人生の不安・問題が消え去り
望み通りの人生が目の前に顕れます

わたしたちは、

この人生を楽しく幸せに生きるための『道標』や、
自分の『取扱説明書』を渡されること無く、
この世に産み落とされ、今まで生きてきました。

現代が、いかに高度に成長し整備された社会だとは言っても、
無垢な精神で生まれたわたしたちにとっては、
この世界は間違いなく野生の厳しい世界です。

この世には、
世界を動かすルールや法則性があり、
人の心や人生もまた、法則に沿って動いています。

でも、わたしたちは、

正しいルールや法則を学ぶこと無く、
偏った知識や偏見、思い込みに沿って行動することで
何とか今までの人生をサバイバルしてきました。

- 人間関係の問題にぶつかり、苦悩し
- 経済的な不安を抱え、惨めな気持ちになり
- 忙しすぎる事を言い訳に、目の前の問題から目を背け
- 何故か自分だけが運悪く、都合の悪い状況に押し込められ
- 心の健康、身体の健康を害してしまったり
- 愛する人と理想的な関係を築けなかったり
- ワクワク描いていた夢や目標をいつの間にか忘れてしまったり

こんな不幸な状況が起こってきた全ての原因は、

世の中に対する偏った見方、

「自分を豊かに幸せにしない信念」を
抱えたまま、あなたが生きてきたからです。

決して、あなたが
問題じゃなかったんです

どうすれば素晴らしい豊かな人生になるのか？
どうすれば自分は満たされ幸せになれるのか？

その答えとなる
『人生のトリセツ』『自分のトリセツ』を
持っていなかったから、知らなかったから、
これまでの問題は起こっていたんです。

例えば、
日本では約７割の人が車の免許を持って、普通に運転しています。

送り迎えや買い物、通勤など、日常の足として
当たり前に車を運転していますよね。

でももし、教習所で交通ルールを学んだり、
運転の仕方を学ばないまま、
公道に放り出されたとしたらどうなっていたでしょうか？

何も出来ずに立ち往生するか、事故をしまくるか、
迷惑をかけるつもりがなくても、逆走、スピード違反などで
違反キップを切られ、毎日咎められ続けるでししょう。

言うなれば、
『自分のトリセツ』を学ばずに生きてきたわたしたちの人生は、

教習所に通って正しいルールを学ぶこと無く、

近所のオジサンやオバサンに教えてもらったテクニックと、
事故を重ねることで身につけてきた「勘」で
毎日運転をしているようなものなんです。

そりゃあ定期的にトラブルが起きるのは当たり前ですよね(笑)

もちろん、教習所で学んだからと言って、
無事故無違反にはなりません。

でも、「こうすれば上手くいく」という
正しいルールを知っておけば、
何か問題が起こった時も冷静に対処できますし、
次に活かして改善することが出来るようになります。

この『自分のトリセツ講座』では、
潜在意識の仕組みと催眠の使い方をお伝えすることを通して、

あなたに『人生のトリセツ』、『自分のトリセツ』を
学んでいただく、人生の教習場のようなものだと思って下さい。

なぜ潜在意識が人生のトリセツなの?

私たちは、普段、「自分で意識して、考えて」
日々の生活を送っている、と勘違いしがちですが、

それは間違いです。

日常の意思決定、思考、行動の中で、
意識的にコントロールしているのは全体の５％未満であり、
残り９５％以上は、無意識的に「勝手に進んでいる」のです。

わたしたちの人生のうち、
顕在意識の支配下にあるのは５％という些細な領域であり、
潜在意識にある信念や思い込み通りに、９５％の現実が作られます。

「毎朝早起きしよう！」
「禁酒・禁煙しよう！」
「お金持ちになる！」
「素敵なパートナーとラブラブに！」
「ジム通いを続けて理想のプロポーション！」
「生活を、人生を変えるんだ！」

そう息巻いて、強く決意し、努力して、頑張っても、
なかなか簡単に現実は変わるものではありません。

「分かっちゃいるけど辞められない」
という言葉に端的に表現されているように、

わたしたちの「意思」「努力」「気合」は、本当に無力なんです。

気合を入れる事や、頑張ることよりも、大事なことは、

人生の９５％を創り出している潜在意識を知ること。

潜在意識を自分の望みに合わせてデザインすることが、
自分の人生を望みどおりにする唯一の方法なんです。

だから、この講座では、『自分のトリセツ』として

潜在意識の仕組みと働きを学んでもらい、
望みどおりに潜在意識を書き換える技術＝「催眠」を
体験し、深く学んで、体得していただきます。

潜在意識が人生を創る

ご挨拶が遅れました。

はじめまして。メンタルコーチ・
講演家の藤原理恵と申します。

わたしが何者か？

そして、何故あなたに今回
この『自分のトリセツ講座』を
提供しようと思ったかについて、

ここからは詳しく語っていこうと思います。

もちろんこのお手紙は、『自分のトリセツ講座』の
募集のご案内文でもあるわけですが、

この文章を読むだけで、学びと気付きが生まれ、
あなたの人生に少しの変化が起きるように設計して書きました。

どうか今から１０分だけ、
わたしからあなたへの心を込めたこのお手紙を
真剣に読む時間に使ってもらえれば嬉しいです。

そもそも、わたしが

なぜ潜在意識を研究し始めたのか？
なぜ催眠を人生に取り入れようと思ったのか？

３つの病気を同時に発症…
死にかけました

わたしが初めて「潜在意識」「催眠」
というワードに出会ったのは、２９歳の時。

当時、過労や、付き合っていた彼の金銭問題など、
様々な要因が引き金になって

鬱・パニック障害・摂食障害を同時に併発し、
死にかけ、人生のどん底にいました。

わたしを決して認めようとしない母
（そう思い込んでました）を憎んでいたわたしは、

瀕死の状態になっても、頑なに
実家に帰ろうとはしませんでした。

体重が３０キロまで落ち、
骨と皮だけの姿になって、休職していた職場に立ち寄ると、
同僚のだれも、わたしだと気づいてくれません。

（同一人物と気づけないほど、変わり果てていたのです。）

人と会うことも嫌で、

太陽が出ている明るいうちは外に出るのを避け、
家の中に引きこもっていた時、

古い知人からもらった一冊の本
アメリカの精神科医・ワイス博士の「前世療法」を読み、

この時に初めて
「催眠療法」「潜在意識」というワードに出会います。

この本を読んだ時、

「いつか催眠療法を受けたい！」
「わたしが暗闇から抜け出せるきっかけになる」

と希望が持てました。

興味がある！でも怪しい
潜在意識と催眠の世界

それから数年後に、インターネットが少しずつ普及し始めて、
「京都　催眠　前世」などのキーワードで検索して調べましたが、

どこのHPを見ても怪しく見えて、
実際に催眠療法を受けるまでには至りませんでした（苦笑）

病気を発症して４年後、結婚を機に、
それまで薬漬けになりながら続けていた職場を退職し、
結婚後すぐに妊娠→出産。

産後６ヶ月でエステの勉強を始め、

さらにその半年後の３４歳の時に
エステティシャンとして社会復帰をします。

子どもの成長と仕事の達成感は楽しかったものの、
価値観、信念、信条のすれ違いから夫婦関係に溝ができ、
夫との溝はどんどん大きくなっていました。

子どもが小学校を入学する直前に
別居、そして離婚したのです。

年収２００万円の４０歳
シングルマザー生活の始まりです

そして運命の時がやってきました。

２９歳で発症してから１２年経過した４１歳の時、

後に、わたしの師となる先生から
催眠療法を受ける、というチャンスが訪れたのです。

師の催眠療法を受けた時、

母との関係性の中で起こった出来事を、
「愛されていない」「認めてもらえない」と解釈し、

それが信念となって潜在意識に刷り込まれていて、
その信念が「母との不和」という現実を創っていた事に気づきました。

不幸はすべて自作自演だった！

ということがわかり、衝撃を受けたのを
今でもはっきりと覚えています。

今では、自己催眠を活用することで
「信念」「思い込み」を見つけ出し
解釈を替えて情報を上書きインストールしたり、

過去の影響を全く受けない
新しいフィールドを創造し、
それを潜在意識に刷り込むことで、

シンクロニシティを体験したり、
過去の記憶の延長線とは違う
新しい現実の創造を起こしています。

４０年以上の人生の中で、何かが起こるたびに、
自分じゃない他の誰かや環境のせいにして、

「他責（全ては他人のせいというマインド）」
で生きてきたわたしが、

「自責（自分が創り出しているマインド）」
で生きることの、幸せと真のゆたかさを
感じることができているのは、

出会いやご縁によるおかげさまと、
「潜在意識」「催眠療法」に出会い
それを人生に積極的に取り込んでいった
おかげさまだと感じます。

１２年間の灰色の人生にピリオドを打った催眠療法との出会い

１２年間も灰色の人生を送り
一度は病気で死にかけ、
年収２００万のシングルマザーだったわたしが、

催眠療法と出会い
潜在意識のメカニズムを知り、

人生をドラマティックに変化させ、
なお進化し続けているいま、

あなたにも、
わたしが人体実験によって理解した潜在意識と、
潜在意識にアクセスするツール「自己催眠法」を
惜しみなく共有したい、と思います。

そして、それらをただ知識としてではなく、
人生に反映させて、

あなたが人生をドラマティックに
変えていかれることに存分に活用していただきたい。

そう心から思います。

催眠って、洗脳とか
マインドコントロールでしょ？

あなたは「催眠」と聞くと
どんなイメージを持たれるでしょうか？

「怪しい」「洗脳」
「マインドコントロール」

などのワードが浮かんだでしょうか？

実は、わたしも自分が催眠療法を受けるまでは
そんなふうに思っていた１人でした。

それは、テレビで映し出されていた
ショー催眠（見世物としての娯楽の演目）の

「人を意のままに操る」
「体の一部を動かなくさせる」

という催眠術を観て、「怪しい」とか
「マインドコントロール」とか「怖い」が
刷り込まれたんだと思います。

けれど、実際に自分が催眠療法を受けてみて、
印象はガラッと変わりました。

あなたの人生を豊かにする
本当の催眠（ヒプノ）とは？

そもそも【催眠術】と【催眠療法】は、
催眠というツールは使うものの、目的が全く違います。

「催眠」とは、
「潜在意識にある暗示を解くこと」と

「潜在意識に新しい暗示を与えること」を指します。

つまり「催眠」自体は、
「潜在意識にアクセスするためのツール」なのです。

わたしたちがテレビで観てきたショー催眠は、
「催眠」を活用した【催眠術】で、

暗示を与えることで、
「人を意のままに操る」
「体の一部を動かなくさせる」
ということを目的として、

術士がクライアントを
「コントロール」します。

一方【催眠療法（ヒプノセラピー）】は、
「暗示を解く」「暗示を与える」の両方をセットで活用し、

「不要な暗示から解かれる」
「いまの自分にふさわしい新しい価値の創造」
ということを目的とした心理療法で、

クライアント「自身」が
「自分の人生をコントロールし、人生をクリエイトする」
ことができます。

催眠「術」と催眠「療法」の違いが
少しご理解頂けたでしょうか？

ここが理解できたら、
催眠というものが、正しく使えば、
人生を豊かに創造する強力なツールであると、
気づいていただけたかもしれませんね。

わたしたちは、大人になっても
ピチピチの子供服を着ている

わたしたちの潜在意識の中には、
家族、地域、友達、学校、会社など
様々な人間関係を通して刷り込まれた

ルール、制限、価値観（ジャッジ）、
思い込み、信念がいっぱい存在していて、
それらが良くも悪くも「自己暗示」になっています。

幼少の頃、子どもの頃なら、それらの自己暗示が
自分を守ってくれていたかもしれませんが、

その中には、大人の自分、いまの自分には
窮屈で合わないものもいっぱいあるんです。

例えば子どものころ、
『食べ残しはいけません！！！』
って親から怒られていた人だったら、

『出されたものは絶対残してはいけない』
っていう自己暗示がかかっていますよね。

それに、言葉だけではなく親から手を出されていたら、

「食べ残す＝手を出される＝恐怖」

という自己暗示になっていて、
食べ残すことに恐怖があるでしょう。

一昨年、一緒にアフリカに旅をした仲間の中に、
「食べ残す＝恐怖」の自己暗示をかけている人がいて、
出された食事を全部食べようとして体調を壊した人がいました。

「からだを壊してまでその暗示守る必要あるの？」

って質問をした瞬間、彼はその暗示から解かれました。

「食べ残す＝恐怖」→「食べ残す＝大丈夫」

という新しい価値を創造した瞬間です。

全てのネガティブな暗示を解く（ブロック解除する）必要はない

こんな風にあなたの潜在意識にも、
ルール、制限、価値観（ジャッジ）、
思い込み、信念が無数に存在していて、
それらが「自己暗示」になっています。

『自分のトリセツ講座』の中では、

不要な自己暗示をモグラ叩きのように
見つけては解き見つけては解き、
という事をしよう、と言うつもりはありません。

否定的な暗示がゼロになることは決してありませんから。

けれど、もしその中に、生き辛かったり、
人生を窮屈にしていたり、魂の進化・成長を止めるような、
制限、思い込み、信念があるならば、

見つけてあげて、呪いの暗示から自己を解き、
今のあなたにふさわしい
新しい価値を創造してあげてほしいな、と思います。

過去の記憶の続きではない
全く新しい人生を生きよう

ここまでで、
潜在意識がわたしたちの行動や人生に
大きな影響を与えていることや、

催眠は、正しく使えば、呪いの暗示を解き、
今の自分に相応しい新しい価値を
創造することができ、

人生を自らコントロールし、クリエイト
していける素晴らしいツールである、

ということが、なんとなくでも
感じてもらえたらありがたいです。

１２年も遠回りをしてしまいました

わたしは、２９歳で
鬱・パニック障害・摂食障害になり、
体重が３０キロ切るまで落ちて死にかけた後、

結婚→離婚
→ボロ町家に住んで年収２００万
→シングルマザーのまま失業
→４１歳で催眠療法を初体験
→２００万の借金をしてセラピスト資格を取る
→潜在意識・催眠療法の研究をする
→自分の人生が激変
→人生を激変させる人が周りで続出する

というプロセスを経て来ました。

わたしは２９歳から４１歳まで、
実に１２年もの時間を要し、
かなり「遠回りしたな」って思います（苦笑）

胸がキュッてなるような後悔も少しはあります。

「もっと早く催眠療法受ければよかったかな」とか
「もっと早く潜在意識のことを知ってればよかったな」
とか思ったりすることもあります。

それは、時間や過去を否定するという意味合いではなくて、
少しの後悔があるからこそ、

「あなたはわたしのように、わざわざ遠回りすることはない」

って思うんです。

そして、もう一つ思うこと、それは…

もし、催眠に出会っていなければ

少し考えただけでも恐ろしいです。

あの時、もし、自分が「潜在意識」「催眠」を
学ばなかった人生を想像してみたら・・・。

潜在意識のメカニズムを知らず、
誤った信念に囚われたままだとしたら、
身動きが取れず、未だに地元に留まっていたかもしれません。

自分どころか、周囲にも知らず知らず
呪いの暗示を与え続けていたら、

親子関係やその他の人間関係も亀裂が入り、
また不幸を繰り返していたかもしれません。

何かが起こっても誰かや環境のせいにして、
ラクだったかもしれないけれど、全然楽しくない
「自分不在」の人生だったかもしれません。

もちろん、いまの仕事もしてないだろうし、
いまの仲間にも出会えてないでしょう。

自分不在の人生

３年前、友人T子さんからの紹介で、
わたしの潜在意識の講座に興味をもった
Sさんという女性とお会いしました。

Sさんは離婚歴があり、
当時中学１年生の男の子がいました。

離婚して実家に戻り、
支配的なお母さんとの折り合いが悪く、
その関係をなんとかしたいのと、
もっと自由になりたい、とのことで、

同じ職場だった紹介者のT子さんが、
わたしの潜在意識の講座を受け、
ものすごい変化っぷりだったこともあって、

わたしのセッションを受けに来られました。

１回のセッションで、Sさんを苦しめていた

「お母さんの愛を得るために、
お母さんの要求を飲まなければならない」

という誤った信念が見つかりました。

Sさんは、継続的に学ぶために長期の講座へ
参加を申込んでその日は帰られましたが、
翌日になって、「キャンセルしたい」と連絡がありました。

その後のSさんは、

お母さんとの関係悪化が原因で鬱になり、
社会生活が困難になって退職し、
息子さんはほとんど家に帰らず、
友達の家を転々としながら非行に走る

という現況とのこと。

あの時もし、Sさんがわたしの講座を受けていたら、
（潜在意識と自分の人生の関係について深く学んでいれば、）
いまとは全く違った人生だっただろうって思うし、

そう考えると、背中をもっと叩けばよかったな
って思ったりします。

そしてまた、もしも過去のわたしが、
彼女のように潜在意識と催眠を学べる機会があったのに
学ばない選択をしていたら。。。

と想像すると、とても恐ろしいです。

あなたも是非一度

想像してみてください

今後、潜在意識の仕組みを理解することなく、
誤った信念に縛られ、苦しめられ続けるとしたら？

誤った信念によって行動を制限され、
過去の記憶の影響に支配され続けたとしたら？

自分どころか、周りの大切な人にも
マイナスの暗示を与え続けるとしたら？

その状態が続くとしたら

５年後、１０年後、３０年後、
あなたの人生はどんなふうになっているでしょうか？

逆に、こういう風にも考えてみてください。

潜在意識のメカニズムを深く理解出来たら？

そして、催眠を使いこなし、今の自分を縛ったり
苦しめている誤った信念＝呪いの暗示が解けたとしたら？

誤った信念から解かれて、
過去の記憶の影響に支配されなくなったら？

自分に愛の魔法を暗示として与え、
周りの大切な人にも愛の暗示を与えることができたら？

あなたの人生はどんなものになっていくでしょう？

ここまで読んできて、

潜在意識に植え付けられている思い込みや信念が、
幼少期や成長期から変わらず大人の自分を窮屈にさせていたり、

誤った信念（呪いの暗示）が
頭では望まないような現実が実現していることを

ご理解いただけたかなと思います。

潜在意識のチカラ

潜在意識には、

- 時間の概念がない（「いま」しかない）
- 現状維持しようとする
- 善悪の概念がない
- 語尾（否定形）が通じない
- １人称（すべて「わたし」として認識する）
- 現実化する

といった特徴があることは、
無料公開しているセミナー動画の中でも語っていますが、

『現実化する』というのは、

あなたの潜在意識に刷り込まれた信念や思い込みは、
「当たり前」「確定事項」として現実化し、
叶えようとしてくれる、ということです。

『時間の概念がない』というのは、

・過去に植え付けた「〇〇な自分」も、
・未来を先取りした不安のイメージも、
・達成したい未来の自己像も、

潜在意識はすべて「いま」と認識するので、

是が非でもその「いま」を
全力で現実にしようとしてくれる、ということです。

こんなふうに説明すると、
誤った信念や、望まない現実が起こることに対する
怖さにフォーカスする人が多いのですが、

潜在意識の特徴を正しく理解した上で、
あなたが催眠をうまく活用すれば、
思い通りに人生をクリエイトしていける、
ということの方を意識してくださいね。

潜在意識はいわば
「自動操縦の車」みたいなもの

運転手のあなたが、
「こっち！こっち！」と思っても
車はあらかじめ内蔵されたルートを走ってしまう。

あなたには、内蔵されたルートが
わからないし、気づく術もない。

その内蔵されている場所が潜在意識であり、

内蔵されている情報にアクセスして
変更するためのツールが催眠と言えますね。

潜在意識は「無意識」なので、
通常、自分で気づいて変更する
というのはなかなか難しいのですが、

今回の講座で正しく学んで実践することで、
セラピストのように、セルフで
自分自身の潜在意識の情報にアクセスして、
情報を変更することが可能になります。

では、潜在意識の情報を書き換えると、
どんなふうに現実が変わっていくのでしょうか。

以前、催眠療法の講座を受講されていた
学校教諭のKさんには、
引きこもって部屋から全く出てこない
２０歳の息子さんがいました。

Kさんは催眠状態の中で、
小学校６年生だった息子さんのイメージが現れ、

「オカン、俺のことをもっと信じてくれ！」

と訴えてきたそうです。

そのときKさんは、

「うん、信じる。お母さんはあなたを信じる。」

って涙ながらに、息子さんを信じると決めたんですね。

そしたら、Kさんが帰宅直後・・・

半年以上顔を合わせることがなかった
息子さんが部屋を出てきて、

『オカン、やっと俺のこと、
わかってくれたんやね。』

と言ったそうです。

この報告をKさんから
メールで知らされた時には、
さすがのわたしもびっくりしました。

Kさんの潜在意識の
「不安」が、「信頼・安心」に
設定変更されたことで起こった奇跡ですね。

こんな話もあります。

Sさんは、催眠状態の中で、音信不通で
疎遠になっていたお母さんのイメージがフッと現れ、

次に、お母さんとの心のすれ違いが起こった
最初の原体験のイメージが現れました。

そのイメージを客観的に観ると、

そのときのお母さんの自分に対する言葉も態度も、
お母さんなりのSさんに対する愛情表現だった、

ということに気づき、
イメージの中のお母さんに、

「愛してくれてありがとう！」

とイメージの中のお母さんに、感謝を伝えました。

Sさんの中で、お母さんへの「許せない！！」
という気持ちが昇華して感謝に変わったんですね。

すると、なんと「その日の夜」に、
Sさんのところにお母さんから電話がかかってきて、

翌週お母さんに会いに行き、
長年のわだかまりが氷解したそうです。

潜在意識が書き換わると
シンクロニシティが引き起こる

潜在意識の情報が書きかわると、
シンクロニシティ（意味のある偶然の一致）
も起こりやすくなります。

本講座の中では、このシンクロニシティのメカニズムも
詳しく解説し、体感するワークも行います。

組織のトップであるAさんは
過去の人間関係のトラウマの記憶を変更して
組織の人間関係がより改善し、
結果として、会社全体の収益が大幅にアップしています。

過去の記憶が変更されると、
今や未来も、過去からの続きとは違う
現実の創造ができるんですね。

そもそも、わたしが
「自己催眠の講座をやろう！」と思ったのは、

人に対して催眠療法ができるセラピストを育成するよりも、
自分で自分にだけできる人を量産する方が、
よっぽどハードルが低い、って気付いたからなんです。

自分にだけするなら、特に資格なんて必要ないし、
正しい知識と実践的なツールがあればOKですものね。

本講座では、ただただツールとして催眠を
学んでもらうのではなく、

あなたの人生を根本から変える潜在意識の叡智について
深く理解し、体感レベルで落とし込んでもらいます。

今まで５０００人以上が
この方法で人生を変えてきました

ここまで長々と、潜在意識のメカニズム、
催眠の有効性についてお伝えしてきました。

読んでくださってありがとうございます。

あなたが人生の中に
積極的に潜在意識と催眠を取り入れ、
『自分のトリセツ』を
手に入れることによって、

ショートカットで加速的な自己実現や、
真のゆたかさ、幸福を
手に入れていただきたいと思います。

今までわたしが関わってきた
５０００人以上の方が、
『自分のトリセツ』を手に入れて、

あらゆる誤った信念から解放され、

達成したいゴールを
ショートカットで実現したり、

- お金の不安の解消
- 長年の夢の実現
- 親子・夫婦関係の劇的な改善・修復
- 理想の恋人の出現
- 理想の結婚
- 理想のビジネスで成功
- 病気や症状の回復・改善

など、挙げ始めればキリがないほど実績を出されました。

『自分が不当な扱いを受けるのは、すべて自分に非があるからなんだ』

という信念があったJさんは、子供の頃からいじめを受け、
そのときの出来事によって定着していた

「自分にすべての非がある」

という負の暗示が解けて、自尊心が戻り、
職場で異例の大出世をした後独立し、大成功を果たしています。

『必要とされる人間でなければならない』

という信念があった大企業の役員Aさんは、

休む間もなく働き続け、家族からも愛想を尽かされ、
家庭崩壊、離婚寸前だったのが、

「必要とされる自分である、ということ以上に、
自分にとって本当に大切なものは何か？」

ということに気づき、現在
ご家族と共に海外で幸せに過ごされています。

『母親なら、自分のことより子どものことを優先するべき』
『お母さんが不幸せなのに、私だけ幸せになるわけにいかない』

と、自己犠牲と罪悪感の塊だったTさんは、
お母さんとの間で刷り込まれた
誤った信念と向き合い、負の暗示を解き、

夢だった英会話講師になり、自分の稼いだお金で、
お母さん、自分、そして自分の子どもをハワイ旅行に連れて行き、

「これからは毎年家族で旅行をする！」
という夢を叶え続けています。

高校生の時のある体験から
男性に対する恐怖心や不信感が強く、
男性とのおつきあいができなかったSさんは、

恐怖心と不信感の元の原体験と向き合い、

『自分に男性を誘惑するような要因があったから問題が起きた』

という誤った信念から生まれていた
女性性に対する否定、性への抑圧があることに気づき、

これらの信念を強めていた暗示を解いて、
自分を許し、女性性の解放をし、

その後見事に理想的なパートナーと出会い、幸せな結婚をしました。

まだまだ書き切れない事例の数々がありますが、
この辺りでストップしておきます（笑）

頭で考えてもわからない人生の答えを、潜在意識は知っている

潜在意識のメカニズムを理解し、
催眠というツールで潜在意識にアクセスすることで、

頭で論理的に考えてもわからなかった
「なぜ？？？」の問いに対する答えが見つかります。

誤った信念を強化している呪いの暗示を解き、
今やこれからの自分に相応しい愛の暗示に替え、

『自分だけのトリセツ』を活用して、

あなたの人生がどんどん軽やかになって、
自分にとっての幸せを手に入れられることが
イメージできたでしょうか？

ぜひ、今以上に、ショートカットで幸せを実現して頂きたいです！

メッセージがかなり長くなってしまいましたが、
【自分のトリセツ講座】詳細を以下からご確認ください。

自分のトリセツ通信講座

自分のペースで学べる通信講座で、
自己催眠が出来るようになる！
潜在意識がマスターできる！

- 日本全国で行われた、２日間集中セミナーの内容すべてを収録した動画＆音声ファイルが、解説と共に通信講座形式で届きます。
- セミナーで使われたスライド資料PDFを観ながら、継続学習が出ます。
- 通信講座だけではなく、フォローアップのための補講（勉強会）を不定期で開催します。（無料でご招待します）
- トリセツ講座受講生のためだけに藤原理恵が撮り下ろした「誘導ヒプノ音源」もついてきます。
- 「自分だけのセルフヒプノ音声の作り方」がステップ・バイ・ステップでわかります。（音声機材の使い方などのテクニカルサポート付き）

【カリキュラム】

＜１日目＞

✷潜在意識のメカニズム
✷顕在意識のメカニズム
✷脳の周波数と意識の状態
✷誘導瞑想（セルフヒプノ）ワーク
✷潜在意識の特徴について
✷思い込み信念がプログラミングされる過程について
✷パターン化しているプログラミングに気づくワーク
✷抑圧したままのインナーチャイルドに気づくワーク
✷インナーチャイルド（セルフヒプノ）ワーク

❋クリティカルファクターの役割や特徴
❋クリティカルファクターを鍛えるワーク
❋催眠のメカニズム
❋『催眠療法』の効用について
❋退行療法（セルフヒプノ）ワーク
❋暗示とアンカリングについて
❋自分のためだけの『アファメーション』を作る

<2日目>

❋1日目の復習
❋ジャッジ（価値観）パターンとは？
❋意識の次元について
❋陰陽相対性と表裏一体
❋法則の働き
❋ホメオスタシスについて
❋ゴール設定
❋自分のためだけのアファメーションを作るワーク
❋シンクロニシティについて
❋感謝と祝福でシンクロが起こりやすくなるワーク
❋設定したゴールを集合無意識に送り出すグループワーク
❋退行催眠のセルフヒプノのスクリプト作成ワーク

【価格について】

「参加費１６万円」で行われた２DAY集中セミナーの全てのコンテンツに加えて、スライド資料、通信講座、特典ヒプノ音声、無料のフォローアップ勉強会参加権利が付いて、59,800円でご参加いただけます。

さらに！

通信講座の販売開始キャンペーンで、

先着１００名限定で

【１万円引き】価格でご参加いただけます。

一般参加価格　~~59,800円~~

キャンペーン割引価格　49,800円

割引価格での参加申込みはこちらから

https://ism-asp.com/order/pd/158551

※キャンペーン対象の１００本が売り切れた時点でこちらの決済リンクは失効します。その場合は、以下の一般販売価格（59,800円）からご購入下さい。
→https://ism-asp.com/order/pd/158552

【よくある質問と回答】

Q.支払いにクレジットカード使えますか？振込のみですか？
A.両方に対応しています。決済ページで、ご希望の支払い方法を選択して下さい。

Q.参加費は分割で支払えますか?
A.一括支払い（振込 or カード）のみ対応しています。

クレジットカード払いの場合、カードによっては一括支払い後に、
リボ払いなどに切り替えることが可能な場合があります。
(詳細はお手持ちのカード会社にお問い合わせ下さい。)

Q.キャンセルしたくなったらどうすればいいですか？
　参加して内容が気に入らなかった場合、返金してもらえますか？
A.商品の特性上、返金には対応できません。

なお、入金後はいかなる理由によっても、返金に対応出来ませんのでご注意下さい。

Q.通信講座だけでヒプノが使えるようになりますか？
A.自己催眠を行うための全てをお伝えしますが、もちろん練習は必要です。

※不定期で東京や関西でフォローアップのための補講（無料勉強会）を行っています。

Q.この講座で他人にヒプノセラピーができるようになりますか？
A.出来ません。他人にヒプノセラピーを行うには、別途資格取得が必要です。

この講座ではあくまで、潜在意識の仕組みと扱い方、「セルフヒプノ（自己催眠）」の技術を学んでいただくものです。
トリセツ講座参加者に対しては、他人にセラピーを提供できるようになるための資格を発行する「ヒプノセラピスト養成講座」のご案内をしていますので、別途そちらにご参加下さい。

Q.参加に際して質問(相談)があるんです が・・・。
A.メールか、Facebookメッセージでご連絡下さい。

気軽になんでもご相談下さいね。この講座に限った話ではありませんが、　自分だけで考えて後悔するパターンを抜け出して、 迷いがあるなら、相談して解決することをオススメします。

質問・相談　お便りメールはこちら　→　project.morie@gmail.com

講師：藤原理恵のFacebook
https://www.facebook.com/beauty.beauty.evangelist

プロデューサー：森嶋裕嗣のFacebook
https://www.facebook.com/morishima.hirotsugu

＝　追伸のメッセージ　＝

初めての催眠療法の中で
３歳の頃の自分と出会いました

最後に、
４１歳でわたしが体験した、一番最初の
催眠療法の中身について少しシェアします。

全く記憶にはない３歳のときのイメージでした。

３歳のわたしは、わたしより２歳下の弟が
わたしよりも母から可愛がられているように思えて、
とってもとっても寂しかったんです。

イメージは、外出先の建物の階段の踊り場から
わたしが当時１歳の弟を突き飛ばしたところから始まりました。

それを見てびっくりした母親に、何の理由も聞かれず、

右頬を思い切り平手打ちされました

とても強烈で衝撃的なシーンでした。

わたしがなぜそんなことをしたのか、
母が理由を聞いてくれないことがとても悲しく、

さらに、
母は「わたしよりも弟の方が可愛くて、
わたしのことは可愛くないんだ」っていう
思い込みが強化された原体験でした。

その時の催眠療法では、そのイメージを追体験し、
ホントに母はわたしより弟の方が可愛いと思っていたのか？

という問いかけによって、
イメージの中で当時の母と対話する、
ということをしました。

すると、イメージの中の母は、

『りえちゃんよりかずぼん（弟）の方が可愛いなんて、
そんなことあるはずないやん！どっちも可愛い子やで。

あの時は思わず手が出てしまってごめん！
かずぼんはまだ赤ちゃんだから、りえちゃんより手がかかるだけ。

りえちゃんもかずぼんと同じ頃はかずぼん以上に手がかかったよ。
二人ともママにとっては可愛い子よ。

けど、痛い思いさせてごめんね。』

って言って謝ってくれたんです。

そこで催眠療法は終了しました。

【母 ― わたしは可愛くない ― 悲しい ― 怒り】

という、幼少から植え付けてた自己暗示の結合が解かれ、

【母 ― わたしも可愛い ― 愛されてる ― 安心】

という新しい自己暗示にすり替わったのです。

「どーせわたしはかわいくないですよ」
って、拗ねクセがあったわたしです。

「母がわたしのことをかわいく思ってくれないから」

すねクセがついていたんだ、と、母のせいにしてましたが、

「かわいくないわたし」
という思い込みがあったからこそ、

自分が自分を「どーせかわいくないわたし」
と扱い・振る舞っていたんだ、ってことに気づき

「もしかして思い込みって１人芝居？！？！」
と気づいた瞬間には、なんだかとっても恥ずかしくなりました（笑）

「あんたほんま可愛くないわー」

って母に言われていたのも、
母に言わせるように自分が無意識の１人芝居をしていた
ってことですね。

「母のせいにしてたけど、わたしだな（苦笑）」

と気付いたことが、

他責（全ては他人のせい）
→自責（自分が創り出している）

へとシフトした、きっかけの一歩でした。

１００％依存の塊だったわたし

催眠療法に出会い、
潜在意識に出会い、

わたしは今まで、

自分の人生なのに、なぜかどこか「他人事」のように
現実に目を背けて生きてきた、ってことに気づいてしまいました。

不幸なのは環境や誰かのせいだと信じていたので、
自分ではない「誰か」によって
幸せにしてもらいたいと思っていました。

在り方そのものが「依存」の塊でしたね。

（今、なかなか勇気の要るカミングアウトをしています（汗））

不幸なのを環境や誰かのせいにすれば
気はラクだけれど、その代わり
自分がいつまでも「不在」なので、
幸せからかなり程遠いんですよね。

こんなふうに、自分と向き合うことから
逃避していたことを認めるのは、
カッコ悪くてダサくてめちゃくちゃイヤでした。

でも、認めてしまえばとってもラクで

「早く向き合ってればよかったw」

って思いました(笑)

「幸せになる！」と、他の誰かではない、

自分を主役にする覚悟を初めてして、
精神的な自立・自律のスタートをしました。

そこから世界の見え方・捉え方が変わり、
環境や誰かのせいにしてた時よりも
「おかげさま」と「感謝」が増え、

そうすると、
「おかげさま」と「感謝」を
共鳴し合える仲間にも恵まれ始めました。

自分が変われば世界が変わる

ってホントその通りだなぁ、って思います。

わたしは、講座、セミナー、
コーチング、講演会、物販など、
いろんな活動をしていますが、

入り口や表現は違えども、
わたしがお伝えしたいこと
目指したい世界観は一貫しています。

それは、

精神的自立・自律＝自責の人生＝人生の成幸
自立した人同士が創造する相互依存の社会

というものです。

講座、セミナー、コーチング、講演会を通して、
関わる人たちが、過去の記憶の影響である
無意識の制限、価値観、思い込み、信念から自分を解き、

今の自分に相応しい価値をクリエイトし、
どんどん本来の自分を思い出し、自己表現する姿に出会う。

その瞬間が、とてつもなくたまらなく愛しくて、感動します。

あなたはわたしのように遠回りしなくていい！

どうかあなたは、ショートカットで
幸せになってください

通信講座及び、補講でお会い出来ることを楽しみにしています。

キャンペーン割引での申込みはこちらから

https://ism-asp.com/order/pd/158551

※キャンペーン対象の１００本が売り切れた時点でこちらの決済リンクは失効します。一般販売価格（59,800円）での購入リンクはこちら
→https://ism-asp.com/order/pd/158552

特定商取法に基づく表示・個人情報の取り扱いについて