

Happy Direct Program

ハッピーダイレクトプログラム

第8章

「願いをかなえるワーク」

こんにちは。常森です。

いよいよこの講座も、
最後の章となりました。

まずは、
ここまでついてきてくれたあなたに、
私から感謝の言葉をささげたいと思います。

「ありがとう。よく頑張りましたね」

テキストを読んだり、
ワークを実践したり、

特に、ワークはひとりで行う必要がありましたし、
それなりに時間もかかるものが多かったので、

忙しいなか、このプログラムのために、
時間を作ってくださったことに感謝しています。

本当にありがとうございます。

そして、ここまで
ついてきてくださったあなたは、

すでに、

「引き寄せ体質」・「受け取り上手」になっています。



実感されている人もいるのではないのでしょうか？

そんなあなたの努力に応えるために、
最後にファイナルワークとして、

「願いをかなえるワーク」を
お伝えしていきたいと思います。

ただ、その前に、

簡単にこれまでの講義を振り返ってみます。

それというのも、

ここまでお伝えしてきた内容は、

これからあなたが生きていく中で、

役に立つことがたくさん含まれているからです。

そのため、

何かあったときに、

あなたがまたこれまで行ったワークを

振り返ることができるように、

まとめておきたいと思います。

第1章から順にまとめていきますので、

一つひとつ、

「うんうん、やってきた、やってきた」

「そうそう、できている、できている」

という具合に振り返りながら、確認してみてくださいね。

これまでのワークまとめ

それでは、第1章から振り返ってみることにしましょう。

【第1章】では、

あなたの願いが、

「自分にとって本当に必要なことか確かめる」

ことが大切であることをお伝えしました。

これは、今、

あなたが叶えたいと思っている願いについても、

もう一度、よく考えておくことが大切です。

そして、これからの将来のなかで、

叶えたい願いが出てきたとき、

それが、本当に自分に必要なことなのかは、

常に考えておくようにしてください。

そうすることで、

本当は必要のないような、

自分にとって本来必要のないようなことまで、

願うことによって生ずる、

他者に対する妬みや
多くのものを手にできないことに対する
焦燥のような感情から解放されます。

何かを願いたくなったら、
まずここに立ち戻ってほしいと思います。

【第2章】では、

あなたの願いが、
「自分にとって調度いいか確かめる」

そして、
「自分の願いを受け取る準備ができているか確かめる」
ことが重要であることをお伝えしました。

これもとても大切なことでしたね。
このことに、深く納得できると、

自分の手に余るような、
自分がコントロールできないほどの何かを
むやみに願うということから解放されます。

人の欲望は果てしないなどと、
言われますが、

よく考えてみれば、

どんなことも、
自分に調度よい大きさがあることに
すぐ気づくと思います。

このことに気づくだけで、
実は、お金も溜まり始めるし、
自分のしたい仕事もできるようになるのです。

ですから、

なにか欲しいものができたときや、
漠然と、何かがしたいと感じたときなどには、

もう一度、この
「自分にとって調度いいか考える」
というところに戻ってきてほしいと思います。

【第3章】では、

「自分の中に受け取る空間を作る」
ということをお伝えしました。

幸運が目の前にあっても、

自分のなかに
受け取る空間ができていないと、
目の前に現れても受け取れない

そのことを、
私の失敗談などを例題として、
お伝えしてきました。

そして、どうしても
心の空間を占めてしまいやすい
怒りのエネルギーを解放するワークも
実践していただきましたね。

この
怒りを解放するワーク、
そして、そのあとに行う
エネルギーを調整するワークも、

何か、心にひっかかることがあって、
そのことに自分の感情が振り回されそうになったら、
何度でも、行うことができますよ。

ワークをおこなうことで、
自分のなかにゆとりを作り、
そして、エネルギーを調整していくことを
常におこなっていくと、

目の前の幸運を、
気持ちよく手にすることができるようになります。

気になることができたら、
何度でも試してくださいね。

そして、

【第4章】では、

「ありのままの自分を素晴らしいと感じる」ことの
大切さをお伝えしました。

ここでは、

あなたが、

宇宙のような大いなるものに

愛されている存在だということを

しっかりと感じていただいたと思います。

「愛されているわたし」を確認することは、
あなたの自己肯定感を高めるだけでなく、

願いを叶えるためにも不可欠なものです。

ですから、

心から、あなた自身が、

愛されている存在なのだということを、

ここで確認していただきたいと思います。

これから先、

何かつらいことが起こったときも、

この「愛されている私」のワークを

思い出していただきたいと思います。

【第5章】では、

「自分の命への感謝の気持ちを持つ」こと、
「感謝を言葉にしてみる」ことを
お伝えしました。

「ありがとう」

という、この簡単な言葉が、
とても大きなエネルギーを持っていることを、
理解していただいたと思います。

この章でお伝えしたワークにも
ありましたが、

毎日、必ず
「ありがとう」
ということを心がけることで、

あなたを取り巻くエネルギーに、
良い変化が現れていきます。

とても簡単なことですから、
毎日の習慣にしてみてくださいね。

そして、

【第6章】では、

意識と無意識の世界を
理解していただくとともに、

無意識が活性化した状態である

変性意識状態を作るワークをしていただきました。

変性意識が、
いつもは見ることも感じることもできない、
無意識の秘密の扉だということを
確認していただいたと思います。

変性意識状態を、
日常的に作っていくことができると、

無意識が活性化されるとともに、

意識と無意識がバランスの取れた状態である

統合が起こりやすくなります。

まずはワークを使って、
変性意識状態を体験していただき、

日常生活のなかでも、
変性意識状態が作れるように、
なっていくといいですね。

この変性意識を作るワークは、

何か不安があったりするときにも、
効果がありますから、

気持ちがどことなく落ち着かないときには、
ワークを実践してみてください。

さらに、前回、

【第7章】では、

「無意識と意識を統合する」
ということで、

悩みの状態にある
無意識と意識を統合するワークと、
苦しさを消すワーク

この二つをご紹介します。

イメージを描いていただくなど、
ちょっと今までとは違って、
時間がかかったと思いますが、

これをしっかりとおこなっておくことで、
自分のなかの心の状態を
バランスの取れた状態にしていくことができます。

そうすることで、

心はおだやかで、あたたかなものになり、
その心の状態が、願いを叶えることを
より強く後押ししてくれるのです。

このワークも、
何か解決できない悩みができたときには、
同じように行っていただくことで、
悩みを解消し、心の平穏を取り戻すことができます。

ですから、
気になることができてしまったときには、
ここに立ちもどっていただきたいと思います。

さて、

このように、
これまでのワークも引き続き、
使っていただきたいと思います。

繰り返しおこなうことで、
どんどん幸せが受け取れるようになっていきますよ。

それでは、ここから
いよいよファイナルワークに入っていくことにしましょう。

「願いを叶えるワーク」

それでは、
この講座の集大成である

「願いを叶えるワーク」
をご紹介しますと思います。

このワークについては、
あまり、説明の必要はないと思っています。

なぜなら、

あなたは、ここまで
さまざまなワークを実践してきて、

少しずつ、その効果を
感じてくださっていると思うからです。

「こんな感じでいいのかな？」
と、不安になることもあるでしょう。

でも、その調子でいいのです。

あなたのペースで変化していくことを
大切にしてください。

日々の小さな変化が、
次第に大きな変化へとつながっていきますよ。

では、さっそく
「ワークの動画を見てください」
と言いたいところですが、

全然説明がないというのも、
あなたを不安にってしまうかもしれませんから、

ここで、
「願いを叶えるワーク」
について、

準備とワークの実践方法について、
お話ししておきたいと思います。

【願いを叶えるワークの準備】

今回は、特に準備物はありません。

ただ、前後の時間を含めて、
全体で30分以上かかるワークになっていますので、

十分に時間のある時におこなってください。

ワークは、動画の音声を聴きながら
おこなうことができます。

ゆったり座れる椅子や
ベッドの上などに横になった体勢で
おこなっても構いません。

誰かが部屋に入って来たり、
携帯電話が鳴ったりして、
気が散らないように
部屋の準備をしておいてください。

ゆったりとした体勢を取り、
呼吸を整えたら、
動画の音声を聴いて、
ワークを始めてくださいね。

このファイナルワークでは、
これまでおこなってきた

変性意識を作るワークや、
無意識と意識を統合するワークなどの
エッセンスをまとめあげた
総合的なワークとなっています。

時間をじっくりとっていただいて、
あなたの願いを叶えるために、
このワークを実践してくださいね。

では、動画の音声を使って、
ワークをおこなっていきましょう。

動画URL

https://youtu.be/oJaR_nhNDgk

ワークが終わりましたら、
テキストに戻ってきてください。

最終のまとめ

さあ、

「願いを叶えるワーク」は
いかがだったでしょうか。

ワークを終えたとき、
なんとなくぼんやりとした
おだやかな気分が残れば、
それで成功です。

もしかしたら、
途中で眠ってしまったということも、
あると思います。

眠ってしまってもいいのです。

そのくらい、ゆったりとした気持ちに
なっていたということですからね。

このワークは、
一度で終わりということではなく、

他のワーク同様、
ときどき行うことで
効果が増していきます。

ですから、

しばらく時間を置いて、
また行っていただくと、
さらに良いと思います。

例えば、今後、
さらに別の願いができたときに、
おこなってもいいですね。

ただ、
不思議なことですが、

幸せがどんどんやってくるようになって、
自分の願いが叶うことが、
当たり前ようになってくると、

次第に、
ワークが必要なくなってきました。

そうなれば、
もちろん、行わなくてもいいのです。

ただ、そんな中でも、
日々の生活の中で、

怒りを感じたり、

苦しさを感じたり、

そんなことがあれば、
怒りを手放すワークや、
苦しさを消すワークを
実践してください。

これらのワークが、
あなたの心をおだやかに、
あたたかくいられるように、
守ってくれると思います。

さあ、もうあなたの幸せは、
そこにきています。

あなたの願いを叶えながら、
一緒に幸せになりましょう。

【疑問や不安にお答えします】

講座はこれで終了ですが、
不安に思うことがあったら、

下記の問い合わせフォームから
問い合わせてください。

不安を抱えたままいると、
その不安が何度も何度も頭の中に現れ、
あなたの大切な思考を占領してしまいます。

そして、マイナスの波動にさらされることにもなります。
ですから、

「こんなこと聞いていいのかな？」
と思うことでもいいので、

わからないことや不安に感じることがあったら
すぐにご相談ください。

私は、いつでもあなたの隣にいます。

問い合わせはこちらからどうぞ。

<https://black-thrush.com/shitsumon/>



最後までお読みいただき、
本当にありがとうございました。

幸せは、あなたのものです。

常森さつき