
自由自在の潜在意識における5ステップ

1. 気づき:そもそも気づかなければ、対処のしようがない
2. 認知:素直に受け入れることができないと、前へは進まない
3. 認識:意識の中に落とし込まないと、書き換えにたどりつかない
4. 確信:信じることができないと、書き換えられない
5. 行動:体感すると書き換えやすい

1. 気づき・・・潜在意識にある本音を探る

女神のクオリティオブライフで自由自在の潜在意識を使おうと思うとき、まずはその問題が何なのか、気づかなければなりません。

その気づきに導けるものとして、アンチエイジング・リーディングを活用いたします。

「お金のブロックはずし」をはじめ、なにかの問題があるとき、何度でもアンチエイジング・リーディングをいたします。

潜在意識の中に奥深く潜っていることに気づいて、次のステップに進むことが大切です。

2. 認知・・・本音の記憶がどのように生まれたのかを知る

アンチエイジング・リーディングで出てきた問題に気づいたら、それを認めて知ること。

たとえ、過去世のまったく知らない魂の記憶が出てきたとしても、それを素直に受け入れること。

その中で感じていたことの感情をはじめ、その出来事自体や環境、価値観、思考の癖などをしっかりと把握し知ることです。

3. 認識・・・しっかりと意識の中へ落とししていく

問題に気づいて認知できれば、次は認識です。認識とは認めた上で意識の中に入れるということです。

実は、これがとても難しくてできないと思う方が多いのです。

しかし、小学校5年生の子供でもできる目からウロコのとても簡単な方法で、具体的に、日常生活に潜在意識を使うこと自体を落とし込んでいく方法です。

- ポストイット作戦

少し大きめの黄色いポストイットに 名前ペンなどの少し太い黒色のペンでできるだけシンプルな言葉を過去形で書きます。

ビジュアル化して、ミッドアルファー波が出やすい寝る前と起きた時に視界に入れるようにします。

できれば、寝室のスイッチの壁のようなところに貼っておきましょう。

数日して剥がれてくれば、もう一度同じことを繰り返します。

繰り返すことで何度も行動をすることになり、具体的に潜在意識にビジュアル化したシンプルな言葉が入って、少しずつ書き換えられるようになります。

-

- リーディングで出てきた問題に対して語りかける方法

過去世や幼かった頃のご自分の潜在意識に語りかけてきます。

語りかけ方は、まずは感謝をします。その後、その存在を認め慰め癒していきましょう。自己受容や自己肯定感のアップにもつながります。

最終的に、過去の意識が少しずつ浄化されて書き換えられていきます。

4. 確信・・・コントロールすることで過去の記憶を書きかえる。

気づき、認知認識した物を確信に変えていきます。
確信に変えるということは、つまり、腑に落とすということです。人によっては腹に落ちるといような表現をする方もいます。

確信に変えていくということは、しっかりと認知認識をするところまで進んでいないとできませんので、順番を間違えないように、焦らず丁寧に一つずつ進めていきましょう。

5. 行動・・・黄色いポストイット作戦・お風呂での癒しワークなど

気づきから始まった潜在意識の書き換えは、行動することで完結していきます。

どんどん行動をするのですが、どのように行動すればいいのかが分からないという方もいらっしゃると思います。

行動となるととても億劫になりますが、例えば紙に書くだけでも行動をしたこととなりますので、気楽に取り組んでいきましょう。

潜在意識を書き換えるということは、とても難しいと思われていますが、実はとてもシンプルで簡単なことなのです。まずは、その思い込み、意識を変えましょう。

元々、人が9割も持っている能力なので、気楽に捉えていただき、使えると思ってください。

元々備わっている能力なので、使えない人はいません。

難しいと思っていること自体が、潜在意識を使うこと、活用できるということを邪魔しています。まずはその固定概念を壊してしまってくださいね。

自由自在の潜在意識における 5ステップ

① 気づき・・・潜在意識にある本音を探る

-
- ② 認知・・・本音の記憶がどのように生まれたのかを知る
 - ③ 認識・・・しっかりと意識の中へ落としていく
 - ④ 確信・・・コントロールすることで過去の記憶を書きかえる
 - ⑤ 行動・・・黄色いポストイット作戦・お風呂での癒しワークなど

今までの人生の間違った意識の設定

- ①自分が現実世界をつくっていたことを知らなかった！
- ②現実世界を変える人はいないと思い込んでいた！

確信したら？

- 1. 自分が「自由になりたい自分を設定できる」こと
→ 願望実現
- 2. 自己受容をし、自己肯定感を持って自信で満たされる
→ 引き寄せ力
- 3. 不安や恐怖の負の遺産ベース、人生から安心と希望を持つ人生
→ 幸福力

あらゆる成功法則のゴールにたどり着きます。

この根底には、自分の外側に神を求めるという『依存マインド』を捨てる必要があります。

内なる神の存在『創造主である自分』を素直に認めた途端に、はじまる変化で成功法則です。

しかし、これでも、あなたの『確信』が得られなければ、あなたには変化はないといえるでしょう。