

あなたのためのセルフヒーリング



01 癒しの原則 他人はあなたに治せない、改善できない、変えられない

- なぜなら、本当に変化させられる、変えられるのは本人だけだから。
- 現実化する（次元移動する）には、本人が自分の思い込みに気づき、認め、受け入れ、泣いて、手放すという一連の流れ（セルフヒーリング）が必要。
- 相手に貢献するためには、相手より高い周波数（バイブレーション）になって、その場に居続けるだけで良い。相手と同じ場所ではなく、より高いエネルギーの状態であげることが相手にとってのヒーリングとなる。
- これは、個人的意図のない、エゴのない、無条件の愛による調和的な誘導となる。
- よって、相手の変化が相手のタイミングで起こるまで、あなたは「待ち続ける」という忍耐が試される。

あなたのためのセルフヒーリング



02 マインドセットが難しい場合のセルフヒーリング

他人を助けることには、エネルギー的な境界線、限界線を自覚することが重要。

自分が「治せない、改善できない、変えられない」を認めたくない、受け入れられないときは、逆の視点から考えてみる。

- Q1 あなたは自分の選択肢を無視して、他人にコントロールされて生きていますか？
- Q2 あなたは自分の本当の気持ちを見捨て、他人に強制されて生きていますか？
- Q3 あなたは自分の希望を見捨て、他人の言うとおりに生きていますか？

他人が言うとおりに動くことが楽だと感じる時もあるが、その場合、**自分の意志、本当の気持ちを犠牲にすること**を自覚する。そもそも、

あなたのためのセルフヒーリング



02 マインドセットが難しい場合のセルフヒーリング（続き）

- 治してほしい、改善してほしい、変えてほしい、というのは「他力本願」である。
- それは、自分にはできない、と信じているから。（思い込み）
- つまり、無意識に自分本来のパワーを他人にゆだねてしまっている。
- その人は、自分の人生は「自分しかコントロールできない」ことを自覚する必要がある。

ヒーラーとしてのあなたの最初の役目は、相手が「私、治したい。改善したい。変わりたい！」と決断できるようにサポートすること。

もちろん、強制したり、コントロールしたりせず、大きな忍耐をもって！

あなたのためのセルフヒーリング

あなた自身を癒すための、3つの質問

変わってほしい他人は誰ですか？どう変わってほしいですか？

あなたが変わってほしい人とこれからどのような関係性を望んでいますか？

その人に対して、どのような思い込みを持っていますか？

相手にイライラしたり、悲しくなったり、あきらめたりするとき、そこには必ずあなたの思い込みがあります。それは何でしょうか？

他人への思い込みを自分に当てはめた時、何に気づきますか？

他人への批判的な思いは通常、自分に対して同じことを思っているから。自分を深掘りするために、恐れず目を向けてみましょう。



もっとセルフヒーリングを
学びたいですか？



あなたのお悩み & 質問をぜひ送ってください！

1 ニックネーム 2 お悩み & 質問 3 悩んでいる期間

お悩み & 質問を送る