

ごきげんよう。

こちらのPDFでは本編で話せなかった幾つかの補足を書かせていただきますわ。

■受け取るココロを養う

最初はまずは気合いで無理やりに行うのもアリですわ。

「受け取る」ということに慣れていないあなたには荒療治が少し必要ですからね。
まずは自分自身が宣誓して決意しなければ、受け取る心は決して育れませんわ。

こうした心を養うには以下の流れが一般的です。

1：まずは気合いで強気に念じる。

何度も強く念じることで受け取る癖をつける。

2：慣れてくることにより「それは私にふさわしい」という気持ちへとグレードアップして喜んで受け入れる。

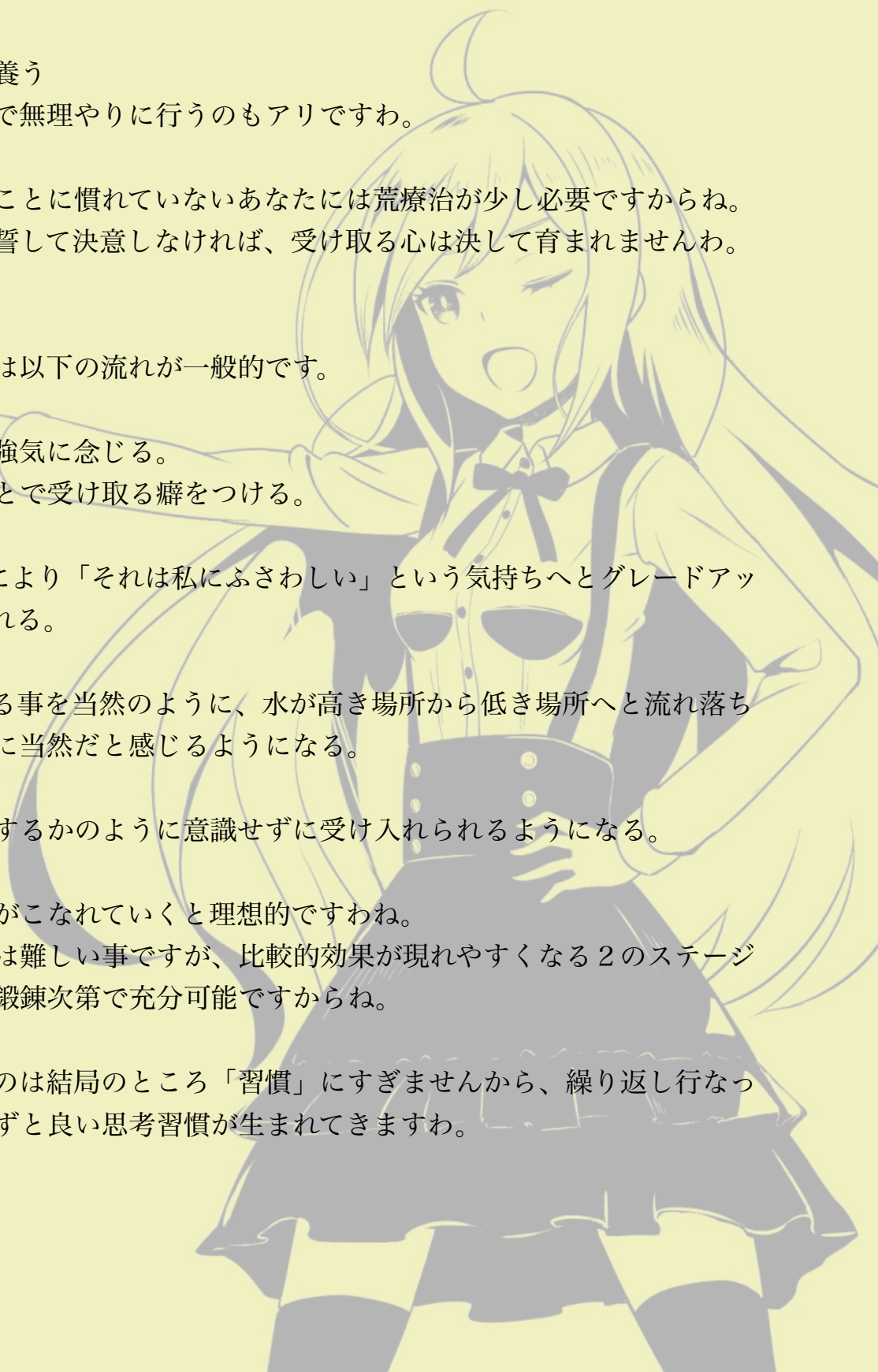
3：それがやってくる事を当然のように、水が高い場所から低い場所へと流れ落ちる自然の摂理のように当然だと感じるようになる。

4：やがては呼吸をするかのように意識せずに受け入れられるようになる。

こんな感じに気持ちがこなれていくと理想的ですわね。

4の境地に達するのは難しい事ですが、比較的効果が現れやすくなる2のステージに達するのは努力や鍛錬次第で充分可能ですからね。

それに…こうしたものは結局のところ「習慣」にすぎませんから、繰り返し行なっていけば誰でもおのずと良い思考習慣が生まれてきますわ。



■イメージが思い描けない

レッスンを受ける人の中には「賞賛する人々」や「お金」「豊かな自分」がほとんど思い描けないと悩む人がいるかもしれません。

これはある意味では重症ですわ。

ベテランの銀行家がお金の流れをイメージ出来ない事はありませんし、陸上の一流選手が自分の行う競技のイメージを持てない…なんてことはありませんわよね？

それと同じで「イメージを持てない」ということは、それすなわち今回のレッスンのような「多くの豊かさ」を受け取ることに完全に慣れていないということになりますわ。

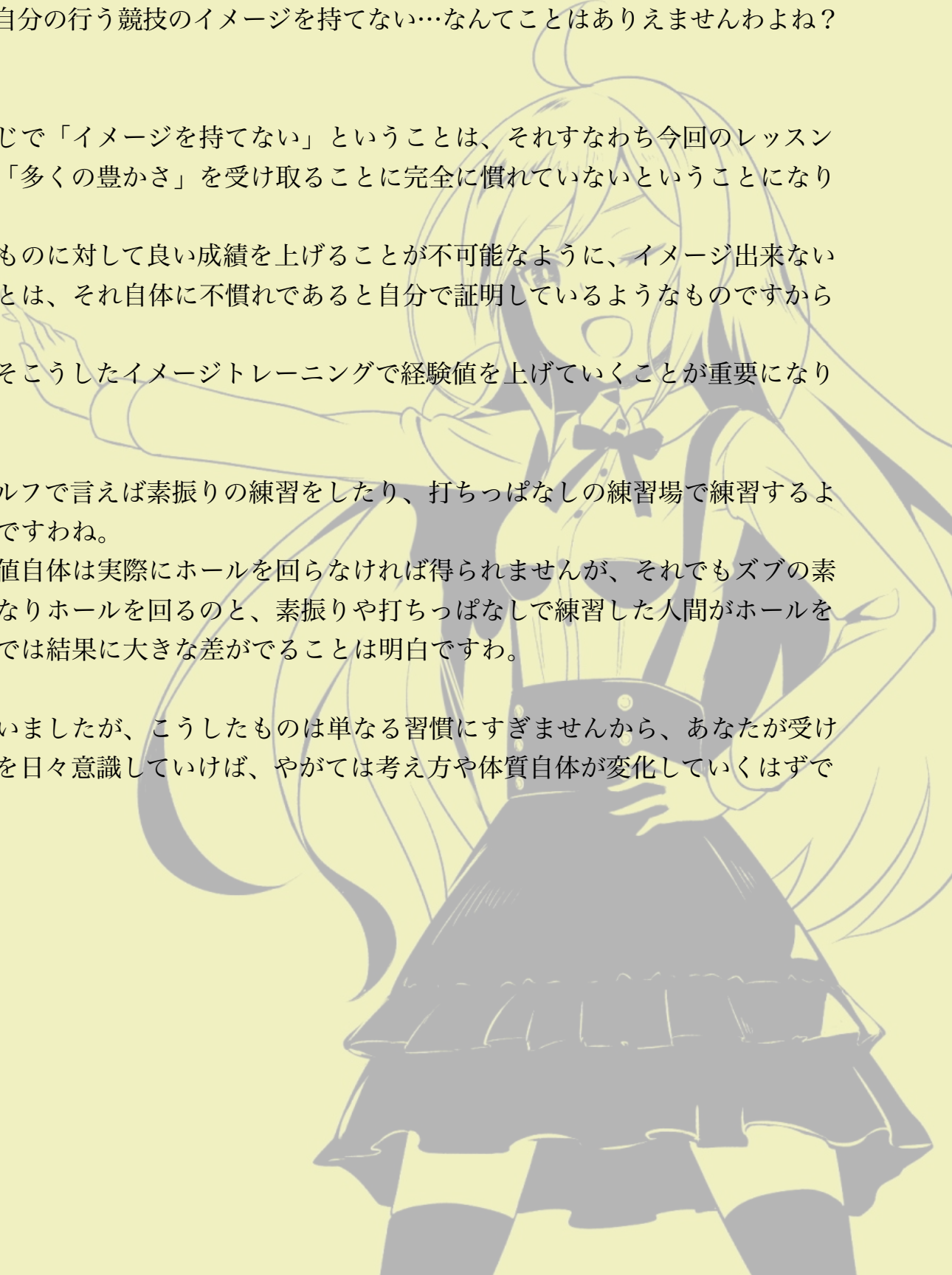
不慣れなものに対して良い成績を上げることが不可能のように、イメージ出来ないということは、それ自体に不慣れであると自分で証明しているようなものですからね。

だからこそうしたイメージトレーニングで経験値を上げていくことが重要になりますわ。

これはゴルフで言えば素振りの練習をしたり、打ちっぱなしの練習場で練習するようなものですわね。

実戦経験値自体は実際にホールを回らなければ得られませんが、それでもズブの素人がいきなりホールを回ると、素振りや打ちっぱなしで練習した人間がホールを回るとでは結果に大きな差がでることは明白ですわ。

先程も言いましたが、こうしたものは単なる習慣にすぎませんから、あなたが受け取ることを日々意識していけば、やがては考え方や体質自体が変化していくはずですよ。



■お金について

お金は今の社会にとっては無くってはならないものであり、これがなければいくら心が清くても野垂れ死にしてしまいます。

それに「清貧であれ」と語る人ですら、その実心の中を覗いてみれば欲しいものがあふれ返っていたり、お金が手に入らない事を言葉でごまかしている人も数多くいます。

こうした「お金を忌避するイメージ」を持つと、実際にお金を遠ざけてしまう可能性が高まってしまいますからね。

これは大いに注意すべき点ですわ。

お金はこの世界だと受け取ることにもっとも抵抗感がある存在の1つですが、現代社会においてこれを受け止めるメンタルを持っていない人は苦勞する可能性が高いです。

だから多少抵抗感があっても親密になっていくようメンタルを変化させていくことが重要ですよ。

ポイントはお金に人格を感じて、それに対してフレンドリーに接すること。

自分の元にきたお金を暖かく迎え入れてあげることですよ。

※生物でも何でもそうですが、自分を嫌う相手の元には行きたくないし、逆に歓迎してくれる人の元には集まりたくなるものですからね。

■物を欲するイメージでお金を受け入れるコツ

お金を受け入れるイメージを持つ事は最も難度の高い内容の1つで、ほとんどの人にとっては無意識的なレベルでタブーを感じています。

そうしたケースでも比較的受け入れやすくするコツがあります。

それは「物」を媒介させることですよ。

イメージのコツは「欲しいお金の分量と同等の物」を思い浮かべて受け取るイメージで行うこと。

例えば100万円レベルの受け取るイメージを養いたければ、それと同様の価値があるモノ…例えば車などを思い浮かべるという感じでイメージすれば、比較的抵抗感無くイメージできて受け取りやすくなりますよ。

ただしこれは、あなた自身が本当に欲しいと思っている物を思い浮かべないと、あまり効果がありませんから、そのあたりは注意ですよ。

-ワンポイントレクチャー-

成功への恐怖

成功というものは強烈なパワーがあり、普通の人ではソレを受け止めることが出来ません。

「何を言っているんだ？ 失敗するよりは成功する方が楽しいし良いに決まっているじゃないか」とあなたは思うかもしれませんが、現実世界では意外にそうではないケースが多発していますの。

そうですわね…。

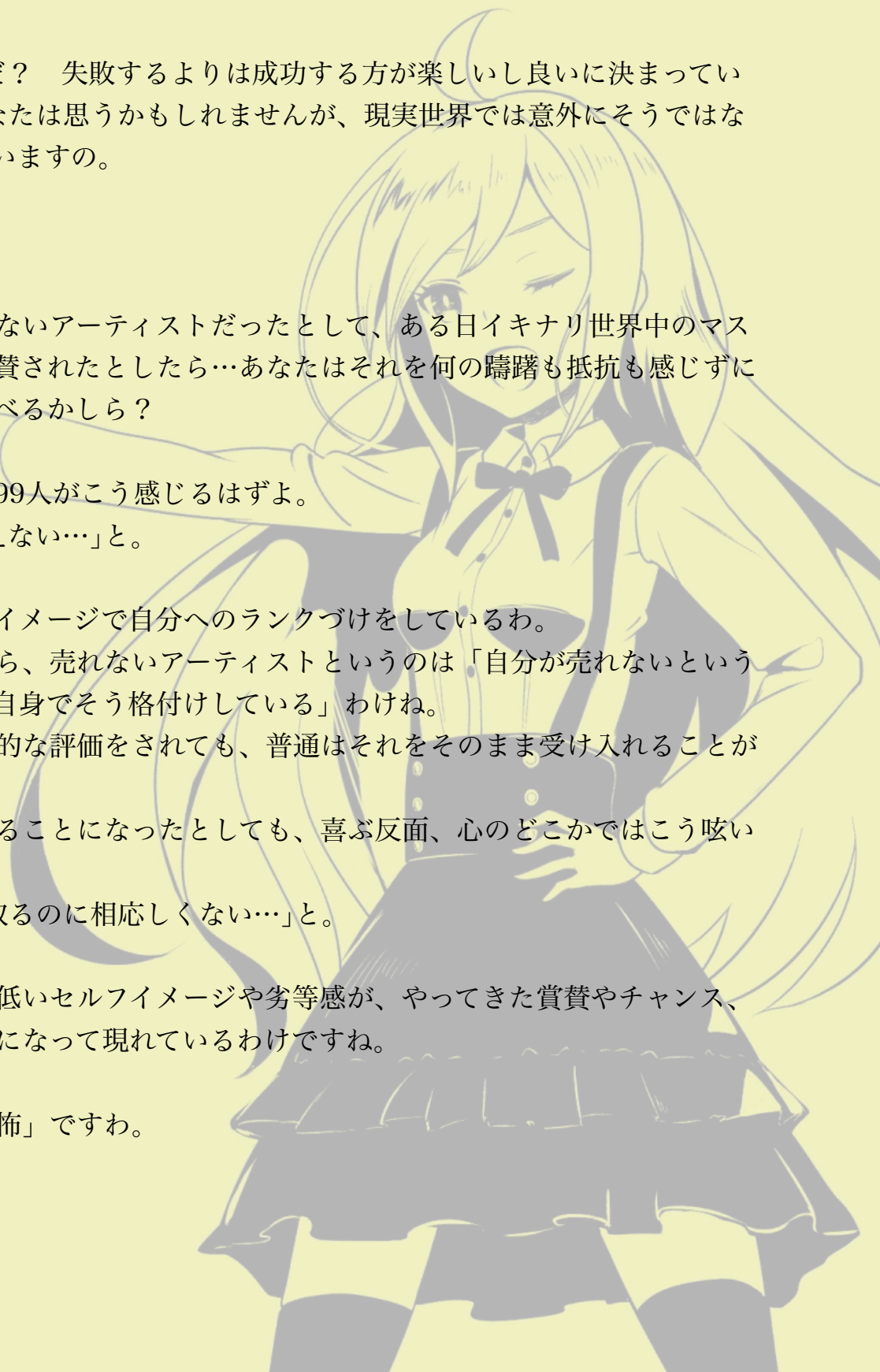
例えばあなたが売れないアーティストだったとして、ある日いきなり世界中のマスコミに注目されて賞賛されたとしたら…あなたはそれを何の躊躇も抵抗も感じずに即座に受け入れて喜べるかしら？

おそらく1000人中999人がこう感じるはずよ。
「そんなことはありえない…」と。

人は無意識にセルフイメージで自分へのランクづけをしているわ。
有り体に表現するなら、売れないアーティストというのは「自分が売れないというのを自覚して、自分自身でそう格付けしている」わけね。
だからいきなり世界的な評価をされても、普通はそれをそのまま受け入れることが出来ません。
莫大な報酬を受け取ることになったとしても、喜ぶ反面、心のどこかではこう呟いていますわ。
「自分はソレを受け取るのに相応しくない…」と。

つまり今まで培った低いセルフイメージや劣等感が、やってきた賞賛やチャンス、豊かさを拒否する心になって現れているわけですね。

これが「成功への恐怖」ですわ。



こうしたマイナスの気持ちが湧くと成功の流れにブレーキがかかることもありますし、下手をすればチャンス自体を潰して元の生活に戻ってしまうケースすらあります。

（だからこそ今回のレッスンのような受け取るトレーニングをする事で、いざ本番が来てもチャンスを逃さない心構えを作り出す事が重要になるわけですね）

「受け取る心構え」を作り出すことは気運や物事の流れも良くします。

「気持ちが後ろ向きで、勝つことに怯えている人」と「前を向いて勝利を受け入れる準備をしている人」

仮に勝利の女神という存在が居たとしたら、おそらくは後者を選ぶんじゃないかしら？

賞賛や成功のパワーに囲まれるということは、滝のような膨大なエネルギーの渦中にいると同じで、慣れない人がいきなりそうした成功エネルギーの渦中に入るとパワーにあてられ自分を見失って豹変したり恐怖を感じて拒否するケースもありますからね。

だからこそトレーニングを積み重ねて事前演習を行い、怯えず驕らず自分を見失わない精神力を持つことは重要になります。

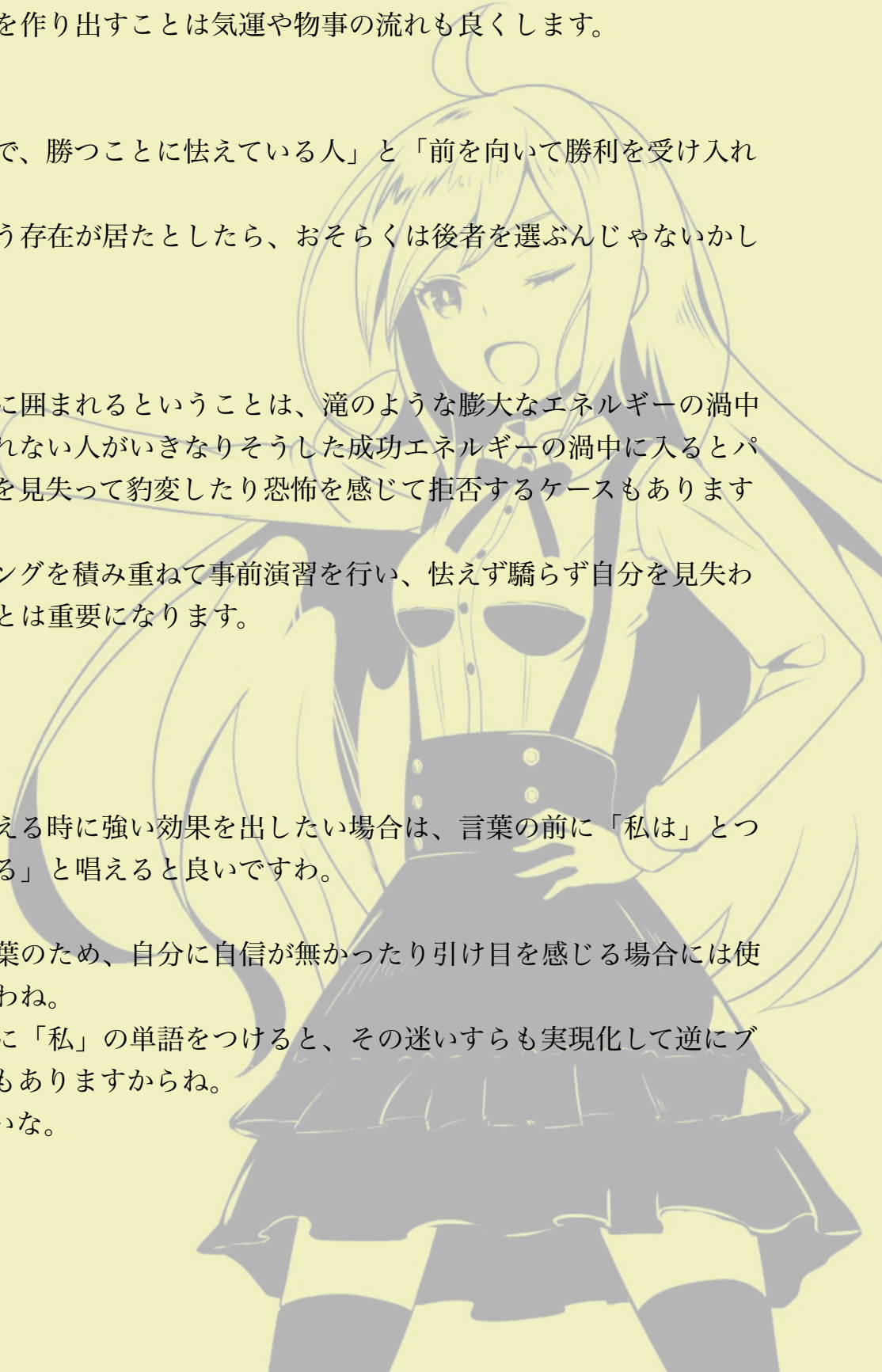
■最後に

「受け入れる」を唱える時に強い効果を出したい場合は、言葉の前に「私は」とつけて「私は受け入れる」と唱えると良いですわ。

ただしこれは強い言葉のため、自分に自信が無かったり引け目を感じる場合には使わない方が無難ですわね。

迷いや疑念がある時に「私」の単語をつけると、その迷いすらも実現化して逆にブレーキになるケースもありますからね。

覚えておいてくださいな。



蛇足ですが今回は初のレッスンということで、おまけ音源（本編のショートバージョン）を付属しておきましたわ。

これは本編の内容を簡潔に行う内容で忙しい時や本編に慣れてきた時にはこちらを使えばスピーディに進められるのでおすすめですわね。

