

心の傷

本講義
小池沙織
天地銀



本題前の 大事な2つのこと！

①安心

②アウトプット

①安心

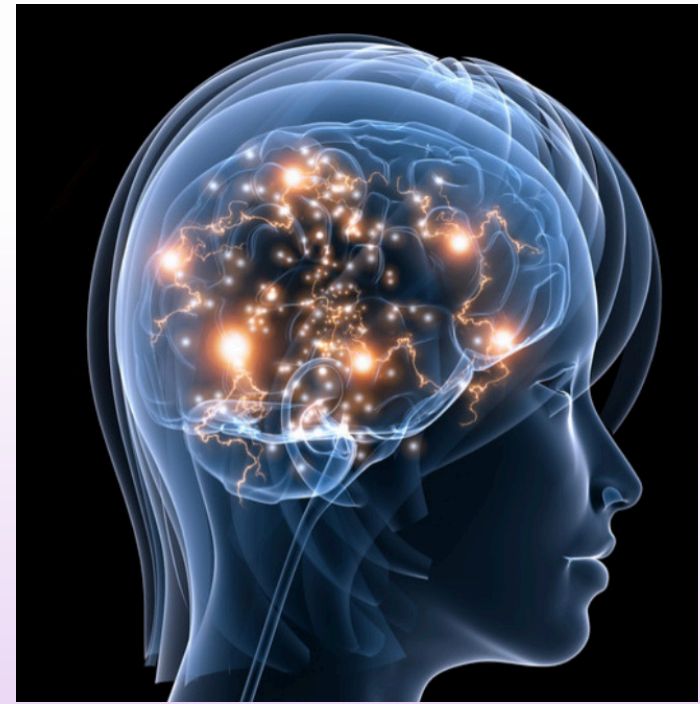


“安心”が最も重要

- 安心できない＝サバイバル脳状態
→他人を避ける、自分を責める、
生まれてきた目的がわからないなど…

安心できない＝いいことがない！！

- 安心できる
＝喜びの人生に近づく



安心すると成果が上がる！

- ・グーグルの研究で1番成果が出るのは“心理的安全性が高い”グループ
 - ・安心すると学習効果も高まる！
 - ・あなたの学びを深めるため
 - ・居心地がいい環境のため
- シャンバラ王国では全員が安心できる関係を築きましょう💖



どうしたら安心できるか？

1. リラックスする
2. 否定しない
3. 自己開示する
4. 敬意を払う



どうしたら安心できるか？

- リラックスする

- 不安と緊張はサバイバル脳の原因
→ あなたの人生の障害となる

講義の間だけでなく、日常にリラックスを取り入れる

- リラックスして講義を聞くと

- 学習効果が高まる
- 心の傷の解放につながる
- 本当の生まれてきた目的に近づく

- リラックスして視聴を！



リラックスするための具体的方法



●MAX瞑想システム™

- ・誰でも確実に深い瞑想状態になれる
- ・深いリラックスは傷ついた神経細胞を修復する
- ・”いらないもの“を手放して、スペースを作り
真の理解やひらめきが起きる

- ・対面の瞑想会が良い（エネルギーを受け取る）

- ・YouTubeに動画があり、それを聞くだけでも違う

確実にリラックスする唯一の方法



どうしたら安心できるか？

- **自己開示する**
- 知らない人に安心感を感じるのは難しい
- 自分のことを話すと、脳が活性化し、記憶に定着し、安心感を感じ、コンサルが深く入り、応援してもらえる！
- **良いことも、悪いことも、恥ずかしいこともぶっちゃければぶっちゃけるほど良い効果が！！**
- **王国内に否定してくる人はいない！**
- **積極的にぶっちゃけて自己開示しよう**



どうしたら安心できるか？



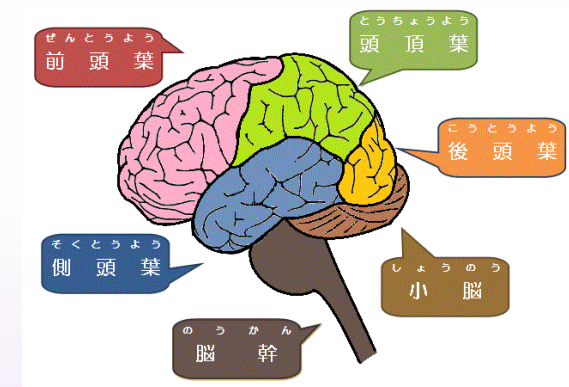
助け合う

- 皆さんの困りごとに、我々講師が一生懸命向き合ってお手伝いします！
- 生徒間も同じように困っている人がいたら声をかけたり、自分ができる範囲、喜びの範囲内でお互いに助け合いましょう
- 逆に自分が困っていたら、ヘルプを求めてみましょう！（我々講師含む）

②アウトプット



アウトプットで記憶に残る



- 最初に情報は**短期記憶の“海馬”**に仮保存
→ 2週間で忘れてしまう
- 長期記憶するには何度も使い
“側頭葉”に入れる
→ アウトプットすれば長期記憶される

理解するまで図解

①

学習する

(短期記憶する)



②

アウトプットする

(書く、話す、行動する)

記憶される

(長期記憶・知っている)



③

理解する

(腑に落ちる)



④

使いこなす

- ・ 記憶ではなく理解していこう
- ・ 知っているだけではなく使いこなしていこう

アウトプットのコツ



- **話す内容はぶっちゃけ関係ない**
 - ・話す内容よりも“話すという行為”が脳にとって良い
 - ・素晴らしい内容を話す必要はないので、
「アウトプット」をしよう！
- **自分の話がいい**
 - ・アメリカの研究「自分の話をする则脳が活性化する」
 - ・苦手な星座（さそり、てんびんなど）もありますが
安心して、できる範囲で自己開示をしよう

敬意を払う

- お互いに敬意を払うから
安心できる関係性が成り立つ
- 敬意があると、かける言葉や態度が変わる
- 感情が崩れた時も、ひどい態度を取りにくくなる
- シャンバラ王国内の全員に敬意を持とう！
→ 自分の生活でも取り組もう



常に意識する2つのこと

1 行動のハードルを下げる！

2 全ての方法を試す！

- 考えている、思っているだけでは“何もない”のと一緒に
- 何もやらないより少しでもいいから行動する
- どうやったらできるか考える
- できることを10個書き出しできることから挑戦する
- やっていくうちにアイデアが湧いてくる
- 諦めなければ何かが起きる！



講義後の過ごし方



“聞いているだけ”では理解できない

- ・ シャンバラ王国での情報は聞いたことや考えたことがない内容が多く、情報量も多い

→ 聞いているだけでは 100%理解できず忘れる

- ・ 「いい話を聞いてよかった」で終わってはだめ！！

- ・ 自分の中に落とし込み、理解し、

真の喜びある人生を実現し、お客様やご家族と一緒に
喜びの人生を生きてもらうことが目的

アウトプットの種類

1. 個人的なアウトプット
2. 共有のアウトプット
3. 外部へのアウトプット
4. アサイメント

- ・ アウトプットは4種類
- ・ 内容は変わらないが、どの対象に向けて行うかで効果が変わってくる



アサイメント（課題）



- **本講義の最後にアサイメント（課題）あり（超重要）**
- アサイメントにより講師は皆さんの講義の理解度を把握し、同期生同士も安心感と新たな価値観を理解できる
- **アサイメントを提出している受講生は講義の理解も早く人生が大きく変化している傾向にある**
- 講義の視聴で手一杯かもしれないが、ハードルを下げてやれる範囲でアサイメントも取り組んでみよう！
- 「全部できてからでないと出せない」とよく聞くが**何もないよりは1行でもいいから、とにかく出そう**（後から編集可能）

基本の復習



生きることにについて

本講義
小池沙織
天地銀

©GLAMMUSE

1

“覚醒”の定義

- ①自らの喜びを見出し
他者にもたらすこと
- ②物事を形而上学的に考え
判断できること
- ③波動が上昇していること
- ④自分の人生の設計図を理解し
取り組んでいること



シャンバラ王国の

「シャンバラ」って？

シャンバラとは

- ・理想郷
- ・安らぎの場所
- ・聖なる王国
- ・地上の楽園



【シャンバラを考えるヒント】

人類が進化するべき方向のこと
地球に生きる誰もが

- ・誰も選択の自由を奪わない
- ・誰にも危害を加えない
- ・生まれて来た目的を理解している
- ・自分の喜びを見出し他者にもたらず
- ・形而上学的に考えられる
- ・波動が上昇している
- ・毎日豊かで安心できる



シャンバラ王国では
【シャンバラ】について
考え、話し、体感してください

真ん中はない！



あなたは周りの人を
天国に導きますか
地獄に連れていきますか
現状維持、変化がない
は地獄
善いか、それ以外か



自分の行動の影響を知る



- あなたが本当に自分と他者に敬意を払い
生まれる前に決めてきた人生の設計図に挑戦し努力する姿は
必ず人にいい方向の影響を与えます
- 自分を嫌い、自分を満たさず
自分にも他者にも敬意を払わずに
自分の可能性を否定し、ありきたりな人生を歩んでいたら
そういうあなたを見た人も同じことをするかもしれません
- 常に自分の行動が世界にどのような影響を与えるか考え
自分も大切な人にも最もいい選択をしましょう

形而上学とは何か



- 形而上学（けいじじょうがく）
 - 目に見えない領域を取り扱う哲学の一種
 - あなたが信じなくとも存在している法則のこと
 - 重力と同じように、原理を理解すれば
使いこなすこともできる

例：重力は信じていなくても、理解できなくても、
否定しても作用する物理法則

本当の“人間の世界観”とは何か？

本当の自分 (永遠&ギャラクティック)

働いている時間
(約30年)

肉体を持った人生
(約100年)

“本当の人間の世界観”とは何か？

- 本当の人間とは

生まれたこともなければ

死ぬこともなく

遥か遠い宇宙からやってきた

永遠の存在

が本体で本質であるということ

I am God

私たち人間は皆無限の可能性を持ち
肉体という入れ物に入った神
永遠の存在が肉体という入れ物に入って
地球を経験している

= I am GOD

(この真実は限られた者にしか明かされてこなかった)

完全なる神が人間を体験しに地球にきている状態

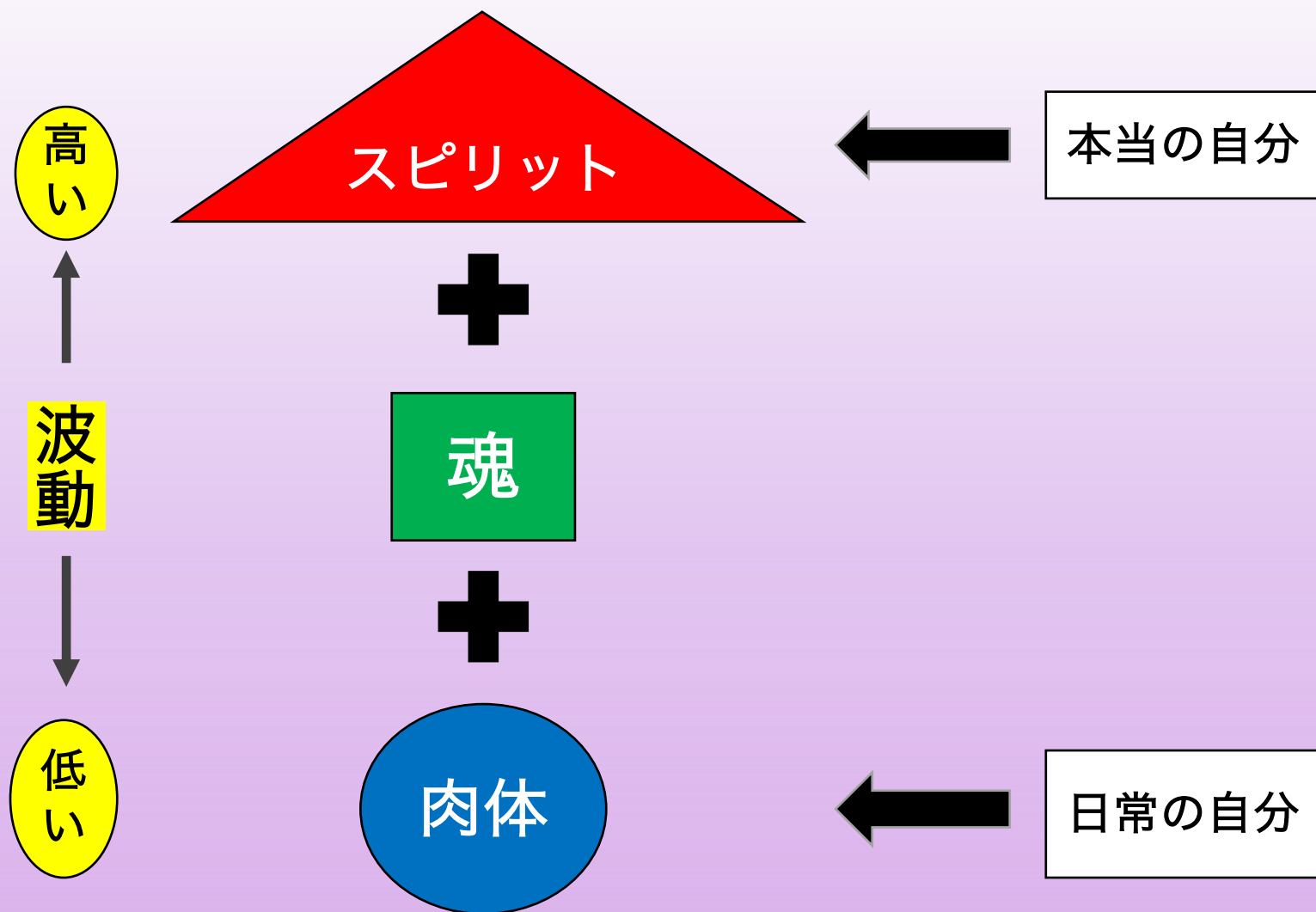
I am God



- “「本当の自分は神である」
素晴らしい存在なのだという前提”
で人生を生きていくことが
「神として生きる = I am God」
- 形而上学と波動上昇の実践で
本当の喜びある人生を生きられる
- 神 = ロイヤル (高貴) = 妥協しない
- 奴隷 = 一般人 = そこそこでいい

人間の構造

本当の人間は3層構造
肉体は滅ぶがスピリットは死なない



シャンバラ王国とMMS全体関係図

お金の不安

子育て

自己卑下

仕事の悩み

パートナーの悩み

将来の不安

~~これらの問題の解決＝本当の幸せ~~

本当にやりたいことを見つける（形而上学）

重要なこと

波動上昇

正しい知識

MMS流れ

- ・ DNAA
- ・ フルスピ
- ・ アデプト
- ・ ヒーラー1ガイド

シャンバラ王国

（お手伝い、詳細説明
きっかけ、現状把握など）

モダンミステリースクール

（形而上学と波動上昇はここでしか学べない）

JOY & DREAM BIG

スピリットの計画の達成

神

@GLAMMUSE

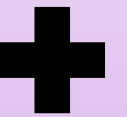
高い

スピリット



波動

魂



低い

肉体

どのように神として生きる
(覚醒する) のか？

形而上学と波動上昇によって
自らの喜びを見出し
他者に奉仕し続けること

人生を本当の意味で変えていくには
形而上学の実践とヒーリングが必要

守るべき“たった2つ”の宇宙のルール

- 宇宙で誰もが絶対にやってはいけないこと

- 1, 他者に危害を加えない

- 2, 選択の自由を奪わない
(コントロールしない)

これ以外はなんでもしていい

自分を満たす順番



- **宇宙の法則の順番**

- ① 自分の喜びを見出す（カップを満たす）
- ② 溢れたもので他者に喜びをもたらす

→ 順番を変えてもダメ

- 最初に自分を満たすこと

→ 相手から満たそうとしても、相手は本当の意味では満たされない（見返りを求める、疲弊する）

- これは自己中ではない

自分が満たされると自然と相手も満たしたくなる

本当の喜び実現のための具体的方法



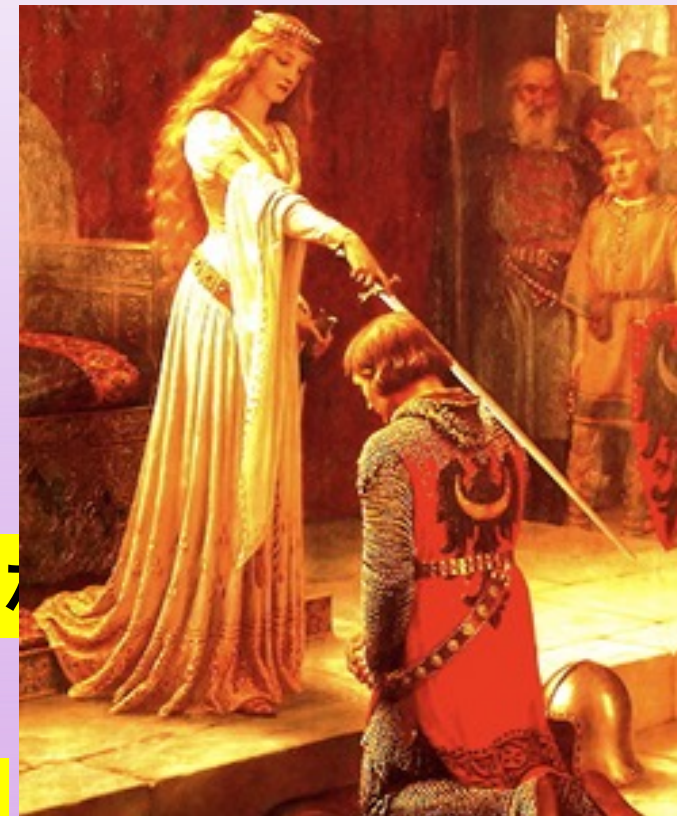
• DNA アクティベーション

- 自分が生まれる前に決めてきた人生の設計図は自分のDNAの中にある
- それにスイッチを入れ、引き出していく施術
- 自分のスピリットに繋がりを直す
- 形而上学が頭に入りやすくなる
- オーラやマグネティックなどの領域に作用していく
- 毎月受けることがおすすめ（我々も受けてる）
- 多くの受講生も受けて人生激変！

本当の喜びを実現するための具体的方法

● アデプトプログラム

- ・ 一生に一回絶対必須！
 - ・ 人生に一度の魂の誕生日
 - ・ “自分の人生に喜びを見出すこと”
を引き出す特別なイニシエーション
 - ・ スピリットガイドが強力になる
 - ・ プロテクションの具体的方法を学ぶ
 - ・ 光のパワーが10倍になる
- 仕事や家事での余計な疲れにやられにくくなる
- ・ 肉体の5感が本当の意味で開く
 - ・ 多くの受講生・卒業生も受けて人生激変！



本当の喜びを実現するための具体的方法

• エンソフィックレイヒーリング (3回セッション)

- ・ 臼井甕男（うすいみかお）氏が創設した世界で最もポピュラーなヒーリング（海外では保険適用）

- ・ **脳の石灰化・サバイバル脳を解除する**

- ・ オーラの領域にもエネルギーを入れることで
肉体の不調も改善する

- ・ スピリットが本当にやりたいことに方向に進む

• 受講生も人生激変者続出中！！！！



心の傷

本講義
小池沙織
天地銀



心の傷の講義をやるのはなぜか？

- 本来の理想の世界は
 - ・ 自分は神（スピリット）である
 - ・ 波動上昇（ヒーリング）
 - ・ 形而上学
 - ・ コミュニケーションスキル など
- これらを知れば

「神として喜びの人生を生きられる世界」が理想



今までの生徒さんの話

- ・ 実際今まで生徒さんを見てきて

「今起きている問題と過去の問題は関係ない」

と思っている人が多い

- ・ しかし話をよく聞いていると

原因は幼少時代まで遡ることがあり

そこを癒すと人生に

大きな変化が起こる場合が多い





心にあるフィルター

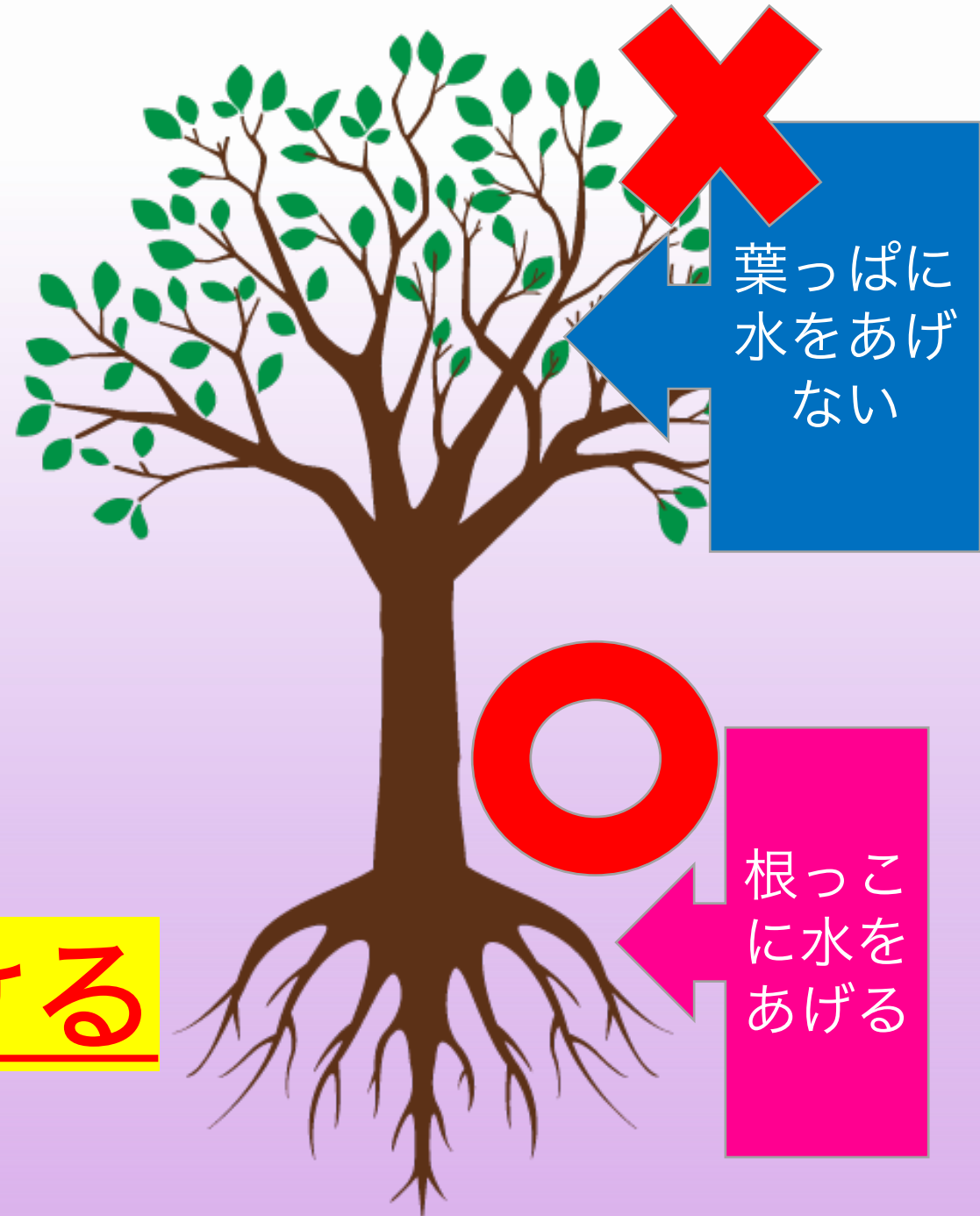
“見る場所”を間違えない

“問題の根っこ”

を解決しないと

**“枝葉である
現在の問題”**

は**形を変えて起き続ける**



傷についての知識

•心の傷を知るメリット

- 心の傷について知ると「自分だけが辛い」という被害者意識が減る
- 相手も同じだと思えると相手を敬い（うやまい）慰る（いたわる）ことに繋がる
- 家族やお客様など周りの人に必要な言葉をかけられ、揉め事が減る

課題のありか

過去が原因かも

- ・ 自分の性質とは関係のないショックな出来事が現在の問題の原因である場合もある

自分の性質の理解

- ・ 自分の性質を理解した上でさらに問題の原因を深掘し向き合う
 - ・ 本当の自分の性質（ホロスコープ含む）
 - ・ この世の罫
 - ・ 正しいスケール



を理解しても心の傷を癒さないと先に進みにくい

あなたも必ず傷ついてる

- **1回も傷つかない人はいない**
- 幼少期からの成長の過程で
 - 思った通りにならない
 - 我慢する
 - 怖い、恥ずかしい思いをする
- などがあ
- **その経験が今に影響している**
- **それが「分かりやすいかどうか」という問題**



生まれる前から傷ついている



- MMSでは

「傷ついていない人はいない」と言われる

→人間は誰しもが

“生まれてくる前（スピリットの時）から”

心に傷を負っており自覚しているかどうかに関わらずそれを抱えたまま生きている

- つまり、**ヒーリングが必要ない人はいない**



癒しが必要な人は誰か？

Who needs healing?

あなたにも今
癒し
が必要

ミステリースクール創始者
グッドニー氏

DNAアクティベーション
エンソフィックレイ
は心の傷にも作用する



正確に言えば99.9999%以上の人に「癒し」が必要です。

“切り替え”と“フタをすること”の違い

- 「心の傷は乗り越えた」
「今は問題を感じない」
という人がいる



- **蓋をしない**
 - ひどく辛い経験は脳が忘れよう (=フタ) とする
 - もしくは理屈で乗り越えようとする
 - 忘れても無視しても心の傷は癒えることはない
- **どうしたらいいか**
 - 本当の自分 (神の自分) を認め、受け入れる

神を受け入れるとは

自分を神だと受け入れられれば
「〇歳だからできない」
「〇〇だからできない」
とは言っていられなくなる



- どんな状況でも自分の生まれてくる前に決めてきた目的を進めずにはいられなくなる
- 自分が使命の理解が進み、自分が神であることを受け入れていくと傷ついても前に進める・前向きになれるようになっていく

心の傷は早めに乗れ越えよう

- 心の傷を自覚していない人生
 - 心の傷のドラマすぎる人生
- どちらも違う

- 心の傷は無視して忘れても
 - 浸りすぎても
- だめ！

- 正しく対処することで乗り越え本当の自分の人生に到達することができるようになる
- 早めに乗れ越えよう！

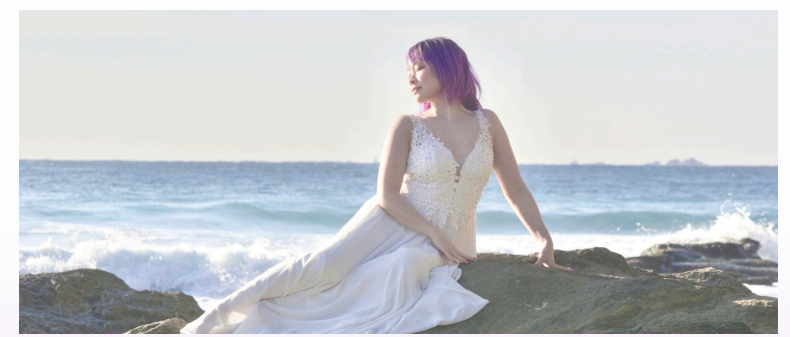


あるべき姿の話



- 沙織はずっと漠然と「人を救いたい」と思っていた
- しかし「なんのために人を救うのか？」が疑問だった
- 外宇宙の存在シャクティのチャネリングを受けて
本来の人間のあるべき状態は
 - ・ **自分が宇宙の存在である自覚する（知識と波動の状態が高い）**
 - ・ **自分の生き方が宇宙の発展に影響していると自覚する**ということを知った
- 外宇宙の存在とコミュニケーションをとり、
知識やエネルギーなどを与えたり、もらったりする
→ **これが本来の人間のあるべき姿**

人を救うとは？



- 現状は本来の姿から人類の状態が遠くかけ離れている
- それを元に戻す必要があり、それが「人を救う」だと知った
- 「傷ついた女性を救う」から発展し
「人類の意識の向上」をしていきたいと思うようになった
 - 心の傷を癒すことが1番大事なのではない
 - 「自分は宇宙の存在で、偉大なる神であると理解しながら生きていく」人を増やすことが必要
 - この状態が本来あるべきあなたの姿
 - 今あなたがこれとかけ離れているなら、元に戻る必要がある

本来の人間の状態リスト

○本来の人間の状態でない人例一覧

- ・死んだら人生は終わり
- ・宇宙人はいない
- ・自分の喜びがなにかわからない
- ・ルーティーンをこなすことに命の時間を使っている
- ・自分の人生やエネルギーと他人の人生と世界と宇宙が関係ないと思っている
- ・必要ならば人を殺してもいいと思っている
- ・自分の社会的な役割に縛られている
- ・人間関係に上下があると思っている
- ・子供や家族をコントロールしていいと思っている
- ・失敗を恐れて行動できない
- ・感情をコントロールできない
- ・間違った男女の概念を持っている
- ・自分が自分の人生の脇役になっている
- ・他人の話ばかりしている
- ・過去に執着している
- ・我慢して乗り越えたら幸せになれる
- ・エネルギーやヒーリングの知識がない
- ・目に見えないものは信じられない
- ・お金があれば幸せになれる

○本来の人間の状態の人例一覧

- ・自分の本質は永遠だと理解して今日と生きる
- ・宇宙人とコミュニケーションをとって共に生きている
- ・自分の喜びを見出し、溢れたもので他人に奉仕している
- ・人生の設計図を達成するために生きている
- ・自分の行動が周りの人と世界と宇宙に影響を与えることを理解し、いい影響を与えようとしている
- ・どんな状況でも危害を加えない、選択の自由を奪わない
- ・自分だけにしかできないことを行なっている
- ・人間（スピリット）には階級はないと理解できている
- ・「スピリットの経験のために活動している」という前提を理解してチャレンジできている
- ・感情をコントロールできている
- ・正しい男女の概念を理解している
- ・全員に人生の設計図があり脇役は1人もいない
- ・「自分がどうしたいか」に集中している
- ・過去の経験を活かし、今を生きている
- ・ヒーリングの必要性を理解し、使いこなしている
- ・本当の幸せを理解し、実現している

心の傷の物語に浸っている時間はない

- 本当のゴールは心の傷を乗り越えた先にある
”神としてのあなたの究極に満たされる人生“
- それを実現するために
心の傷を乗り越えることを早く済ませましょう！



人間には無限の可能性がある

- 人間は自分の“想定外のこと”が起きると心が傷ついてしまうことが多い
- 本当に“なんでも起こる”という幅の広さを自分に持てること
「あれはありえない」
「こんなことはおかしい」
という場面に直面した時に
「これも起こりうるんだ」という心づもりでいられると
“不測の自体”に対応することができるようになる



無限とギャラクティックの関係

- 無限の可能性を理解するには
”今の自分“という小さな枠を超え
自分の器を大きくするために
宇宙のエネルギーを取り入れることが必要
→どんな事態・状況にも打たれ強くなっていく
→全てだめになってもやり直す気持ちを持てる
- 結果に執着することをやめられる（大変だが）



波動の低い“人間意識”



- “承認欲求”や“執着”は「人間意識」的
 - 人間意識から感じる心の傷は進化成長を阻む
 - いつまでも小さい世界観から抜け出せない
 - 心の傷を保持し続けるといつまでも人生が進まない
- 傷から解放されるには
永遠性と共に“ギャラクティック”なエネルギーを取り入れ「本来の自分」に戻ることが一番楽で早く、強力
- 人間意識→銀河意識

人間の意識→銀河意識へ



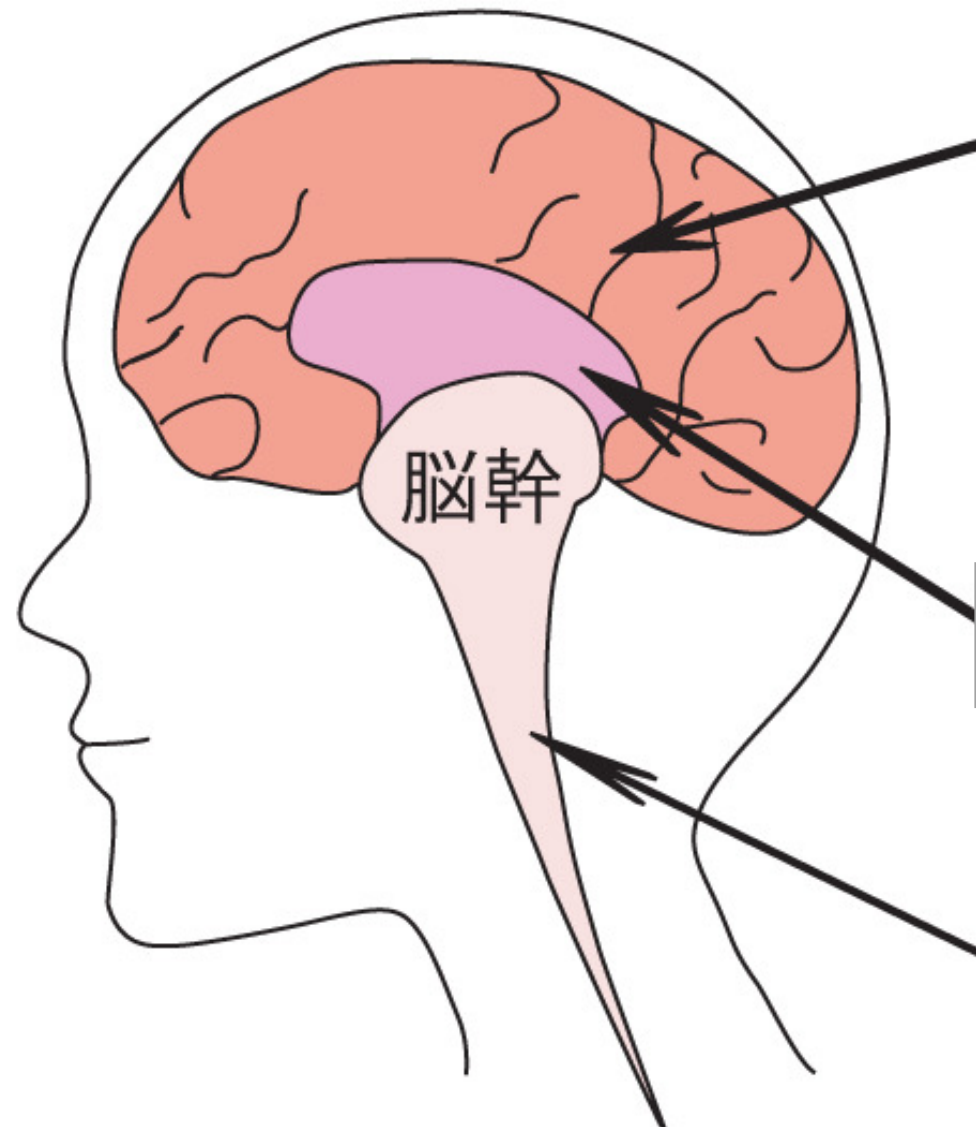
- 今は時代や地球のエネルギーが変化している
- MMSのギャラクティックなクラスを受けながら心の傷と向き合くと、進化成長が早くおすすめ
- おすすめクラス
 - ギャラクティックアクティベーション 1、 2、 3
 - ニューテクノロジーシステムヒーリング
 - フルスピリットアクティベーション

脳と魂と宇宙の話



- 大脳旧皮質とは動物脳とも呼ばれ、生存欲求（食欲、性欲など）や本能的活動に関わる部位を指す
- 現代の科学では動物的・本能的な分野と言われているが形而上学的にはこの領域（や間脳：脳下垂体、松果体）は人間の魂やエネルギーボディと繋がっており、活性化することでサイキック能力や宇宙との繋がり、愛情、思いやりなどが発達することがわかっている
- この領域を活性化することで、魂やエネルギーボディ、または宇宙との繋がり領域に変化をもたらし、自己と神経系・肉体につながる感覚を強化することで魂にイキイキとした感覚を覚醒させることができる
- 自己の神性や自己価値に調和をもたらし真の喜びの感覚を満たすことができるようになる

大脳旧皮質の覚醒



大脳新皮質

言語・理論などの身体の外側の
情報を処理する働き
ストレスを受けるのは大脳新皮
質となります。

大脳旧皮質

喜怒哀楽や食欲・睡眠欲などの
身体の情報を処理する働き

自律神経

←フルスピで活性化

つまり フルスピットアクティベーション もおすすめ！

フルスピ施術条件：DNAAを一回以上施術済



サバイバル脳の仕組み



- 脳はストレスを感じると**理性**（大脳新皮質）ではなく**本能**（脳幹）が優位になる
- すると脳は“**サバイバルモード**”になり
そのような**ストレス状態を強く記憶し**
同じような状況にならないように
回避行動をしようとする
- 「**喜びや心地のいい状態**」よりも
「**辛いこと、苦しいこと**」の方が
記憶に強く残りやすいということ

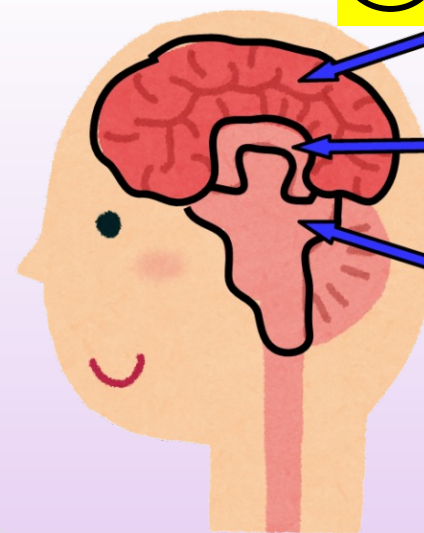
サバイバル脳ができるまで図解

①



脳にストレス・緊張がかかる

②



人間脳
(三層目)

哺乳類脳
(二層目)

爬虫類脳
(一層目)

弱

強

理性ではなく本能が活発化 (サバイバル脳)

③

苦しむ

- ・ 左脳優位、右脳優位
 - ・ 他人を責める
 - ・ 自分を責める
 - ・ 辛い状況に居続ける
- etc...



トラウマの正体



- **トラウマとは**
「危険な目にあった時の強い恐怖や無力感を伴う体験のこと」
- **脳はトラウマを経験すると本人の意思や意図に関係なく“似た状況”を避け、身を守ることを最優先する機能が働く**
- **医学的トラウマ診断では「命の危機や重症」が基準**
- **“トラウマ”レベルでなくても、辛い経験や嫌な思いをすると脳ではトラウマと同じ危険回避機能が働く**

トラウマ様の経験例

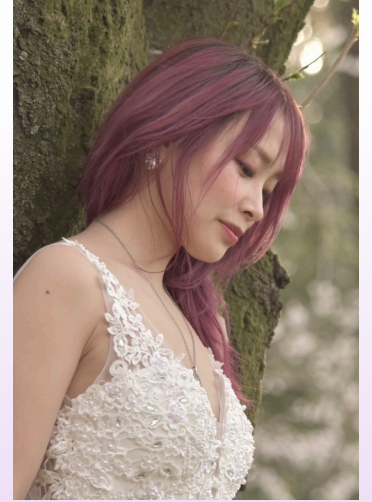
- 例：学校で発表して叱られる
例：みんなの前で恥ずかしい思いをする
→ 発表や挑戦を避ける
- 例：職場で毎日叱られる
→ 上司や仕事自体を避ける
→ 叱られる前に相手を威圧する
- 例：重大ではない交通事故の経験
→ 自分の運転やその乗り物を避ける
- これらはトラウマ診断されないが脳内ではトラウマと同じ「危険学習→回避」という仕組みが構築されている



トラウマを抱えた脳の働き

- トラウマ時の具体的脳の働き

- ・ 扁桃体：危険を過剰に検知する
- ・ 前頭前野：抑制・判断が効きにくくなる
- ・ 海馬：状況の文脈把握が弱まる



- その結果

脳が「危険かも」と察知した瞬間、即座に過剰反応が起きる

- 危険察知時の脳の反応のパターン

- ・ 戦う：過剰に相手を非難したり攻撃して防御する
- ・ 逃げる：危険な場面を避ける
- ・ 固まる：反応しないことでやり過ごす
- ・ 迎合（過剰適合）：相手に気に入られてやり過ごす

防衛反応の例

- **戦う**：相手に言うことを聞かすため殴る・怒鳴る
批判されそうになると先に相手を罵倒する
揚げ足を取り、自分の優位性を保つ
子供を過剰に叱り、上下関係を強要する



→ **恐怖や無力感を攻撃で覆い隠す反応**

- **逃げる**：対立しそうになると、体調不良を装い退席する
苦手な人に会いそうな場所を避ける
電話、メッセージなど一切返さない
挑戦や発表などを避ける

→ **危険から距離を取ることで安全を確保する反応**

防衛反応の例

- **固まる**：頭が真っ白になり、何も反応できない
体が硬直して動けない
声が出ず、判断もできない

→ **死んだふりで攻撃の矛先を避ける**



- **迎合**：DVを避けるため、相手の要求に従う
相手が怒ると必要以上に自分を責め、謝る
親の不機嫌で「いい子」を演じやり過ごす
本当の意見を全否定し、相手を全肯定する

→ **相手に気に入られて脅威を減らす**

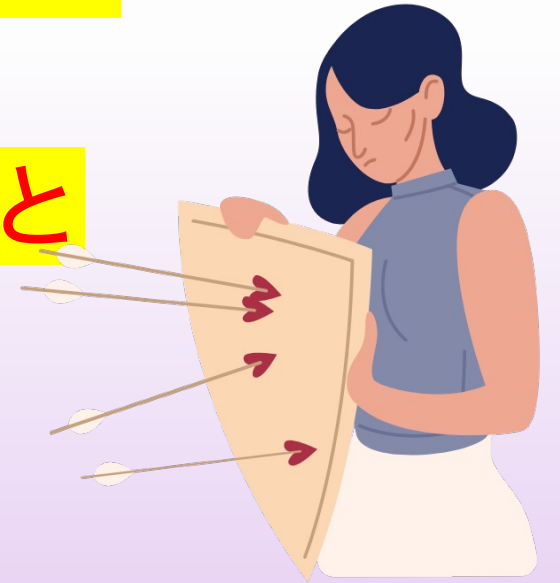
防御反応としての脳の働き

- 前述の通り、人間の脳は基本的に恐怖や脅威に直面した時に自分を守ろうとして、反応を起こす
これは主に自分の意思に関係なく
反射として反応してしまう
- 攻撃的な性格とは違い
恐怖に対する一時的な反応として現れる
 - 普段は優しいのに恐怖に直面した時に豹変する
 - 終わった後、自分でも後悔する・不思議に思うなど



防御反応としての脳の働き

- ただし、恐怖やストレスが日常的に続くと
防御反応も日常的に続くため
その人の性格にまで影響を及ぼす
一時的→習慣化→固定化→人格化
- 防衛反応の軽減には遺伝的要因（ホルモン物質分泌、
神経回路再構築のしやすさなど）と
立ち直る力（レジリエンス）が関係する
→立ち直る力は後天的に変えることができる



脳のシステムと傷

- 本来は必要な機能

- 防衛のメカニズムは人間の進化の過程で得たもの
- 本来は外敵や危険から自分を守るための機能

- 現代では過剰

- 安全が確保しやすくなった現代社会では過剰に反応してしまう
- 本当の幸せな人生を送るための障害となるケースが多々ある



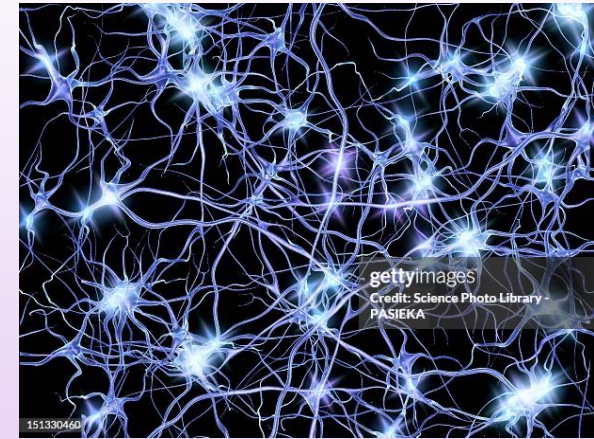
使わない回路は潰される

- 脳には情報伝達回路がある（ニューロン回路）

脳はこの回路を最適化するために

- よく使う回路を強化する
- 使わない回路は縮小、消滅させる

例：高速道路と獣道



- 使わない情報や思考形態はどんどん削除され
よく使う情報・思考形態はより強化されていく仕組み
- 良い情報（形而上学）が強化されればいいが
トラウマ、間違った学習が強化されると
人生とは全く関係ない回路の脳が出来上がる

脳の回路が固定化されると

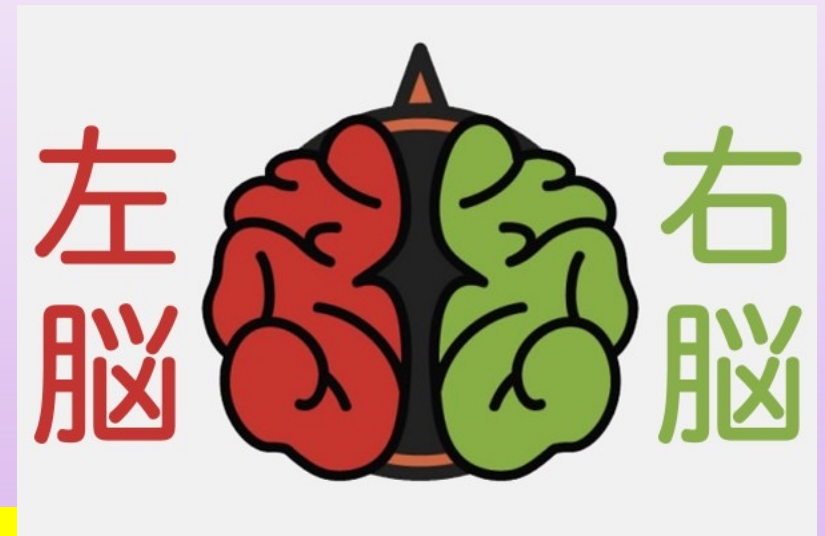
長期間固定された思考回路しか使わないと

特定の思考パターン以外使わなくなってしまう

- ・ 思考の柔軟性の欠如
- ・ 新しいパターンの拒絶
- ・ 特定のパターンへの固執
- ・ 創造性、適応力の低下

など偏重した脳の使い方になってしまう

= 左脳偏重・右脳偏重



何もしていない時の脳

- 脳は何もしていない時に自動的に働く機能をもつ
= デフォルトモードネットワーク (DMN)

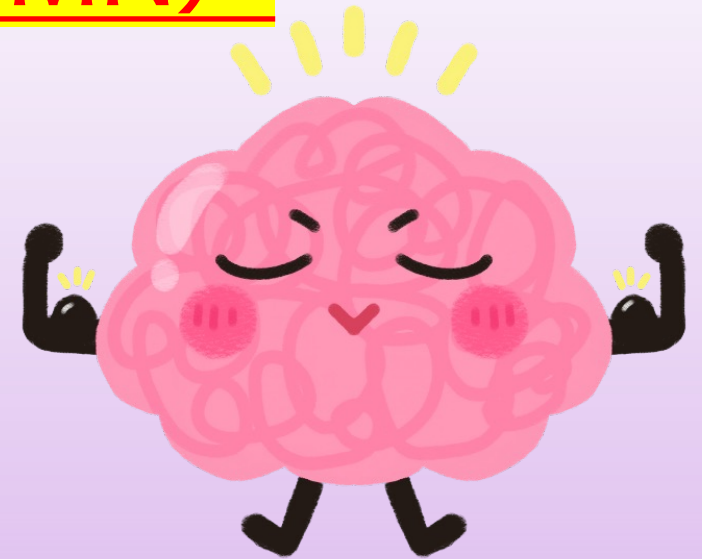
安静時（何も集中していない時）に

- 未来予測
- 記憶の整理
- 他者の考えの予測
- 自己物語の形成

を無意識に行うことで

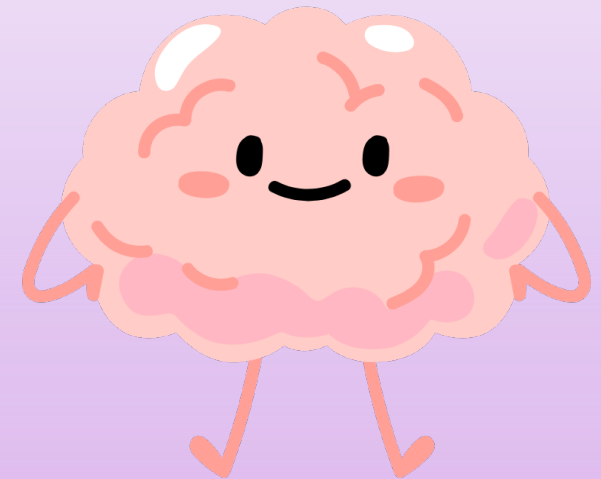
- 危険を避ける、獲物の獲得率向上、人間関係の向上
などを行い

生存率を高めるために獲得した脳の機能



デフォルトモードネットワーク

- ・脳は外部刺激がない時に情報処理を進める方が効率が良い
- ・脳は20%もエネルギーを使う臓器なので、
ただ休ませるのは勿体無い（脳は常に何か考えてたい）
- ・我々の脳は常に自己反省や未来予測をしている！
 - 良く機能すると内的思考が整理される
 - 悪く機能すると
 - ・ 過去の失敗の反芻（自己卑下）
 - ・ 不安な未来予測（妄想）
- を常に行うことになる→雑念のもと
- ・ つまりDMNはうつや不安障害と密接に関わっている



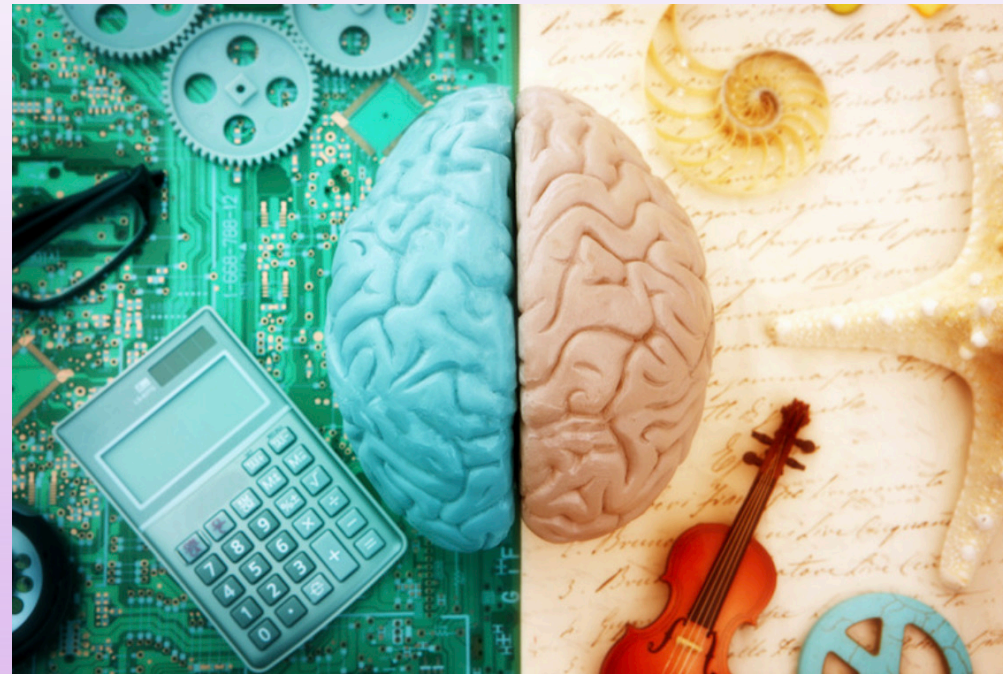
これってつまり…



- 脳は常に何か考えていたい臓器
 - ・ 何かの作業をしている時はそれに集中している
 - ・ 何もしていない時はDMNが働く
 - 過去の反省や未来予測、誰かの気持ちの予想など
- これってつまり雑念！
- 脳の働きによって自動的に何かを考えてしまう
 - 本当に必要なことを考えられない
 - 感情に巻き込まれて冷静さを失いやすい
 - 一歩間違うとストレス・不安・恐怖を生み出すこれらが自動発動してしまう機能で生きている

左脳と右脳

左脳
男性性
論理性



右脳
女性性
感性

神として生きる
= 左脳と右脳のバランス
を取ることに



重要

常に自分も相手も

脳の正常状態や

バランスを崩していることに
気付けるようになること



喜びに悪影響



- 人間は大腦新皮質で計画、決断、集中を行う
- トラウマを抱えた脳状態では
形而上学、宇宙の法則、経営知識を入れても
理解できない、行動できない、
間違った解釈をすることになる
- つまり、喜びの人生に悪影響を及ぼす！

変な学習していない？

- 過去の経験からの変な学習



- ・ 過去に傷ついた時“変な学習”をしている場合有
- ・ その“変な学習”に囚われている限りいつまでも“心の傷を大事に抱えている”のと一緒に

- 間違った学習を手放して、本来の自分（子供の頃のような純粋な自分）にならないといつまでも幸せになることはない

変な学習の例



•例

- 他人、異性はいつも自分を裏切る
- 努力すれば幸せになれる
- 目立つと攻撃される
- 自分の好き勝手振る舞うと嫌な目に遭う

など

- これらこそ「脳が石灰化している」ということ
- だからこの変な学習（石灰化）を取り除くのに
エンソフィックレイが効果的

さおりの変な学習の話



- **弱さや傷ついたことは“ダメ”ではない**
 - ・ 私も以前は“寝たら負け”で、寝る時間があれば 勉強するか、働き続けることが幸せへの道だという考え方だった (左脳偏重)
 - ・ 弱い自分を見せないよう必死だった
 - ・ ダメな自分を認めるのが怖かった
- **でも寝ないと死ぬ**

どうしたらいいのか？

- ストレスや恐怖で脳が勝手に防衛機能を働かせるとしたら私たちは具体的にどうしたらいいのか？
- 信じる必要がない真実が形而上学
- **ストレスや恐怖で正常機能が働かなくなった脳を修正する方法が2つある！
(みなさんはすでに知っている)**



どうしたらいいのか？

- 1 : MAX瞑想
- 2 : エンソフィック
レイヒーリング



- 近年瞑想の科学的研究によって
 - 使っていない神経回路を意図的に活性化
 - 神経ネットワーク構造（灰白質）を強化
 - DMNの過剰活動の抑制
 - 副交感神経優位化（心拍・血圧低下）
 - ストレスホルモン（コルチゾール）減少
 - 精神安定ホルモン（セロトニン、GABA）増加
 - 結果として
 - ストレス、不安、鬱症状の軽減
 - 感情調整能力の改善
 - 自己効力感の向上
- が実証されている



- 瞑想を進めていくと
 - DMNの活動が低下
 - ストレスホルモン分泌を低下
 - 前頭前野の活発化
 - 頭皮質、前帯状皮質の活発化

によって

- 雑念が鎮まり
 - 他者への共感能力が向上し
 - 冷静な判断能力が向上する
- 感情をコントロールし
本当にやるべきことを冷静に実行し
他者に慈悲深く接することが可能になる



瞑想の熟練度

- 瞑想には初心者と熟練者で脳の活動に違いがある
 - 瞑想初心者は前頭前野が働いている
 - 頑張って瞑想している状態
 - 脳の構造（灰白質）が未発達
 - 瞑想熟練者は前頭前野の活動は低下
 - 自然に瞑想に集中できている
 - 脳の構造（灰白質）が発達している
- つまり、初心者は瞑想が難しい…

でも！



MAX瞑想システム™

は初心者でも深い瞑想状態に

なれるよう組まれている！

だからおすすめしている！

助かった！



しかも！

- 継続して瞑想を行うことで、神経回路を意図的に修正し普段使っていない回路を継続して活性化することができDMNを意図的にコントロールすることが可能になる

- **結果**

- 感情のコントロール
- 冷静な判断
- 他者理解
- 慈悲的行動
- メンタルの安定

が起きる！

- だから瞑想を継続して行おう！



• MAX瞑想システム™



- 誰でも確実に深いリラックス状態になれる
- 深いリラックスは傷ついた神経細胞を修復する
- エネルギーも同時に調整する
- **対面の瞑想会が良い**（術者によりエネルギーも調整可能）
- **YouTubeに動画があり、聞くだけでも違う**
- アデプト受講済みの人は生徒手帳アプリに有り
- **YouTubeを聴くことがおすすめ**
- 広告が入ってしまうので対策が必要



• 確実にリラックスする唯一の方法



そしてレイキ！

- **エンソフィックレイヒーリング（3回セッション）**
 - **脳の石灰化・サバイバル脳を解除する**
 - 脳の石灰化、偏重を修正する唯一の方法！
 - 崩れた脳のバランスも修正！
 - 脳の回路を修正！
 - 過剰な防衛機能を調整！
 - 正しい脳の使い方に修正！
 - つまり現代人にはいいことづくめ！！
- **受講生も人生激変者続出中！！！！**



エンソフィックレイキ ヒーラーのすすめ



エンソフィックレイキを習うことで

- ・人を“神として生きる”状態に導ける
- ・習得すると、自分にも家族にもできる
- ・遠隔も可能で離れている人にもできる
- ・お子さんが急に熱を出した時にもできる
- ・自分自身にもできる
- ・性癖治療で不要な思い込みも手放せる
- ・いい事尽くめ！自分も習おう！
- ・MMS公認講師から学ぶことができる

ストレス・恐怖と社会

• 自殺者がいる社会

- 令和6年の自殺者数は**20,320人**（交通事故死2,663人）
- **毎年2万人が自殺をする社会**で私たちは暮らしている

• 現代は完全に平和？

- 日本での生活で戦争や命の危機に面することは少ないが**平和で安心した社会ではない**
- 毎日ご飯が食べれて、家があって、おしゃれができて幸せな暮らしの中では生命の危機を感じることは少ないかも知れないが**自殺を選ぶ人がいる程ストレスがある社会**であることに目を背けてはいけない



シャンバラのマスター
弥勒菩薩

私たちからシャンバラ（理想の世界）
への準備を進めていきましょう！

そのために自分の本当の喜びを
見つけることが重要！！



対処法



- 自分の心の傷を癒し、解決していくにはヒーリングが有効
- 自分の健在意識では理解できていない傷や問題まで対処するには知識あるヒーラーの力が役立つ
- 自分で頑張るよりも数十倍以上早く解決できる
→ 自分だけでは10年かかる心の解決がヒーリング1回で進展することがある（タイプ良い）
- 心の傷も解決しパワーも増えて、豊かになれるいいこと尽くめ
- 騙されたと思っていいからヒーリングを受けよう！

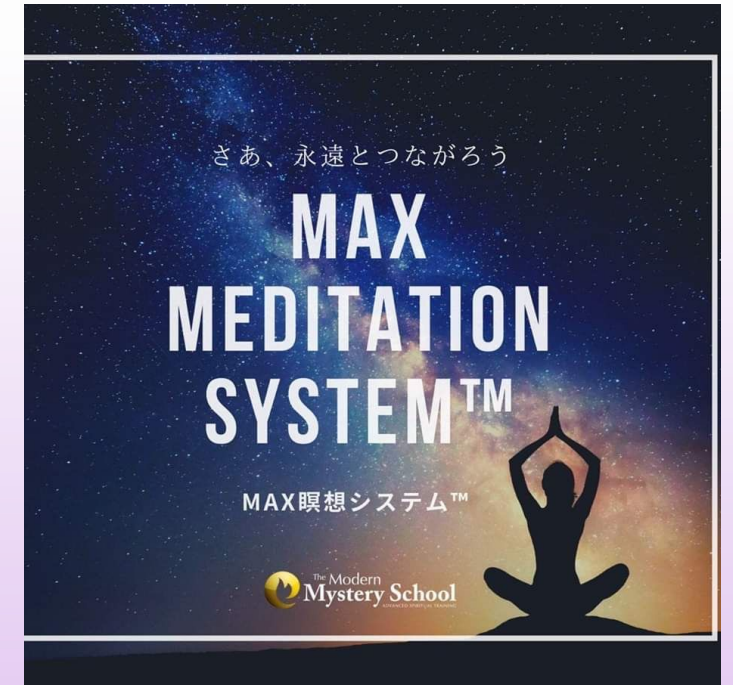
対処法

- ・ 具体的おすすめヒーリング一覧

- ・ DNAアクティベーション
- ・ MAX瞑想
- ・ アデプトプログラム
- ・ エンソフィックレイヒーリング
- ・ 四大バランスヒーリング
- ・ フルスピリットアクティベーション

など

- ・ 全ては癒しにつながっている
- ・ MMSヒーラーに自分の状態を見てもらい
おすすめされたヒーリングを受けると間違いない



四大バランスヒーリングのすすめ

- ・ 特殊なエッセンシャルオイルを利用し、オイルの力を使い体の四大元素のバランスを整えていく施術
- ・ 嗅覚以外の五感は大脳新皮質を経て大脳辺縁系に到達するが嗅覚は直接大脳辺縁系へと繋がっているため直接脳の深い部分へと働きかける



四大バランスヒーリングのすすめ

- ・植物のエネルギーを使うため
とても心地よく、癒されるのが特徴
- ・四大元素のバランスを整えることで
肉体・精神・エネルギーの中の不要なもの
が出てすっきりとした心地よさを感じられる
- ・使用するエッセンシャルオイルは
パチュリー、ラベンダー、ペパーミント、 ローズマリー

～お知らせ～

シャクティ曰く私が話を聞くより、植物の癒しのパワーを使う方が早いらしい



栄養とメンタル

- 栄養が不足すると脳内で
 - ・ 幸せホルモンセロトニン
 - ・ やる気をださせるドーパミン
 - ・ 睡眠ホルモンのメラトニンなどのホルモンが作り出せなくなる
- 脳内の重要ホルモンが減少すると
 - ・ イライラする
 - ・ 眠れない
 - ・ 気分が落ち込む
 - ・ やる気がでないという症状がでる



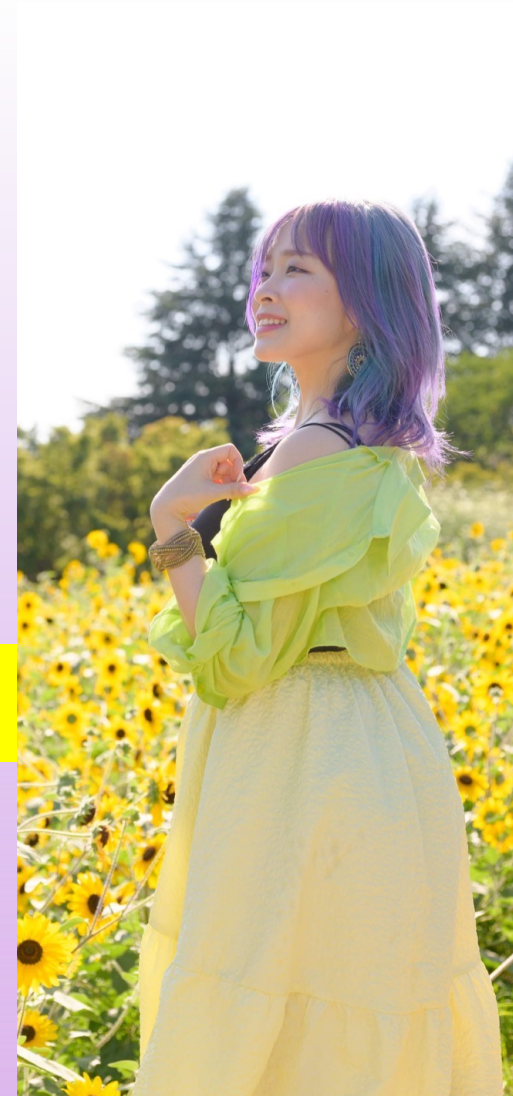
食事とセロトニン



- セロトニンはメラトニンの材料となる
- セロトニンを分泌させることでメンタルの状態も改善することができる
- 体内のセロトニンの90%が腸にある
 - 腸の状態＝食事の状態によってセロトニンの分泌に影響が出る
 - つまり食事は幸せホルモンの分泌に重要！
- 食事を摂らないのはもってのほか！
偏った食事、栄養が不足した食事はメンタル的にもNG！

セロトニンを分泌せよ！

- セロトニンを分泌するために
 - 起床後30分以内に日光を15分程度浴びる
 - 運動をする（リズムカルなもの）
 - 瞑想
 - 十分な睡眠
 - 人と触れ合う（楽しいコミュニケーション）
 - セロトニンの原料を含む食事
 - トリプトファン（大豆製品、乳製品、穀物）
 - ビタミンB6（肉、魚）



私と栄養の話

- 食事を変えると肉体も当然変わるがメンタルの状態も安定することを実感した
- 実際に食事でうつ状態が改善という人もいる
- 私はネイリスト時代、きゅうりとハッピーターンだけしか食べないというような食生活をしていた
 - この栄養状態も死にたくなるメンタルに関係していると今は実感したし、脳内物質との関係もわかった
- 人間は食べた物で体を動かす！
メンタルやヒーリングだけではなく
食事を軽視せず、意識して摂ろう！



低血糖にご注意！！



- **血糖値スパイクはダメ**
 - ・ 空腹が続き血糖値が下がった時いきなり糖を大量に摂取すると血糖値が急上昇し体はそれを抑えようと急降下する = **血糖値スパイク**
 - 空腹時間を長くしない
 - 空腹時いきなり糖分が高い物（砂糖や）を摂らない
- **腸内細菌バランスを崩すのもダメ**
 - **人工甘味料は腸内細菌のバランスを崩す**
 - 脳に影響を与え、うつ傾向が強くなる研究がある
- **バランスの取れた食事を3食する**

私たちの最適ミール！

- 銀さおはボーンブロススープと味噌汁を食べています
- お通じ改善、メンタル改善、体調安定！
(合うかどうかはご自身でご判断ください)

○スープ材料

- 手羽元
- きのこ
- 水菜
- 大根



肉体のバランスも整える

- 血流や骨格、筋肉なども精神に繋がっている
- メンタル不調の時は肉体のバランスも崩れている
→ 肉体からアプローチすることでメンタルを整えることも可能
- 影響の割合： 肉体30% エネルギー体70%
- 肉体面の知識も学ぼう！
- 東洋医学の知識もおすすめ

不調を解消する

足温め

吉田佳代 著 医学博士・医師 白澤卓二 監修

すこい



体の不調から自律神経まで、みるみる整う！

いろいろなサインがひと目で分かる！

足の裏チェック

付き

あさ出版

冷え性	イライラ
肩こり	不眠症
腰痛	息切れ



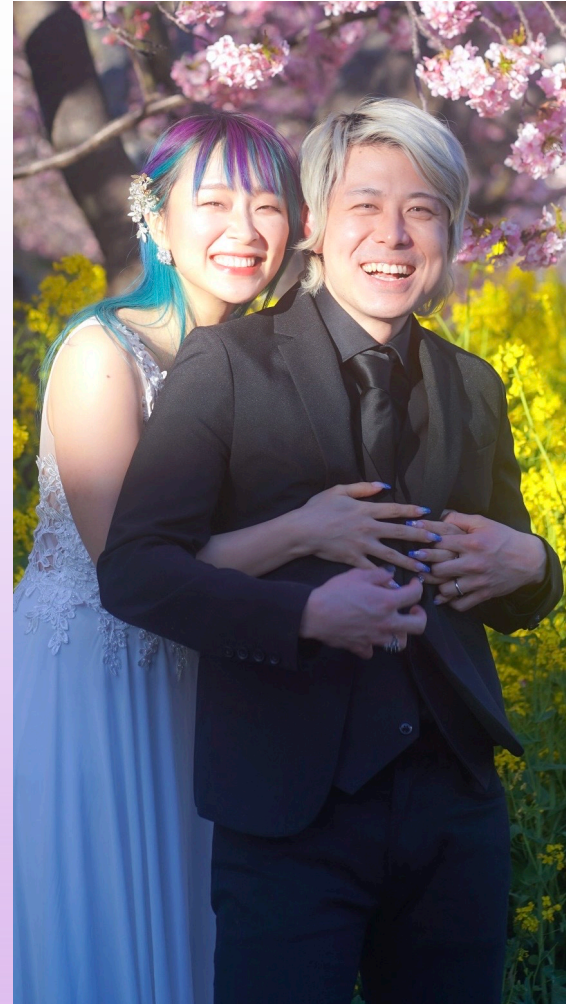


さおりの話

- ・ さおりは「死にたい」と思うことが多々あり
その“原因となる人”を考えたが、ある時
それには意味がないことに気がついた
- ・ 私はメンタルに強い部分と脆い部分があることを自覚している
- 知らない人に悪口を言われても気に
ならないが、大切な人の言葉は悪口でなく
とも傷ついてしまう（うお座的）
- ・ 現在の社会システム自体に辛いところがある
- ・ 傷ついてもそれを乗り越えて強くなっていく
ことが人間の本来の姿

傷つく時こそ形而上学

- 傷つく時に相手と話合う必要がある場面は多い
- お互いの状況や考えを形而上学的に話し合えた方が喧嘩せず、本当に分かり合える
- 身の回りの大切な人に形而上学や聴くスキルを共有し浸透させられるとできると幸せに近づく
- 大切な相手に自分の気持ちと言えないと被害妄想の傾向が強くなる
- お互いに形而上学的に話し合える環境を作りコミュニケーションを取っていくことがおすすめ



傷ついた時こそ右脳と左脳のバランスをとる！

- 感情に溺れず、冷静に自分を判断し正しい対象方法を取れるか
- 同じ傷を繰り返さない為には知識を学ぶこと
 - 脳のバランスがくずれていないか？
 - 星座の暴走？
 - 体調不良？
 - コミュニケーション不足？
 - 敬意や安心感の不足
 - エマネーションの傷
 - 期待や予想のしすぎ
 - プロテクション不足



エネルギーを変える必要

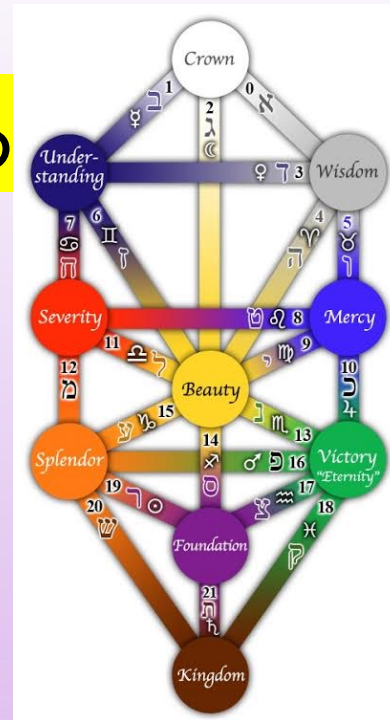
- エネルギーが変わらないと形而上学を知っても
同じ行動を繰り返す！！
＝わかっていてもやらない
- 同じ行動からは同じ結果しかやってこない！
- 今とは違う本当の喜びの人生を送りたいなら
 - 知識
 - エネルギー
 - 行動

これら“全て”を変えないと自己満足になる



心の傷へのアドバイス

- **失敗を恐れるな！**
 - 数多く失敗すると挑戦が怖くなることもある
 - 失敗より多く成功すれば、挑戦は怖くなくなる
- **人生はリプログラミングできる**
 - **今までとは違うことを行い続けることで
概念・行動が変わり、人生が変わる**
 - 本気で自分を変えたければ行動を変えること
 - ヒーリングでエネルギーを変えること
- おすすめセミナー
 - **ユニバーサルカバラ（年1回開催）**



承認欲求のために行動しない！

- 「過去満たされなかった承認欲求」を満たすために今の「本当にやりたい喜びある人生」を見捨てるなんて言語道断！（復讐なんて苦しみだけ）
- あなたは“今”を生きてます！
- 見返したい、認められたいなどを理由と目的にして行動している場合
自分の承認欲求を満たしたいだけの可能性がある
そこからは自分の本当の喜びなんて絶対に
やってこないのだから今すぐやめよう

“足りないもの”

にフォーカスしない



一番の癒しとは？

- **自分が神であることを受け入れる**

- 「癒す」と聞くと、傷ついた部分を治していくように聞こえる

- **本当の癒しとは**

**“自分が神聖で美しい神である”
ということを受け入れること**

- 自分を卑下し、我慢し、受け入れられない状態では癒すことはできない
- 本当の自分を認め、受け入れ、解放していくことが**真の“癒し”**

I am God



- “「本当の自分は神である」
素晴らしい存在なのだという前提”
で人生を生きていくことが
「神として生きる = I am God」
- 形而上学と波動上昇の実践で
本当の喜びある人生を生きられる
- 神 = ロイヤル（高貴） = 妥協しない
- 奴隷 = 一般人 = そこそこでいい

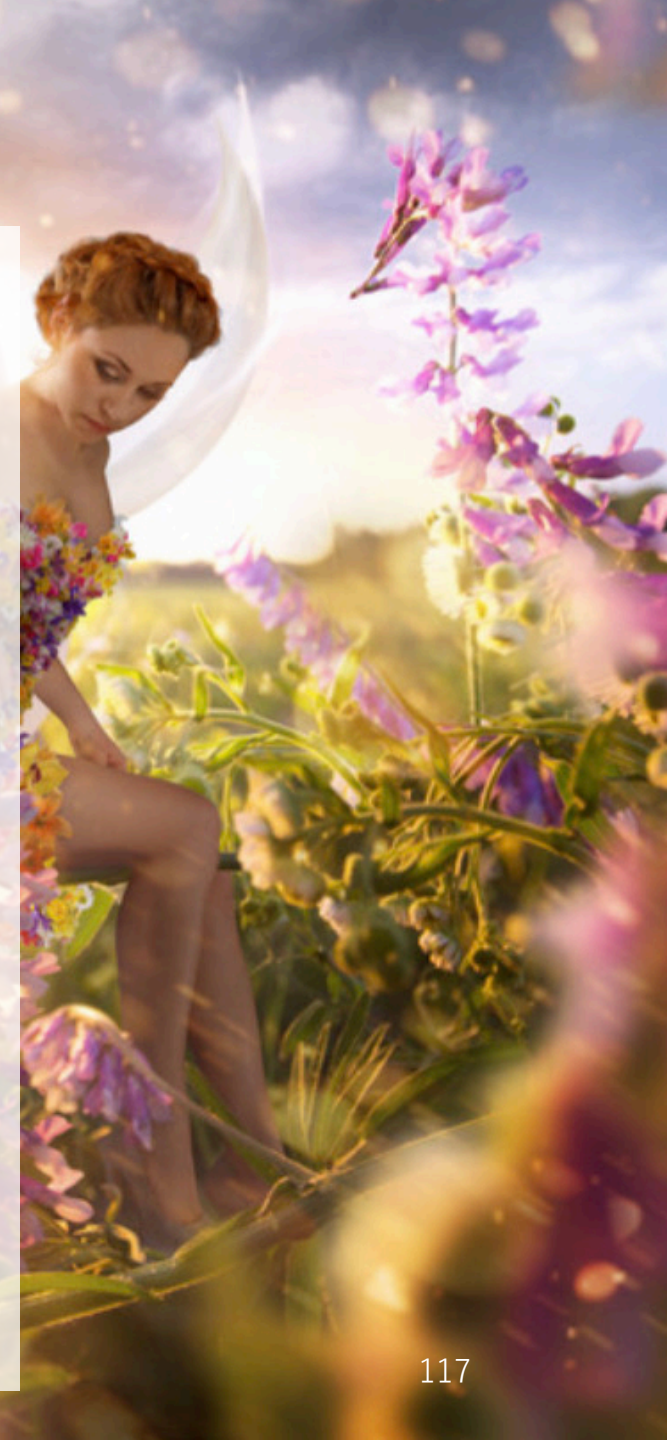
過去に生きるな

- あなたの価値

- 過去の出来事で自分が傷つく、苦しむ、自信を失う、自己卑下する、怒る、泣く、憎む、罪悪感を感じる

ということがあったとしても

そのこととあなたの命の価値とは全く関係ない



過去に囚われない



- 過去に何があるうと今のあなたは
「喜びを見出し受け取っていくこと」
を積極的に行うべき
- それは誰にも否定することができない

本当の進化成長とは



- “進化成長”と聞くと
未熟なものがより良くなっていくことのように
思える
- 進化成長の形而上学的定義：
自らの喜びを見出し他者に喜びをもたらすこと

15分以上は執着



- 15分まで

- ある出来事について15分以上考えたらそれは執着である
- 自分が勝手に作りだしたドラマと一緒に
- “自分が神である”という認識からずれていることになる



- どうしたらいいか

- マックス瞑想で感情や想いを川に流すこと

人生は“リハビリ”ではない！

- 今までの人生は“悪かった”？

- 「今までの人生は悪かったがアデプト・ヒーリングを受けこれからの人生は良くなる」と言う人がいる
- **今までの人生が“悪く”これからの人生が“いい”？**

- 人生はリハビリではない

- 人生も命も悪い状態から良くなるものではない
- 人生に良いも悪いもなく、全部自分の基準での判断
- **大変なことはたくさんあったかも知れないがそれと人生、命の価値とは別**

癒しを進める



- 心の傷の対処法を習得できれば
 - ・ この先傷ついた時に傷を浅くすることができる
 - ・ 回復を何十倍にも早めることができる
- だから挑戦や行動が怖く無くなる
- だれかが癒してくれるわけではない
- 自分がどうしたいか、どう感じたかは自分しかわからない
- 自分で癒しのプロセスを進めるしかない

安心してください



- その出来事を思い出したり話すことで涙がでるならまだ癒しが必要かも
- あなたの傷ついた経験を必要とする人がいるかもしれない
- あなた本来の状態になればなるほど自然と喜びが見つけやすくなる

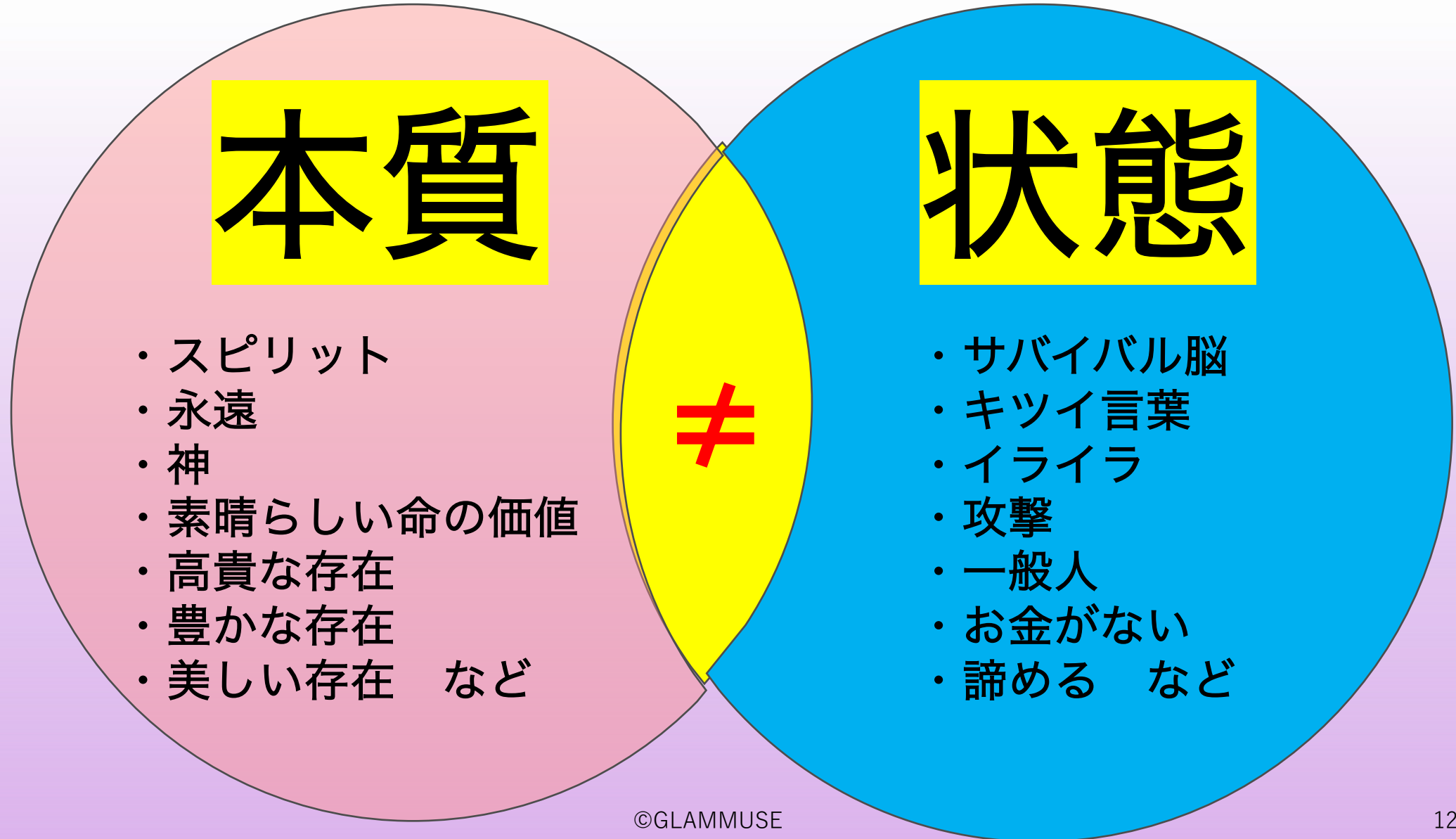
自分の状態を知る

- 自分の本質と現在の状態は違う
- 他の人も同じく本質と状態は違う
- 現在の状態を理解することで
 - 自分の状態への対処法
 - 相手の正しい理解とコミュニケーション
 - 思い込みや被害妄想の減少ができるようになる



本質と状態図解

人間の
本質と
状態は
違う





重要なこと

**“頑張ること”が
重要なのではない**

人生の設計図を達成すること

自分の喜びを見い出し

溢れたもので

他者に与えること

- これからは
 - ・ 心の傷を癒し
 - ・ 本当の自分と向き合い
 - ・ 余計なものを捨て
 - ・ 自分を理解し
 - ・ コントロールし

めちゃくちゃ満たされて欲しい

- 自分が本当に満たされてくると
人を幸せしたくなってくる

- 情報をフルに使って満たしまくって欲しい



自分ごととに落とし込むために



• 知っただけで満足しない

- 形而上学を知っても、今までと同じ行動をしていたら知らないのと一緒に
- すぐに理解できなくてもいい
 - ここにいる誰もがすぐには理解できなかった
- 理解できない・信じられなくても騙されたと思ってとにかくアウトプットし、実践すること
 - これができる人は人生を変える速度が速い
- 体験しないと曖昧な理解となって忘れる

具体的に何をしたら覚醒するかまとめ

- やってはいけない2つのことを守る
- 毎月DNAアクティベーションを受ける
- エンソフィックレイヒーリング（3回）を受ける
- アデプトプログラムを受ける（パスを進む）
- MMS公認ヒーラーからアストロロジーを受ける
- 行動のハードルを下げる
- 人生の設計図のためにやれること全部やる
- 毎日リラックス状態で過ごす（MAX瞑想）
- アサイメントを提出する



宇宙の法則を守れば
全部自由に好きに生きていい
さあ、これからどういう人生にする？

毎日最高に幸せな人生を生きていいのよ！



人生はリハビリではない！

あなたはここに何をしにきたのでしょうか？



アサイメント（課題）

- ・ 講義全体の感想
- ・ 心の傷の講義をやるのはなぜか？を聞いて感じたこと
- ・ 本来の人間成否リストをチェックしての感想
- ・ 心の傷の物語に浸っている時間はないを聞いて感じたこと
- ・ 人間には無限の可能性があると聞いて何を感じたか？
- ・ 人間意識→銀河意識を聞いて何を感じたか？
- ・ 脳と魂と宇宙の話をして聞いて何を感じたか？
- ・ 見る場所を間違えないを聞いて何を感じたか？
- ・ 生まれる前から傷ついているを聞いて何を感じたか？
- ・ 切り替えとフタをすることの違いを聞いて何を感じたか？
- ・ 変な学習を聞いて何を感じたか？
- ・ サバイバル脳と社会を聞いて何を感じたか？
- ・ 栄養とメンタルを聞いて何を感じたか？
- ・ 傷つく時こそ形而上学を聞いて何を感じたか？
- ・ 一番の癒しとは？を聞いて何を感じたか？
- ・ 15分以上は執着を聞いて何を感じたか？
- ・ 人生はリハビリではないと聞いてどう感じたか？
- ・ 本質≠状態を聞いて何を感じたか？
- ・ なんのために新時代に参加し、なぜ今在籍しているのか？
- ・ MAX瞑想に取り組む（近所のヒーラーもしくはYouTubeより）
- ・ 他人に話したり、SNSで投稿してアウトプットした講義の内容
- ・ ヒーリングに行った場合その感想
- ・ 自分は神であること、自分の無限の可能性を理解できているか？とその理由
- ・ ○積極的に他の生徒さんの投稿をみて他の人が何を思っているかを感じいいねやコメントをしてアウトプット
- ・ ○SNSで感想投稿のアウトプットとタグつけ&メンション
・ 今回の講義を受けて感じたこと、感想などを新時代の画像をつけてご自身のInstagramストーリーでアウトプット（私をタグ付けし投稿）

アウトプットを忘れないで！



- 今日聞いたことは2週間後には忘れてしまう！
- まずは長期記憶するためにアウトプットをする！
- 理解するためにアウトプットする！
- 使いこなすためにアウトプットする！
- 来週までに3回はアウトプットをがんばろう！

応援される方法



- あなたの活動が応援されるには
「頑張っている姿をみせること」
 - 勉強している姿を“わざと”見せることで
お客様や友人などに頑張っていると認知してもらえる
 - お客様には値上げや、お休みの変更の理解**
 - 家族友人には手助けや応援などがされやすくなる**
- **“どれくらい見せたか”により6ヶ月後の環境が変わる**
 - 6ヶ月後のあなたを見れば何をしてきたかはわかる**
- ぜひ積極的に日常やSNSで発信してください