

5回目

- 1 統合覚醒セッションのさらに
深い解説（応用編）
- 2 次元上昇は三つのジャンルがある
- 3 空間把握能力をあげよう

1 統合覚醒セッションのさらに 深い解説（応用編）

◆人生のエピソードのコツの復習

- 1.ヒヤリングを含めてセッションは5回ほど行うと良い
- 2.物心ついてから10歳くらいまでの頃を詳しく聞く（できれば15歳まで）
- 3.過去の印象的なエピソードが出ない人は最近あった嫌なこと、ここ数年であったことでも

4.15歳以降は、特に印象的でネガ感情を感じたエピソードを聞いておく

5.エピソードが少ない人は、ヒヤリングの時間を長めにとる

6.エピソードが多い人は、共通点を探し、印象的なエピソードを絞る

7.とにかく感情が湧き上がる「臨場感の高いエピソード」がどこか見極めましょう

(1) 統合覚醒セッションの真髄

クライアントさんの新しい人生の始まり

例えば

「私は誰からも愛されない」 って人生から



「私はみんなから愛されてたんだ」 という人生に

親は愛してくれなかった



親なりに愛してくれてたんだに
180度変わっていく

統合覚醒セッションは前回のやり方で行えば
単発セッションもできる

ただ、人生レベルの変化まではいかない

新しい人生の幕開けに必要なこと

※セッション力も格段に上がります

過去のヒヤリングが超重要

- ・特にセルフイメージが出来上がる15歳頃まで
- ・15歳以降は記憶に残ってること、印象的なこと

人間は大体15歳くらいまでの

経験・知識・記憶をもとに

どんな人生を歩むかストーリーを作ってる

それぞれのエピソードで

「共通点がないか？」

「どう繋がってるのか？」

そこを発見しましょう

認定講師 智美さんとのデモセッションの
1回目～2回目で家族関係の再構築と
新しい関係性の始まりがわかります

ぜひ参考にしてください

(2) ヒヤリングの重要ポイント1

ヒヤリングはすればするほど、上達します。

わからないことが多いので
最初はとにかく質問をすること。

人は自分のストーリー（過去、人生）を否定せずに
聞いてもらえるだけで、癒されます。

過去のヒヤリングの着眼点

①親との関係。親に対して今はどんな感情があるか。

過去にどんな感情を抱いてたか。

②クライアントさんが抱きやすい感情と思考パターン。

③禁止・制限してることは何か。（例：弱い自分とか）

④繋がってるエピソード（共通の気持ちがあるところ）

⑤今の悩みと繋がってる過去のエピソード。

⑥コアイメージが生まれてそうなエピソード。

過去のヒヤリングの着眼点

- ⑦ 子供の頃、大切にしたいと思ってたことは何か？
- ⑧ 「～べき」「しないと」と思ってることは何か？
- ⑨ 「～した方がいい」と思ってることは何か？
- ⑩ 「本当はこうしたかった」と思ってることは何か？

11. 存在否定はあるか？

(例：親に「あなたがいるから離婚できない」と言われたなど)

12. バーストラウマはあるか？

(例：親に「あなたを産む気はなかった」と言われた、難産だったなど)

過去のヒヤリングの着眼点

13. その状態であることの、潜在意識的なメリットは何か？
(例：ネガティブであることのメリットは、ずっと母親のそばにいてあげられるからなど)

14. 思い込みを手放すことにどんな恐怖があるのか

(例：罪悪感を手放すと親より幸せになってしまうから、それが怖いなど)

15. コアイメージは誰かを想い、誰かを守りたいって思っている。それは誰で、何を守りたいのか？

コアイメージはそのために生まれてきたから。

(例：自分のこともあれば他人のこともある)

過去のヒヤリングの着眼点

16. アダルトチルドレンのパターンでは何に当てはまるか？

※どんなコアイメージがあるかわからないうちは

「アダルトチルドレンで言うと、この人は何に当てはまるのか？」で見るといい。

特に

- 感情薄い（抑圧、麻痺）もしくは高すぎる
- 憎しみや怒りなど相手への攻撃性が薄いもしくは高すぎる

過去のヒヤリングの着眼点

16. アダルトチルドレンのパターン

★ヒーロー（ダメな自分、できない自分を許せない）

親の期待に応える良い子の役。学業やスポーツを頑張って良い成績を取ろうとする。自分のやりたいことで頑張ってるわけじゃないので、挫折に弱い。

★スケープゴート（深く愛されることに強い抵抗感を示す）

家族のトラブルメーカー。問題を起こしたり反抗したり悪いことをしたり、問題行動が絶えず親の怒りをかう。家族のネガティブな感情を集中砲火のように浴びて「この子さえいなければ」と思われる役。

ヒーローの心の叫び

本当は

いい子じゃない

過去のヒヤリングの着眼点

16. アダルトチルドレンのパターン

★ロストワン（感情を出すこと、人の目につくことを嫌がる）

周りに迷惑をかけないよう、家族の中でまるでいない子のように気配を消して生きる。おとなしくて感情を露わにすることも少ない。親や兄弟から忘れ去られやすい役。

★ケアテイカー（感謝されないと、イライラしたり不満が溜まる）

まるで親の代わりのように、家族の面倒を見てサポートする役。実際に家事をしたり、下の兄弟の育児をしたり、自己犠牲的に甲斐甲斐しく世話をする。甘えたり、子供っぽい面を見せることが苦手。

ケアテイカーの心の叫び

私も

甘えたいよ

過去のヒヤリングの着眼点

16. アダルトチルドレンのパターン

★ピエロ・クラウン（人の機嫌に敏感すぎて自分の本心が置き去りになる）

家族を明るくするために、冗談を言って笑わせたり、自らピエロ役になる。争うこと、嫌われることが大の苦手で、相手の顔色を常に窺ってしまう。相手を笑わせられないと激しく落ち込む。

★イネブラー（あの人には私がないと、と共依存を引き起こす）

ケアテイカーに近いが、見返りを求めない。相手から何の感謝もされなくても、相手のサポート自体に喜びを感じるので、相手にどんどん尽くしてしまう。依存症を抱える相手と一緒にやりやすい。

クラウンの心の叫び

本当は

心が泣いてるの

イネブラーの心の叫び

私を

見捨てないで

※アダルトチルドレンの補足

特に注意なのは

スケープゴート（生贄）と

ロストワン（忘れ去られた子）

この二つのタイプは他のアダルトチルドレンよりも無意識の心の殻が厚い傾向があります。

①スケープゴート：詩乃の事例

おとなしい兄と妹がいた。好奇心旺盛で感情が激しかった私は親と折り合いが悪く、父から体罰を何度も受ける。

愛着障害になった私は盗みをして家族から疎まれる存在に。



スケープゴート（生贄）

トラブルメーカー。問題児（生贄）となって家庭の問題からみんなの目を背けさせ、みんなの負の感情を一人で受け続ける。家族の感情のゴミ箱とも言われている。

スケープゴート（生贄）

スケープゴートは他のヒーロー、クラウン、ケアテイカー、イネブラーと異なる性質があり、「こいつさえいなければ。。」と周りから思わせ、家族の崩壊を防ぎます。

詩乃のように典型的なトラブルメーカーのようになる場合と、「差別・いじめ」を受ける場合があります。

生贄役は愛を信じることが一番怖く、天邪鬼になったり分厚い殻をかぶってる場合があります。

スケープゴート（生贄）の心の叫び

無条件で

愛して

②ロストワン（忘れ去られた子）

ロストワンがいる方は、比較的落ち着いてたり、クールな雰囲気があります。

激しいコアイメージも出てきにくいです。

恨みや怒りが出なかったり、好きなものや喜びの感情も薄くなる傾向があります。

ロストワンは心のどこから

「自分はこの世界にいていいのだろうか」と考えています。

②ロストワン

バーストラウマがある方が、ロストワンになってる可能性があります。

親から「あなたを産むつもりはなかった」と言われたり
存在自体を否定されたり。

それを感じる事が悲しすぎるから
感情を抑圧して、全てを諦めたように過ごすのです。

②ロストワン

この世に生まれてきたのに、その存在を消さないとその環境で生き残れなかった。

これほど悲しいことはありません。

ロストワンはそんな深い悲しみをずっと胸に抱き続け、全ての感情を感じないように生きています。

だから表面的にはクールだったり落ち着いてたり、そんな心が安定した姿に見えます。

ロストワン (忘れ去られた子) の心の叫び

私を見て

コアイメージもアダルトチルドレンの人格も

本当はあなたを苦しめたいわけ
じゃない

全ては何かを守るために
生まれてきている

主人格や大切な人を守るために
その辛い感情と体感覚を抱えてる
手放しちゃダメって思ってる
誰か思い、誰かを守りたいと思ってる

その子の存在をはっきりさせる、どういう気持ちを
抱いて、何が怖いのか、何を守りたいのか
教えて欲しい

(2) ヒヤリングの重要ポイント2

① セルフィイメージの後ろにセルフィイメージが
隠れていることが多い

② 「無価値観のセルフィイメージ」や「罪悪感のセルフィイメージ」は非常にエネルギーが低いため
ずっと出ていると鬱や精神疾患など不味い状態になる

(2) ヒヤリングの重要ポイント2

③そのため、その盾になるように
「エネルギーが高めのセルフイメージ」が登場する

※その目安の一つを教えます

レベル	感情	エネルギー	備考
悟り	表現不可能	700~1000	悟りの領域。
平和	至福	600	臨界点であり覚醒のレベル。完全な調和。
喜び	静穏	540	ワンネス。ネガティブを浄化できる。分離から一体感へ。
愛	崇敬	500	本質を見抜けるようになりひらめきが増える。
理性	理解	400	知性と理性。膨大なデータの処理ができるように。専門分野で突出する。
受容	許し	350	大きな変化。創造主の自覚。自分の人生に責任を持つ。他人の受容。
意欲	楽天的	310	主体的へ。行動することで成功。プライドの手放し。謙虚で多面的。前向き。
中立	信頼	250	柔軟になって葛藤が無くなっていく。
勇気	肯定	200	ポジに変わる臨界点。困難も乗り越えられる。挑戦的になり忍耐力が出る。
プライド	嘲笑	175	自尊心が出てくるが承認欲求が強い。傲慢。
怒り	憎しみ	150	攻撃的。創造もしくは破壊を行う。
欲望	切望	125	本能で動く、衝動的になりやすい。
恐怖	不安	100	不安が強く何事にも怯える。
深い悲しみ	後悔	75	無力で自信を持ってない。
無感動	絶望	50	希望が持てない。生命エネルギーが低い。
罪悪感	非難	30	自己否定。罪悪感が強いと激怒という感情も出やすい。
恥	屈辱	20	存在否定。

下半分、グレーのところが悪
 悪い引き寄せが起こりやすい
 セルフィメージの影響が
 最も出てる感情

プライドと恥（無価値観）

怒りと罪悪感

欲望と無感動（絶望）

恐怖と深い悲しみ

こちらがツイになってる



恥（無価値観）のセルフイ
メージを隠すために
プライドのセルフイメージが
強くなる

プライドのセルフイメージを
統合していくと
恥のセルフイメージが
だんだん出てくる

(3) ヒヤリングのメリット

- ①現在の経験と関連のある過去の記憶を特定しやすい
- ②同じ負のパターンを繰り返してるところがわかる
(コアイメージがいるところが特定しやすい)
- ③トラウマの予測がしやすい
- ④クライアントの未解消の感情や思考がわかる
- ⑤コアイメージになんと声をかければいいのか
見立てを立てやすい

プロファイリング能力が身につく

さらに！何人もの方の過去を丁寧に聞いていくと
自分の中にデータが溜まるので
似たパターンの時に落とし所が発見しやすい

過去を丁寧に聞いていくことは
正直言って、大変です！

その時その時で、クライアントさんの悩みを聞いて
セッションする方が楽なんです。
だからやりたがる人が少ない。

だからこそ！

感動されるセッションができるようになる

もちろん向き不向きがあるので
どのくらい過去を聞いていくかは
自分と相談しながらやってみてください

(4) ヒヤリングと一緒に使うといいもの

感情の誇張

※クライアントの感情が中途半端にしか出な
かったり、リフレーミングしようとしてた
ら、クライアント以上にその感情を表現する

「それは苦しかったですよね」

「聞いている私が胸がギュッとなります」

「私だったら耐えられなかったかもしれない」

「ひどい。悔しいです。」

(5) プロファイリング込みの変化

数十年繰り返したカルマを手放す

アイデンティティクライシスであり、価値観の崩壊

破壊と再生 体調の変化が出る

周囲が変わる

私は無価値観が統合されたら、花粉症と慢性疲労がなくなり、自己犠牲が統合されたら謎の咳→お菓子依存がなくなりました。

(5) プロファイリング込みの変化

今までの生徒さんでは、
慢性疲労が無くなった、タバコをやめられた、体が軽くなった
肩こり、腰痛がなくなった、喉が開いて声が大きくなった
食の好みが変わった、月経が軽くなったなどなど

ストレスホルモンの分泌が減るので体の変化も起こりやすいです
ウキウキしたり、幸せホルモンの分泌が増えます

ここまでは「過去の統合」

ここからさらに
次元を上げていきます

2 次元上昇は三つのジャンルがある

①魂（経験）の次元上昇・・・

空間把握能力、情報処理能力、情報整理能力（行動が伴わないと、いずれ落ちる）

②意識の次元上昇・・・

確信力（自己信頼感、自己効力感、自尊心、などが高まる）
魂や行動の次元上昇が伴わないと落ちる

③行動の次元上昇・・・

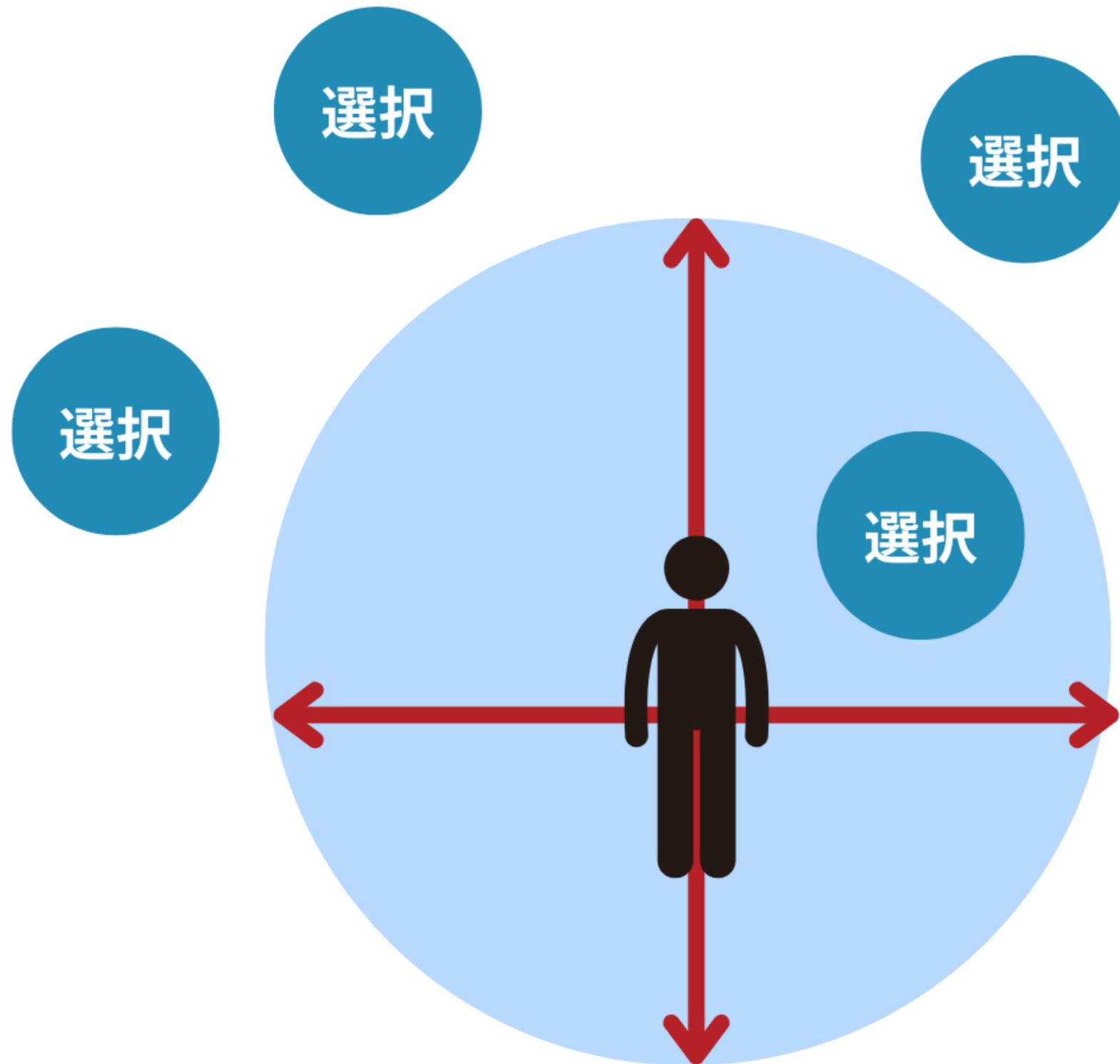
やりたい！ふとやってみようかなとと思ったことをする
（損得勘定ではなくインスピレーションからの行動）

①魂（経験）の次元上昇・・・チャネリングをミックスした誘導瞑想と統合で上がります。

②意識の次元上昇・・・統合で上がります。

③行動の次元上昇・・・皆さん次第！！天才性は行動の後押しになってくれます。恐怖や不安が大きくてできない場合は、統合度が低めもしくは覚悟をしてないってことです。

3 空間把握能力をあげよう



- 視野が狭く
- 視点が低い

認知できない情報が多い



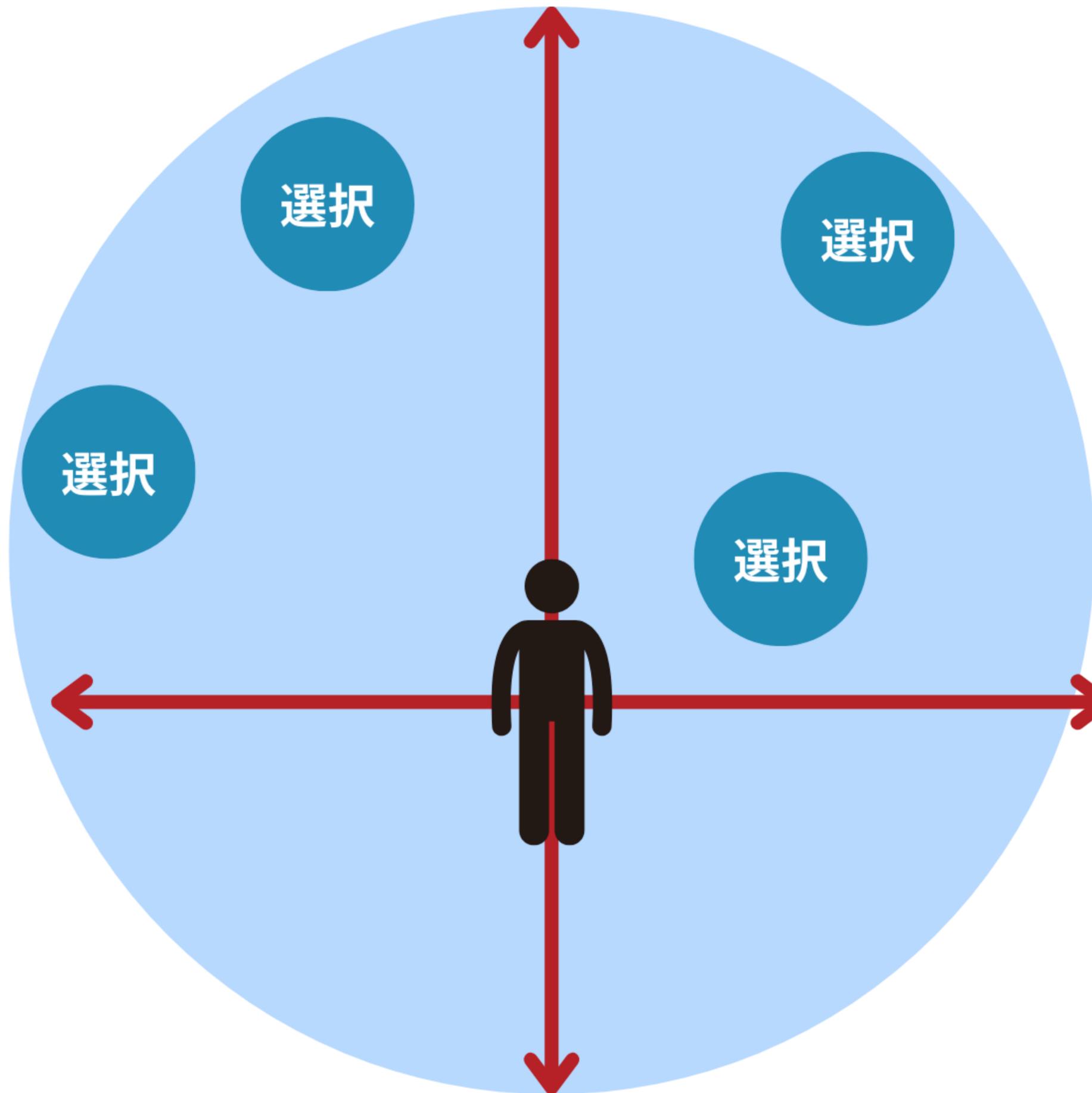
選択肢があることに気づかない



選べる選択肢が少なくなる



進むパラレルワールドを選べない



- 視野が広く
- 視点が高い

認知できる情報が多い



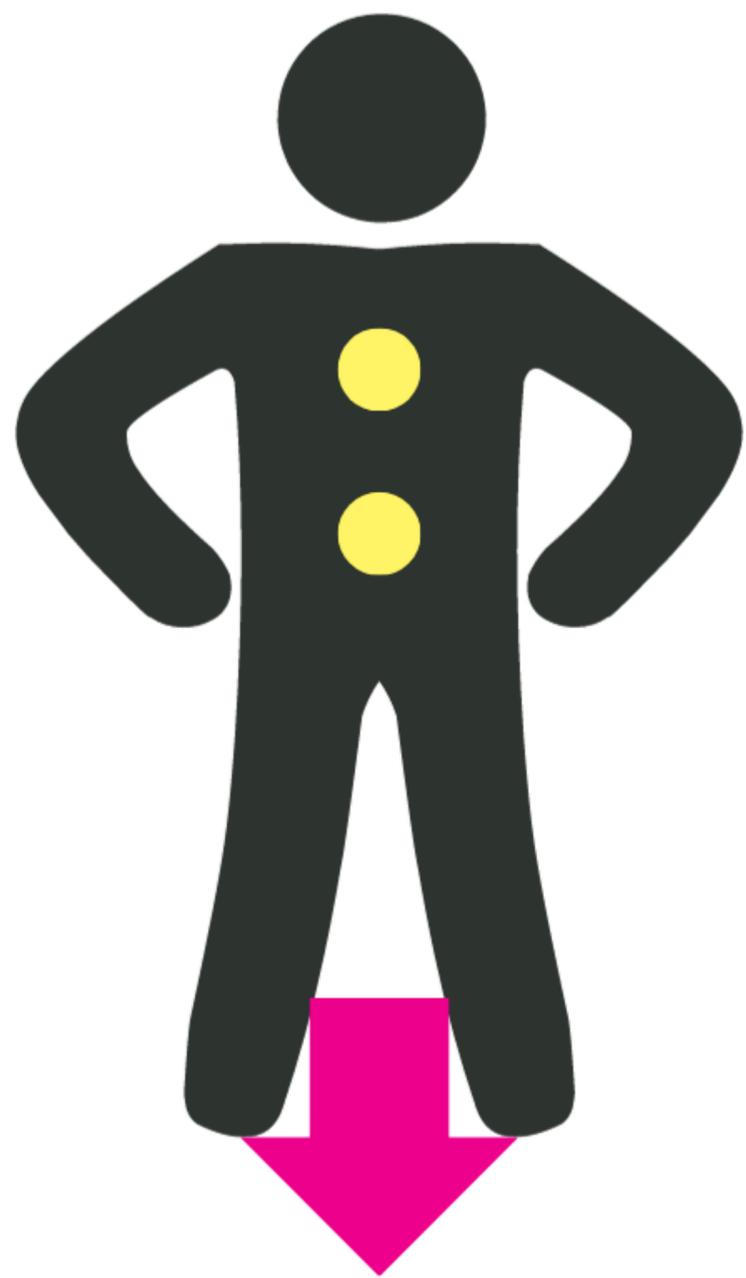
選択肢がたくさんあることに気づく



選べる選択肢が多い



進むパラレルワールドを選べる

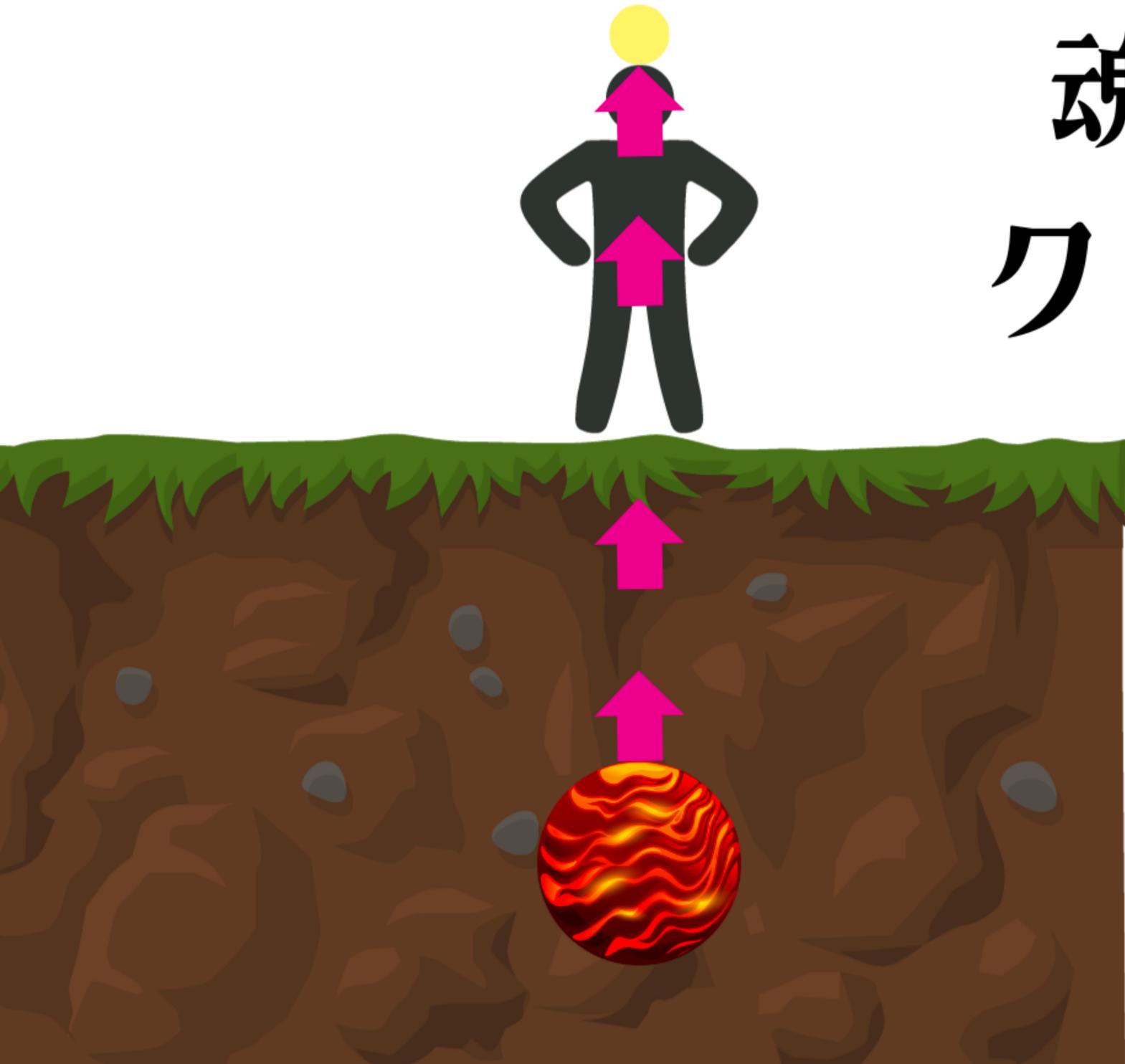


① 自分の魂魄を
足を通して
地球の中心コアに
下ろす

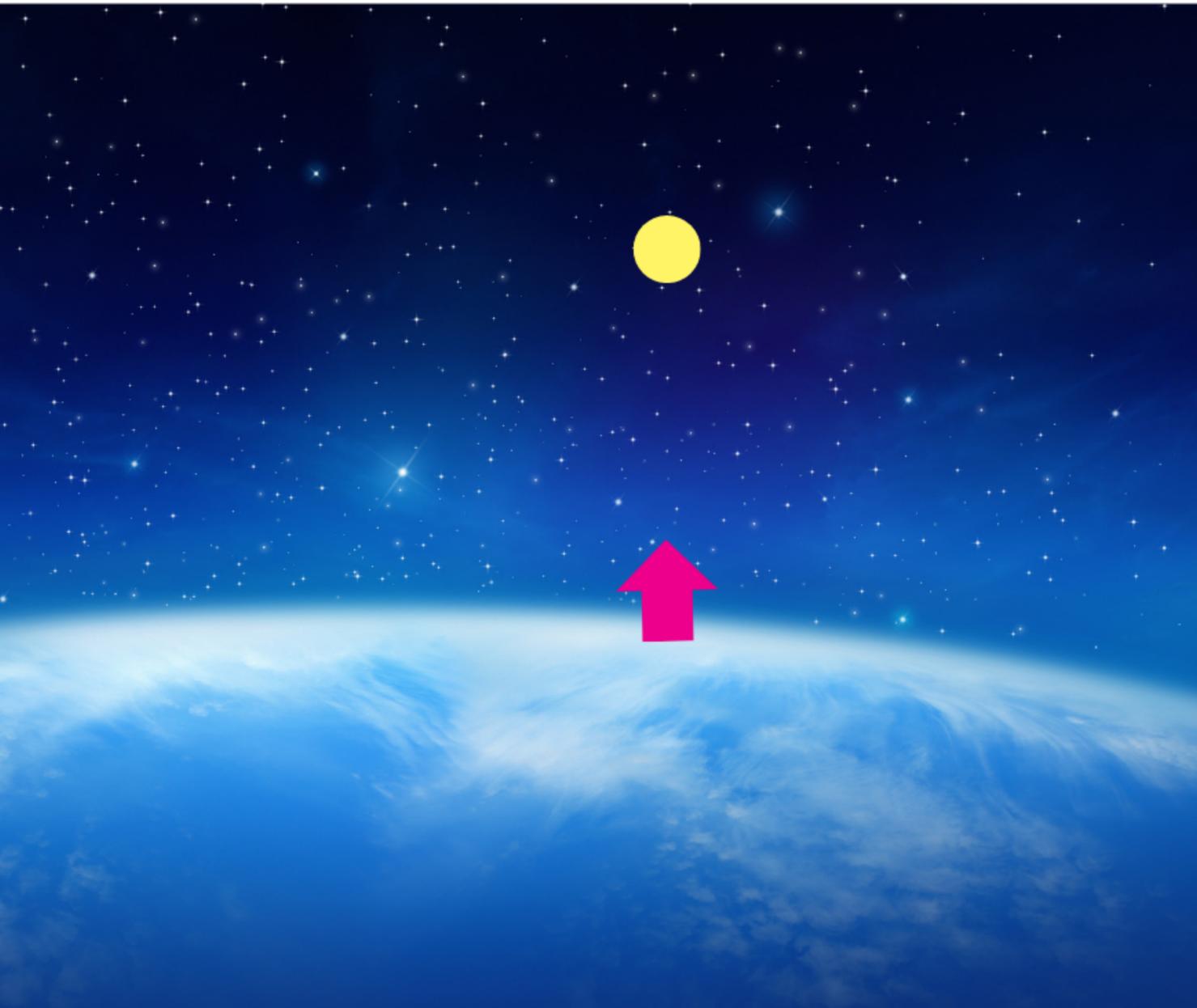


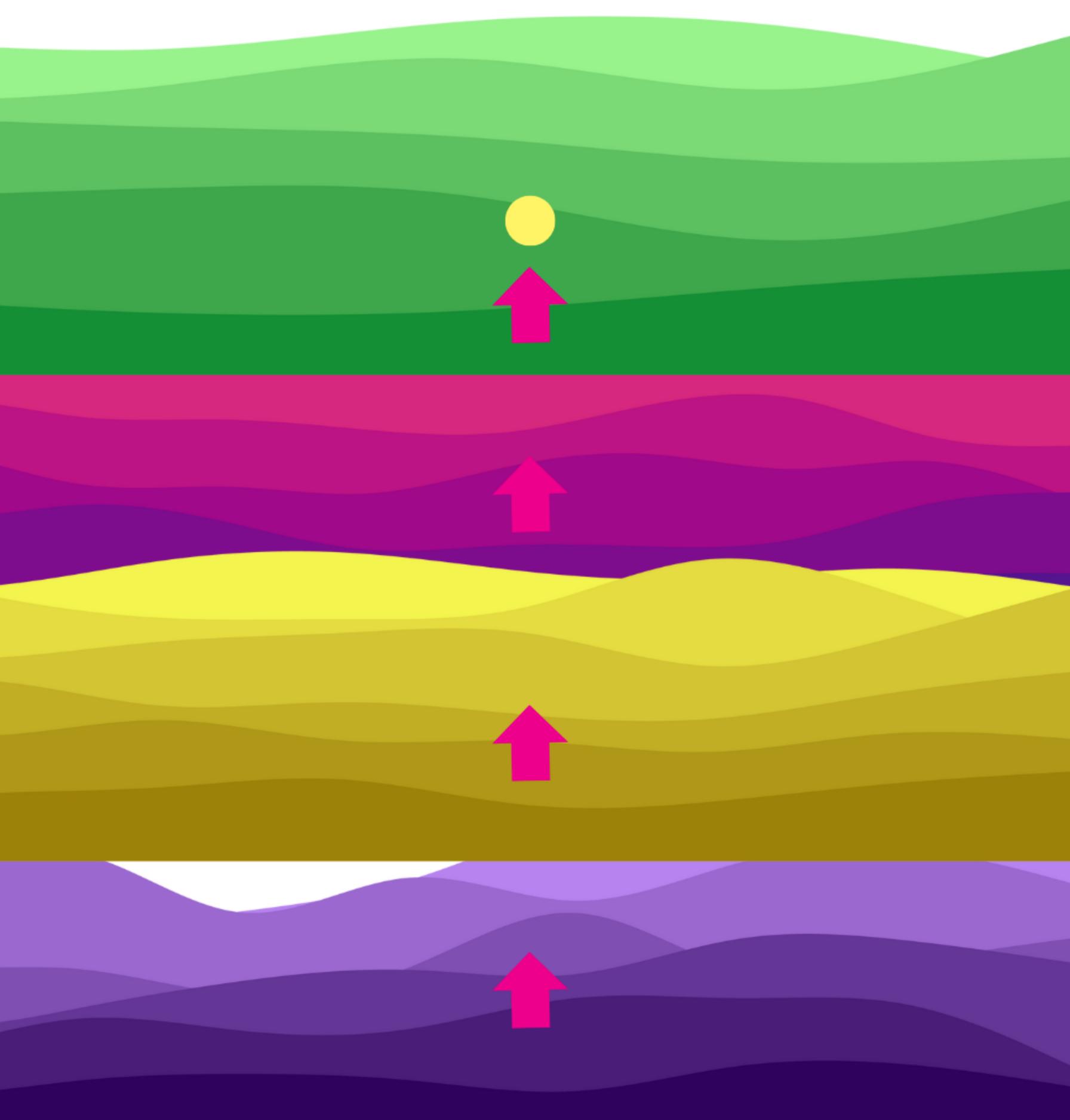
②地球の中心には
マグマのような
エネルギーがあり
そのエネルギーと
繋がる

③しっ[☆]かり繋[☆]が[☆]った[☆]ら
魂を自分の体に戻し
クラウンチャクラまで[☆]
引き上げ[☆]る

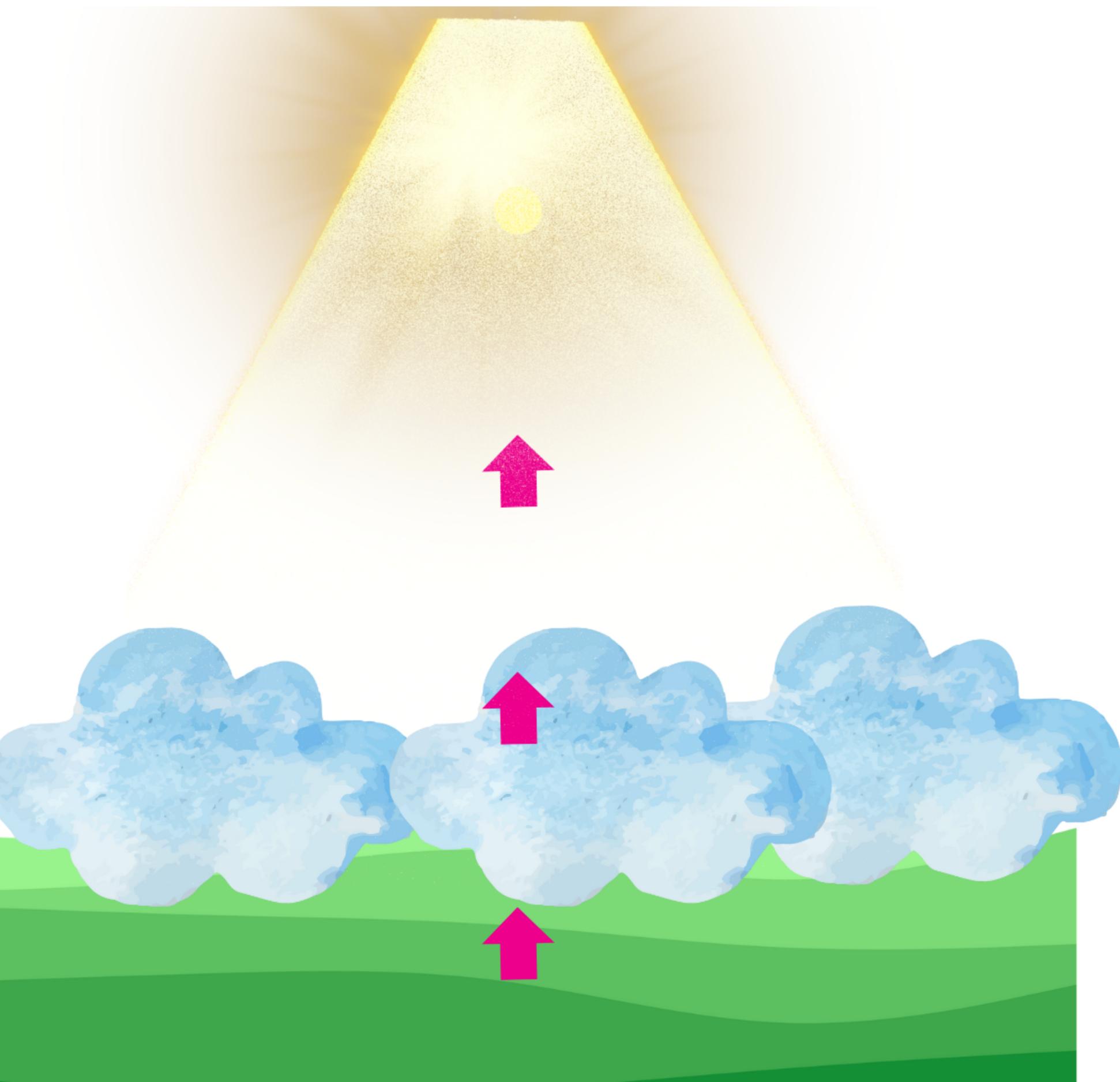


④魂がクローンチャクラからさらに上に上がり、地球を超えて宇宙まで飛んでいく

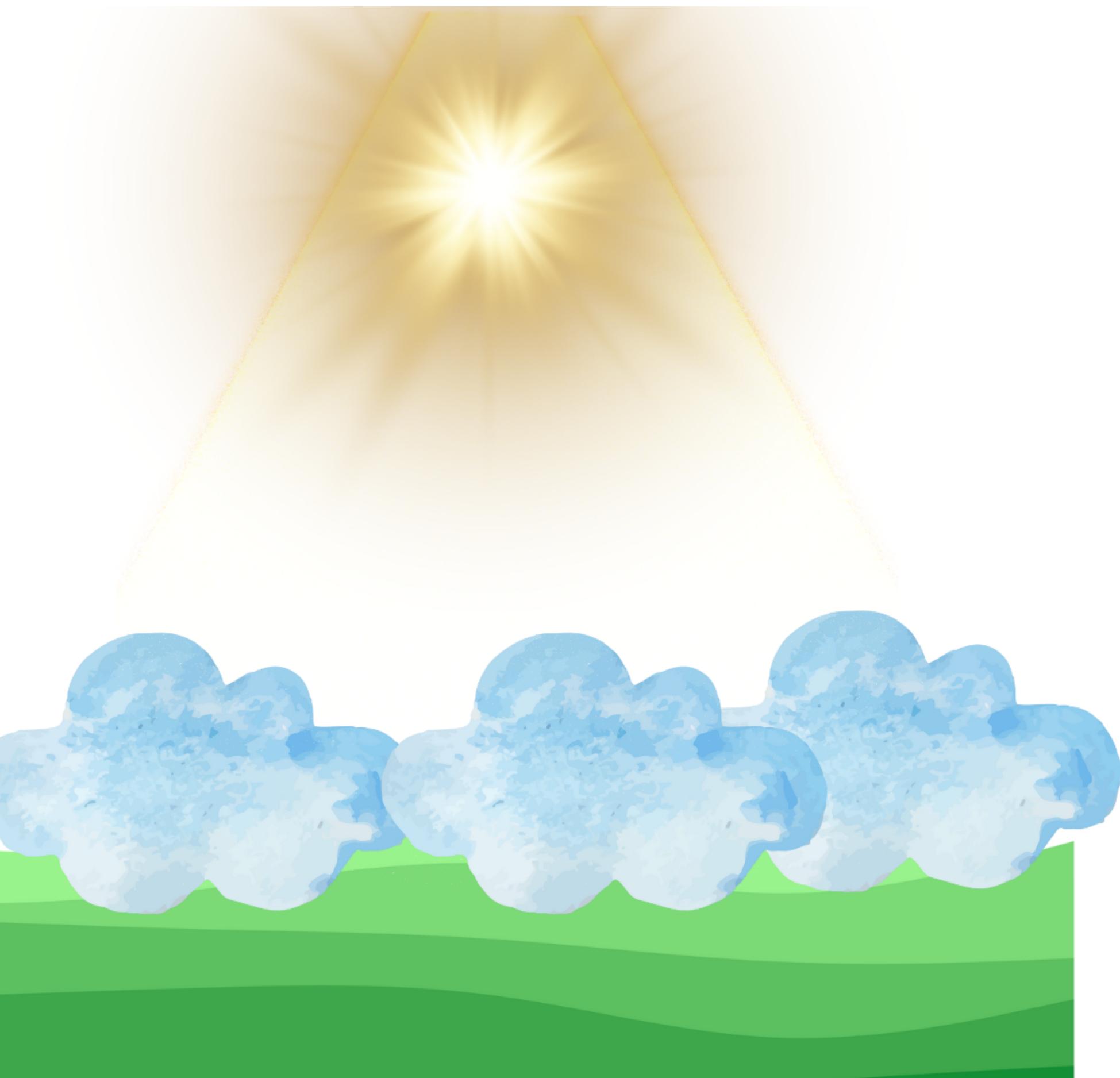




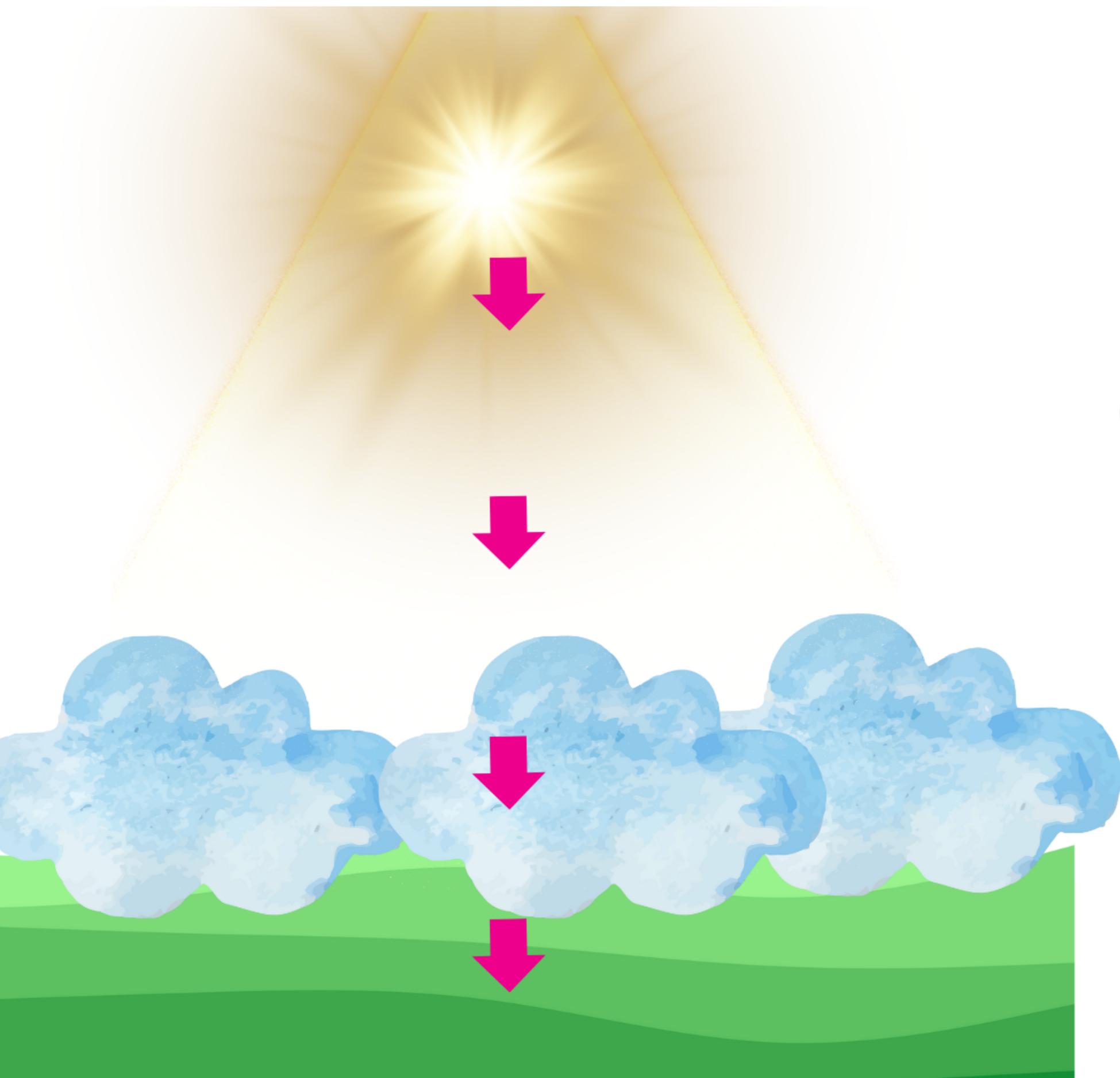
⑤宇宙にはいくつかの層があり、それも抜けて上に飛んでいく



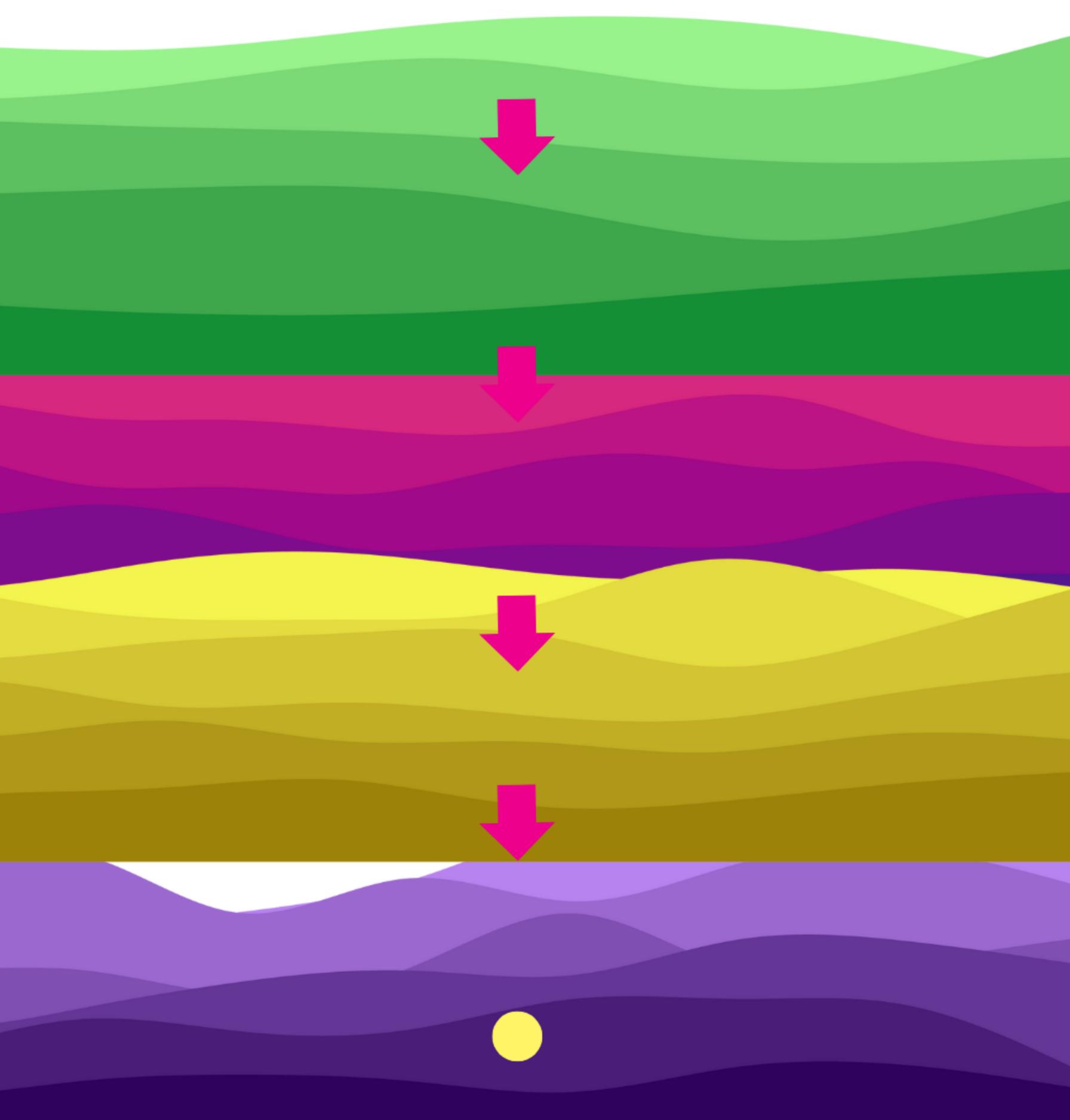
⑥宇宙の一番奥まで
飛んでいく
そこに全ての源
創造主がいます



⑦創造主に
光で浄化を
してもらいましょう

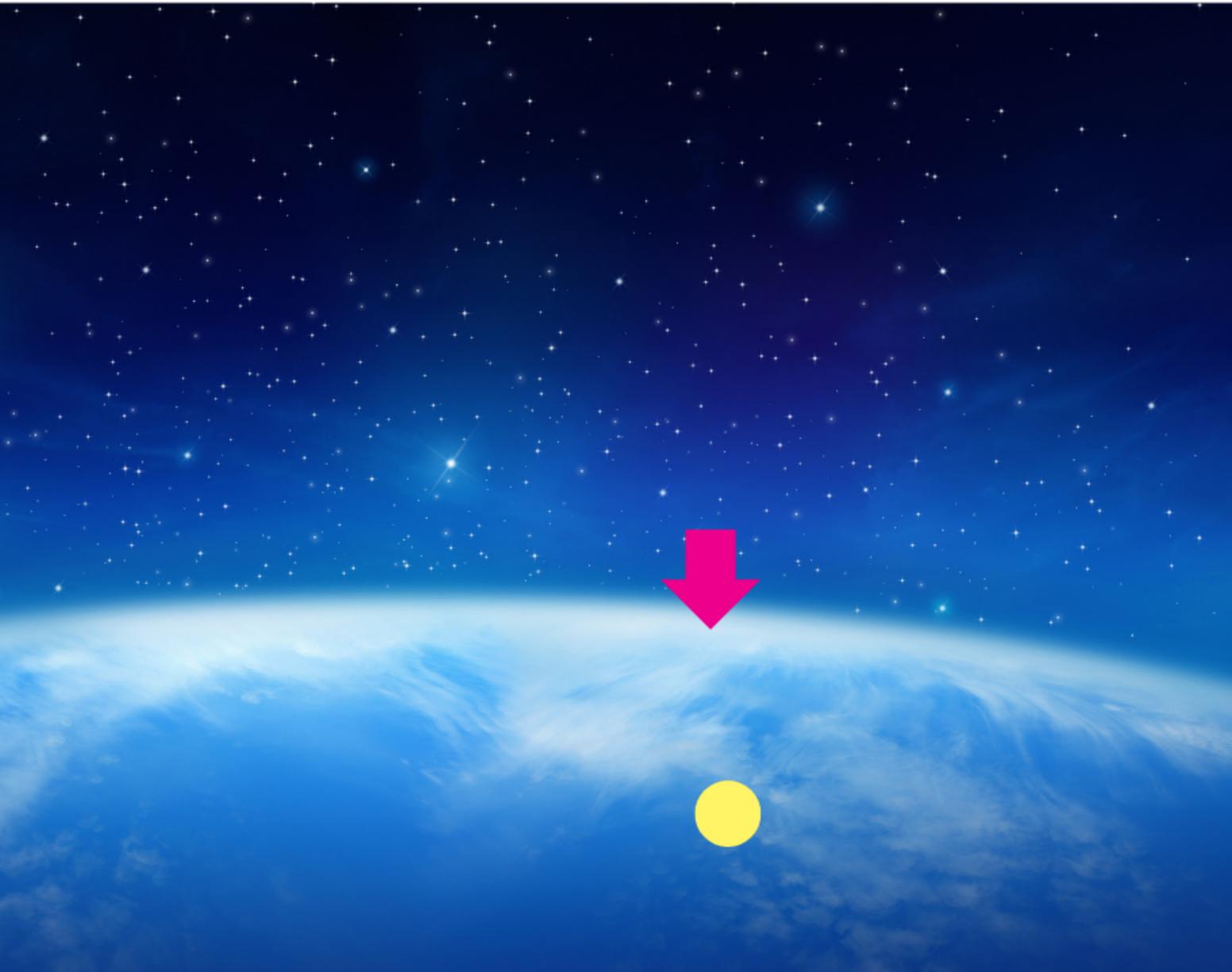


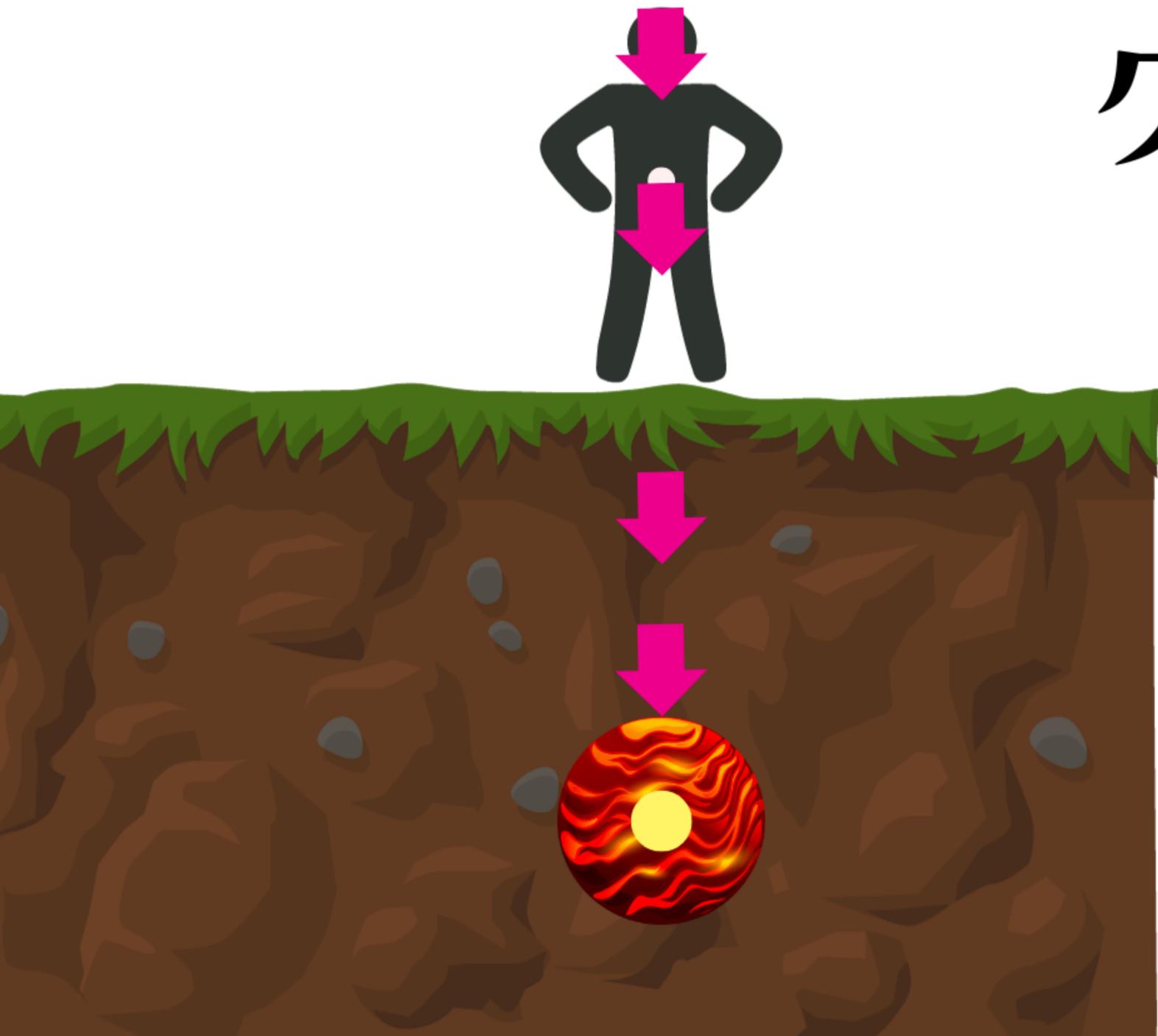
⑧ 浄化が終わったら
今度は
地球に戻ってきます



⑨いくつかの層を
抜けて

10宇宙から地球へ戻り

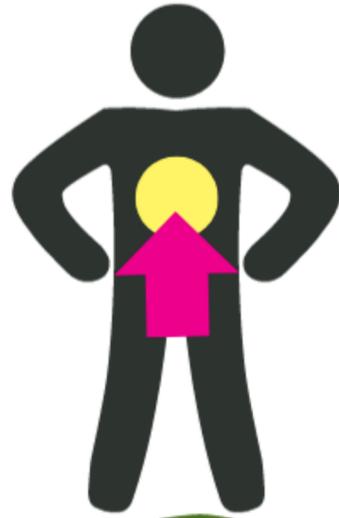




11

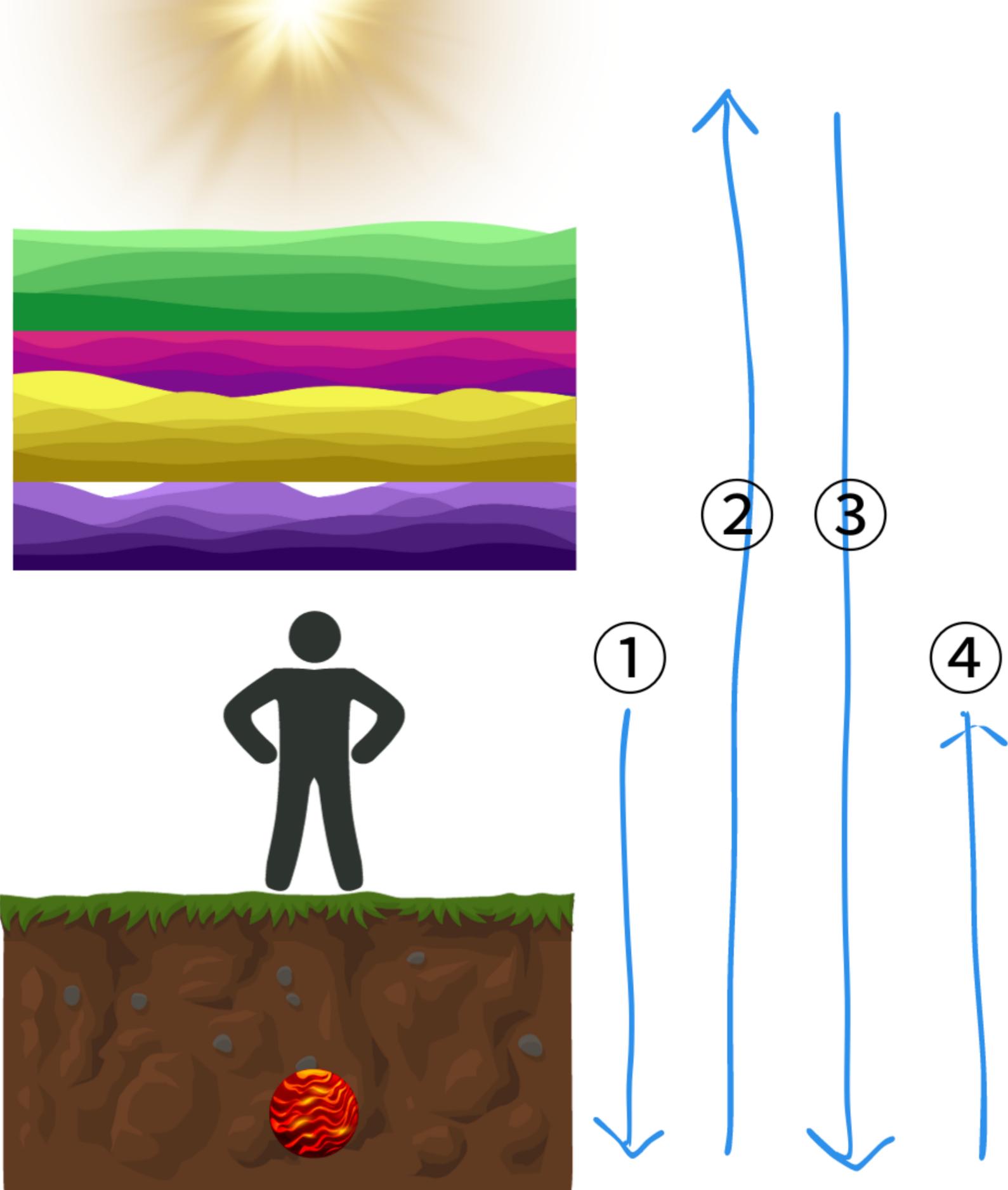
クラウンチャクラから
足元まで下がって
コアまで戻ります

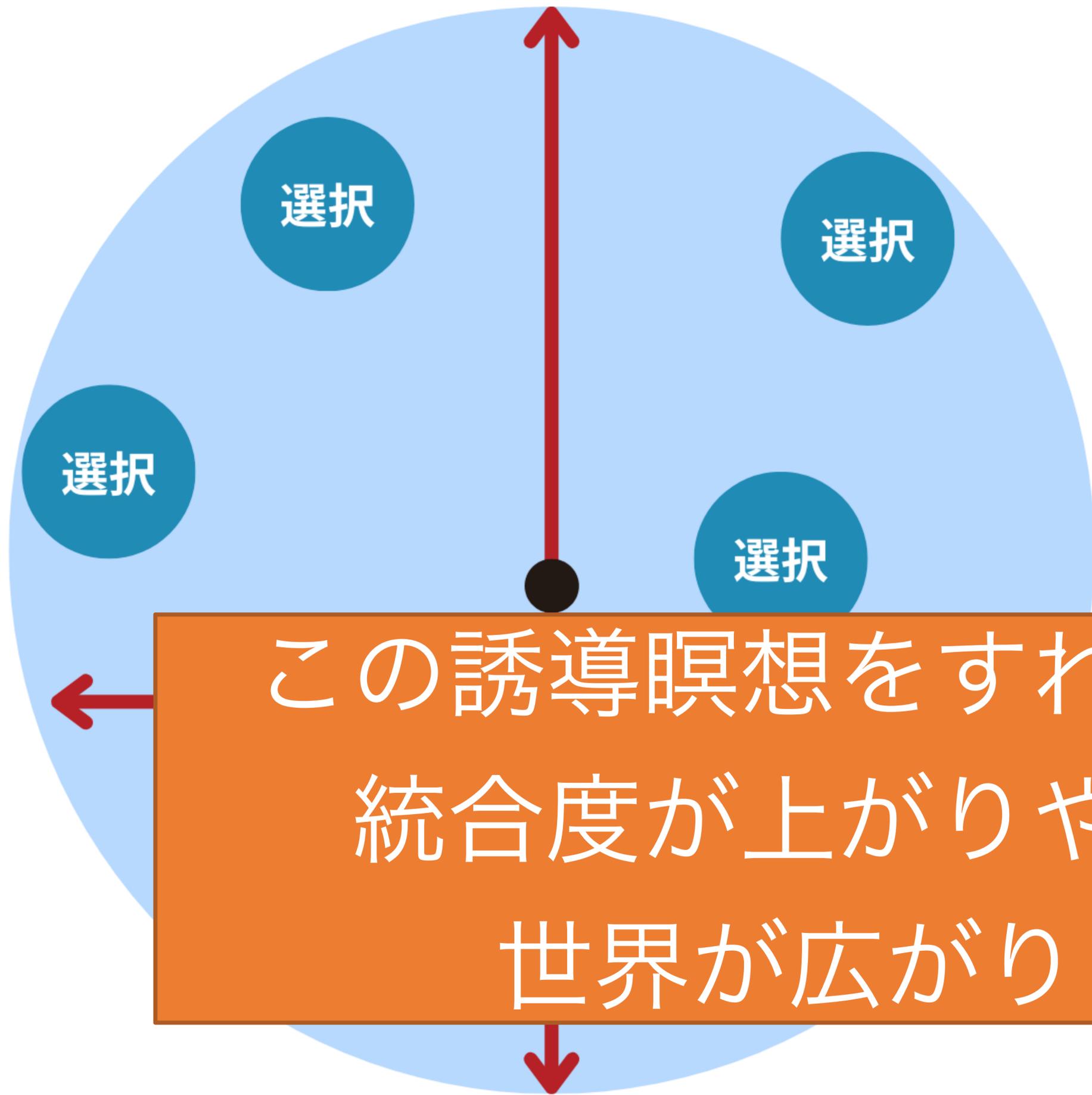
1 2しっっかり繋がったら
魂を自分の体に戻して
終了です



この瞑想の 上下運動により

- * 空間把握能力が上がる
- * theta波になりやすくなる





- 視野が広く
- 視点が高い

認知できる情報が多い



選択肢がたくさんあることに気

この誘導瞑想をすればするほど
統合度が上がりやすくなり
世界が広がります！

選べる

次回！！

最終回！！！！

6回目

魂・覚醒領域にいる
わたしとは？