

一部の億万長者だけが知る

失敗しない・願望をかなえる法則

リモート・ビューイングからの応用

さがわあつし

著作権について

「失敗しない願望をかなえる法則」は、日本著作権法で保護されている著作物です。本書の取り扱いには、以下の点にご注意ください。

- 本書の著作権は、さがわあつしにあります。

上記の者の書面による許可なく、本書の一部、または全てをあらゆる媒体（印刷物、ビデオ、テープレコーダー、電子ファイル等）により、複製、流用転用、および記載、転売（オークションを含む）することを固く禁じます。

- 本書は個人使用を目的としたもので、許可なく、教室など、複数の人に教えることを禁じます。

以上の項目に違反した場合には、法的な手続きがとられますのでご注意ください。

免責事項

本書の内容は、著者のこれまでの経験をもとにノウハウをまとめたものであり、この内容により全ての読者の利益を保証するものではありません。

本書により、いかなる損害が発生いたしましても、一切の責任を負いません。

すべては読者の自己責任のもとに行うこととします。

使用承諾契約書

本契約は、本書を購入した個人・法人（以下、甲という）とさがわあつし（以下、乙という）との間で合意した契約となる。

本書を甲が受け取り、開封（紙媒体、電子媒体のいずれも）をしたことにより、甲はこの契約に同意したことになる。

本契約の目的

乙が著作権を有する本書に含まれる情報を、本契約に基づき、甲が使用することの権利を明らかにする。

禁止事項

本書に含まれる情報は、著作権法により保護されており、甲は本書から得た情報を乙の書面による事前の許可なくして各種媒体（電子メディアを含む）により、公開することを禁ずる。

契約の解除

甲が本契約に違反したと乙が判断した場合には、乙は甲の同意を得ることなく本契約を解除することができる。

損害賠償

甲が本契約の第2条に違反した場合に、本契約の解除に関わらず、甲は乙に対し、その違約金を支払うものとする。

責任の範囲

本書の情報の使用責任は全て甲にあり、本書により、いかなる損害が発生しても、乙は一切の責任を負わないものとする。

はじめに

潜在意識の働きを知ったのは三十年以上前のことでした。ジョセフ・マーフィー博士の著書をはじめて手にした時のことです。これで夢が実現できる、悩みがすべて解決できると、わたしは小躍りしました。

ところが、やってみてわかったのは、簡単ではないということでした。何が違うのだろう、本に書かれている通りに毎日実行しているのに、いっこうに成果があらわれな

い。

時間がたつばかりで、望んだ成果がでないことに焦りがでできます。

わたしのやり方が間違っているからだろうか？それとも潜在意識は本に書かれて
いるようには簡単に働かないのでは？

疑いの気持ちだけがふくらんできます。

その気持ちを振り切ってしばらくつづけてみたものの、望んでいることは全く起きま
せんでした。

わたしは決めました、もうやめようと。

しかし、やめる前のあることをしました。それはわたしが正しくやっていたかどうかを

確認しようということです。間違っていたのなら正してもらおうということです。

ジョセフ・マーフィー博士に電話しました。

運のいいことに、わたしの電話をマーフィー博士が直接取ってくださいました。

わたしは博士にわたしの問題を話し、博士の著書に書かれていることを忠実に実行したことを伝えました。

わたしはマーフィー博士が別のアドバイスを下さることを期待していました。

しかし、マーフィー博士が話されたことは本に書いてあることでした。わたしは語気を強め、博士がおっしゃることはすべて本に書かれていることで、すでにわたしは実行していたこと、一ヶ月以上たっても成果があがらなかったことを必死に伝えました。

マーフィー博士は穏やかに同じ内容を繰り返しわたしに話し、「できるから大丈夫だよ」と、おっしゃいました。何度もおっしゃったと思います。

電話を切ったとき、わたしの中で「うまくいく」という確信に近いものがつくられていました。

わたしはふたたび同じことをはじめました。それまでとの違いがあるとすれば、それは《できる》という思いでした。

マーフィー博士が、電話の向こうで何度もわたしに言いました、「出来るよ。出来るよ」と。

この《できる》がわたしの心に入ったのです。

ほぼ一週間後、わたしの問題は解決をみました。

何が違っていたのだろうか？

もうわかりますね。

それは明らかでした。《信じていた》か、《信じていなかった》の違いでした。

《疑いの気持ち》が実現を妨げていたのです。

それから三十数年がたちました。

十年近くやってきたリモート・ビューイングで脳の働きが少しわかり、潜在意識への応用のアイデアが浮かんできました。

ひとつを試すと、また次のアイデアが浮かんできます。そして自分でまた試しました。

実践して結果をみます。

つぎに他の人にも実践してもらいました。

結果がでる人とあまり出ない人があられました。同じことを実践しているのに結果が違う。そのわけは？

またもや潜在意識の一番の壁に突き当たりました。 **信じる！** この言葉でした。

どうやったら、マーフィー博士に言われてわたしが信じるようになったことを誰にでも再現できるのか？

するとアイデアが浮かんできました。閃きです。閃いたら実践すればわかること。自分で実践し、何人かにも試してもらいました。実践です。

この方法を多くの人に実践してもらいたいという欲がでてきました。それが本書を書くことになった理由です。

自分にあった方法でドンドン実践してください。そして小さなことから数多くの体験を積んでください。

積み重ねた体験で、あなたの中には確固たるモノが築かれます。あなたが望んだことを、あなた自身が実現できることに自信を深めていくことでしょう。

あなたがそうなることを確信もって宣言します。

注：左脳、右脳、顕在意識、潜在意識のハッキリした線引きがありません。

左脳⇨顕在意識、 右脳⇨潜在意識 という感じでとらえてください。

もくじ

第1章：脳をうまく使う

- 1-1 リモート・ビューイングは情報収集システム
- 1-2 左脳の機能
- 1-3 ネガティブに考えやすい傾向
- 1-4 あなたが脳に指示を与える
- 1-5 左脳のコントロール
- 1-6 願望(情報)を引き渡す

第2章：潜在意識

- 2-1 初めて潜在意識を使う
- 2-2 ビジョン・ボード
- 2-3 ワクワクした気分をつくる
- 2-4 あなたはつながっている
- 2-5 あなたは心に何を送り込んでいますか？
- 2-6 小さな変化
- 2-7 願望・目標がハッキリわかっていますか？

第3章：願望を吹き込む

3-1 繰り返し想像をつづける

3-2 五感イメージ誘導法

3-3 五感を使ったストーリー

3-4 ストーリー(物語)をつくる

3-5 吹き込む

第4章：吹き込んだものを聴く

4-1 刷り込む

4-2 どのように叶う？

4-3 眠りにつくとき

4-4 勇気づける

第5章：体と心に染み込ませる

5-1 ジョセフ・マーフィー博士のことばは体に入った

5-2 バイロケーション

5-3 内が先、外が後！

5-4 思考のパターン

第6章：過去・現在・未来

6-1 過去と現在は同時に存在する

- 6-2 現在と未来は同時に存在する
- 6-3 現在の状況に反応しない
- 6-4 あなたの今の状況とあなたの願望は別物
- 6-5 現実化には時間がかかる
- 6-6 結果がすぐに出ないから不安になる

第7章： 見えない世界

- 7-1 リモート・ビューイング
- 7-2 見えないチカラ
- 7-3 わたしたちはつながっていて、つながりは見えない

第8章： ツーバイスリーの法則

- 8-1 しっかり求める
- 8-2 信じる
- 8-3 感じる(受け取る)
- 8-4 感謝
- 8-5 自分を好きになる
- 8-6 ああ幸せ
- 8-7 おまけ

第9章：感情

- 9-1 感情があなたの未来をつくる
- 9-2 感じたものが帰ってくる
- 9-3 結果だけを考え、それを感じることに
- 9-4 あなたの感情をときどきチェック

第10章：本気でとりかかる

- 10-1 心の奥底から信じる？
- 10-2 脳のデフォルト設定
- 10-3 あなたほ同等以上の存在と思うこと
- 10-4 効果を疑っても仕方がない
- 10-5 何が何でも実現す

あとがき

1章：脳の機能をうまく使う

1-1 リモート・ビューイングは情報収集システム

リモート・ビューイングは、遠くにあるモノ、あるいは見えないモノの情報を、超自然的、あるいは超感覚的に収集する方法のことをいいます。

考えるという作業を一切しないで、浮かんでくる情報を次から次に書き出すことで、目的のターゲットの情報を集めるのがリモート・ビューイングです。

あなたの脳は、あなたがどんな情報を欲しがっているのか知っています。脳はその情報を獲得するためのすべを持っています。必ずあなたにその情報をもたらします。しかしその情報を表に出す方法が確立されていません。

超能力者や霊能者は、その方法を生まれながらに持っています。右脳に届いた情報を瞬時に左脳へ移します。あるいは潜在意識に入った情報を顕在意識に移せるとも言えます。

あなたやわたしのような普通の人にはできない情報の移動を、彼らは脳の中で瞬時に行うことができます。

このできないとされる情報の移動を可能にするのがリモート・ビューイングです。

1-2 左脳の機能

あなたが日頃使っている脳のほとんどが左脳でしょう。起きているときに活動している脳はそのほとんどが左脳ということです。

あなたの左脳はわずかな情報で物事を作り出しますね。それが左脳の持つ機能の一つだからです。

たとえをだしてみましよう。

あなたに質問します。「黄色」「カーブしている」「くだもの」

さてあなたは何をイメージしたでしょうか？

『バナナ』ですね、あなたがイメージしたのは。

なぜあなたはバナナをイメージしたのでしょうか？

答えは簡単です。あなたが一番多く体験しているくだものがバナナだからです。

僅かな情報で、あなたの左脳はバナナをつくりだしてしまいました。おそらくあなたはバナナのイメージを持ったことでしょう。

そのイメージも、バナナが何本かある房だったことでしょう。

これもあなたの体験が作り出したイメージです。

あなたがバナナをイメージすることは予測していました。「黄色」「カーブしている」「くだもの」で、一番体験が多いのがバナナと知っていたからです。

わたしは質問を書く前に、『パパイア』をイメージしてみました。残念ながらあなたにはキャッチできませんでしたね。

あなたの左脳は機能どおりの働きを示しました。正常な働きをしています。3つの情報から「バナナ」を導き出したのですから。左脳は、体験と常識と知識から物事を判断します。

もしバナナのイメージが房ではなく、バナナの木になっている房で、バナナの葉が風に揺れたりしたイメージであれば、あなたは右脳的な人といえます。

1-3 ネガティブに考えやすい傾向

左脳にはあなたのための防衛機能も含まれています。

あなたを守るということです。

そのため良くないことが起きないか、危険なことが起きないかと、たえず注意を払っています。ネガティブな物事に注意がいきやすくなっています。

そのこと事態はもちろんありがたいことですが、過度になるとあなたの考えや行動

にブレーキをかけてしまうことにもなりかねません。

日本人の90%強は心配性です。

ですから、あなたがさまざまなことで心配するのは当たり前のことで、普通のことなのです。あなたは「わたしは心配性です」と思ってもいい、それは普通のことですから過度な心配要りません。

また、何かをはじめても、「うまくいかない、ダメだ」とあなたはすぐに思ったりしませんか？

これも左脳の傾向で、左脳は早めに「ダメだ」と考えてしまいます。

これも左脳の防衛機能です。左脳はあなたが落ち込んでいくのを阻止するために、ひどくなる前に予防線を張ろうとします。あなたへのダメージを少なくしたいからです。そのためには早めの諦めの結論が有効なのです。

このことも左脳にとっては普通のこと、あなたは何かを始めて「わたしはすぐにダメになり、諦めてしまう」と思ったとしても、当たり前のことが起きただけです。

「ああ、わたしの左脳が機能したんだ」とまずそのことを認識しましょう。

その上で、今ここで諦めてはいけない理由を探し出し、続けることを決心するようにしましょう。

すぐに「わたしは弱い人間だ」と結論しないことが大事です。あなたの左脳が正常に反応したことで、あなたは弱い人間であると結びつけないように。

いちいち左脳の防衛機能を自分の弱気と結びつけていたら、あなたは本当の弱い

人間に見事になってしまいますよ。

1-4 あなたが脳に指示を与える

リモート・ビューイングでは、やっている作業が何のためなのかをハッキリさせます。

これが決まっていないと情報収集は不可能です。

脳にどんな情報を求めているかを知らせます。

このことは、あなたが願望をかなえようとしていても、その願望があやふやではあなたの脳はあなたのために作業することが出来ないことを示しています。

リモート・ビューイングでの情報収集は、ピンポイントでターゲットにコンタクトして、ビューアが求めている情報を収集します。

願望をかなえるのもこのレベルのものが求められます。つまりあなたの望みが細かい部分までわかっていることが求められます。

リモート・ビューイングの作業中は声を出してします。それはあなたが脳に、いまだんな作業をしているかを知らせるためです。

声を出した方が脳は理解が早いということです。

このことは、強く意識して声に出したことは実現しやすくなるとも言えます。

声を出して情報収集すると同じように、あなたの願望を声に出すことによって、脳は理解し現実化へ向かいます。

そのための具体的な方法は第3章で詳しく説明します。

1-5 左脳のコントロール

リモート・ビューイングは右脳を開発するのではなく、左脳をうまくコントロールすることで情報収集とういことが特徴的と言えます。

あなたが求めている情報は、あなたの脳にすでに届けられていると言ったら驚きますか？

左脳が求めた情報は右脳に届いているということです。

ところが、あなたは右脳に求めている情報がすでに届いていることにさえ気が付きません。

なぜか？

情報の引渡しが左脳と右脳の間で出来ていないからです。

この引渡しを可能にするのがリモート・ビューイングです。

きっとこれだけでは、あなたは何のことか良くわかっていませんね。もう少し詳しくお

話しましょう。

左脳は朝起きてから眠るまでつねに何かをつくり出しています。

あなた自身を考えてみればわかりますね、いつも何かを考えているはずです。

その考えていることを、あなたは止められますか？

思考を止めるということです。

出来ませんね。

あなたは嬉しいことや楽しいこと、心配なこと、不安なこと、恐れ、ありとあらゆることがあなたの頭の中を巡っています。

思考の中身はあなたの人生にとって大きな影響があるので、非常に重要なことですが、このことは別の章で説明します。

いまここでは思考は止められないということをわかってください。

思考は左脳で行われています。ここであなたは、望んでいる未来という思考をつくり出したり、不安や恐怖という思考をつくり出しています。

ここで知っていただきたいのは、あなたが思考をつくり出しているという事です。あなたはつねに何らかの思考をつくり出しています。

右脳に来ている情報は、あなたが作り出したものではなく、すでにあつたものが届いているということです。

あなたが求めている情報は右脳に届いているのですが、あなたはそのことさえ気が付いていません。

左脳と右脳が行き来していないからです。

原因は、つねに左脳が思考し続けているからです。

思考を止めてみては？

出来ませんでしたね。

でも最初の数秒は思考を止めることは出来ましたね。長時間思考を止めることは出来なくても、最初の数秒は止められませんでしたか？

たった数秒でも思考を止められるということは、あなたは何も作り出していなかったということです。

この数秒の《何も作り出していない》状態のときに、あなたの右脳に届いていた、あなたが求めている情報を浮かび上がらせます。

この左脳をうまくコントロールすることで、右脳に届いた情報を引き出す方法がリモート・ビューイングです。

あなたの願望を実現させるのに、この左脳のコントロールと、左脳と右脳の願望の受け渡しが重要になってきます。

1-6 願望(情報)を引き渡す

あなたの願望を実現するには、顕在意識と潜在意識の連携が求められます。

潜在意識は目に見えない世界につながっています。目に見えない世界であなたの願望を現実化するのには潜在意識です。

リモート・ビューイングでは AI を多く使います。AI とはエステティック・インパクトのことで、簡単に説明すると、あなたの感情ということです。

求めている情報に対して、あなたがどんな感情を持っているかです。

人や特定の事物に対して、あなたが持つ印象の情報、感情の部分を引き出そうとします。ことに人が対象になった場合は、この感情の部分が大部分を占めるリモート・ビューイングとなります。

感情のインパクトは大きいので、情報をキャッチしやすくなります。

このリモート・ビューイングの体験から、感情が非常に重要な要素を持っていることがわかります。

感情が伴うと情報がキャッチしやすいということは、感情があると情報の移動がよりスムーズに行われるということになります。

逆のケースにもこれが当てはまると考えられます。つまり顕在意識の情報を潜在意

識に伝えるには、感情を伴えばうまくいくということです。

感情に乗せてあなたの情報を潜在意識に引き渡すということです。

このことから、あなたの願望(情報)をあなたの感情に乗せれば、潜在意識に伝えやすくなります。

問題はどんな感情に乗せるかです。

リモート・ビューイングでは、さまざまな感情が伴った情報を引き出します。このときキャッチする感情は多岐に渡ります。

たとえば、楽しい感情、寂しい感情、ドキドキした感情、緊張した感情、驚いた感情、退屈な感情、羨ましい感情、むなしい感情、悲しい感情など、実にさまざまです。

しかし、あなたがすることは、あなたの願望を実現するための感情ただひとつです。

多くの潜在意識に関する本で言われている《ワクワク感》がそれです。ワクワクした感情にあなたの情報、つまりあなたの願望を乗せることが一番求められることがわかります。

あなたがある感情を持ったとき、その感情とともに何かの情報が潜在意識に伝えられています。

あなたはネガティブな感情を何度も、いや一日のうちで長時間にわたって、否定的な情報を潜在意識に伝えていたかもしれません。

その情報が現実になり、あなたはそのことでいま苦しんでいるかもしれません。問

題を抱えているかもしれません。

でももう大丈夫です。あなたが本書に書かれていることを実行すれば、日に日にあなたの望む方向に舵が切られていくことを実感することになるでしょう。

2章: 潜在意識

2-1 初めて潜在意識を使う

これまで潜在意識に関する本がたくさん出版されてきました。もちろんわたしもたくさん読みましたし、今でも書店で気に入った本を見つけると買い求めます。

自分にあった方法があれば試してみます。結果が出ると、その方法を長期に渡ってつづけます。

本に書かれている潜在意識の働きは、そのほとんどが正しいと思っています。どの潜在意識の本も基本的な考え方はほぼ同じです。それらを実践するか、しないかだけでしょう。

「どうしてよくなるのだろうか？」との問いに、「実践していないからです」と、よく言われますから。

でも本当にそうだろうか？

わたしはいろいろ試してきましたが、うまくいかないのも多々あったように思います。

闇雲に実践しても、《疑いの気持ち》を持っていたのでは、望んだ成果はあらわれません。

願望を叶えるために、《信じたい気持ち》があるけれど、《疑いの気持ち》が湧いてきてしまいます。《疑いの気持ち》が多ければ、どんなに努力してもうまくいかないでしょう。

冒頭に書いたように、わたしがマーフィー博士に直接言われたことによって、潜在意識が働き、望んだことが叶うと、信じる気持ちになれました。その信じる気持ちをどうやったら誰もが持つことができるようになるのだろう。

このことが解決できれば、多くの人が願望を叶え、シアワセになれることでしょう。

しかし、現実に戻ると、まだまだ一部の人だけが願望を叶えているようにしか思えません。

あなたが疑うことがなく、願望に対して、あなたが信念を持つ方法があるのではありませんか。

あることを前提にいろいろ試してみました。

本書ではそのことを書いています。

2-2 ビジョンボード

20数年まえ、独立するときビジョンボードをやりました。その当時は宝地図と読んでいました。

コルクボードや大きめの紙に、あなたが叶えたいと願っているモノの写真や絵を貼り、それを毎日ながめることで潜在意識に落とし込んで夢をかなえる方法です。

貼った写真や絵を映像として見る、つまりビジョンを見るのでビジョンボードと呼ばれています。

今ではビジョンボードのパソコン用のソフトも出ていますが、体を使って作業することが、一番気持ちが入りやすいのでお勧めです。

まだ会社勤めしていたときに、わたしが作ったのは、大き目のケント紙を買い求め、用紙の中央に、当時1歳半の長男にバンザイをさせ、わたしもその隣でバンザイした写真を用紙の中央に貼りました。家族が願望を叶えて喜んでいる姿です。

その写真の周囲に、家、会社、スポーツをしているいくつかの写真を貼り、収入のグラフも描きました。

各写真やグラフにはコメントもつけました。例えば、家は4LDK、〇〇駅から徒歩10分。まるで不動産屋のようにでした。

本気でやっていました。朝早くおき、ビジョンボードを眺め、イメージを膨らませていました。これから本書で説明するほど深いビジュアルではなかったと思います。

なぜ本気になれたのか？

それは、起業したい人のための講演会に出た時のことです。講師が「毎朝早く起きている人？」と、参加者に問いかけました。30人ほどの参加者がいたと思いますが、誰一人手を挙げませんでした。

それを見た講師は、「誰も成功しませんね」と、切ってとったのです。「朝早く起きることができない人に、会社は興せない」単純かもしれませんが、わたしはその言葉で火が付いたようで、悔しくなり、やってみようという気になりました。

しかし、1日目から挫折です。朝早くなんてなかなか起きられない。翌日もヤッパリ起きられない。眠くてしょうがないからちょっと寝てしまい、それまでと変わらない。

3日目もやはりダメ。

このままでは講師が言ったとおりになるかもしれない。起業できないかもしれない。何か方法はないかと考えました。

まず、なぜ続かないのかを考えてみた。その結論が、このさきずっと辛い思いが続くと思うとやる気がうせていた。苦痛が長く続くと思っていたからでした。

もし今日限りならどうだろう？明日はもうやらなくていいのならどうだろう？

たった一日限りならできる。

で、《今日一日だけ》と決めて、眠いのをガマンして起きました。明日は早く起きなくていいのですから、辛いけれどなんとか起きられました。

起きたらビジョンボードを見つめ、頭の中で願望のビジュアルを巡らせました。

たった一日ならなんとかなりました。

翌朝また同じことをしました。「今日一日だけ。明日はやらなくていい」と、自分に言い聞かせて起きます。

今日限りと思うと、苦痛でも起きてしまうものです。

そして、これを毎日繰り返すことになりました。不思議なもので、あれほどおっくうだった早起きが、一ヶ月もたたないうちに習慣になったのです。

毎朝しっかりビジョンボードのイメージを頭の中で繰り返していました。

早起きしてビジュアライゼーションをしっかりやれば、夢は現実化すると信じていたから、現実になったといえるでしょう。

単にビジョンボードを眺めているだけでは不十分といえるでしょう。何回も眺めると、最初の頃に感じていた感情が薄れてきます。

気持ちを新たにするために、定期的にビジョンボードを作り直すのがいいでしょう。毎回願望を手で書くことで、そのたびにあなたの願望は脳に入りやすくなります。

しかしそれでも、ビジョンボードでは願望を実現するにはまだ弱すぎる気がします。ビジョンボードで動画の想像と感情が湧くならいいでしょう。でも実際できますか？ビジョンボードを見るだけでワクワク感が全身にみなぎってきますか？

2-3 ワクワクした気分をつくる

ワクワクした気分であることが大切なのは、多くの本で紹介されています。願望を実現するのに、感情が重要なポイントなのは十分わかっている。しかし願望をイメージしているのに感情が伴わない。

ではどうやってワクワク感をつくるのか？

願望をイメージしているとき、あなたはワクワク感を感じていますか？

イメージをしているとき、ずっとワクワク感を維持できていますか？

心から感じられればいいといいますが、それがかなり難しくはありませんか？

ワクワク感が得られれば現実化は近いといいますが、それが意外と難しい。ワクワク感なしでイメージをしているときのほうが圧倒的に多い気がする。

何かいい方法はないものだろうか？

こういった思いは誰にでもあると思います。

潜在意識の本によく出てくるのは、高級車の運転席に座り、ハンドルを握り締めるシーンを思い浮かべる方法です。

ビジュアライゼーションの最初の数分はなんとか感情を高められます。しかし時間がたっていくにつれ、感情は弱まります。また気がついたときはよそ事を考えてしまっていることが多くあります。

ワクワク気分どころか思いがどこか別のものになってしまいます。願望に集中でき

ていないのですから、これも大きな問題です。

何かいい方法がないかと考えていたとき、ふっと浮かんできた言葉が「バイロケーション」でした。

バイロケーションとはふたつの場所という意味です。

詳しくは後の章に譲ります。

リモート・ビューイングで使うバイロケーションは、その場でリモート・ビューイングしているにもかかわらず、あたかもターゲットサイトの現場にいるような感覚になることです。

たとえば、熱気球がターゲットだったとします。高所恐怖症の人は、ターゲットのシグナルをキャッチすると、まるで高い場所に自分が居るような感覚になり、怖くなります。

これはもちろんネガティブな感覚ですが、逆にうれしいという感覚にもできるヒントだと感じました。

そして思い出したのが質問するということでした。

リモート・ビューイングでは常に自分に質問してターゲットの情報を得ようとしています。これと同じことをしたらいいのではないかと思いついたのです。

リモート・ビューイングと同じように些細な質問をする。大きな質問では脳が拒絶反応を起こしてしまいます。

ではどんな質問を？

前向きな答えを導き出す質問。

非常にシンプルな質問に行き着きました。

拍子抜けするかもしれませんが、効果は絶大です。

では、あなたが自分に問いかけるその質問とは？

非常に簡単です。「嬉しいですか？」「いい気分ですか？」と自分に質問すればいいのです。

それだけ？

いいえ、あなたの答えもすでに決まっています、「はい、嬉しいです」「はい、いい気分です」

あなたの自分に問う質問に、あなたの答えはいつも前向き、ポジティブでなければいけません。

ワクワク感が重要です。それを作らなくてはなりません。

どうやって？

あなたの質問に対し、気持ちを込めて言ってください、「はい、嬉しいです」「はい、いい気分です」

あなたがそう答えるたびに、やがて自然に笑みが浮んでくることでしょう。それができたらしめたものです。

「嬉しいですか?」「いい気分ですか?」

声に出すと力が増します。リモート・ビューイングはデータを書くときに声を出します。これはあなたの脳に、あなたがどんなことをしようとしているのか、何のための作業なのかを教えるためでしたね。

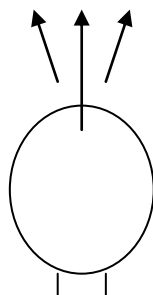
あなたが声に出して、「嬉しいですか?」「いい気分ですか?」を言うのは、あなたの脳に、あなたは願望を実現させようとしていることを教えるためです。

脳に教えることで、あなたの脳はそれに向かって働きはじめます。

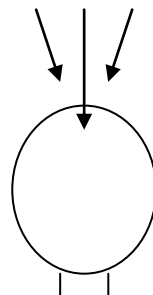
「嬉しいですか?」「いい気分ですか?」と自分に問うことでつくった感情を、宇宙に「嬉しい」「いい気分」をガンガン送りましょう。

あなたの思いがあなたの脳幹から宇宙に届き、やがて宇宙から戻ってきたとき、あなたの願望は現実になります。

脳幹から宇宙へ



宇宙から脳幹へ



2-4 あなたはつながっている

リモート・ビューイングをやっていると、目に見えない世界で誰もがつながっているのを感じます。

集合意識からあなたが求めている情報を得ることをリモート・ビューイングの手法が可能にしてくれます。

あなたが意識を集中したものが得られます。

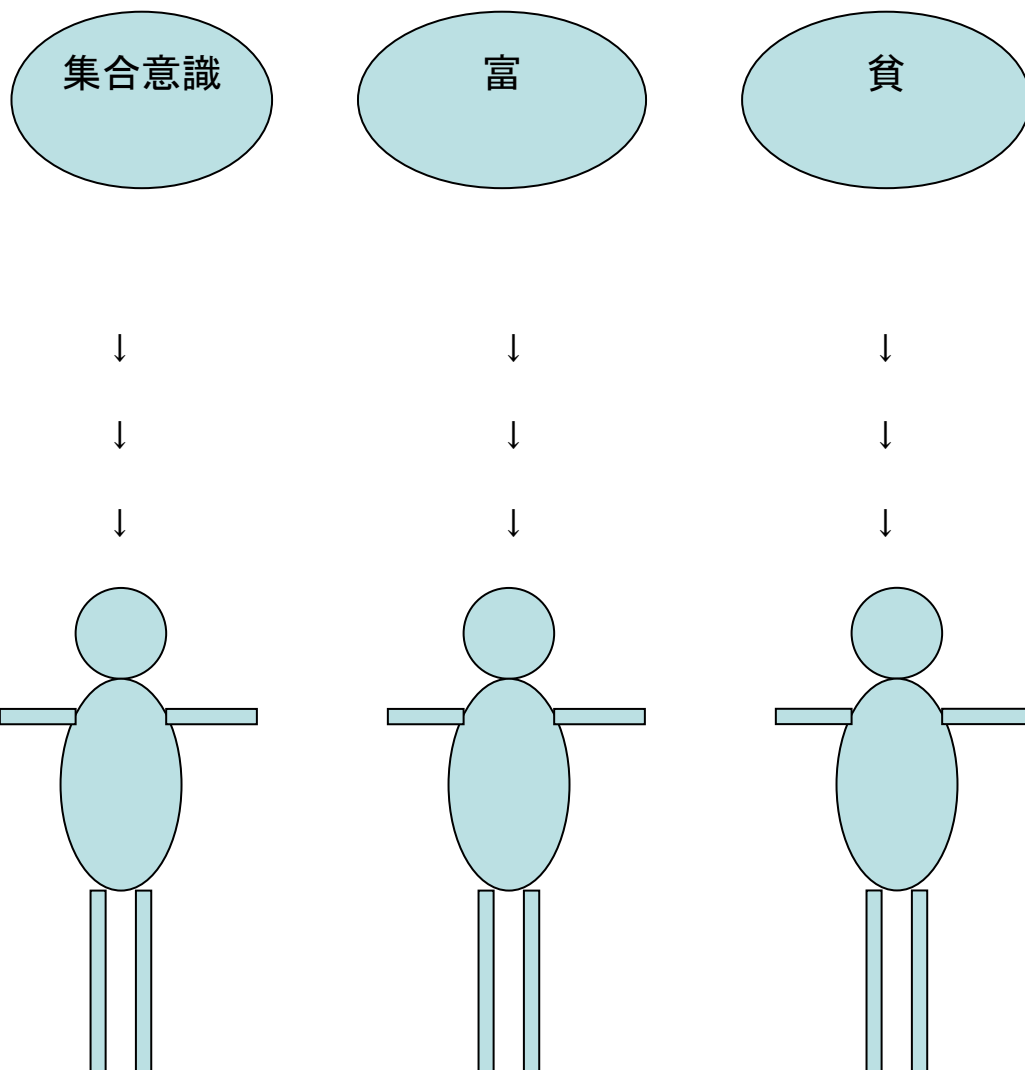
情報だけでなくあなたが求めているモノの大半が準備されています。

あなたの意識が富に向いていれば、やがてあなたは富を得ることになります。

あなたの意識が貧困に向いていれば、やがてあなたは貧しさを体験することになります。

あなたの意識が向かうものを、あなたは体験することになります。

何を体験するかはあなたが決めることができます。



2-5 あなたは心に何を送り込んでいますか？

あなたはあなたの心にあなたが望んでいることを送り込んでいますか？

あなたはあなたが全く望んでいないことを、心配のあまりあなたの心に送り込んで

いませんか？

あなたの願望を実現するのはあなたの心です。あなたの心だけです。

そのあなたの願望を実現する心に、あなたは毎日、毎時、毎分、何を入れていますか？

あなたの心に何かを入れるのは、他ならぬあなたです。あなたが心に入れるものを決めていきます。

この瞬間、あなたはあなたの心に何を入れようとしていますか？

あなたはあなたの願望を実現するのに必要なことを、あなたの心に入れていきますか？

富や豊かさ繁栄をあなたの心に入れていきますか？

あなたはあなたの願望を邪魔する考えを、あなたの心に入れていないと自信を持って言えますか？

あなたは現状の心配や不安や恐れを考え、それらをあなたの心に入れてはいませんか？

大事なことは、あなたが望んでいることをあなたの心に入れることであり、あなたが望んでいないことは断固として心に入れられないことです。

2-6 小さな変化があなたを大きく変える

何か新しいことを始めようとする、あなたの脳は拒絶する方向に働くことが多くあります。

あなたが何か今までとまったく違ったことを始めようとしたとき、あなたの中に大きなプレッシャーや不安が湧いてきたことでしょう。そしてそれらに負けて何度も挫折した体験があるはずです。

あなたの意志が弱いからですか？

いいえ、違います。

脳は変化を恐怖として避けたがるからです。

ですからもしあなたが、現状に不満で本当に変わりたいのなら、大胆に変えようとしていない方が賢明です。現状打破しないことです。大きな変化は起こさないことです。さもないとあなたの意思に反して脳は大胆な変化を避けようとします。

小さな変化しか大きな変化を生みません。

ちよつとの変化、小さな変化を起こしましょう。

あなたにとっては控えめな変化かもしれないが、あなたの心は「恐怖」「心配」「不安」を抱かなくなります。

小さな変化は脳の抵抗を受けないので、新しい回路を形成します。

あまりにも簡単なので、失敗しようにも出来ない変化です。失敗しようがないから気

が付いたときは大きな変化となっています。

2-7 願望・目標はハッキリわかっていますか？

リモート・ビューイングでは、自分が欲しい情報をつねにハッキリさせています。習いはじめで他からの影響を受ける段階では、ターゲットを知らせないブラインドという方法で情報を集めますが、慣れてくると情報収集のターゲットが知らされます。

このとき自分たちに必要な情報は何かをよく考えます。

求める情報がピンポイントで獲得できるか、余計な情報、必要のない情報まで引っ張り出してしまわないかをリモート・ビューイングを始める前によく検討します。

あやふやな目標設定状態なら、あやふやな情報しかえられません。リモート・ビューイングの途中で、自分たちが一番欲しい情報を確認します。そして脳に命令しますが、その命令も細心の注意を払って文章にします。その文章に穴があると、得られる情報は求めていたものと違ってしまいます。

あなたの目標がはっきりしないまま潜在意識を働かせても、得られるものはあなたが願っているものと違ってしまうのはあたりまえのことです。

まず何が本当に欲しいのかをハッキリさせましょう。

3章: 願望を吹き込む

3-1 繰り返し想像をつづける

スポーツのトレーニングは何度も何度も繰り返すことで身に付き、定着します。アマチュアでもそれなりのトレーニングはします。ましてやプロとなれば、相当なトレーニングを毎日積むことでしょう。

アマチュアとプロではトレーニング量が違ってきます。メンタルな部分でも大きく違ってくることでしょう。

リモート・ビューイングはスポーツと同じと言われています。リモート・ビューイングを教えているインストラクターは、たとえば空手の真似をして、スポーツと同じだからと練習の重要性を強調します。

本書で学ぶ潜在意識の使い方は、リモート・ビューイングの考えを基本にしたものです。ですから、あなたに求められるのは多くの練習です。つまり繰り返すということです。

ここでは基本的なことを繰り返すのではなく、あなたの願望を何度も何度も繰り返して潜在意識に染み込ませることが目的です。

潜在意識が、あなたの願望が現実化してあたりまえと思い込むまで、潜在意識

が何の疑問も抱かずあなたの願望を受け入れるまで繰り返します。

何度も何度も繰り返すことで定着します。あなたの願望はあなたが何度も何度も繰り返すことで、顕在意識から潜在意識のレベルへと移っていきます。

潜在意識へ落とし込むのは、あなたの努力と責任です。

3-2 五感イメージ誘導法

潜在意識を働かせるには想像することが重要です。しかし単純な静止画で想像するだけでは効果が薄く時間がかかることはあなたもよく知っていることと思います。

あなたが実際望んでいること、叶えたいことを動画で想像します。まるでテレビかムービーの画面を観ているかのように想像します。

しかしこれでさえ不十分です。

そのことをあなたは体験からわかっていると思います。イメージを描けばいいと、何度も願望のイメージをつかったものの結局うまくいかなかったのではありませんか？

どこがまずかったのでしょうか？

多くの潜在意識の本にはイメージを描くことを述べています。これに間違いがあるとは思えません。

あなたは本に書かれているようにイメージを浮かべ、願望が叶うことを期待してい

たに違いありません。

なのに、うまくいかなかった。

うまくいかなかった原因はどこかにあるに違いない。

その原因の一端はイメージングにあります。

あなたがこれまでやってきたイメージングは視覚を使ったものでした。たとえ動画のイメージングでも、あなたがやってきたイメージングは視覚のイメージングです。

あなたがやっていたのは、脳の視覚野のみを使ったイメージングだったのです。

リモート・ビューイングで、色の情報ばかり集めたと仮定しましょう。色の情報だけでは、ターゲットが何かサッパリ検討もつきません。特定の分野の情報に限ってしまうと、全体像が全く見えない状態となってしまいます。

脳の持つ一部の機能だけでは不十分だったのです。

リモート・ビューイングでは情報収集するために、あらゆる感覚の情報をできるだけ多く集めます。

触れたときの感覚。素材感。触覚。

嗅いだときの感覚。匂い。嗅覚。

味わったときの感覚。味。味覚。

聴いたときの感覚。音。聴覚。

そしてどの潜在意識の本も薦めている方法。視覚化。

脳には五感すべてを感じる機能が備わっています。

しかし、あなたがこれまでビジュアライゼーションに使っていたのは、脳の視覚を司る部分がほとんどでした。

五感すべてを日常的に使っているのであれば、あなたの願望をかなえるのに、脳の五感の機能を使わないのではもったいない。

あなたが心から楽しんだり、喜んだりしているときは五感すべてで表現しています。

この世界を五感で感じているのはあなたです。

映像で観ているもの、映画やテレビの映像を視覚と聴覚だけを使って観ています。

視覚と聴覚だけというのは非現実世界で、あなたの世界では存在しません。つまりあなたのことではない、他人事です。現実には起きていません。

このことから視覚のイメージは非現実世界で、現実化はしません。他人事だからです。

現実化するには、現実世界の感覚がなければ起きません。五感のイメージが現実化をもたらしてくれます。

リモート・ビューイングと同じように、脳が持つ五感の機能すべてをイメージングに使いましょう。

五感の機能を総動員しましょう。

想像、ビジュアライゼーションで、最大の効果を上げるためにも、脳の五感の機能をすべて使うのが最適であることがわかります。

五感以外にも、もうひとつ重要なことがあります。

それはAI(エッセティック・インパクト)です。AIとは、あなたの感情、フィーリングです。あなたの心の気分です。

リモート・ビューイングでは、かならずあなたの感情を問われます。

これも実は非常に重要な要素です。なぜなら、物事をなす原動力があなたの感情だからです。

あなたの願望を叶えるための必要不可欠の要素です。

あなたが願望のビジュアライゼーションをしている間、あなたは願望を叶えるという気分の高揚を持ち続ける必要があります。

この気分の部分が、リモート・ビューイングのAIにあたります。

AIの感情については第9章で説明いたします。

3-3 五感を使ったストーリー

アスリートはイメージトレーニングを練習の一環として行います。彼らはイメージの中で、ベストのパフォーマンスの自分を常に求めます。そして納得のいった結果を描きます。

アスリートの場合で説明しましょう。

アスリートたちはイメージで勝利を何百回も体験しています。

単に視覚だけのイメージだけではなく、例えば陸上の短距離走の選手は、スタジアムのトラックに出てきて会場の雰囲気を感じ取ります。

そのとき観衆のどよめき、応援の音が聞こえています。

そこで軽く体を動かします。そのときの体の動き、筋肉の動きをイメージで感じています。

また心の動き、心臓の鼓動、興奮状態までも感じています。

「スタートラインについて」でラインの後ろに立ちます。そのとき頬を叩いたり、太ももを叩いて気合を入れます。叩くときに手に力が入り、叩かれた頬や太ももは軽い痛みを感じます。

「位置について」でひざを曲げ、両手をつきます。

指先に力が加わるのを感じます。意識が号砲にだけ向けられ、精神統一が出来てくるのを感じています。

「ヨーイ」で腰を上げます。脚の筋肉に力が入るのを感じます。

号砲で、脚の筋肉に最大の力が加わり、体が徐々に起き、前に進みます。体が風を切るのを感じます。スピードに乗っていくのを感じます。

トップスピードになったときに感じる風の感触、トラックを蹴る脚の感触、靴の感触、

スタジアムの大観衆の歓声、風の匂いなどを感じるイメージをしています。

こと細かにイメージし、体のあらゆる器官で感じとっているイメージを描いています。

勝負の世界ですから、勝者は一人しか生まれません。

あなたの世界でも勝者はひとりしか生まれません。しかしその勝者はあなたです。
やり遂げれば必ず勝者になれます。

この説明であなたも実際のアスリートになった錯覚が起きませんでしたか？

これが五感イメージ誘導法です。

あなたの願望を、あなたは五感イメージ誘導法でこれから体験します。

3-4 ストーリー(物語)をつくる

このストーリーはあなたの願望のストーリーです。

陸上の選手の望みは、最高のパフォーマンスをしたレース、勝利したレースです。
彼らはそのストーリーをイメージし、何度も何度も繰り返しています。

あなたがすることは、あなたの願望をストーリーにし、それを何度も何度もイメージ
(ビジュアライズ)することです。

あなたの願望は、あなたしかつくれません。

あなたの願望はどんなものですか？

早速あなた独自の願望ストーリーをつくってみましょう。

いきなりつくれませんか？

例文があれば出来ますか？

それでは例文です。

あなたは近い将来家を買いたいと願っています。あなたがすることは、本気で欲しいと思っている家をイメージすることです。

現在の収入が、あなたが望んでいる家を買うには十分でないので無理だと、考えないこと。

無理だと考えたのはあなたの顕在意識です。

顕在意識は、体験、常識、知識で考えます。収入がそれに見合わなければ無利と判断するのは当然のこと。当然の結論を導き出したにすぎません。

しかし潜在意識は顕在意識の能力を超えています。潜在意識を信じ、潜在意識に任せきってしまえば、あなたが思いもしない方法であなたの願望を実現してしまいます。

だから自分で自分を制限しないこと。

では、理想の家を手に入れるストーリーです。

『わたしは望むものを必ず手に入れます。

わたしは望むものを断固手に入れます。

望むものを手に入れることを強く決心します。

望むものを強くイメージします。

望むものを気分良くイメージします。

望むものを確信を持ってイメージします。

今わたしは自分が欲しいものがハッキリ見えます。

〇〇〇駅近くにある新築の家です。わたしはこの家に住みます。

JR〇〇〇駅の改札を出て左へ出ます。

そこを右へ行くと商店街があります。

商店街を抜けると、簡素な住宅街に入っていきます。

住宅街に入ったすぐのところにわたしの家が建っています。

わたしは家の前に立ち、家を見えています。私たち家族はこの家に住んでいます。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

家の前に立ち、玄関のドアのノブに手を触れます。金属の感触が手に伝わってきます。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

玄関で靴を脱ぎ、上にあがります。板の床の感触が脚を通して感じます。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

リビングルームでリラックスしています。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

ソファに座り、ヘッドホンで願望のイメージングをしています。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

書斎で仕事をしています。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

バスルームのドアを開け中に入ります。バスタブには温かい湯が張ってあります。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

温かい湯に気持ちよく浸かっています。体がポカポカし、今日の疲れが取れていきます。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

キッチンで食事の支度をしています。大理石のキッチンの感触が伝わってきます。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

食事の匂いがキッチンに漂っています。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

家族揃ってテーブルで楽しく食事をしています。

嬉しいですか？ はい、嬉しいです。

いい気分ですか？ はい、いい気分です。

「どのように叶うか」は気にしない。

わたしの信念が強ければ、やがてその方法が現われます。

「どのように叶うか」は、わたしが考えることではありません。

わたしの潜在意識に任せます。

願望を実現できるのは『心』だけ。

だから、わたしの願望を邪魔しようとするものをわたしの心の中に決して入れない。

わたしは自分の力を信じている。

わたし自身を奮い立たせるのは、わたししかいない』

以上が例文です。

文章の中に、あなたのワクワク感をつくりだすために、『嬉しいですか？はい、嬉しいです。いい気分ですか？はい、いい気分です』を随所に入れてあります。これはあなたの前向きな気持ちを引き出すためです。

この部分だけを実際声に出してみると、あなたの気持ちが高揚するのをハッキリ感じられます。

もうひとつ意味があります。

脳は簡単によそ事を考えてしまいがちです。あなたは集中しているつもりでも、気がついたらまったく別のことを考えていた、ということが多くあります。

そういう事を避けるために、ストーリーを聴いているのを確認する意味でも、「嬉しいですか？はい、嬉しいです。いい気分ですか？はい、いい気分です」を何度も繰り返します。この部分だけは実際にあなたは声を出します。

ですからこれを続けることで、よそ事を考えていたことに気がつき、ストーリーに戻ってこられます。

また、リラックスした感じを引き出すためにバスルームのシーンも入れてあります。あなたがゆったりと湯に浸かっているシーンをイメージすれば、あなたの体はゆったりします。

ストーリーの中で、あなたが感じやすい感覚を入れることを薦めます。

例えば、あなたは音に反応しやすいなら、ドアを開けたときの音、水道の音、湯に浸かるときの音、キッチンで食器が触れる音、書類のページをめくる音。椅子にすわった時のきしむ音。電話の鳴る音など。

肌触りや温度がわかりやすいというのであれば、ドアノブに触れた時の金属の感覚、金属の冷たさ、ドアノブを引いたときの腕にかかる力の感覚、ソファにすわった時のクッションの感覚など。

匂いであれば、キッチンに漂うおいしそうな匂い。

こういった感覚を場面ごとにイメージできれば、潜在意識は受け入れやすくなります。

3-5 吹き込む

あなたのストーリーを吹き込む段階になりました。

ICレコーダがあればベストです。

吹き込むときは自分の声で吹き込みます。

脳はあなたの声のバイブレーションに一番慣れています。長年あなたの声のバイ

ブレーションに接しているのです、受け入れやすい状態になっています。

あなた以外の人があなただのストーリーを吹き込んでも、脳は違和感を覚えてしまいます。脳が他人事のように感じる危険性があります。

拒否反応を起こすかもしれません。

例えてみれば、あなたの声は内臓器官のようなもので、他人のものを移植すると拒絶反応を起こす可能性があります、自分のものなら拒絶反応は起きません。

自分の声で、一人称で聴いていると入りやすいようです。

あなたが聴いている自分の声と吹き込んだ声は違っていますが、耳が慣れていないだけで脳は慣れていきますから心配いりません。数十回聴けば耳が慣れ、違和感が取れて体に入りやすくなります。

あなたがストーリーを吹き込むときは、自信を持って、生き生きと、現実になるという思いで吹き込みましょう。

元気がなく、疑問に思いながら吹き込むと、あなたの脳はストーリーを受け入れようとはしなくなります。ポジティブを受け入れやすいのは右脳です。ポジティブな気持ちで吹き込みましょう。

4章: 吹き込んだものを聴く

4-1 刷り込む

デジタルオーディオプレーヤーに、あなたのストーリーを吹き込めば、手軽に何度も聴くことができます。

部屋にいるとき、電車に乗っているとき、ちょっとした空き時間を見つけたときに聴くのもいいでしょう。

何度も何度も聴いて徹底的に刷り込みましょう。

あなたの脳が現実？と、錯覚するぐらいに。

アスリートたちは、自分の夢を叶えるためにイメージトレーニングを何回するでしょうか？

10回？ 50回？

肉体のトレーニングとともに、イメージトレーニングも彼らのトレーニングプログラムに組み込まれています。

あなたは刷り込んだ事柄を否定しないようにしましょう。

後のことはすっかり潜在意識に任せておけば現実化します。

現実化が遅いのは、疑いの気持ちがあるからです。そんなときは「いい気分です

か？」と、あなた自身に訊きましょう。

自分に問いただしましょう。

あなたの返事が「いいえ」だったら、気持ちを切り替えて、「はい、いい気分です」と答えられるようにしましょう。

自分に訊いたときに気持ちが入っていますか？

吹き込んだストーリーを単に聴いているだけではダメです。漫然と聴いていてはダメです。

望む結果を動画で想像し、感じることです。実際に感じることです。喜びを感じ楽しむことです。感情と心で見ること。

これだけでも十分に効果は期待できますが、あなたがすべきことは体に落とし込むこと。

体があたりまえと感じ行動できるまで落とし込むこと。頭で考えているようでは不十分です。

気持ちが入っているかどうか確認ができます。高揚感です。あなたのストーリーを聴いているときに高揚感が感じられればしめたものです。

『嬉しいですか？はい、嬉しいです。いい気分ですか？はい、いい気分です』と、必ず答えてください。できれば声に出してください。

『はい、嬉しいです。はい、いい気分です』と答えたとき、あなたは体に高揚感を感じます。

高揚感を感じるために声を出しましょう。これは脳に自分が取り組んでいること、こうなりたいのだと知らせるためです。

リモート・ビューイングではデータを書くとき、声にします。これは脳にいま自分がどんな作業をしているかを知らせるためでした。同じ考えです。

何度も何度もその高揚感を感じましょう。

高揚感を感じることで、あなたの願望を脳に刷り込むことができます。

では、あなたは何回聴きますか？ 10回ですか？

少なくとも脳が当たり前のことと思いつくまで聴きましょう？

そうなるには実際のところ何回聴けばいいのか？と質問したくなりますね。あなたの気持ちがわかります。

お答えしましょう。100回以上です。

聴きははじめは感激があるかもしれませんが。それは脳には入っていない新しいあなたの希望が入り始めたからです。

しかし、何十回何百回も聴くと、あたりまえになり感激が薄れてくるかもしれません。そんなときあなたは、「自分には叶えられるのだろうか？」と思い始めることでしょう。そうしたら気持ちを新たにして、聴きなおしましょう。再スタートするつもりで。

100回以上聴いていればあなたの体に沁み込みます。あなたの脳とあなたの心が一致し始めます。

このような状態に誰でもなれます。

あとは笑顔で待っていれば現実化し始めます。

4-2 どのように叶う？

「どのように叶う？」は考えないようにしましょう。疑っていることになります。

あなたの願望がどんなふうに着うのかは、あなたにはわかりません。

所詮あなたの体験と常識と知識はしれたもの。

そのなかからどのようにと考えていると、あなたの脳は、難しい、できないと結論してしまうことでしょう。

あなたの願望がしっかり潜在意識に刻み込まれたなら、宇宙はあなたが思いもしたかった方法であなたの願望を実現します。

あなたの夢を実現するために、あなたが理解する方法でなければ実現できないということはありません。

潜在意識にまかせなさい。

たとえば、あなたは会社で一旦部下に仕事を任せたら、いちいち「君はどうやる？」
「こうしなさい」と、口出ししないで任せることでしょう。あなたは部下に任せて見守って

いることでしょう。

潜在意識はあなたの優秀な部下です。優秀な部下に任せたら口出しはしない。

あなたのすることは部下が仕事をしやすいようにすること。そして信頼してあげる
ことです。

気がついたら力を貸すこと。このことは、つまり、あなたは閃いたらすぐに行動する
ということです。

潜在意識は期限をきちんと守ります。「いつまでかかるのか？」と、心配しないこと。

まだよく理解ができませんか？

一体どうやってあなたの願望が実現するのか気になりますか？

どうやって願望が叶うのかを考えると、あなたの願望は現実化しにくくなります。

あなたが小さい子供だと仮定しましょう。

あなたはあるおもちゃが欲しくてなりません。子供のあなたは「あのおもちゃが欲しい、買って、買って！」と親にせがむことでしょう。

このときあなたの頭の中では欲しいおもちゃのことで一杯です。それ以外のことはほとんど何も考えないことでしょう。あなたの意識はおもちゃにいつています。

きっとあなたはそのおもちゃが手に入り、それで遊んでいる自分の姿を想像することでしょう。

ものすごく嬉しい気分であることを想像するでしょう。もしかして友達におもちゃを自

慢しているシーンを浮かべるかもしれません。

あなたは親がどうやっておもちゃを買うお金を工面し、どこのお店で、いつ買うかを考えますか？

どういう過程を経て、親がおもちゃを買ってくるなんて、あなたは決して考えませんね。

同じです。

あなたはどうやって願望が実現するか、考えてはいけないのです。

あなたがすることは、おもちゃを手に入れた喜び、そのおもちゃで遊んでいるシーンを想像し楽しむことです。

つまり、あなたの願望が叶い、そのことを喜び、それを味わっているシーンを想像し楽しむことです。

想像し楽しむだけでいいの？

いいえ、あなたにはおもちゃを手に入れるまでにしなければならないことがいくつもあります。

きっとあなたの親は、無条件であなたにおもちゃを買い与えることはないでしょう。もしかして何かお手伝いをあなたに頼むかもしれません。何かをすることによって、そ

の対価としておもちゃを買ってくれることでしょう。

あなたは親から「お手伝いをしたらおもちゃを買ってあげる」と言われることでしょう。「庭のお掃除を一週間したら」「毎日お花に水をあげたら」「週に2回ごみを捨てに行ったら」など、さまざまなお手伝いを言われることでしょう。

行動が伴う何かを、あなたの親はあなたに求めます。

言われたあなたは、おもちゃが欲しいので素直に従うことでしょう。そうすることで、近い内に親があなたにおもちゃを買ってくれることをあなたは知っていますから。

この『お手伝い』にあたるのが、いまのあなたにやってくる『直感、閃き』です。

あなたがあなたの願望を想像していると、やがて直感や閃きがきます。これはお手伝いしなさい、つまり行動しなさいということです。

あなたの願望を実現するために、あなたは行動を求められます。その行動は直感、閃きで知らされます。これは親があなたに頼んだことと同じです。これなしでは叶えられません。

あなたの願望を実現するには、閃いたことを実行することが求められます。

4-3 眠りにつくときに

わたしたちは起きたときから寝るまでは左脳を使っています。その間右脳も活動していますが、そのことに気が付くことはありません。また右脳に意識を持っていくことはほとんどないでしょう。

直感や閃きは右脳からもたらされるようですが、左脳が活発であればあるほど右脳に情報としてきた直感や閃きに気がつきません。

多くの賢人たちは、人が思いもしないアイデアを直感や閃きとしてキャッチしますが、その多くはリラックスしているときです。

よく言われるのが、散歩しているときやお風呂に浸かっているときなどがそうです。こういうときはほとんど考えごとをしていません。つまり左脳の機能がスローダウンしているときに、右脳に届いた情報がポンと左脳に移ります。

あなたの願望を潜在意識や右脳に引き渡すのは、こんな状態のときが最善です。左脳がその機能を低下させているときです。

散歩しているときやお風呂に浸かってリラックスしているときに、あなたの願望を潜在意識や右脳に移しましょう。

リラックスしているときが大切なのは、もう誰もが知っていることです。

では、あなたは実践ができていますか？

リラックスする時間がとれない？

意図して時間をつくらうとしても、なかなかできないのが現実でしょう。

あなたが眠りに入るとき、あなたの左脳の活動は低下し、代わって右脳が前面に出てきます。

このときを狙って、あなたの願望を左脳から右脳へ、潜在意識へと移行させましょう。

あなたは体を横にしたとき、あなたの吹き込んだ願望のストーリーを聴きながら眠りにつきましょ。

眠りに入るまで何度も何度も聴きましょ。

聴きっぱなしで眠ってしまったって構いません。

朝目覚めたら、願望のストーリーを一度聴いてから体を起こましょ。

一日の終わりを願望のビジュアライゼーションで終わり、一日のはじまりを願望のビジュアライゼーションで始めます。あなたの願望をかなえるための非常に重要な時間帯です。

間違っても眠りに入るときに、否定的なこと、いやなこと、心配など、望まないことは考えないように。

重要な時間帯にこれらのことに焦点を合わせていると、望まないことが現実化してしまいます。

眠りに入るときに思いが大事なことは多くの潜在意識の本に書かれています。にもかかわらず、ついネガティブなことを考えてしまう人も多いことでしょう。

このことを別の見方から説明します。それを知ったら、あなたは2度と不安、心配、恐れ、怒りの思いで眠りに入ろうとはしなくなることでしょ。

それは、あなたはいつも波動を発信しています。発信した波動と同じレベルのものがあなたに戻ってきます。

あなたが目覚めているときは、ポジティブなこともネガティブなことも考えますね。

きっと一日の中ではポジティブな思いとネガティブな思いを何度も何度も行き来することでしょう。

ポジティブな思いの時間とネガティブな思いの時間はどちらが長いですか？

ポジティブな思いの時間が長ければ長いほど、あなたは望んでいるものを受け取る可能性は断然高くなります。

逆にネガティブな思いの時間が長ければ、あなたは望んでいないこと、心配していること、不安に思っていることを現実化してしまいます。

単純なことなのです。長く考えているものを受け取るだけです。

つまり長く発信しているものを受け取る、現実化するということです。

あなたが目覚めているときは、あなたの考えをコントロールできます。意図してコントロールできるので、圧倒的にポジティブな思いの方へ持っていくことも可能です。心配や不安があっても、それらを振り払って、ポジティブな方へ持っていきます。

しかし、寝入りについた瞬間から、あなたはあなたの考えをコントロールできなくな

ります。

だから寝入る瞬間に、あなたはどんな波動を発信しているかがとてつもなく重要になります。なぜなら眠りに入ってから起きまでの7、8時間の間、あなたが寝入る瞬間に発していた波動を受け続けることになります。

つまり、考えていたことと同じレベルのものを、この先の7、8時間受け取り続けるということです。

怒り、恐れ、心配を考えていたのなら、同じものを次の7、8時間受け続けることになります。

あなたは寝てしまっているので、拒否することはできません。ネガティブなものがドンドンあなたに入ってきます。それを止める手立てはまったくありません。最悪のことを考えていれば、最悪のものがドンドン流れ込んでくることになります。しかも何時間も流れ込んでいきます。

あなたが目覚めているのであれば、あなたは考えを変えることで阻止することができますが、眠ってしまえばもう何もできず、流れ込むままです。

心配、不安、恐怖、怒りをもって寝ることが怖くなりました？

別の見方で説明している人がいました。

あなたはラジオのチューナーです。ラジオ局はいくつもあります。「楽しい局」「うれしい局」「元気局」などです。一方「悔しい局」「恐怖局」「不安局」「心配局」「病気局」などもあります。

あなたは寝るときに一局をチューニングしたまま寝ることになります。寝ている間はラジオ局を替えることができません。もしあなたが「恐怖局」にチューニングしたまま寝たとすれば、朝までその「恐怖局」の情報が雪崩れ込んできます。

朝起きたとき、あなたは恐怖に包まれていることでしょう。

もうわかりますね、あなたがすることはあなたの望んでいることにチューニングして寝ることです。間違っても望んでいないことにはチューニングしないことです。

4-4 勇気づける

落ち込むこと誰にでもあります。あなただけではありません。いつも明るくしている人だって落ち込むことがあります。うまくいっている人だって、落ち込むときは必ずあります。誰にだって波があります。

いつも前向きな気分になれることはありません。

落ち込むことがあっても普通のことです。あたりまえのことがあなたにも起きると思ってください。

しかし、落ち込んだままにしているはいけません。

あなたの気分が下向きになり心配や不安になったとき、気分を変えるようにといます。

あなたには気分を変える方法がありますか？

音楽を聴くとかほかに何かしますか？ 元気付ける明るい音楽を聴くのもいい方法です。

音楽以外ではどんな方法があるでしょうか？

よくセールスマンは成績が落ち込んだ時は、過去に成約した伝票や記録を見て成約したシーンを思い出し元気と活力、やる気を蘇らせるといいます。

あなたも同じ方法を試してみるべきです。

過去のあなたの成功体験を思い出しましょう。きっとあなたはそのときにタイムスリップした感じになることでしょう。そしてそのときの嬉しかった成功気分までも蘇ってくることでしょう。

何度も何度も繰り返せば、いまのあなたの落ち込んだ気分は上向いてきます。

繰り返し成功体験を思い出そうとしても、思いがほかにいってしまいますか？

ここでもストーリーにしましょう。

あなたの過去の成功体験をストーリーにし、あなたの気分が落ち込んだときに聴くようにしましょう。あなたの気持ちが切り替わるまで聴きましょう。すでに成功体験があるから戻るのは早いです。

この方法は多くの人に有効でした。あなたも是非ためしてみましょう。あなたの気持

ちを切り換えるすばらしい特効薬になります。

あなたを勇気付け鼓舞することばをたくさん織り込みましょう。

自分を奮い立たせる気に入った文章を潜在意識の本などで見つけたら、その文章を自分の声で吹きこんで何度も何度も聴くのもいい方法です。

いろいろためしてみましよう。あなたにあった最善の方法は必ず見つかります。

提案

起きているときは、倍速、3倍速、4倍速で聴くようにしましょう。4倍速なら右脳が処理し始めます。

眠りにつくときは通常で、何度も何度も聴きながら寝てしまいましょう。

これをつづけていると、あなたはあなたの願望を夢に見るようになります。そのときは素直に喜びましょう。あなたの願望が潜在意識に入りつつあるという知らせです。

5章：心と体に沁み込ませる

5-1 ジョセフ・マーフィー博士のことばは体に入った

あなたが願っていることがあなたの潜在意識にスナリ入ってしまえば、それが実現するのは目に見えています。

しかしスナリ入らないから、あなたは困っているわけです。

わたしの場合はただラッキーなケースだったのもしれません。同じことがラクに起きるかという、そうでもない。うまく潜在意識に落とし込むのは、そんなに簡単ではありませんでした。

権威のある方や尊敬している方が身近にいればいいのですが、そういったのは稀なケースです。

マーフィー博士のケースは、博士がおっしゃったことで、わたしの体、潜在意識に入っていた。これと同じことを、博士や権威のある方のことばなしでどう体に落とし込んでいったらいいのか？

この解決策が簡単に見つからない。

思いついたことを試してみるしかありません。

リモート・ビューイングの中に、バイナリ・リモート・ビューイングという特殊な手法があります。

通常のリモート・ビューイングは紙とペンを使います。そして作業の時間も結構かかります。

バイナリ・リモート・ビューイングは、二者択一するとき、つまりどちらにするか判断する際に用いられる方法で、ことに時間がないときに有用な方法です。紙とペンも時間もないときに決断する際に使えるようにした方法です。

このバイナリ・リモート・ビューイングの練習はかなり特殊で、まるでスポーツのように体に技を覚えこませるトレーニングを行います。

リモート・ビューイングはよくスポーツにたとえられます。

リモート・ビューイングを考え出したインゴ・スワンという人はよく空手にたとえます。

本書で述べている方法は、リモート・ビューイングの方法をベースにつくったものです。ですからスポーツと同じ考え方でいいと考えられます。

あなたがすることは、何度も繰り返して体が覚えこむように、あなたの脳に覚えこませることになります。

あなたの願望を、あなたがストーリーにし、あなたの声で吹き込み、何度も何度も繰り返して聴きます。あなたの脳、体、細胞の隅々まで、あなたの願望が浸透していきます。

あなたが否定しないようになるまで、さらに当然のことと思えるようになるまで、あなたの心と体に落とし込みましょう。

体に沁み込むまで聴きましょう。

心に沁み込むまで聴きましょう。

あなたがもう十分自分の中に入ったと感じた頃から、あなたの周囲に変化が始まります。

5-2 バイロケーション

前章で少し触れたバイロケーションについてです。

あなたが初めて知ることばかもしれません。バイロケーションとは BILOCATION とつづります。

リモート・ビューイングで用いるバイロケーションとは、その場にいながらまるでターゲットサイトにいる感覚になることをいいます。

もう少し詳しく説明しましょう。

たとえば、消防自動車が高シゴを高く伸ばしていたとします。あなたは一番下から一步一步高シゴを登っていきます。

かなりの高さまで登ってきたところで下を見ると、地面はかなり下にあります。この

ときあなたに恐怖心が湧いてきます。足がすくみます。

このときの感覚があなたにはわかると思います。

これは現場で実際にハシゴに登ったときに感じることでしょう。この感覚が、リモート・ビューイングしている部屋で同じように感じることをバイロケーションです。

あなたは部屋にしながら、まったく別の場所で、まったく違った感覚を覚えることで
す。

リモート・ビューイングでは、こういった感覚を持つこともあります。

現場にいないのに、現場を感じていることです。

あなたが実際に体験しているのと同じことです。

これは何を意味するかというと、《つながっている》ということです。

このバイロケーションを、あなたの願望で体験できれば、あなたは既に現実のもの
につながっているということになります。

つまり、目の前にはないが、あなたの願望と現実につながっていることになります。

あなたが願望のイメージングしているときに、その願望を実現した感覚になることで、
現実世界での現実化が進むということになります。

あなたがすることは、五感を駆使して願望が実現したことを体感することです。あなた
はリモート・ビューイングのバイロケーションを体験することで、あなたの願望を現実
であることを知ってください。

あなたはあなた自身がつくったストーリーで、あなたの願望が実現したことを体感す

ることがバイロケーションです。

バイロケーションは、過去でも未来でも起きます。

たとえば、あなたは高所恐怖症で、半年後に開催される熱気球大会の熱気球に乗っているのがターゲットであったとすると、あなたはあたかもターゲットサイトにいる感覚になり、ゴンドラの中でしゃがみ、恐怖や振るえを感じることでしょう。

あなたは未来で現実になることに反応して、恐れを感じます。

あなたの願望が近未来で現実化したことに反応して、あなたは嬉しさを体感することも同じことです。バイロケーションです。

あなたが嬉しさを体感したとき、願望は近未来に現実化します。

5-3 内が先、外が後！

あなたがイメージしたものは、やがて現実のものとなります。これはよく言われることです。そしてこれは事実です。

どういうことかというと、あなたが考えたこと感じたことが時間を経て、やがてあなたの現実世界に出現するということです。

さまざまです。

例えばあなたが経済的に苦しんでいるとします。あなたの目の前で展開している状況はかなり厳しいものになっていることでしょう。

その環境はあなた自身が創り出したものです。すでにあなたの過去の思考が創り出したものですから、あなたはその環境を甘んじて受け入れざるをえません。取り返しが出来ないからです。

この時点で、大多数の人が犯す間違いがあります。実際あなたが間違っているわけではないのですが、あなたの考え方が間違ってしまう事態が起きてしまいます。

それは、いまあなたが置かれている状況から、『自分は苦しい状況にある』『どうにも出来ない状態にある』と考えてしまうことです。

この状況は現実を感じています。目の前、あなたの周囲に起きていることですから、現実です。しかしこの現実には過去のあなたの思考が創り出したもので、あなたが体験している瞬間から消え去る運命にあるものなのです。

ところが大多数の人が、望んでいない現実に反応して、その苦しい状況を思考の中心にすえて物事を考えてしまいます。

頭の中は現在の苦しい状況ばかりが巡っている。これがスタート。当然エンドはやってきます。そのエンドは、今と変わらぬ苦しい状況ですね。

自分の置かれている状況に反応して、あなたの頭の中は苦しい状況のことばかりを考えているので、その当然の結果として再び苦しい状況を体験しているのです。

こんな状況のとき、あなたがしなくてはいけないことは、あなたの思考をあなたが望んでいることに向けることです。どんな状況にあってもです。

スタートがあなたの望んでいる状況なら、エンドはやがてあなたが望んでいる状況にならざるを得ません。

これは法則です。

5-4 思考のパターン

思考には人それぞれ一定の傾向がみられます。考え方の習慣、あるいは癖といってもいいでしょう。

前向きに考える傾向、弱気になりやすい傾向、考えを途中でやめてしまう傾向、強気になる傾向、楽天的に持っていく傾向、不安になりやすい傾向。さまざまです。

あなたの思考パターンは、あなたが知らず知らずのうちに植え込んできました。もうすっかりあなたに染み込んでいます。

例えていうなら、スポーツで一生懸命練習して身に付けた技術が、時代が変わり技術が進歩することがあります。

子供のころに学んだ泳法にクロールがあります。わたしの世代では腕をひとかきす

る間に、足の蹴りは何回もする泳法でした。しかし今のクロールの泳法は足の蹴りが非常に少なくなっています。この泳法の方が、推進力が増し早く泳げます。

わたしには激しく足を蹴るクロール泳法が身につけてしまっていました。体が覚えてしまっています。クロールで泳ぐと無意識に足の蹴りの回数が増えます。

早く泳ぐためには泳ぎ方を変える必要があります。修正に取り組みますが、最初は意識しないとうまく新しい泳ぎが出来ません。頭の中で足の蹴る数を数え、腕との連携も考えていました。ぎこちない泳ぎですが、うまくなるには通らなければいけない関門です。

頭の中で考えながら、何度も何度も泳ぎます。時間がたつにつれ意識する度合いが減ってきます。体が覚えはじめたからです。さらに時間がたつと意識する時間がドンドン減っていきます。

数週間たった頃には、新しい泳法が身につけ、スイスイ泳げるようになっていました。

意識しないレベルにまで、泳法が体に染み込んだ結果です。

これで以前よりちょっと早く泳げるようになりました。

体に染み込んでいた癖が修正できた結果です。

ではあなたの思考パターンはどうでしょうか？

この世の中はネガティブな要素でつくられています。あなたはネガティブなことを多く体験してきました。そしてあなたはネガティブに考える傾向を持っています。

心配は無用です。世の中がそういった形で出来ているので、あなたがネガティブな反応をしたとしても普通のことです。

それに甘えてネガティブに考えていては、あなたの望みは叶いません。どこかで前向きに、ポジティブに考えなければいけませんね。

しかし、あなたの思考には癖があります。ネガティブに考えやすいという思考のパターンです。大多数の人も同じ傾向です。だから安心してください。

思考のパターンを変えていきましょう。

クロール泳法と同じやり方であなたの癖を修正できます。いつでもどんなときでも、あなたがネガティブな考えをしていることに気がついたらリセットします。

意識して癖を直します。水泳と同じです。

癖が出ていることを知るには時々自分の思考に意識を持っていくだけでわかります。

「今考えていることはポジティブ？」と自分に訊いてみましょう。

それだけ？

それだけで十分です。

今考えていたことはネガティブだったと知り、認めます。こうするだけでも大きな進歩です。気がついたら直せばいいのですから。

では気がついたらどうすればいいのか？

水泳では正しい泳法に直しましたね、ぎこちなくても。

思考も同じこと。それまで考えていたネガティブな考えをポジティブにもっていきます。

どんなふうにか？

ネガティブに考えていたストーリーをポジティブなストーリーに置き換えられるか考えてみましょう。

置き換えられるようなら、あなたの思考のパターンの修正がはじまります。

これを気がついたときに行います。何度も何度も繰り返します。するとスポーツと同じように、前の癖がなくなり新しいものが身についてきます。

あなたは何度も繰り返すことによって、新しいものが古いものと入れ替わることを体験することになります。

長く続けたものは体に身につくという、これはわれわれ全員に備わった能力です。あなたにも同じことが起きます。あなたは例外ではありません。

無意識に続けて癖になっていることは、意識して長く続けたものにとって代わられる運命にあります。

6章:過去・現在・未来

6-1 過去と現在は同時に存在する

あなたは夜空の星を見上げたことがあると思います。輝く星を見て、遠い昔に想いを馳せた経験はないでしょうか。

夜空に輝いている星はあなたが見ている瞬間、まるで夜空に存在しているように思ってしまう。しかしそれは過去の星であることは、あなたは知っています。あなたが見上げているそれらの星は、現実には過去のものです。いまこの瞬間に体験している星は過去のものです。

天文学者は認識しています、彼らの研究対象がすべて過去のものであることを。彼らはこの瞬間、現在に過去の星を体験していることを。

このことは星に限ったことではなく、あなたの人生もまさにその通りです。

実はこのことのほうがあなたにとっては重大なことなのです。

あなたはいま過去を体験しています。その過去は、あなたが考え行動した結果現れたものです。あなたが創りだしたもので、他の誰でもありません。

海外旅行に行きたいと思っていて、本や雑誌、ネットで調べたりして、気持ちはワクワクしていたはず。そのときは旅行先で観光している自分を想像していました。そ

れが現実になったとき、過去に頭のなかで想像していたことを体験しています。過去を体験しています。

これは一例に過ぎませんが、さまざまな場面であなたは過去を体験しています。いまあなたの目の前に起きていることは、あなたが過去に創ったものです。つまり過去ということになります。

6-2 現在は未来と同時に存在する

未来はあなたの頭の中でのみ存在します。

過去のあなたが考え創造したことを現在のあなたが体験していることから、いまあなたが考え想像していることを、あなたは先にいって体験することになります。

このことから、未来はあなたの頭の中にあります。現在のあなたが考え想像していることが未来になります。

現在のあなたの頭の中に未来が存在します。

頭の中に描かれているものを、未来のあなたが体験することになります。

あなたはあなたの考えてきたことを、身をもって実証している。この事実にあなたは気がついていませんか？

6-3 望ましくない現在の状況に反応しない

あなたは全く望んでいない、むしろ起きて欲しくない状況に今日あったとしたら、それは少し前のあなたが創り出した現実です。過去のあなたが心配したり恐れたりしたことが今日現実となって現れているのです。

今日それを体験していようとも、もうそれは過去のことです。過去のあなたの思いが創り出した現実です。過ぎ去ったことなのです。それが時間差で今日という現実になっているだけです。

この現実が過去の思いです。考えです。想像です。

望んでいない状況にあるなら、あなたは望んでいない現実には反応しないように。過ぎ去った過去を今あなたは体験しているのです。そのことに反応して、さらに悪くする必要はどこにもありません。

あなたがいかに厳しい現実を目の前にしていても、あなたの考えが過去と違って変わってさえすれば、あなたの未来は変わらざるをえないという事実です。

今日体験している現実をあなたは、「ああ、以前考えたことが現実になってしまった」と、考え。「じゃあ、変えてみよう」と、前向きになることです。

いまのこの瞬間から考えを変えれば、何日後か、何週間後かにはそれが現実とな

って現れます。

もし昨日まで心配していたなら、それも現れます。しかし、今日この瞬間から前向きになれば、昨日までの考えたことが現実になった後に、《今日から考えたこと》が必ずやってきます。

あなたがこのプロセスが現実を創り出すことを疑っていようがまいが、そのことに関係なく起きることなのです。

二週間から三週間ほどやってみればわかることです。あなたはそのことに気づくはずで

6-4 あなたの今の状況とあなたの願望は別物

今の状況はあなたが望んでいないものかもしれません。しかしそれがこれからも続く現実と思わないこと。そう考えればあなたの未来は、いまの現実とは違ったものになっていきます。

現実と未来を一緒にしてはいけません。

今の状況を見て、「ああ、大変だ。困った。どうしよう？」と心配するのではなく、「ああ、過去の自分が創ったんだ！」と認識することです。

あなたが認めようが認めまいが、過去のあなたの考え想像が今の状況を生んでい

る事実は変わりません。

過去のものに反応して悪い気分になれば、その悪い気分の現実を未来にあなたが創りだしてしまいます。

とはいっても、あなたもわたしも生身の人間。現実に対応するなといっても、ついつい現実に対応してしまいます。

それはそれで仕方のないことです。

大切なことは、ズルズルそのことに引きずられて、あなたが望まない未来を創りださないことです。すぐに気持ちを切り換え、頭の中を望むことで一杯に満たし、落ち込みかけた感情をウキウキした感情にまで必ず持っていくことです。

そのための五感イメージ誘導法です。頭の中であなたの未来が何度も何度も描かれます。脳はそれが現実と認識し、やがて現実化してしまいます。

もし今あなたが十分な収入が得られていないのなら、今のあなたではなく、過去のあなたです。過去のあなたが今いるのです。明日のあなたはあなたの頭の中にあります。だから今のあなたの頭の中には「収入を得られるあなた」がどうしても必要です。十分な収入を得ているあなたが頭の中になれば、放っておいても必ず現実として現われます。

6-5 現実化には時間がかかる

あなたはいつ現われるのだろうと考えてしまうことでしょう。あなただけではありません。誰もがそう思ってしまいます。

結果が出るまでにはどうしても時間というものがが必要です。

あなたは綺麗な花を咲かせようと庭に種を蒔きます。蒔いた種に、あなたは水をあげたり養分をあげたりします。

しかし種を蒔いた翌日に芽がでているかどうか見ますか？きっとそんなことはないでしょう、あまりにも早すぎますから。

芽がでるまでには何日もかかります。このことはあなたも知っていますから、じっと芽がでるまで待ちます。

待っている間、芽がでるかどうかが不安ですか？そんなことはないですね。あなたは楽しみに待っています。

花の種類によっては、芽がでる期間が違います。あなたの願望によっては結果が見えはじめるにも、かかる時間が違います。

芽がでて花が咲くまでにさらに時間がかかります。何週間も何ヶ月もかかることでしょう。

その間、あなたは絶えず水や養分を花に与えつづけます。芽がでたからといって、その後はなにもしなければ、育つ花も育たなくなります。

あなたの願望にエネルギーを送り込むのはあなたしかいません。エネルギーを送り続ければ、やがて願望は現実化します。

6-6 結果がすぐに出ないから不安になる

あなたの願望が出現するまでには時間はかかります。

多くの人は結果が見えてこないことに不安と心配を抱き、「ダメかもしれない」と、思ってしまうことがすごく多いものです。

不安に思っ**て**はいけない、心配**して**はいけないとよく言われますが、それは無理です。

不安や心配に**思**うのは当然のことではないですか。「潜在意識に願望を入れ続けている。現実化を待つだけだ！」と、こん**気**持ちになればいいのですが、凡人のわれわれには難しいです。

ましてや困難な状態に置かれてい**れ**ば、凡人はなおさら心配や不安を募らせます。心配や不安があることは否定しようがありません。

それを否定して空元**気**を装ったとしても、本心は心配で不安であることを隠し通せ

ません。そのことはあなたが一番よく知っているはずです。

あなたはあなたを騙せないということです。

ならばあなた自身を否定するよりも、不安に思っていること、心配していることを肯定したほうがラクです。「今わたしは不安に思っている」、「わたしは心配している」と、認めてしまったほうが気持ちは全然ラクです。

いづれにしても、あなたは潜在意識に願望を送り込み、窮状を抜け出し、新しい夢を実現させようとするでしょう。

不安に思い、心配する本音と、そのことを認めるあなた自身にはギャップがありません。本音とそれらを認めないあなた自身にはギャップがあります。

何かを始めるにしても、ギャップを持ってはじめるのと、何もない状態ではじめるには大きな違いがあります。どちらがうまくことが運ぶかは、あなたならわかることでしょう。

不安になったり、心配したら、あなたはまずそのことを認めましょう。無理にそのことから目をそらしたり、それを追い払うことはありません。

そこからもう一度気持ちを入れなおし、あなたの信念を、以前よりもちょっと強めの信念を持ちましょう。

あなたはあなた自身に強く言い聞かせます、「いまわたしは頭の中でわたしの未来を創っている。望む未来をいま頭の中で創っている。いま体験しているのは過去のわたしが創ったもので、それには反応しない。いま頭の中でわたしが望む未来を創って

いる」という感じで。

あなたの未来はあなたがコントロールできる。そうするも放棄するも、あなた次第
なのです。

ここまであなたは積み木を積んできました。まだ目標の高さや形まで積んでいない
のに「ダメだ」と思うことで、あなた自ら壊してしまうことがないように。

積み木を積むのにかかる時間と壊す時間はどちらが短いですか？考えるまでもな
いですね。

壊すのは一瞬です。

多くの人はこの一瞬をやってしまっています。

そしてまた最初からやり直すか、諦めてしまうかのどちらかです。

積んでいけば必ず完成します。あなたがすべきことは完成のイメージを描きながら
積み木ひとつひとつを積み上げていくことです。すぐに積み上がらないからといって、
一瞬で壊すことがないように。

7章: 見えない世界

7-1 リモート・ビューイング

リモート・ビューイングは情報収集のシステムです。ターゲットが与えられると、脳は自動的にターゲットにチューニングして情報を収集し始めます。ノイズも拾ってしまいますが、何かしらターゲットに関わる情報を集めます。

欲しい情報を求めれば、少なくとも断片的に情報は得られます。集められた情報をパズルのように組み立てていきます。

リモート・ビューイングのトレーニング中の人の場合は、ターゲットの写真が求める情報です。

セッション(リモート・ビューイングの作業)に入ったとき、リモート・ビューイングをしているあなたは、ターゲットの情報を求めていることは当然わかっています。あなたの脳は、あなたが求めるものを知っていて、それを得ようと働きます。

あなた自身がその情報を得るために図書館で調べているわけではありません。インターネットで検索して調べているわけではありません。物理的に何かをして情報を集めようとしているわけではありません。

あなたがすることは、脳がもたらした情報を書き出すことです。求めている情報—ターゲット—とは物理的なつながりはありません。目に見える世界ではまったくつなが

りはありません。

しかしあなたは情報を集められます。それは目に見えない世界ではしっかりつながりがあるからです。

あなたが目に見えない世界を信じる信じないに関わらず、あなたは情報を集めてまいります。

7-2 見えないチカラ

わたしがリモート・ビューイングを学んでから何年かたってからの出来事です。まだ日本ではリモート・ビューイングの馴染みがなかった頃のことです。

リモート・ビューイングを学んだ多くの人がギャンブルに応用しようといろいろ試みます。そしてその多くはリモート・ビューイングをうまくギャンブルに応用できなくて挫折し、リモート・ビューイングはギャンブルに使えないと思ってしまう。

リモート・ビューイングを学んでギャンブルを始めた人の98%はこの罠にはまってしまう。十分なトレーニングも積まずにギャンブルを始めてしまう人たちの当然の結果を体験してしまいます。

わたしの友人たちは違っていました。6ヶ月間徹底的に検証します。毎日毎日ナン

バーズ3を試し、統計を取ります。

十分にトレーニングを積んだ人たちが6ヶ月、ナンバーズ3を買うこともなく、ひたすら机上のテストを繰り返しました。

その結果は信じがたいものでした。

彼らは百の位を80%の確率で正しい数字を選ぶことに成功していました。

十の位も80%の確率で正しい数字を選ぶことに成功していました。

では一の位は？

統計学の理論では、同じ作業を繰り返すだけなので、必然的に80%の確率が予想されます。

しかし結果は予想に反したものでした。しかも許容範囲を遥かに超えていました。

一の位の確率は0%だったのです。

ありえない現象です。統計学から考えればあってはならない現象です。しかし現実
に起きているのです。

このことは何を教えているのでしょうか？

いくら考えても答えは見つかりませんでした。

たどり着いたところは、『何かが存在している』です。何か見えない力が働かない限りありえない現象でした。

7-3 わたしたちはつながっていて、つながりは見えない

リン・ブキャナン氏は米陸軍の遠隔透視部隊で、湾岸戦争中はサダム・フセインの担当でした。彼はメリーランドの陸軍基地にいながら、遠くイラクのサダム・フセインの情報を収集していました。

また日本のテレビ局の番組のために、リン・ブキャナン氏に新進女性タレントの情報収集をお願いしました。かなりの確率で正しい情報をキャッチしていました。

まるでリン・ブキャナン氏がターゲットの人物とつながれているようでした。

このレベルに至るまでには相当なトレーニングが必要のようですが、あなたも特定の人物の情報を得ようと思えばできる可能性があります。

わたしたちは見えない何かで誰ともつながれているようです。

8章:スリー・バイ・スリー(3x3)の法則

ここでは3つの方法とそれを可能にする3つの強力な援助法を説明します。

一度の実践でなく、毎日実践し習慣にしましょう。

8-1 しっかり求める

あなたは欲しい物が何かハッキリ決める必要があります。あなたが納得のいく願望が必要です。

単純に「大きな家に住みたい」「大金が欲しい」「彼女が、彼氏が欲しい」では、あなたの願望がけして叶うことはないでしょう。

あなたがどうしても叶えたい願望の理由が必要です。その理由があなたを、あなたの願望が叶うまで推し進めてくれます。求め続けられる原動力になります。

なぜ理由が必要かというと、大人は願望をすぐに諦めてしまう傾向にあるからです。子供は欲しいと思ったら、とことん欲しがります。子供には欲しい理由は要りません。欲しいという思いだけで十分です。とことん欲しがります。親が「買わない」「買えない」といっても、簡単に諦めません。ずっと思い続けます。

しかし、あなた大人は、とことん追い求めません。《欲しい》だけでは、あなたの願望

への思いが弱すぎます。

《欲しい》のレベルでは、現実化させるのは難しいでしょう。なぜならその欲しいものがなくてもあなたは困らないからです。なくてはならないというレベルまで高めると、あなたは本気になれます。

本気になれば、あなたの思いは子供のときと同じような強烈な思いになります。欲しい物を手にするまで思いつづけることでしょう。この思いをあなたの中に築くために、あなたには理由が必要です。

月末までに10万円が必要。なぜなら家賃と光熱費などの支払いがあるから。立派な理由です。大きな家は今すぐ必要がなくても、家賃などの支払いのお金は今すぐにも必要です。

大きな家が《欲しい》から、10万円つくら《ねばならない》へと、どうしても必要へ変わっています。10万円がないと困ることになります。10万円がないということで痛みがあります。痛みがあると、本気度がぜんぜん違ってきます。

まずここからスタートしましょう。《ねばならない》からスタートし、成功体験にあなたの潜在意識が馴染めば、やがて《欲しい》も現実化してしまいます。

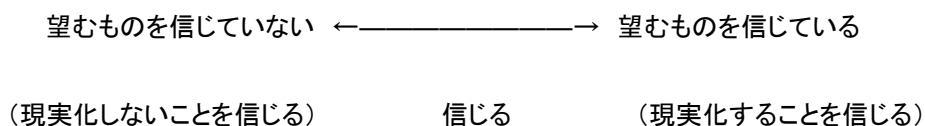
何事も体験の積み重ねです。積み重ねることで自信がつきます。

8-2 信じる

あなたが信じようが信じまいが、あなたは何かを信じて受け入れている。

「そんなことがあるのだろうか？」を受け入れている。

「まさか？」という疑いを受け入れている。



この線上のどこにしよう、あなたは何かを信じていることになります。

あなたの願望を現実化するには、あなたの信念が限りなく右側にあることが求められます。

しかし、簡単に右側に行かれないのは事実です。あなたを含め、多くの人は左側にいることでしょう。

あなたの願望をかなえるには、意図して右側に行くことが求められます。容易ではありません。しかし何もしなければ、あなたの立ち位置はさらに左へと行ってしまおうでしょう。

潜在意識を実践し、うまく行かなかった人の多くは、さらに左へと進んでしまっています。

ことに重い病気の人はこの傾向が強いです。

残念ながら一気に右へ行く方法はなさそうです。わたしがマーフィー博士に言われて一気に右側へ行くことができたのは例外中の例外と思っています。以来こういったことはわたしには起きていませんし、あなたに起きるという確証也没有ありません。

もっとも一気にいったものは自分の中で確固としたものができていないので、たやすく潰れてしまいます。

たまたま、あるいは偶然とってしまうからです。

しかし、あなたが地道な努力することで、間違いなく右方向へ行かれます。

「信じている」と自分に言い聞かせるのもひとつの方法です。一日に何回も言うのではなく、ふとしたときに、何かが起きたときに、「昨日より信じている」と思いましょう。

「信じている」では、あなたの心のどこかで「信じていないのに」と反発が起きる可能性があります。

しかし「昨日よりは」なら反発も起きないことでしょう。「昨日よりは信じている」「この前よりは信じるようになっていく」と、過去のあなたと比べているのですから、あなたの心は受け入れやすくなります。

実際はそうでなくても構いません、「昨日よりも信じている」と思いましょう。そう思う

ことで何かが働き始めます。

脳がそれを受け入れて作動するのか、目に見えない世界で何かが始まったのか、そのメカニズムはわかりませんが、何かが働き始めます。

少しいい結果が出始めたら、たとえばこれは1ヶ月前に自分が想像し感情を込めた結果が現われ始めたのだと思うようにします。そうすることで自信になります。

あなたの小さな自信が積み重なり、信念へと変わっていきます。

信念はあなたの最強の協力者です。

どんな力強い言葉よりも、どんな励ましの言葉よりも、どんな偉人の激しい言葉よりも、あなたの中にあなたが作った信念が最強の協力者です。

8-3 感じる(受け取る)

五感イメージ誘導法をすることで、すでにあなたの感情を高め方法は学びました。あなたが自分で作ったストーリーを聴くたびに、あなたの感情が想起されます。あなたは嬉しい感情をつくりだします。あなたの願望が叶ったときの嬉しさと同じ感情をつくりだします。つまり願望が叶ったことを感じていることになります。

この感情がつくりだせればあなたの願望の現実化は時間の問題です。

8-4 感謝

「感謝しましょう」は、よく聞く話です。感謝をすることは大切なことと誰もが知っていますが、実践ができていない人が大変多いのも事実です。

多くの人は《感謝》というと、人に向けて言うものと思っています。人に向けて感謝をすることは当たり前のことですので、本書ではあえて説明はしません。

「ありがとう」を一日に、数百回、千回唱えるのも感謝を表す方法のひとつですが、実践しても答えを見出せなかった方も多くいます。

きっと《助かりたい》という思いで一杯だからでしょう。

いつ問題が解決するのだろう、いつ事態が好転するのだろうという思いであなたの頭の中は一杯です。

「ありがとう」を口にするたびに、あなたの頭の中はこの苦境から脱出したいという思いで一杯です。

つねに苦境を考えているのですから、なかなか脱出できないのは当然のことです。

何度も何度も言い続ければ、救われるかもしれないという強い気持ちが邪魔をしています。

「ありがとう」を唱えながらも否定的な思いでいるのですから当然です。心から感謝の気持ちが湧いていないから先が見えてこないのです。

同じように、「幸せになりたい」と願っているあなた、なかなか幸せになりませんね。あなたは心では、「今は幸せでない」と認めています。あなたの心は《不幸せ》な状態です。そんな状態では幸せになれません。

《感謝》を始めてください。今ある状況で《感謝》を始めるのです、すると心が《幸せ》を感じ始め、あなたに幸せな状況をもたらします。これは真実です。

感謝の仕方です。

本書で強調したいのは『ありがとう』（感謝の気持ち）を今ある物へ向けることです。

今ある物へ感謝の気持ちをあらわすとは変なことをと思われるかもしれませんが、このことは非常に大事なことで、あなたが良くなるためには是非ともやっていただきたい。

物への感謝の効果がかなり高いことを体験的に感じています。あなたが発するエネルギーとあなたの考えを変えることになります。

「ありがとう」を物に対して千回も言うの？

いいえ、お経を唱えるのではありません。感謝の思いが入っているなら一日十回からのスタートでもいいでしょう。

慣れてきたら数をドンドン増やしていきましょう。できれば一日に百回あなたが持つ

ている物へ「ありがとう」と感謝してください。

そしてなぜ感謝するのかその理由も。

こんなふうには、

「携帯電話さん、ありがとう。あなたのおかげでいつも多くの人と話が出来ます」

「眼鏡さん、ありがとう。あなたのおかげで新聞や本が読めます」

「ノートさん、ありがとう。あなたのおかげで考えを記録できます」

「水道さん、ありがとう。あなたのおかげで水を使えます」

「冷蔵庫さん、ありがとう。あなたのおかげで食べ物を冷やしておくことが出来ます」

「洗濯機さん、ありがとう。あなたのおかげで汚れた衣類をきれいにできます」

「トイレさん、ありがとう。あなたのおかげで用がたせます」

「ボールペンさん、ありがとう。あなたのおかげで字を書けます」

「靴下さん、ありがとう。あなたのおかげで足が汚れません」

「お金さん、ありがとう。あなたのおかげで欲しいものが買えます」

10個の《ありがとう》はすぐに浮かびましたね。あなたもやってみましょう。たやすく
できます。

あなたが持っているものに《ありがとう》と感謝すると、エネルギーが感謝したものに
流れ、それがやがて戻ってきます。

感謝すると、良いことや感謝したくなるようなことがあなたの身に起きます。

リモート・ビューイングはターゲットに意識を向けます。意識を向けたものにあなたのエネルギーが向かいます。そしてプロトコルに従って作業をつづけていくことで、あなたが求めている情報が引き寄せられ集められます。

現実世界も同じです。あなたが求めるものをつねに意識することで、それにエネルギーが流れ、やがてそれらを引き寄せます。

リモート・ビューイングでは習い始めは易しいターゲットで練習します。現実世界でも易しいものの方がいいでしょう。たとえば、お金なら10万円から。

あなたの10万円のストーリーをつくりましょう。あなただけの10万円のストーリーをつくり、何度も何度も聴いて潜在意識に送り込みましょう。

世の中には、感謝を言っている人と、不満を言っている人と、どちらが多いとあなたは思いますか？

答えは不満を言っている人です。

では、どちらの人がより成功に近いと思いますか？

そうですね、感謝をしている人です。

では、あなたはどちらの人に属したいですか？

うまくいっていない人(あなたかな?)をよく観察してください。その人は不平不満ば

かり言っている人ではありませんか？ その人は感謝していますか？ その人は自分のことが大好きですか？

①感謝・・・人へ

人を惹きつけます。人が助けてくれるようになります。

②感謝・・・物へ

持っているものに感謝します。すると心が豊かになり、あなたに豊かな物が回ってきます。物だって、感謝され大切に扱ってくれる人のところに来たがります。

目に見えない世界は、繰り返し感謝する人に、好意的に反応するようです。

自分が持っているものに対し心の底から感謝の気持ちをあらわすと、そこからエネルギーが生まれ、プラスの運気をあなたの人生に流し込んでくれます。

持っているものに直接感謝をしましょう。気持ちが入りやすいです。エネルギーが強くなり、プラスの運気があなたに流れてきます。

直接出来ないときは《感謝のビジュアライゼーション》をしてください。目をつむって感謝するものをイメージして「ありがとう」と感謝します。

あなたの手が触れたものすべてに感謝してみよう。

あなたの目に映ったものすべてに感謝してみよう。

あなたが味わったものすべてに感謝してみよう。

あなたが嗅いだものをすべて感謝してみよう。

あなたが聴いたものすべてに感謝してみよう。

30日は絶対続けてください。30日後あなたの周囲の変わり具合にきっと驚くことでしょう。

『自分には関係ない』と思ったあなた、冗談じゃない、あなたにこそやっていただきたい方法です。

他人事ではなく、あなたの身に起きることです。もう一度言います。あなたの身に起きます。ですから、それだけ真剣にやってください。

感謝を徹底して一日中やってみるといいでしょう。あなたやあなたの周囲に変化の兆しが見え始めるはずです。効果の兆しが見え始めます。

もちろん一日中を何日も続けてやることはできません。次の日からは時間を決め、その時間帯だけ徹底的にやってください。そのほかの時間は気が付いたときだけで十分です。感謝を口にするとき、感謝の気持ちを込めてやってください。気持ちが入ってなくても入れたつもりで。やがて感情が入るようになります。

必ず声に出して『ありがとう』と感謝しましょう。リモート・ビューイングでは、声を出します。声にすることで、あなたの脳にあなたがしていることを教えることができます。

今の世の中、感謝をする人よりも不平不満を言う人のほうが圧倒的に多いです。そんな中で、あなたが感謝を始めると、行き場を失っていたプラスのエネルギーがどっとあなたに流れ込んできます。

笑顔でプラスのエネルギー『いただき！』ですね。

感謝をすれば、感謝がしたくなることがまた起きます。不平不満を言えば、また不平不満を言わなくてはならないことが起きます。

人生は出したものが返ってくる。それだけです。

《感謝》を毎日の習慣になるまでやりましょう。その効果は実に大きいです。

感謝のない人に人生がうまくいったためしはない。

8-5 自分を好きになる

成功した人はだれもが自分のことが大好きです。自分が嫌いなのに成功した人はいません。

いまあなたは自分のことが好きですか？

「いまはまだ成功していないので好きではない」と、もしあなたが考えているようなら、あなたの成功はまだ手の届かないところにあります。

成功者はどんな苦しいときでも自分のことが好きです。苦境でも頑張っている自分のことが好きです。

成功していない状態のときでも、あなたはあなたを好きになっていただきたい。それが成功の条件にあるからです。

でもこんな苦しい状態なのにどうやって自分を好きになったらいいの？

苦しいときほどあなたを好きになっていただきたい。こういった状態で自分のことが嫌いになる人は精神的に病みやすくなります。苦しいときほど自分を好きになってください。うまくいっているときは、誰もが自分を好きになることはできます。

では、あなたがあなたを好きになる方法をお教えします。

あまりにも簡単であっけない方法なのでビックリしないでくださいね。しかし効果は絶大です。

その方法は……

あなた自身を褒めることです。

「えっ？」と思いました？

そんな簡単なことで？ そうです。

あなたはあなた自身を褒めたことがありますか？

いまこの瞬間あなたはあなた自身を褒めてください。

褒めましたか？ 褒められましたか？

意外と難しいようです。

20人ほどの人に、『自分自身を毎日100回褒める』を実践していただきましたが、実行できた人はいませんでした。

100回は無理だろうということは想定していました。そこで一日10回は自分を褒めるに変えてみました。ほとんどの人が実行できました。そして何が起きたかという、自分に自信を持ち始め、勇気が湧き、これまで言えなかったことが言えたり、思いもしないことが起き始めたのです。

あなたも《自分を褒める》を実践してください。

どう褒めるの？

難しく考えないで、素直にあなた自身を褒めればいいのです。

こんなふうに、

「いつもの朝より10分早く起きられた。わたしは偉い！」

「いやなことを先に済ませた。わたしは偉い！」

「言われる前に、自分から進んで後片付けをした。わたしは偉い！」

「部下を褒めることができた。わたしは偉い！」

「家族に優しいことばをかけられた。わたしは偉い！」

「いつもより多く体を動かした。わたしは偉い！」

「仕事を早く片付け、新しいことに取り組んだ。わたしは偉い！」

「今日すべきことを今日やり終えた。わたしは偉い！」

どんな些細なことでも自分を褒めてください。褒め続けていると自分が好きになってきます。自分はこんなに素晴らしい人間だと自覚します。そんな素晴らしいあなたを、あなたは大好きになります。

ドンドンあなた自身を大好きになってください。遠慮はいりません。あなたがあなたを好きになればなるほど、あなたの周囲の環境が変わってきます。そのことを体験してください。

声に出して自分を褒めることを忘れないでくださいね。あなたの脳に、あなたはあなたが大好きだと知らせるためです。

あなたにだけに聞こえる声の大きさでいいですよ。他人に聞かれるのは恥ずかしいかもしれませんが。

あなたは自分を褒めていると、やがてあなた自身を好きになります。そしてあなた自身が大好きになると、その思いは外に向かい、あなたの周囲の人を好きになっていきます。

まずあなた自身を好きになってください。気がついたとき、嫌いな人のことは気にならなくなっています。

《感謝と褒める》を言うことは、ポイントカードのようなものと考えましょう。

あなたは《ありがとう》を言うたびに、あなたのポイントは増えていきます。あなたを《褒める》ごとに、あなたのポイントは増えていきます。

たくさん言ってください。多ければ多いほどあなたのポイントが溜まります。ポイントがある程度溜まるとポイント還元が起き、あなたの望んでいることが起きます。

しかし、あなたが《怒る》たびに、ポイントが減っていきます。あなたが《不満》を言うたびに、あなたのポイントは減っていきます。あなたが《心配》するたびに、あなたのポイントは減っていきます。

まるであなたが交通違反をして、警官から違反切符を切られるように。減点ポイントは大きいです。

ポイントは減らさないように注意し、毎日ポイントを溜めてください。

少ないポイントでは、ポイント還元で引き換えに得られるものは小さなものですね。大きいポイントが溜まれば、大きなご褒美がもらえます。

人は記録を取るとやる気が出てくるようです。

一日の感謝の回数と自分を褒めた回数の記録を取りましょう。数字を見ていると、昨日よりは多くやろうと思ってしまいます。昨日の自分には負けたくないようです。また『0』という数字は書き込みたくないようです。やる気がない日でも、少しはやって

『0』となる日を避けようとしませう。やってみればわかります。

8-6 ああ幸せ

あなたの発することばを誰が聞いているかわかりませう。どうせ聞かれるならプラスのことばがいいですね。しかも自分にもいいことば。

「ボクは幸せ」、「わたしって幸せ」。こんなことばを最近聞いたことがありますか？

あなたの周囲で《幸せ》を振りまいている人はいますか？

もしあなたの周りにそんな人がいたら、あなたは幸せな人です。

なぜかって？

あなたもその方から幸せを知らず知らずにもらっているからです。そして、あなたもどこかで幸せを振りまいています。

幸せを振りまいた人はもっと幸せになれます。幸せを振りまいている人が一番幸せになれますね。

あなたも声にして言うてみてください。何となく幸せ感があなたにやってきませうか？

「ああ、幸せ！」と、口にするだけで、遠くにあると思っていた幸せがあなたに近づいてきます。

「ああ、幸せ！」を口癖にしましょう。一日に何十回も。

どうして幸せを何回も言うといいのかわかりましたか？

声にすることで、脳に「わたしは幸せ」を刷り込んでいます。そうすると脳が勝手に

「ああ、幸せなんだ」と思い、体の緊張を解きます。ストレスが溜まりません。

ためしに今「ああ、幸せ！」と言ってみてください。全身の筋肉の力が抜けませんでしたか？

ゆるんだでしょ。一番リラックスした状態なれます。リラックスした状態がベストの状態です。病気も逃げざるをえませんね。

わたしはどんなときに「ああ、幸せ」を言うかというと、何かを食べたとき飲んだときですね。どんなものも美味しいです。そんなときに言います。

誰でも今すぐに取り掛かれます。そして効果は絶大です。

ほんとうに？

当然です。今まであなたは「ああ、幸せ」と言っていなかったんですから、ドンドン良くなってあたりまえでしょう。

8-7 おまけ

くどいようですが、《ありがとう(感謝)》、《褒める》、《ああ幸せ》を徹底的にやってください。

だまされたつもりで、一週間徹底的にやってください。あなたが自分は納得いくだけの数を言ったと思えるまで。

あなたは一週間後にあなたやあなたの周囲にいい変化が起きたことに気がつきます。やってみればわかります。やらなければわかりません。

たった一週間です。一週間本気でやってください。次の一週間はやらなくてもいいから、今日からの一週間だけはやってください。

確信もっていえます、次の一週間もやりたくなることを。

なぜだと思えます？

わかりませんか？

あなたが体験したことがないような不思議なことが起きるからです。いい結果が出るからです。そしてそれを体験し続けたいからなんです。

やってみればわかります！

今日からの一週間は、納得いくまでやりましょう！

まとめ

スリー・バイ・スリー(3x3)の法則は:

3つの方法: しっかり求める

信じる

感じる

3つの援助法: 感謝

自分を褒める

ああ幸せ

9章:感情

9-1 感情があなたの未来をつくる

心理学では、わかりやすいのでよく例に出されるのが梅干やレモンの話です。梅干を思い浮かべるだけで唾液が出てきますね。

あなたも試しに今梅干を思い浮かべてみましょう。

さあ、『梅干』です。

『梅干』と聞いただけで梅干のイメージが浮かんできましたね。するとすっぱいという感情が体にきます。おっと、すぐに唾液が出てきましたね。

脳は、梅干を思い浮かべることでそのすっぱい味を思い出し、唾液や消化酵素を唾液腺から分泌します。

実際に梅干を口にしたとき、すっぱさを感じ、それを消化するために唾液や消化酵素を分泌します。

これは脳のメカニズムです。

イメージからくる《すっぱい》という感情だけでも同じことをしてしまいます。

このことは、脳は感情を伴うと、現実とイメージの区別ができないということです。

単に見ているだけでなく、そこに感情が伴うと脳に作用し、さまざまな脳内ホルモンを分泌させます。

人はことばによって感情もつくりだします。

「しあわせ」と何度も繰り返していると、幸せな感情をつくりだし、幸せになる脳内ホルモンを分泌し、あなたは心から幸せに思い、やがてあなたの周囲にあなたが幸せと感じざるを得ない現象を創りだします。

あなたの目の前に梅干がなくても、あなたが幸せと感じる状況でなくても、あなたはそれらの感情を思い出すだけで、あなたの脳はそうなるためにふさわしい脳内ホルモンを分泌し、あなたにそうなるための行動、アイデア、環境をもたらしてくれます。

あなたのこの脳の機能を使わない手はありません。ドンドン使いましょう。

ことばで脳をコントロールする。

聖書の「はじめにことばありき」は、ことばで感情をつくりだし、脳をコントロールできることを教えてくれているのかも知れません。

9-2 感じたものが返ってくる

物事を引き寄せたり、現実化させるのは感情です。イメージでも思考でもありません。

イメージすれば願望がかなう、現実化するっていいですね。でもうまくいかなかったのではありませんか？

願望をイメージするまでは良かったのですが、実現させるためのものが足りなかったですね。

それが何かはもうわかりますね。

感情です。

物事を前向きに考えても不十分なことがわかりますね。

感情がそれに関わったものをつくりだし引き寄せています。

不安を感じていれば、不安な状況をあなたのためにつくりだします。

病気を感じていれば、病気の状況をあなたのためにつくりだします。

歓喜を感じていれば、歓喜の状況をあなたのためにつくりだします。

幸せを感じていれば、幸せな状況をあなたのためにつくりだします。

あなたが感じたことは、その感じた状況がつくられるということです。

別の言い方で言うと、あなたが感じたことはあなたに返ってくる。

考えたことではありません、感じたことです。感じたことが現実化のチカラを生み出します。

9-3 結果だけを考え、それを感じる

どうやってあなたの願望が叶うかは考えないこと。

ここまで読んできたあなたは、どうして考えないほうがいいのかわかりますね。

まだわかりませんか？

あなたは自分の願望がどう叶うかを考えたとしましょう。あなたの限られた体験、知識、常識の範囲で、あなたはいろいろと考えることでしょう。

そして、やがて願望を実現する方法がないという結論に達することでしょう。あるいはたくさんの時間がかりすぎ、とてもそのことだけに関わっている時間が見つけれないと、あなたは結論するかもしれません。

あなたはあなたの願望が叶わない理由をいとも簡単に見つけてしまいます。

もうこの時点で、あなたがつくった限界が始まります。

もう一度、4-2を読み直してみましよう。あなたの両親は、きっとあなたの喜ぶ姿が見たくて、あなたが欲しがっていたものを与えてくれていました。あなたは両親がどうやって欲しがるものを準備するかは考えもしませんでした。

潜在意識はあなたが思いもしない方法を導き出します。あなたがすることは、その

思いもしない方法を否定しないで実践することです。

たとえば家を購入したいとします。家の価格は三千万円です。いままったく資金がありません。毎月5万円家の購入資金として貯めると決めます。1年で60万円しか貯まりません。

単純に計算すれば、3000万円の資金を貯めるのに50年かかることになります。ここで無理と考えてしまえば何も始まりません。

毎月こつこつと5万円を貯めることで、思いもしないことがおきます。金融状況によっては、僅かな頭金で家を買うようになるかもしれません。誰かから資金を融通してもらえるかもしれません。モデルハウスを格安で購入できることがあるかもしれません。

月5万円を貯めるという行動が、あなたが予測できないことを導き出す可能性があります。傍^{はた}から見れば奇跡と思われることが起きます。

前向きに行動することで、あなたにとって奇跡としか思えないことが起きます。

奇跡と思えるようなことは、前向きに行動することで起きます。

買えそうにない家を買えた人がいます。土地を買った人がいます。あなたにも同じことが起きる可能性はあります。

9-4 あなたの感情をときどきチェック

あなたは気がついたとき、こう質問しましょう、「望んでいることを考えている？ 望まないことは考えていない？ 喜びを感じている？」と。

この質問はかなり有効です。あなたの感情が、あなたが意図している方向に向いているかいないかを即座に知らせてくれます。

「はい」と答えられれば、あなたはあなたが望んでいる方向へ進んでいます。

「いいえ」なら、すぐさま気持ちを切り替え、あなたの願望を実現する感情をつくりましょう。

10章:本気でとりかかる

10-1 心の奥底から信じる？

多くの潜在意識や自己啓発の本には『信じる』ことが強調されています。

心の底から信じられれば、あなたの願望が実現化されることは、あなたにもよくわかっています。

あなたには『信じる』ことがどれほど重要かは痛いほどわかっています。

しかし、なかなか信じられないあなたがいるのも事実です。

問題はどうかしたら信じられるようになるかです。そのことを明確に答えている本はいまだに見当たりません。

それほど難しいということなのでしょう。

目の前に困難があるのに、どうかしたら信じられるというのか、多くの人の嘆きが聞こえてきます。

この答えは容易ではありません。

しかし、まったく対策がないわけではありません。

わたしたちは自由に思考できる存在です。自由に思考できるということは、ポジティブにも考えるし、ネガティブにも考えることができます。

ブレる存在であるともいえます。

あなたが困難な状況に置かれている場合、無意識に流れるままにしていると、あなたの脳はその苦しみだけに焦点を当ててしまい、苦しいことばかり考えてしまうこととなります。

すでにこのことはあなたが体験していることでしょう。

あなたには意志の力があります。あなたの意志の力で思いをポジティブに持ていられる状況なら、あなたの体にあるエネルギーを使って思考の向きを変えられます。

意志の力を搾り出すことさえ出来ない状況に置かれていたら？ 気力さえなかったら？

思い切った思考の転換をすることは困難ですが、少なくとも困難な状態から焦点をずらすエネルギーは与えられています。これは誰にでも与えられています。

困難な状況から望ましい状況へ思考を一挙に切り換えるには、多くのエネルギーを必要とします。

一挙に切り換えようとする大きな変化に、脳は拒絶さえ起こしかねません。

ではどうしたらいいのか？

過去の楽しかったことに焦点を当てましょう。あなたがすでに体験したことです。ちよつとの意志の力で持っていけます。

またこのとき呼吸法をしましょう。深い呼吸であれば、どのような呼吸法でも構いません。ゆっくり吐いてゆっくり吸う呼吸法です。

不安でいっぱい状況では、呼吸が浅くなっています。

あなたの呼吸が浅いと気がついたら、すぐに呼吸法をはじめましょう。大きく深い呼吸にしましょう。

呼吸法の利点は、あなたの思考がポジティブに向かいやすくなることです。

10-2 脳のデフォルト設定

わたしたちの思考の多くはネガティブに向く傾向があります。脳の機能としてそうなっています。

デフォルト(初期)設定がネガティブに向くような設定になっているからです。

デフォルト設定を望ましい設定に変えることで、あなたはポジティブな思考ができるようになりますが、設定の仕方そのものがまだよくわかっていません。

しかし、部分的に設定することは可能です。

デフォルト設定を入れ替えることが出来ない時点で、あなたが取する方法は、できるだけ部分設定を長く持たせることです。

この部分設定はポジティブ設定です。あなたがすることは、あなたの意志で前向きに考え続けることしか現時点ではなさそうです。

デフォルト設定に戻ってしまっていると気がいたら、前向きの部分設定にし直すことです。

肝心なことは、望ましい部分設定の時間をできるだけ長くすることで、作業がよい方向で進められるということです。

思考をポジティブにする時間が長ければ、願望に確実に近づけるということです。

つまるところ、あなたの願望は、(ポジティブ時間 - ネガティブ時間 =)で計算されます。そして、このポジティブ時間(プラス)が圧倒的に長ければ、あなたの願望はかなりの確率で現実化します。またネガティブ時間(マイナス)が長ければ、あなたの願望が叶うどころか、益々窮地に陥ることになります。

些細な話や出来事で、いつデフォルト設定に戻ってしまうかわからないので、部分設定の状態のときにガンガン作業をしてしまいましょう。

その作業とは、あなたの願望ストーリーを感情とともに潜在意識へ送り込むことです。

10-3 あなたは同等以上の存在と思うこと

潜在意識はもともとあなたに備わったものです。神様でもなければ崇高なものでもありません。

ですから、祈る対象のような気持ちで潜在意識をとらえないようにしましょう。

あなたは潜在意識より次元が低い存在ではないということです。

むしろ潜在意識はあなたの部下で、あなたの命令どおりに働くものだとして認識しましょう。アラジンのランプの魔人と同じです。

あなたがすることは、潜在意識にお願いするのではなく、適切な命令を与えることです。

あなたが潜在意識の主人です。

主人らしく振舞いましょう。

10-3 効果を疑っても仕方がない

始めた頃はテンションがあがっているので、疑いも不安も少ないことでしょう。

しかし日がたつにつれ、あなたの気持ちが揺れはじめるかもしれません。あなただけではありません。誰にでも起きます。

これは通過地点に過ぎません。

望んでいることがまだ現実に起きていないから、疑いたくなるのも当然です。

このとき、あなたが不安になっていること、疑っていることを一旦認め、気持ちをもう一度入れ替えます。

気持ちの入れ替えをすることで、あなたのテンションは再び上がってきます。

こういったケースは、あなたが望んでいることが現実化するまで何度もあるかもしれませんが、そのたびに気持ちを切り替えてリセットをしてください。

リセットを忘れると、ズルズルと望んでいない方向へ向かってしまいます。

あなたの願望が現実化するまで、あなたのリセットはつづきます。これが面倒と思うようでは、あなたの願望は手の届かないところへ行ってしまいます。

成功している人は、気持ちを切り替える努力を惜しみません。どんな状況に置かれていても、気持ちの切り替えを最優先します。無理してでも切り替えます。それほど重要なことです。

もしあなたが、過去に成功した体験があり、現在は苦しい状況にあったとしても、あなたのスタートは苦しい状況からではなく、成功していたときの状況からのスタートです。

あなたはきっと自転車が乗れますね。

何年も自転車に乗っていないなくても、いまこの瞬間にすぐに自転車に乗ることが出来ますね。

成功もこれと同じです。

一度成功の体験があるので、あなたの成功は、あなたが考えているより易しくできます。

自転車に乗れるあなたは、自転車を目の前にして、自転車に乗れないかもしれない、乗れなかったらどうしよう、とは考えません。

成功の経験があるあなたは、「自転車に乗れる」というあなたの中につくられた信念と同じものを、『成功』というものに対しても持つことです。

10-5 何が何でも実現する

結果を出すには決心が必要です。

何が何でも実現させる、という決心です。

いまこの時点で決心してください、必ず願望は叶える、と。

何が起きようとも、今日のこの決心は変えない、と決めてください。

気持ちがぐらついたら、そのたびに気持ちを切り替える、と決めてください。

きっとあなたはこれまでも潜在意識の本、自己啓発の本を読んだことでしょう。も

しかしてあなたは、それらの本を読み、知識で終わらせてしまったかもしれません。だから本書にたどり着いたということです。

このあと本書から得た知識を持って、再び別の本へと移っていくかも知れませんね、これまでと同じあなたならば。

移った先でも同じことが起きます。

ここはひとつ本気でやりましょう。

本書を読み終わったらすぐに、紙とペンを出し、あなたの願望ストーリーをすぐに書いてください。

今現在望んでいることをストーリーにしましょう。

うまく書こうと思わないこと。ストーリーを聴いているうちに違和感を感じてくることでしょう。そうしたら書き直して新たに吹き込み、ドンドン聴いて体に落とし込みます。

体に染みとおるまで、何十回も何百回も聴くことです。

頭で理解しようとしているレベルでは、なかなかうまくいきません。

体に落とし込んでください。徹底的に落とし込んでください。

願望が実現するまで、書き直し、聴き続けることを決心しましょう。

あとがき

とっておきの方法をお教えします。

本書から学んだことを周囲の人に伝えましょう。

家族、友人に話しましょう。

誰かに教えることです。

教えることであなたは実践しないではいられなくなります。説明している間に、あなたの想いが深まっていきます。あるいは、あなたに合ったさらにいい方法を思いつくかもしれません。

ことばにし、身振り手振りを使って説明している間に、ドンドンあなたに入っていきます。口に出したことは現実になっていきます。

教えることが理解を早くします。教えることで意識が高まり、自信が深まります。

願望の実現に大いに役立ちます。

法則ですべてが動いています。

宇宙は完璧な動きをしています。これは法則です。

地球は例外ということはないのです。万有引力の法則から、あなたは例外的に影響外ということはないのです。

すべては法則です。

幸せになるのも、成功するのも、その逆も、すべて法則どおりです。例外はありません。あつてはならないことです。

そして、いまのあなたは法則に沿ってできたあなたです。望む人生にしたいなら、法則に沿って変えるだけのこと。

誰も考えることを止めることはできません。そして考えていたことの割合が大きいことが現実になっています。無駄に考えていると、考えに任せた人生をつくり出してしまいます。

あなたの考えをコントロールし、望むことを考えていれば、やがてあなたは望むことを体験することになります。願望が現実になります。

像は杭に繋がれたチェーンを外しても逃げません。チェーンで繋がれていたときに逃げられなかった体験が体に染み込んでいます。ですから、チェーンが杭にしっかり繋がれて辛いなくても、脚にチェーンが巻かれているだけで逃げられないと思っけてしまいます。

ノミはふたのガラスをのけても、それ以上に跳びあがることはありません。ふたがしであったときに、何度も何度もふたにぶつかって、それ以上飛べなかった体験が体に染み込んでいます。

体験がそう思い込ませるのです。

すべては想いの世界。想いが現実を創っています。

ホームレスを見て可哀想と同情しないこと。脚の不自由な人を見て可哀想と同情しないこと、目の不自由な人を見て可哀想と同情しないこと。

まるで血も涙もないような行為、冷血漢に思えるかもしれないが、いまのあなたにとっては大なることです。同情するとその感情があなたの中に入ってしまう。その感情はあなたに決して有益にはなりません。

不利益さえもたらす危険性があります。

そういった人たちを見たら無視しなさいということではなく、感謝するのです、その場ですぐに。

感謝する？

あなたが人よりも豊かであることに感謝します。あなたに健全な脚があることに感謝します。あなたに世界を見る目があることを感謝します。

あなたは生活ができていることが当たり前とと思っています。あなたは脚があることを当たり前とと思っています。あなたは目があることを当たり前とと思っています。

しかし、その当たり前のものを持っていない人たちもたくさんいます。

あなたには当たり前とと思っていることに感謝ができていません。こういった哀れな状態を見せられるのは、あなたに感謝の想いが足りないから見せられるのです。

感謝の想いは宇宙に届きます。

あなたが豊かなことに感謝し、脚があることに感謝し、目があることに感謝することは、そういった不幸な状況を減らすことになります。

それが法則です。

あなたがそういったことに感謝することで、あなたは世の中の役に立っています。世の中を変えようと考えなくても、世の中の方で変わっていきます。

あなたは世の中に十分役立っています。

今日まで思い通りにいかなかったあなた、あなたは決して悪くない。あなたの考え方の習慣が悪いだけです。

「いま私の気持ちは前向き」と肯定しましょう。

そして「気持ちを前向きに出来た私は偉い！」と自分自身を大いに褒めましょう。そして自分に訊きます、「今はいい気分ですか？ はいいい気分です」と感情を込めて答えます。

その通りになります。

脳がその感情を受け入れ、勝手に勘違いを起こし、そうなっていきます。

このテキストなかで、あなたが気にいた文章があれば、あなた自身の声で吹き込み、持ち歩いて、何度も何度も聴いて体に落とし込んでください。

また、書物の中から腑に落ちる文章に出会ったら、あなた自身の声で吹き込み、持ち歩いて、何度も何度も聴いて体に落とし込んでください。

五感イメージ誘導法を何度も何度も繰り返しやりましょう。

テレビを観る時間があったら五感イメージ誘導法をした方があなたの将来のためになります。

必死な思い、悲壮感を持ってやらないように。効果が半減します。

楽しんでやりましょう。小学生が遠足を前にしてワクワクしているときの気分に近い状態へもっていきましょう。

五感イメージ誘導法をやっていると楽しいからやる。そんな感じで。楽しくするのが五感イメージ誘導法の基本です。

毎日の義務にしてはいけません。五感イメージ誘導法をすることで、毎回楽しくなるようではなくてはいけません。気分が良くなるようではなくてはいけません。なかなかそうなれなくても、あなたは五感イメージ誘導法が終わったときに、「ああ、楽しかった。もうすぐ叶うんだ、うれしい」と、笑顔で自分に言い聞かせましょう。そしてしばらく笑顔をつくった状態でいましょう。

あなたのなかにその想いが確実に浸透していきます。

「よ～し、試してやろう」といった感じがいいでしょう。楽しみながらやってください。どん

な結果になるか楽しんでください。

もし望んでいることの一部しか叶っていなかったなら、楽しみが十分でなかったからです。「だったら、もっと楽しんでやろう！」と、さらに楽しみましょう。

楽しめば楽しむほど、あなたの願望が叶う確率は高くなります。

成功はあなたの心の中につくったあなたの想像から生まれます。

わたしは誰よりもやっている！

こう自分に言い聞かせてください。事実あなたは誰よりも願望のイメージングをやっています。誰よりもやっていることがあなたの自信となります。

最後の最後で頼りになるのはあなただけです。

そのあなたの《心》を弱くしてどうする！

ご質問は info@remote-viewing.jp

本書に書かれていることの多くは、すでに多くの本に書かれたことの焼き直しといえるでしょう。

リモート・ビューイングの考え方から、側面を変えてのアプローチを提供しています。

これまで何度もトライしてうまくいかなかったあなた、本書で別の面からのアプローチであなたの望みが叶うことを心から望んでいます。

失敗しない・願望をかなえる法則 特典1

30日間無料メールサポート

失敗しない・願望をかなえる法則をご購入された日より、30日間のメールサポートを特典としてプレゼント致します。

マニュアルを読んでもよく理解出来ないところがあれば、遠慮なくご質問下さい。

info@remote-viewing.jp

ご質問の際は、メールのタイトルに「質問」と書いて、本文の最初にマニュアルの購入日と購入者名を必ず明記して下さい。

これらが確認出来ませんと、サポート出来かねる場合がありますので、ご注意ください。

メールサポートはお一人様3回までとなります。