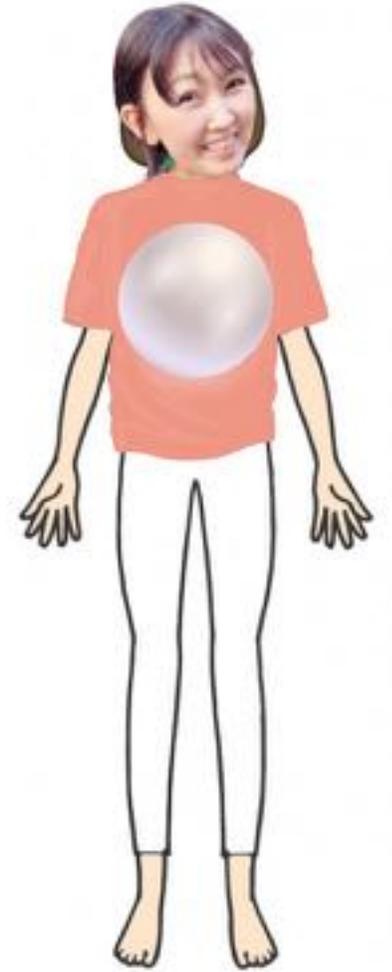
①前準備：自分のエネルギー（波動）をイラスト移動させる。

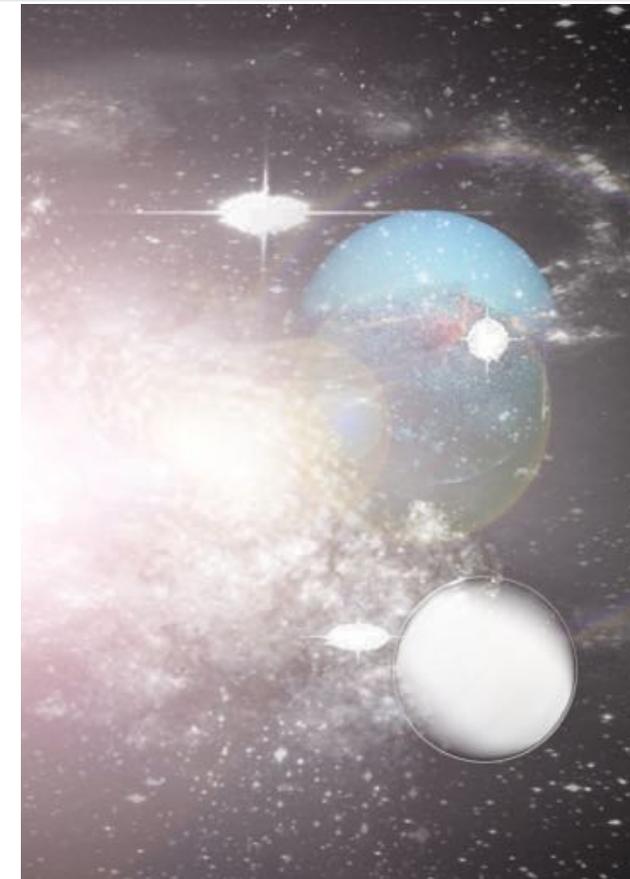
②目または手で反応をとっていき、ボディの滞りを体の前と後ろでスキャンチェックしていく。

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。



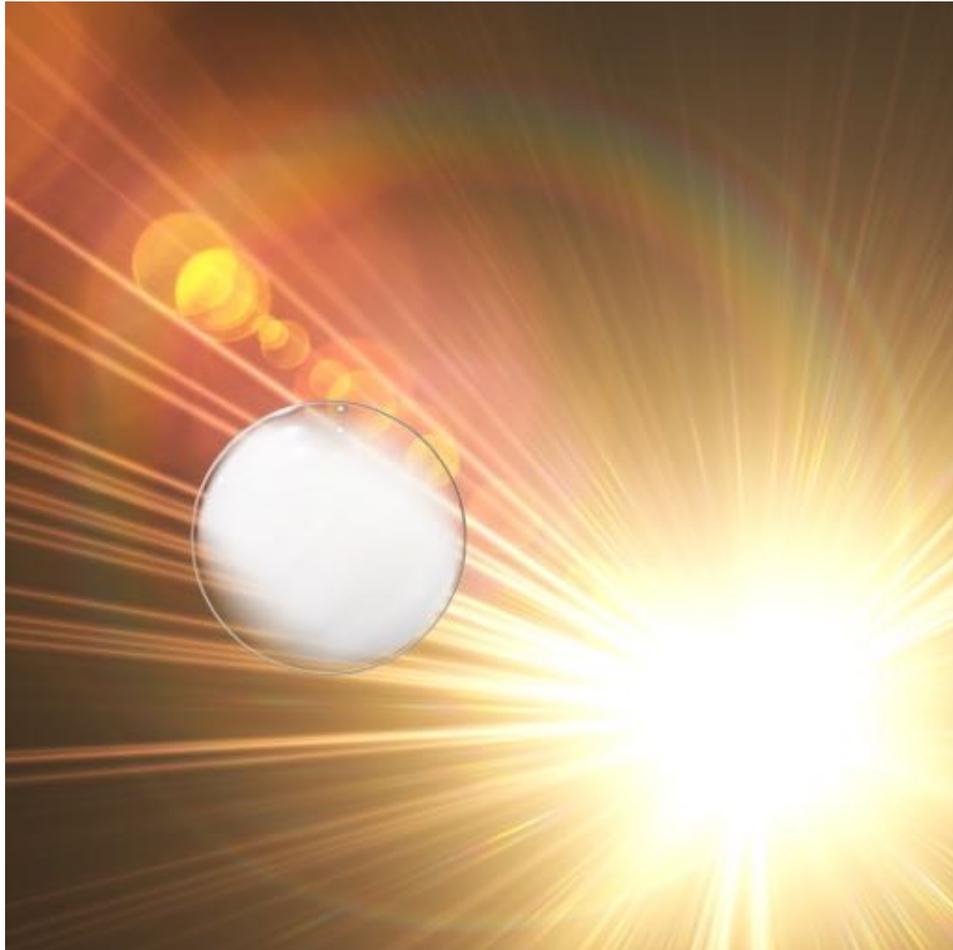
A. まず目を閉じて、自分の中の光
（白い球）みたいなものを
イメージする。



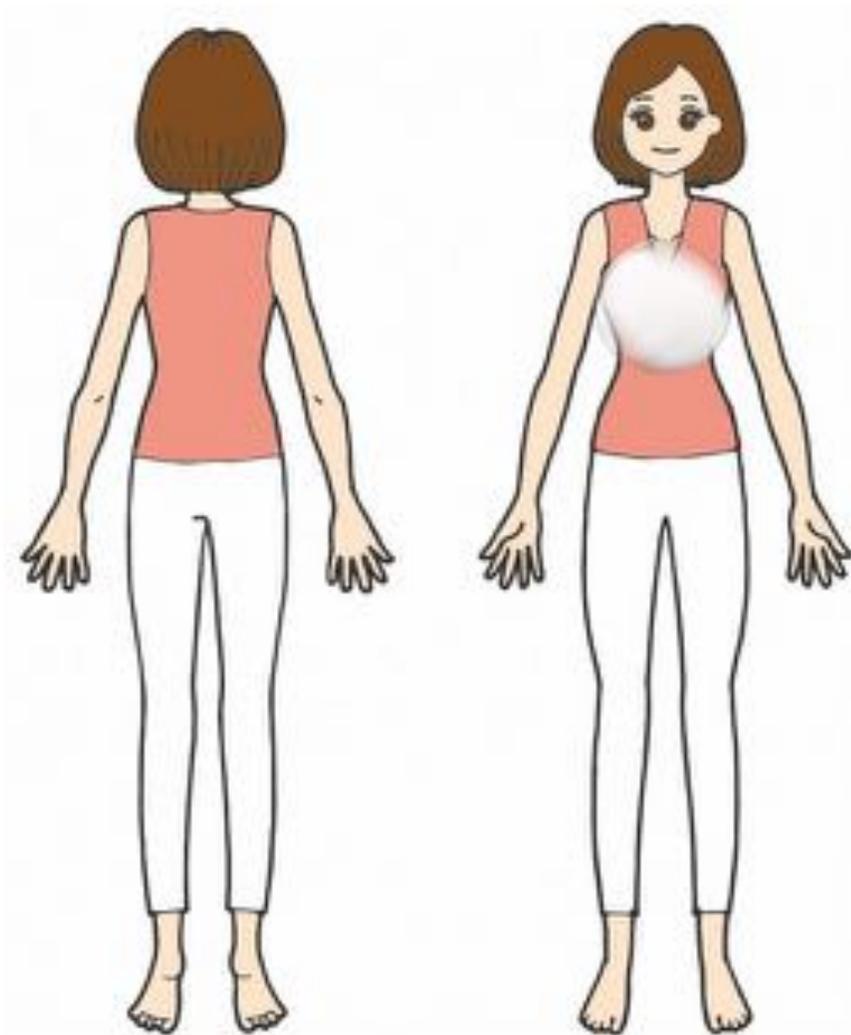
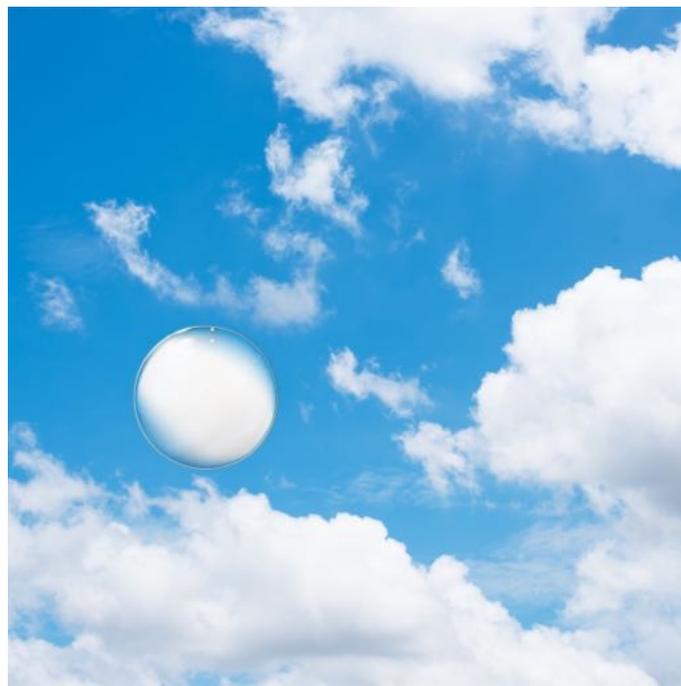


B. 自分の白い光（球）みたいなものがず〜っとあがって行って、雲の上、空を超えて、地球を離れて、宇宙にいて、宇宙にある光に向かっていくイメージをする。

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…

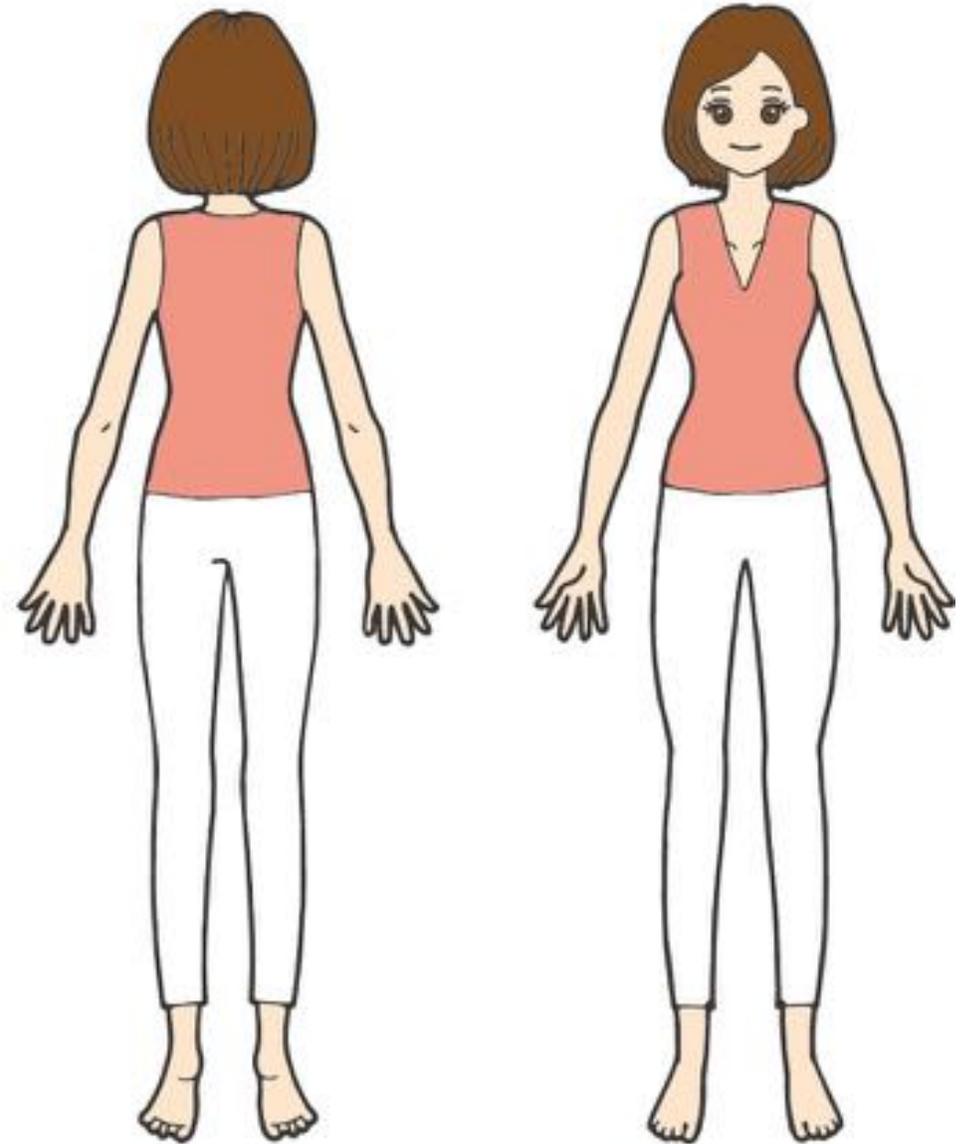


D. 雲の上まで戻って、雲の下、そして、
このイラストの人に入っていくというイメージをする。



ボディスキャンの方法

- 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。

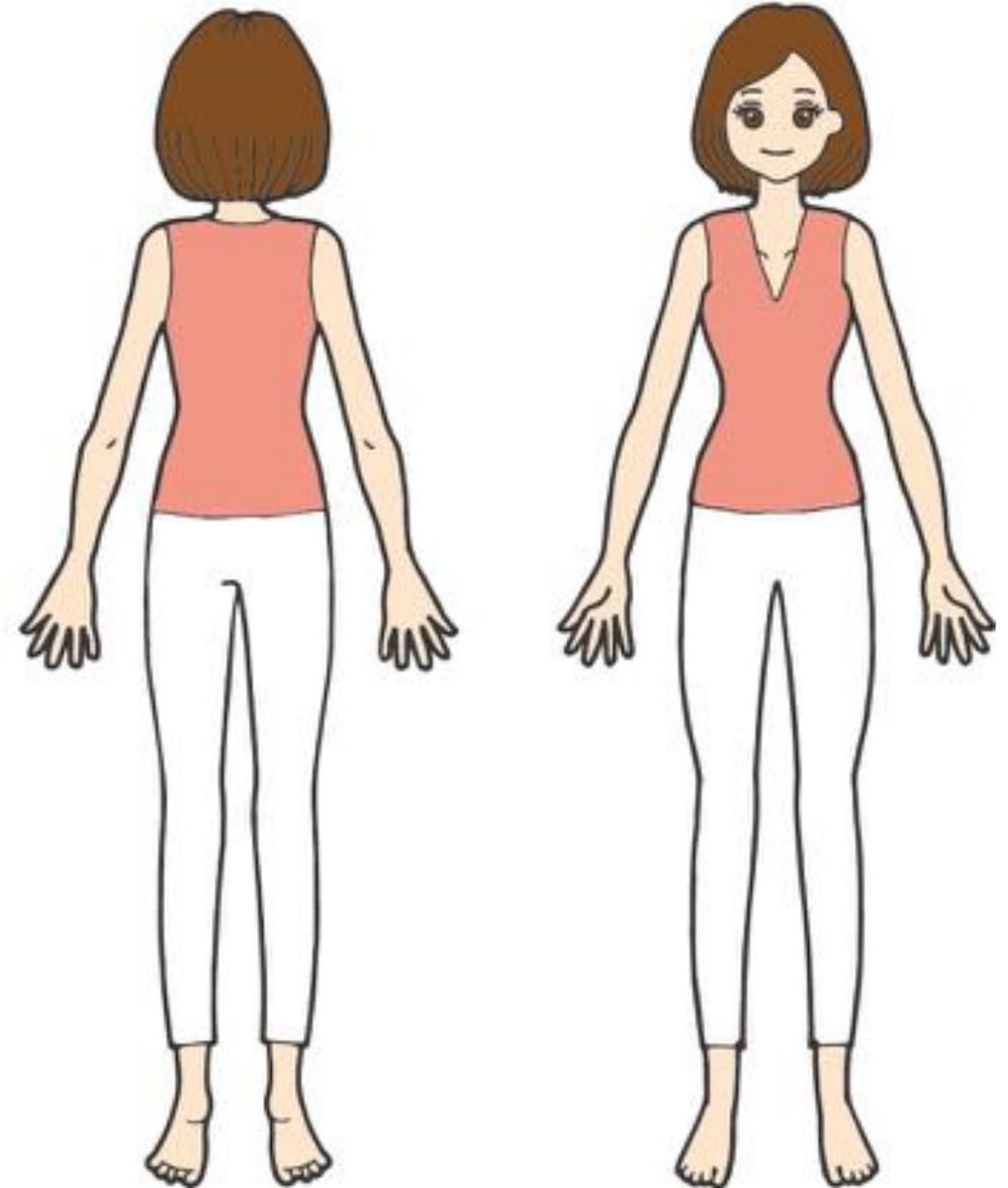


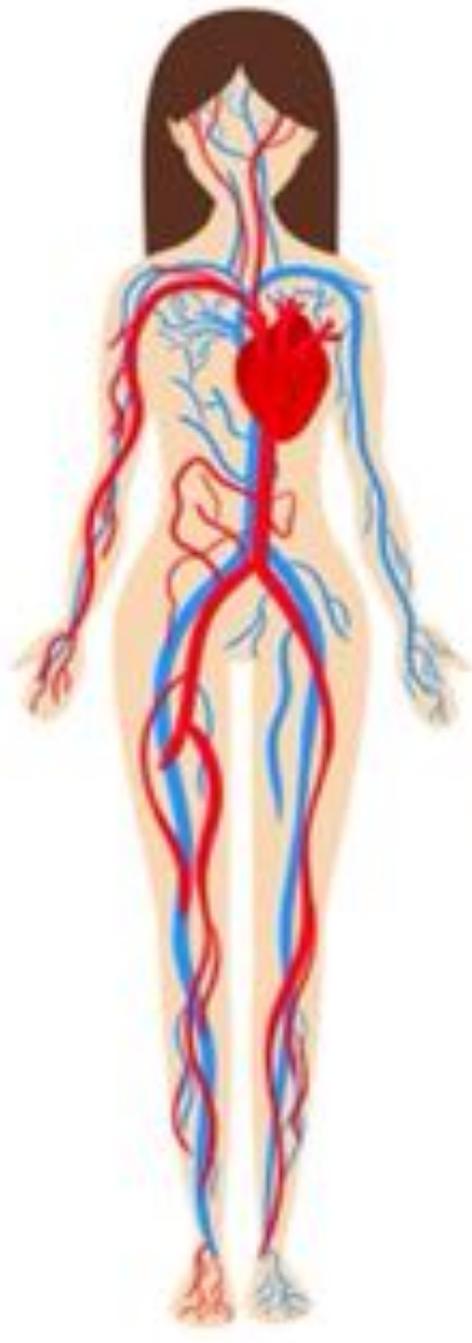
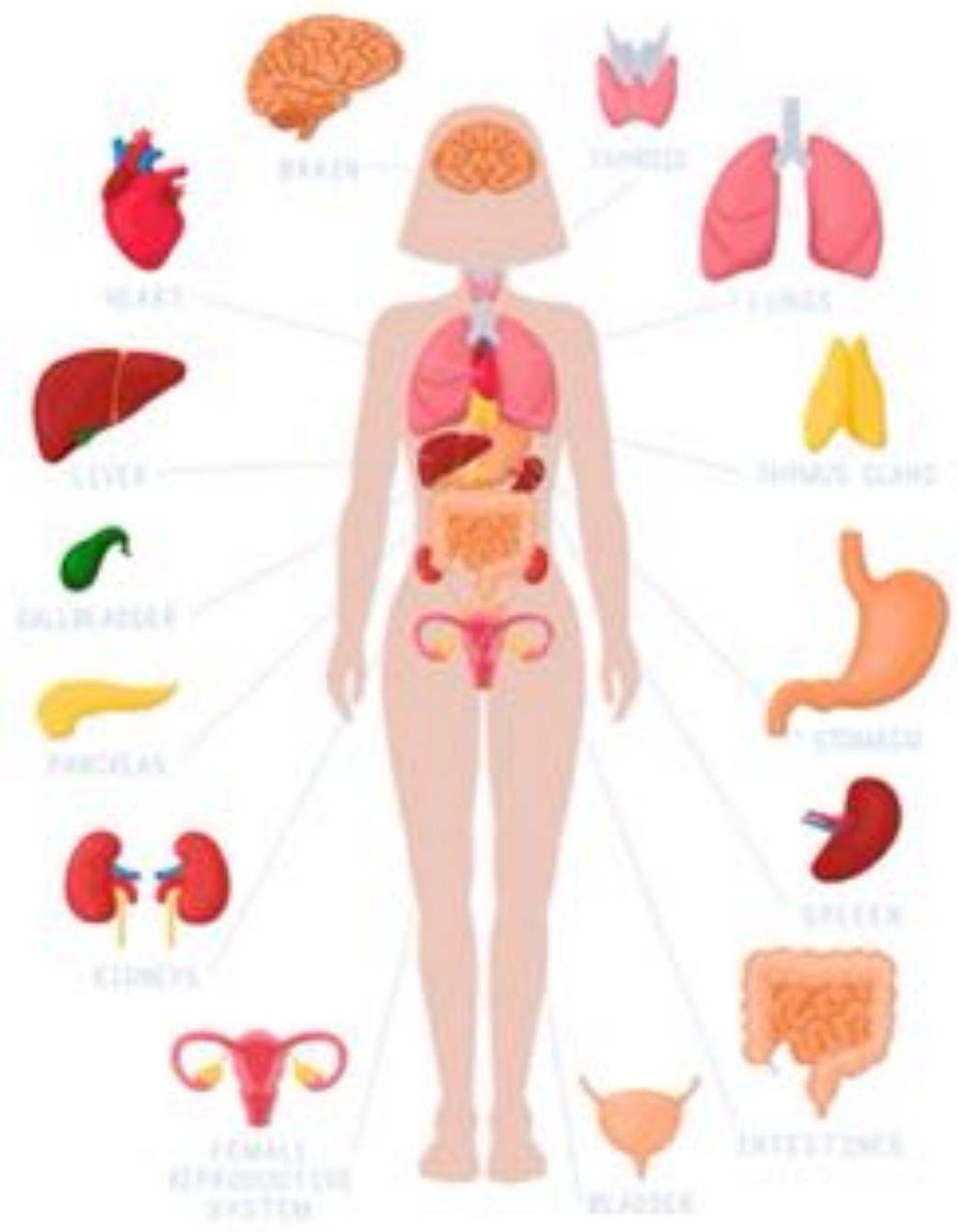
A. 「今から体の滞りをチェックしていきます。」と宣言する。

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。

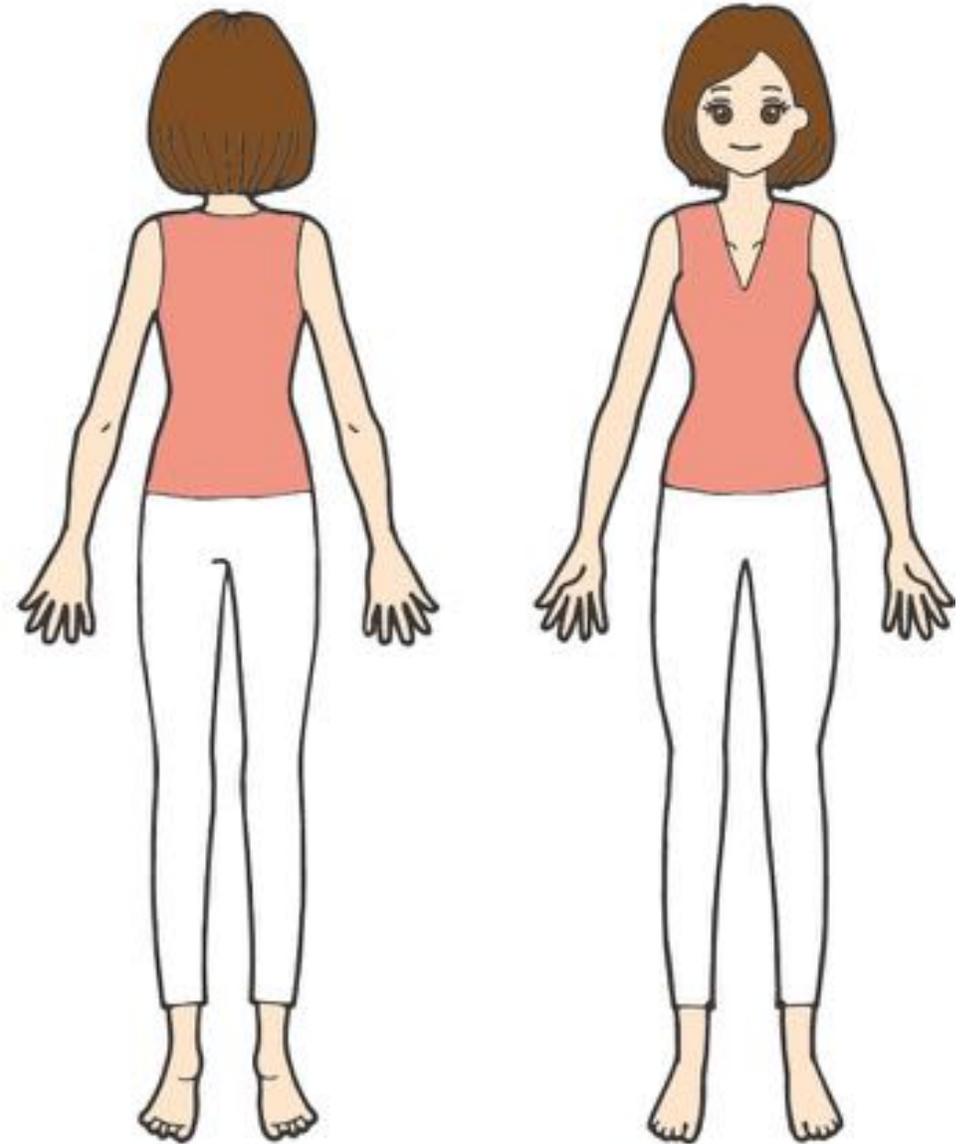
D. 反応があった箇所に、印をつけたり、
メモを取るなどして、滞りのある場所を
覚えておく。





滞りをとる手順

- ①滞りがある場所にボディ音叉を行う。
ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。
- ②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。



滞りをとる手順

①滞りがある場所にボディ音叉を行う。
ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。

ポイントは「五感&ボディ音叉の振動数」

- A. 部屋を換気する。（場の流れをよくする&整える、嗅覚）
- B. 水を「体の循環がスムーズになります」と意図して飲む。（味覚）
- C. 低音の振動で体に入り込みやすい136.1HZの音を流す。（聴覚）
https://www.youtube.com/watch?v=kar7_NFzTjE
- D. 滞りの場所に手をおく。（39回手をこすってから、指の間をなるべくあけない状態で）（触覚）
- E. 手をおいている場所に呼吸で意識を向ける。（吸った息を手を置いている所に意識して持っていき、吐くときにその場所が緩む、循環するイメージで）
- F. 水を「体が調和して、循環しています。ありがとうございました」と意図して飲む。（味覚）

オプション：G. アロマやお香などを焚く（嗅覚）

H. クスリ絵を見たり、滞りのある箇所につける（視覚、触覚）





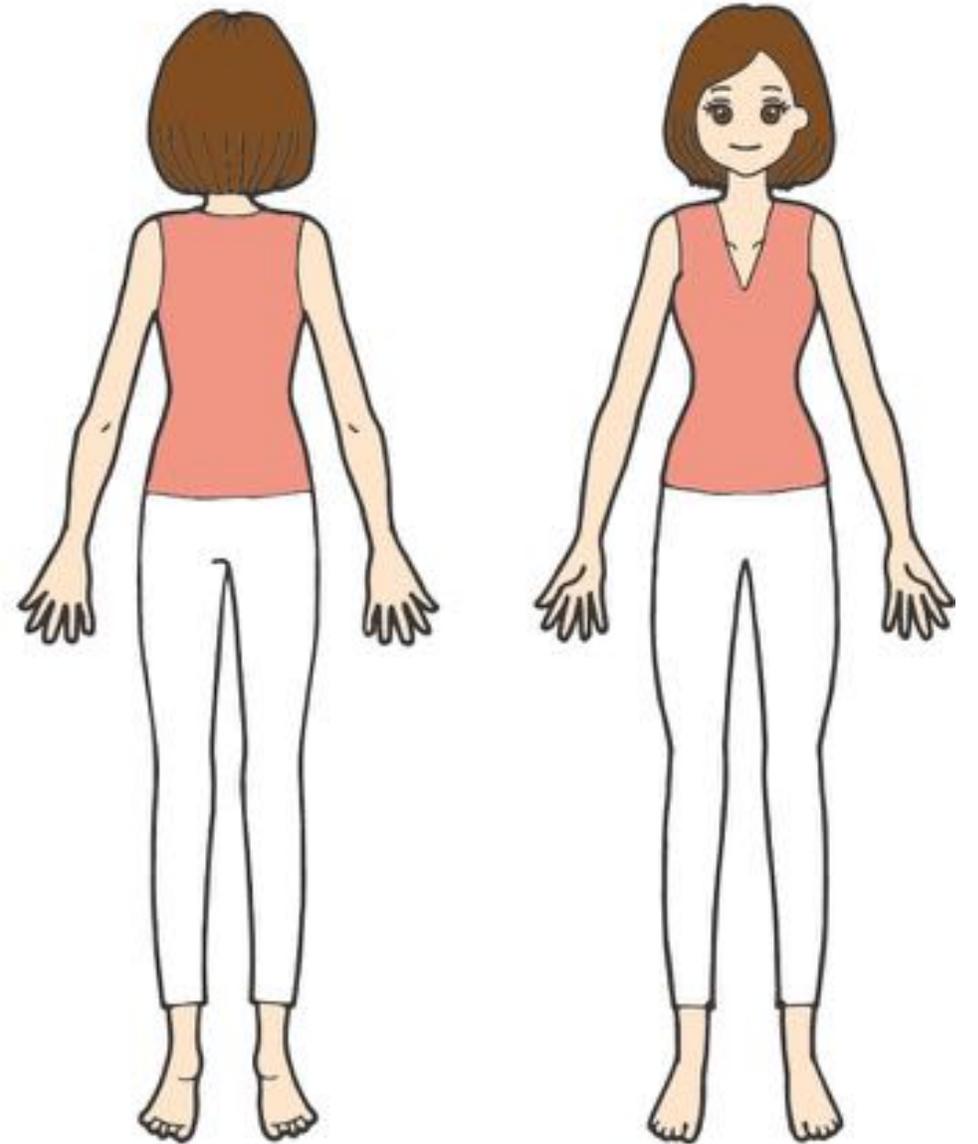
老化や活性酸素が原因で起こるすべての病気から
自分を守る万病予防の効果



体の不調改善から運気の向上までパワフルにサポート
& マイナスのエネルギーを吸い取ってくれる効果

滞りをとる手順

- ①滞りがある場所にボディ音叉を行う。
ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。
- ②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。

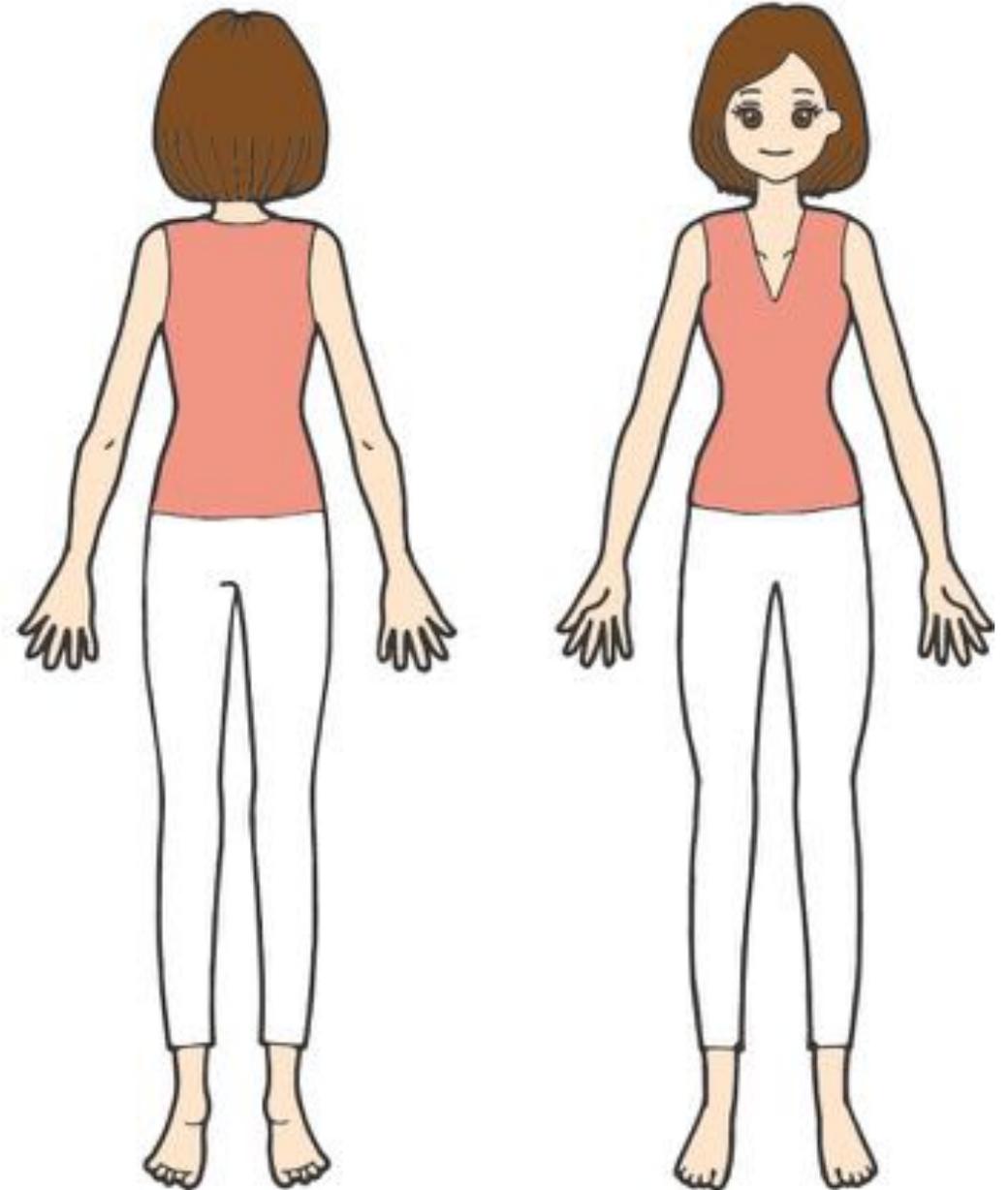


A. 「体の滞りをチェックしていきます。」
と宣言する。

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)

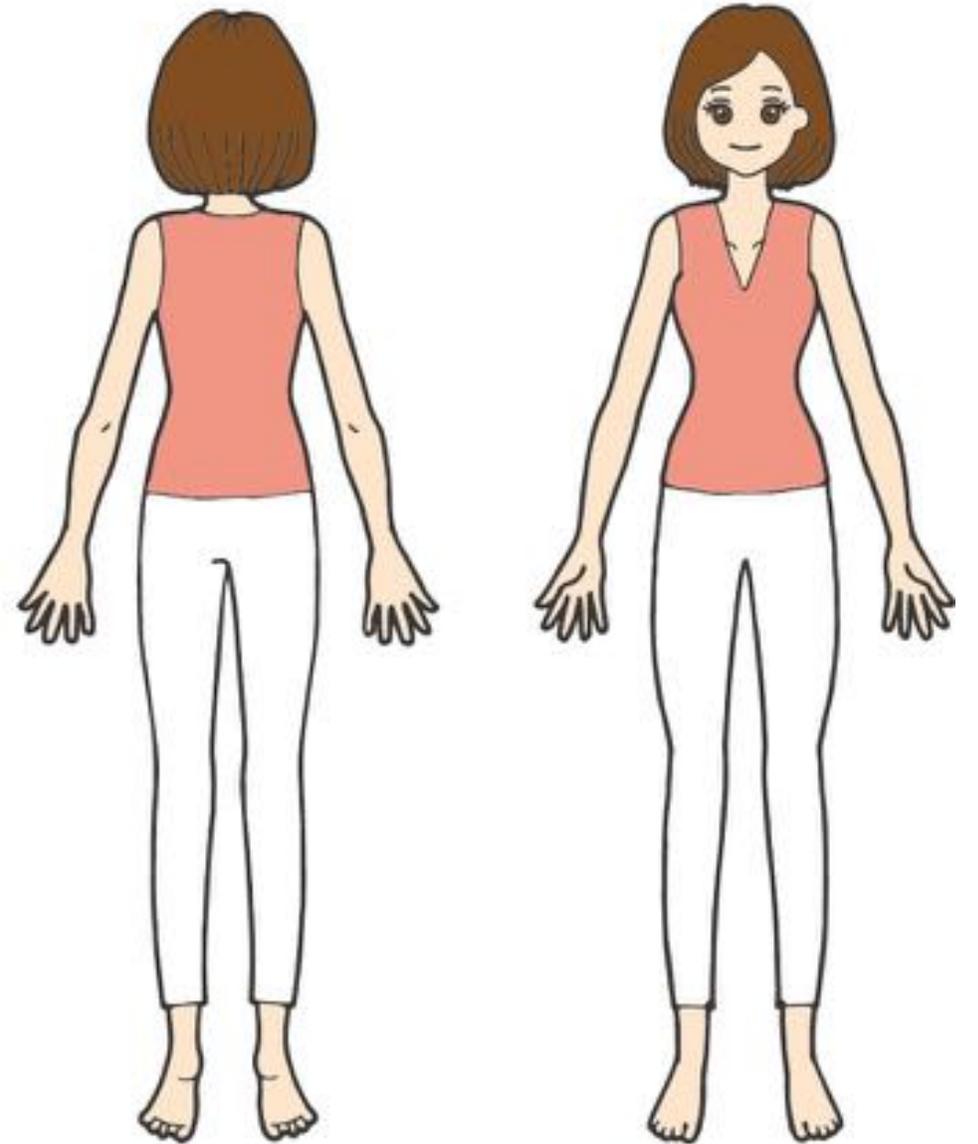
C. 体が後ろに倒れたり、横に動いたりする
ことがなければ、滞りがとれている証拠。

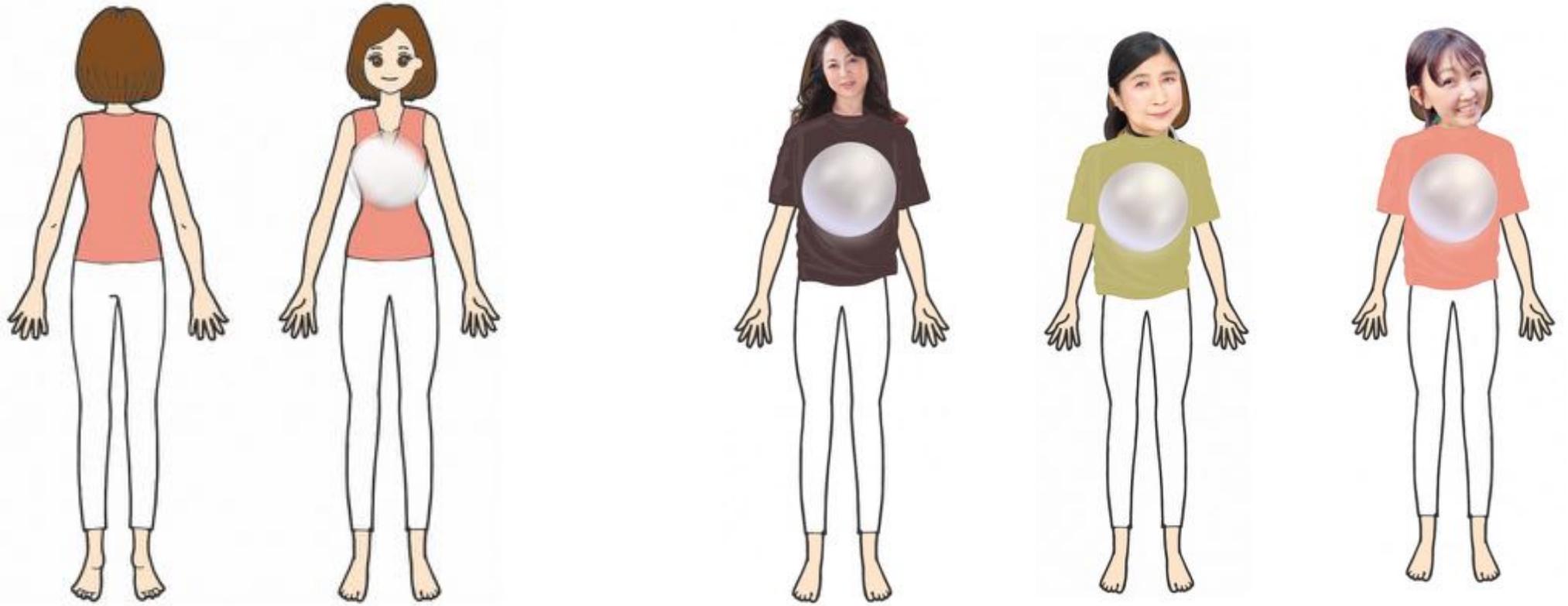
(反応がまだある場合は、もう少し
ボディ音叉またはボディ音叉と同様の効果
のある方法A~Fをする。)



滞りをとる手順

- ①滞りがある場所にボディ音叉を行う。
ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。
- ②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、自分の体に白い玉が戻ってくるイメージをする。

B. 「私は〇〇（自分の名前）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ことが確認できたということで終了。

内容

自分で潜在意識の声を
引き出せるようになる
【講義・レクチャー】

水やり・日光浴【ヒーリング】
心や体や魂を癒して満たす

2回目

- ①チャクラの法則とセラピーの実践
- ②カードセラピーの効果とやり方、実践
- ③（時間があれば）体のスキャン方法&
体の滞りを取る方法を引き出す
- ⑤遠隔レイキヒーリング



滞りをとる手順

①滞りがある場所にボディ音叉を行う。

ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。

ポイントは「五感&ボディ音叉の振動数」

A. 部屋を換気する。（場の流れをよくする&整える、嗅覚）

B. 水を「体の循環がスムーズになります」と意図して飲む。（味覚）

C. 低音の振動で体に入り込みやすい136.1HZの音を流す。（聴覚）

https://www.youtube.com/watch?v=kar7_NFzTjE

D. 滞りの場所に手をおく。（39回手をこすってから、指の間をなるべくあけない状態で）（触覚）

E. 手をおいている場所に呼吸で意識を向ける。（吸った息を手を置いている所に意識して持っていき、吐くときにその場所が緩む、循環するイメージで）

F. 水を「体が調和して、循環しています。ありがとうございました」と意図して飲む。（味覚）

オプション：G. アロマやお香などを焚く（嗅覚）

H. クスリ絵を見たり、滞りのある箇所につける（視覚、触覚）



レイ氣ヒーリングタイム

1、ストレッチ



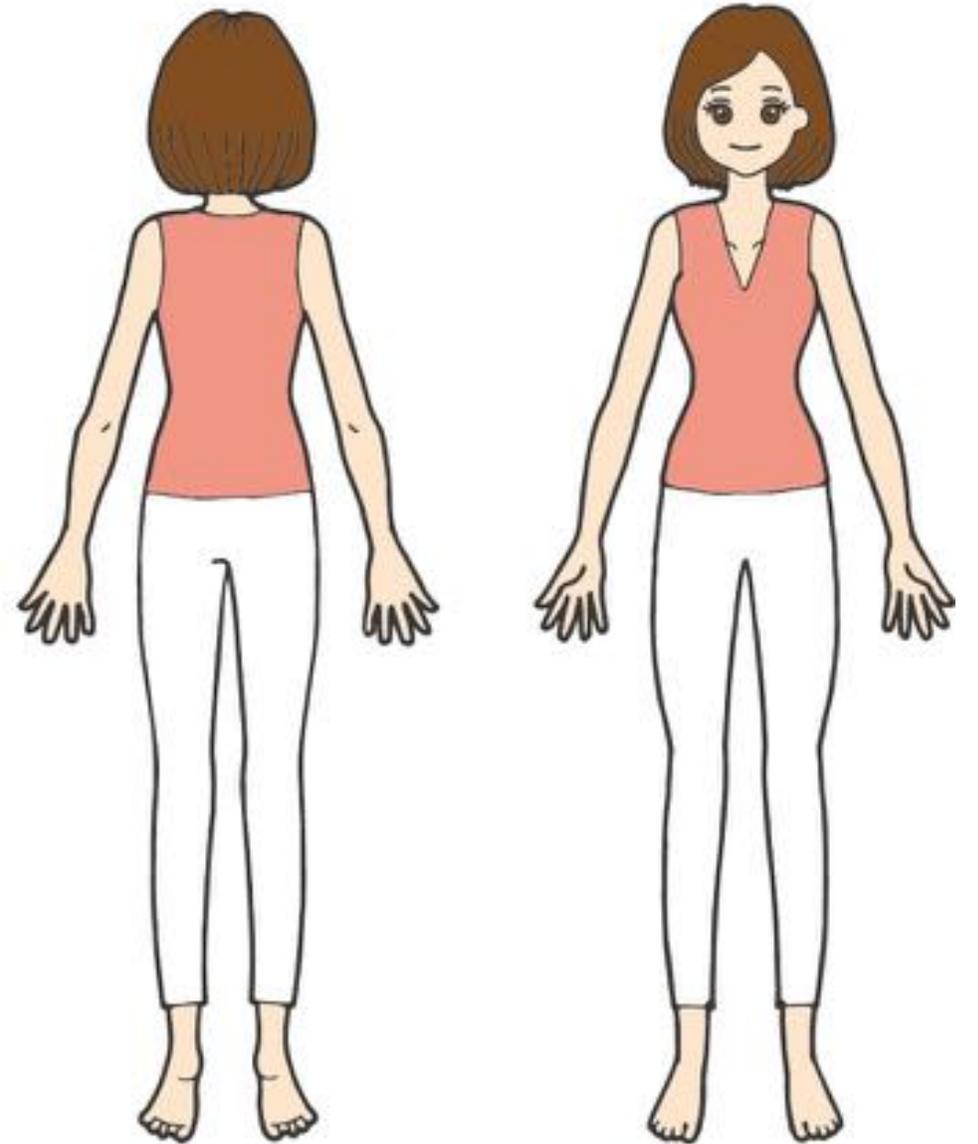
2、遠隔レイ氣ヒーリング





滞りをとる手順

- ①滞りがある場所にボディ音叉を行う。
ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。
- ②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（短縮バージョン）

①ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す

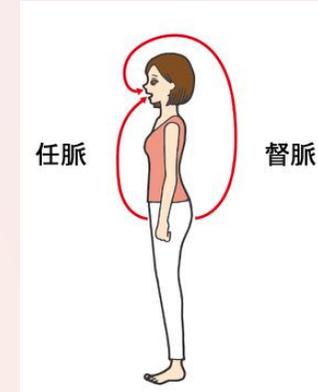
②体を統括している督脈（行動のエネルギー）と
任脈（選択のエネルギー）を整える

③体の3軸、横軸（人の目が気にならなくなる）縦軸（ステップ
（前→未来への不安がなくなる、後ろ→過去にとらわれない）を

④**水分**を十分にとる

⑤顕在意識にも、意思表示をして認識させてから始める
「**私は、今からセルフ筋肉反射チェックをします！**」

⑥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
「**Yes**」→前に倒れたらOK。

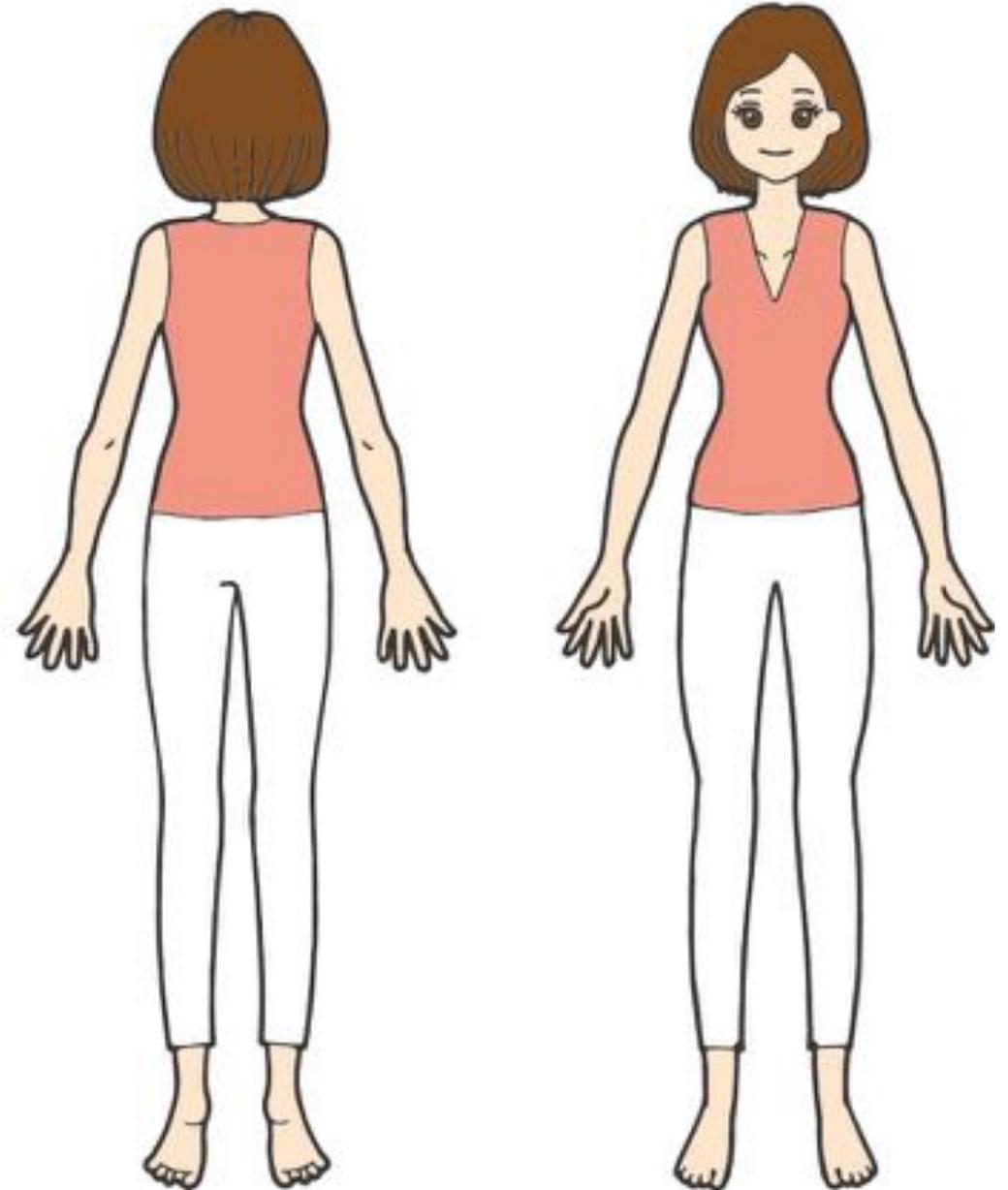


A. 「体の滞りをチェックしていきます。」
と宣言する。

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)

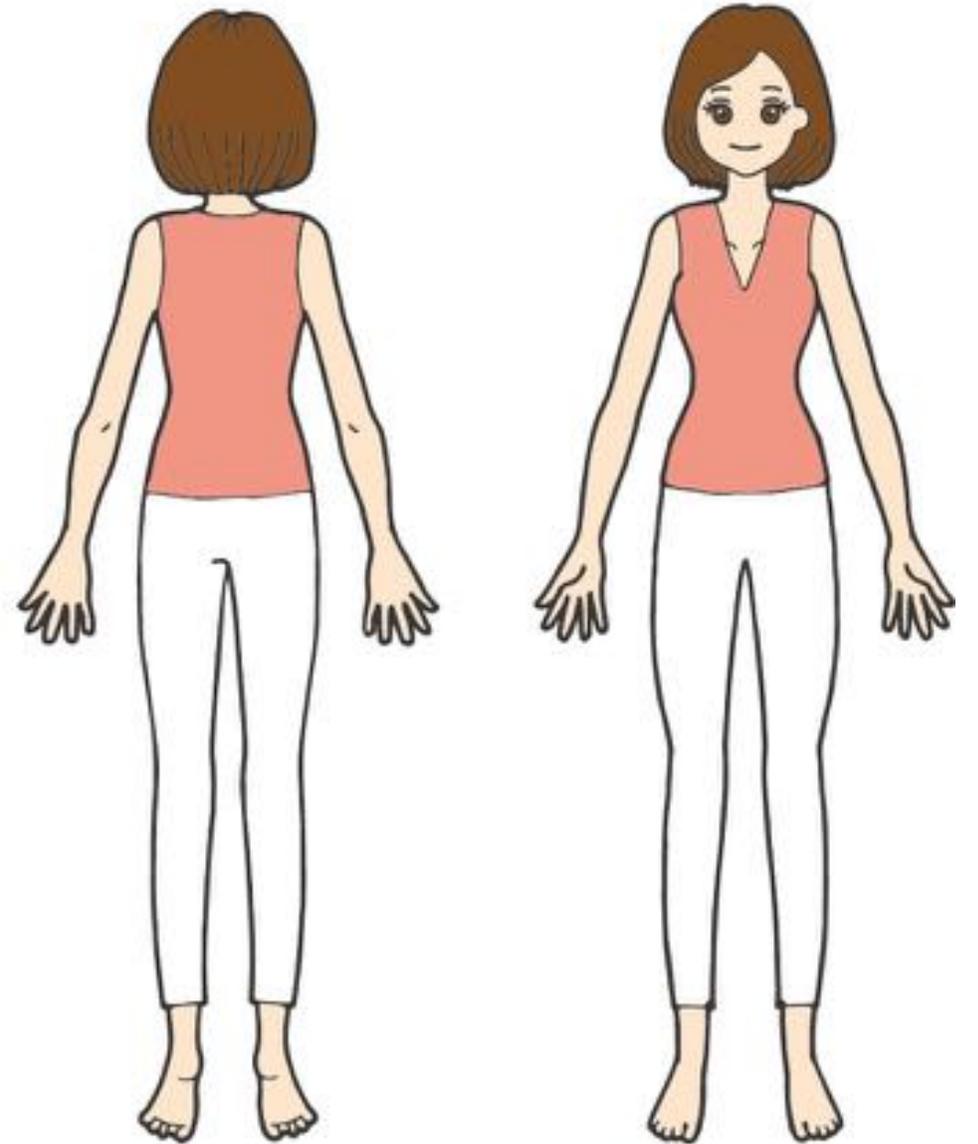
C. 体が後ろに倒れたり、横に動いたりする
ことがなければ、滞りがとれている証拠。

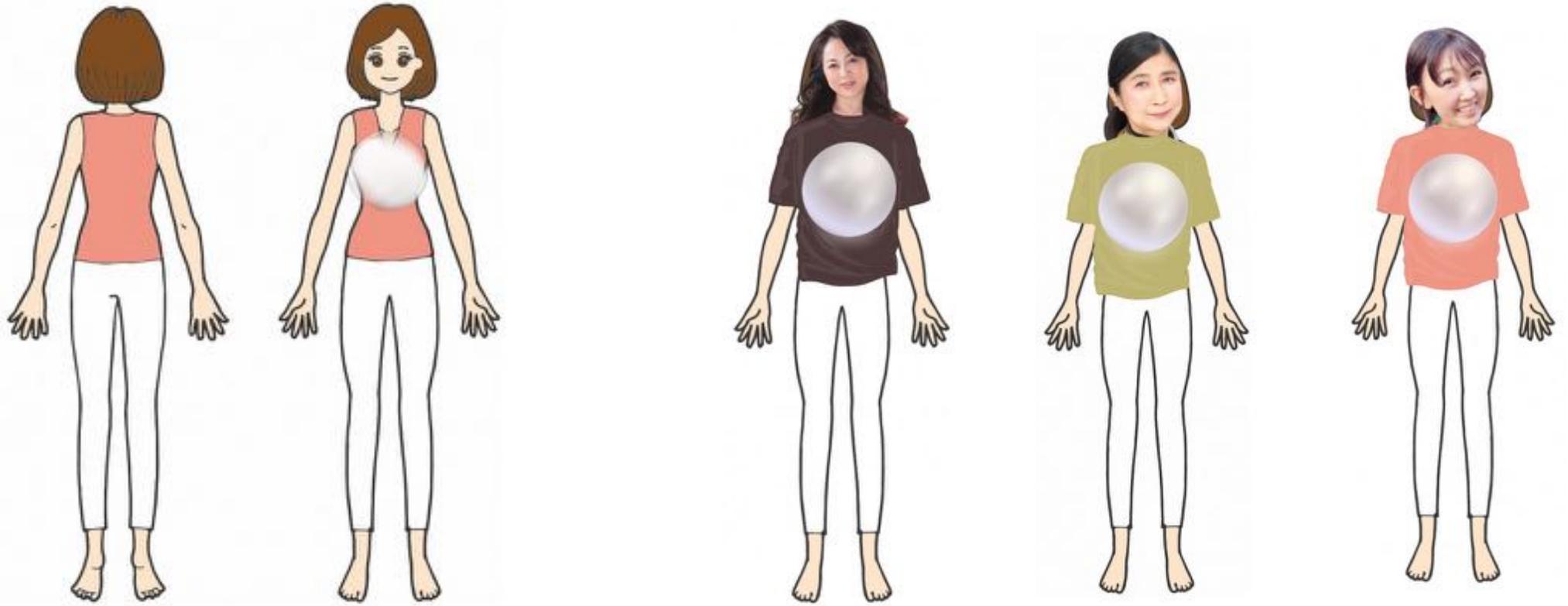
(反応がまだある場合は、もう少し
ボディ音叉またはボディ音叉と同様の効果
のある方法A~Fをする。)



滞りをとる手順

- ①滞りがある場所にボディ音叉を行う。
ボディ音叉がない場合は、ボディ音叉と同様の効果のある方法を行う。
- ②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、自分の体に白い玉が戻ってくるイメージをする。

B. 「私は〇〇（自分の名前）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ことが確認できたということで終了。



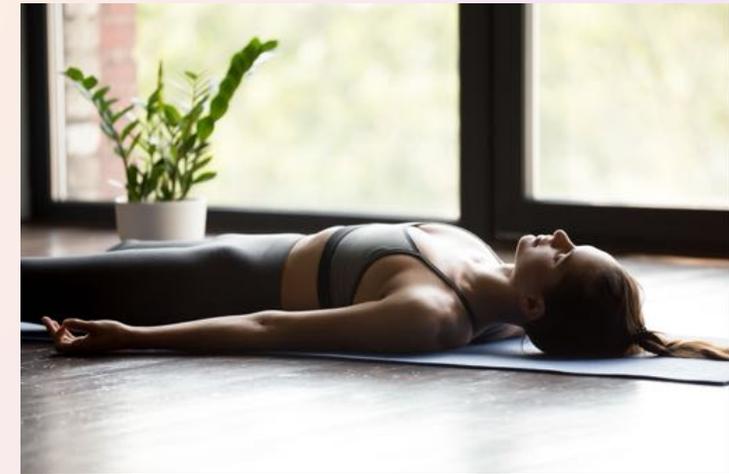
好転反応

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ヶ月目

1回目 9/14 (木) 20時

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ヶ月目

2回目 10/26 (木) 20時

チャクラから必要なメッセージを引き出す方法
カードセラピーのやり方
体のスキャンと滞りをとる方法

3ヶ月目

3回目 11/30 (木) 20時

自分だけのオリジナルパワーワード作成
セルフカウンセリングする前に役立つワーク
セルフカウンセリング（基本）①

4ヶ月目

4回目 12/28 (木) 20時

セルフカウンセリング（根本原因を探る）②
部屋の浄化方法、又は右脳と左脳の統合
自分の生まれてきた意味を引き出す

今日の講義終了後

- 1、講義の資料PDFと動画お渡し
- 2、アンケート回答リンク
- 3、質問は月**2**回（ライト）
月**3**回（スタンダード）
無制限（プレミアム）
- 4、理解度チェックは**5日後**に送る



エビングハウスの忘却曲線 (脳の忘れるしくみ) より



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、Voice Of Blooming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、その他の二次利用行為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。

Thank You!

