

# 「すべては導かれている」を実感するためのワーク : 要点資料

～その為の能力はすでに備わっている～

## ■ 1 ■ 本日のゴール： イントロダクション

◆ 「すべては導かれている」ことを信念化することにより、全ての出来事が肯定的に捉えられ、あなたが保有している潜在能力がより発揮できる可能性が高まる。生命力に満ち溢れ、人生がさらに楽しくなる。

### ■ 本日のゴール

- 過去を辿って「すべて導かれている」ことを確認してみよう。
- 「すべては導かれている」という信念に生きると、
  - ① 全てを肯定的に捉えやすい自分になるページ見てください。 ②中今の状態を作りやすい。
  - ② 本来の能力がより発揮しやすい。
 その結果、自分らしく生きることができていることを理解する。
- それを効果的に効率良くする為に7つ信念を紹介する。

## ■ 2 ■ すべては導かれているか？過去を振り返る

■ 共通点 → 自分の人生を振り返る  
現在の自分は、自分で選択してきた!!

<変化のきっかけ>

- ① 転機…例)
  - 入学、就職、転職、引っ越し、結婚
  - 出産、転勤、離婚、病気、何かしらの失敗や成功体験、何か(人・本・仕事など)との出会い
- ② 気づきの感情…ネガティブ感情  
ポジティブ感情 ・心の響き
- ③ 思考の反応 …プラス、マイナス反応  
(思考の切り替わり… 冷静、客観的→俯瞰 学び)
- ④ 行 動

本当に、「すべては導かれている」のか！？  
改めてブレイクスルー思考の復習

#### メンクリ思考

- (1)楽天的思考
- (2)ポジティブ思考
- (3)調和思考
- (4)ブレイクスルー思考  
= 人生は問題集

#### 大自然の仕組み

- 「意味(価値)のない現象は生じない」  
…人生では、全てに意味が存在している。  
起こる現象は、今、最適な現象が生じている!
- 試練にどのような価値があるか見出しせない  
⇒ 「とにかく、人知を超えた深い意味がある」  
⇒ いずれは分かる  
⇒ それまで肯定的に生きる

● これらの結果、今の私がある ⇨ よかったと思えますか？

## あなたの人生を振り返り書き出してみよう

年齢	転機・出会い・現象	感情	思考の反応 (学び・決意) →行動
小学生	父と一緒に寄席	楽しい	
	TV芸人のように女性を笑わせたい	嬉しい カッコいい	自分も芸人になりたい 片岡鶴八師匠に弟子入り
20代	芸人としてブレイク	嬉しい やった!	儲ければ、好き嫌い関係なくどんな仕事でもしていた
	・太っている姿→カッコ悪い ・毎晩飲み歩き→やめたい ・しゃべりが軽薄→変わりたい ・たけし、さんまには敵わない	徐々に ・自己嫌悪 ・危機感	(リセット願望があった) シリアスな役ができる役者になりたい →生き残るには？役者 etc...
30代	ボクシング	カッコいい	・子供の頃からしたかったことの一つ ・身体引き締め成功
40代	美しい椿の花を見て感動 タモリと食事中、偶然、絵の先生を紹介される	描きたい ワクワク感	・単純に美しい椿の花を描きたくてたまらなくなった (心が喜ぶタネに素直に従って行動) ・片岡鶴太郎 絵画展、美術館、工芸館まで展開する



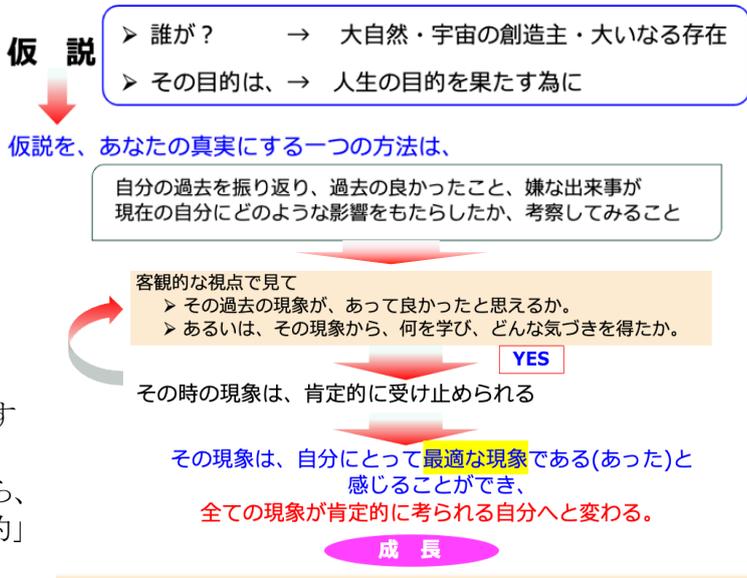
### ■ 3 ■ 誰に、なぜ、導かれているのか？

#### (1) 視点1：量子論から、あなたは、なぜ、生まれてきたのか？

この世の中は、常に変化し、進化・成長している。  
地球規模では、全ての生物、無機物は相互に意味を持って、存在している。

人間は、大自然、世の中に適応して成長し続けてきた。成長の方向は、人生の目的に向かうこと。  
人間は、大自然からその目的を達成する為の能力と環境を備えており、ここに存在している。

素直に考えると・・・人間の存在は、現代の科学では到底作れない存在。  
大自然(宇宙)＝大いなる力が、何らかの目的で創造した！？



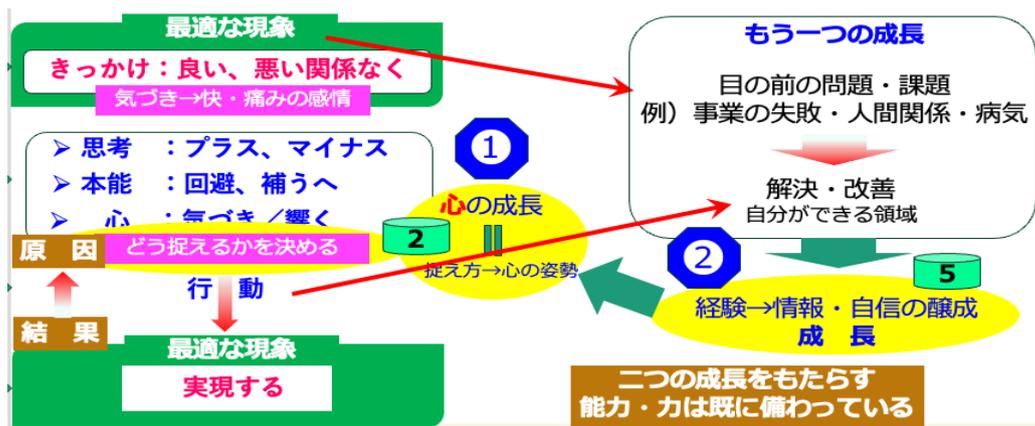
#### (2) 視点2：胎内記憶からの仮説 あなたが誕生した目的は？

生まれる前に自分で計画してきた！？

- 自分の役割を果たすために、親を選択
- 社会(地球環境)に貢献する役割を果たす

それを果たす為には、肉体を持つ必要から、人間として存在。その目的が、「人生の目的」

### ■ 4 ■ 目的を果たす為の成長とは？



最適な現象の意味を発見する質問

■ブレイクスルー思考: 人生は問題集

「何を学ばされているのか？」

■調和思考

「マイナスの反対のプラスは何？」

「プラスの反対のマイナスは何？」

わからない場合は、  
報収集テクニックを併用しよう！  
(夢・グラス・助言者)

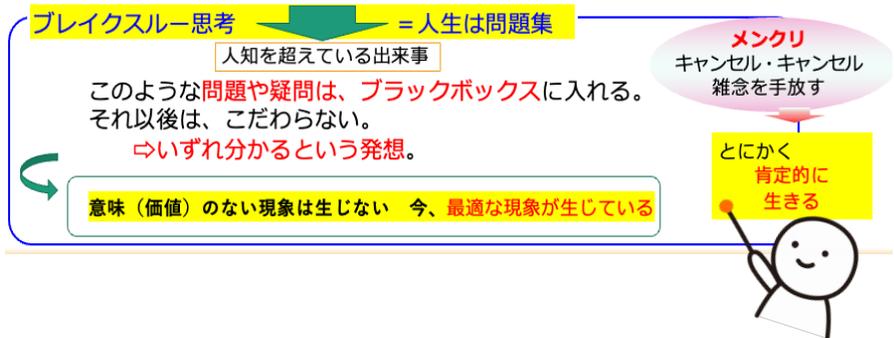
人生は問題集/ブレイクスルー思考の大切な姿勢

人生には、理解できない問題が起こる

意味がわからない出来事

例：「なぜか災害に巻き込まれて、亡くなった」  
「理不尽な戦争」

- ・それが何を意味するのか、分からない。
- ・意味や価値を知ることができない出来事。



■ 5 ■ 死の意味すること

死は、何の為にあるのか？

大切な目的:

有意義な人生を歩む為

- 今・ここという瞬間に生きる 覚悟を持つことができる。

その覚悟は、

- 中今の状態をもたらす。

その結果、既に備わっている  
あなた本来のさまざまな能力・才能  
をより効果的に発揮できる状態を  
もたらす。

2024.3 人生を楽しく生きるための死生観

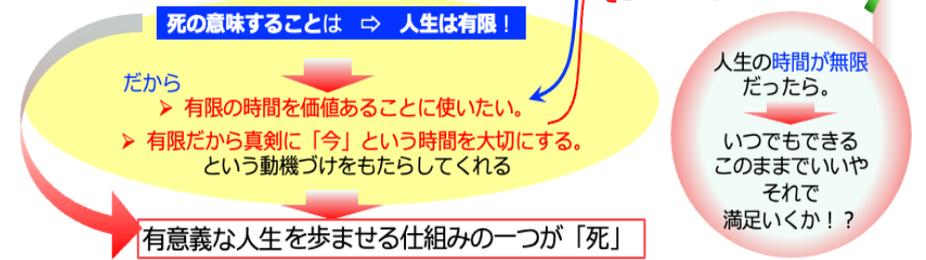
死は、何の為にあるのか？ 大切な目的

肉体がなぜあるのか？

⇒ 経験する為！/ 人生の目的を果たす為

その為に行動を起こさせる  
3つの本能が備わっている。

- ① 痛みを避ける
- ② 快を求める
- ③ 人の為に貢献する



■ 6 ■ 「すべては導かれている」生き方を発揮する為の信念化

導きを邪魔するものは何か？

負の想念=プログラム除くために  
二つのメンタルハウスクリーニング  
が重要。

1) 7つの信念を信念化

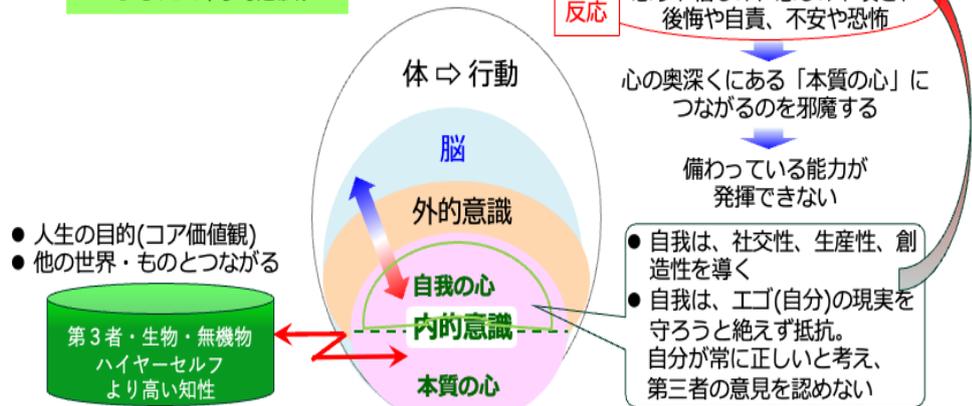
信念化とは、それをあなたの真実に  
にすること。

即ち、内的意識が「それが当然」  
と思える状態を作ること。

2) 日々のメンクリ

正しく導くガイドは何か？

あなたの内的意識



## 2)日々のメンクリ

日々のメンクリに次の内容も追加して頂けたら幸いです。



### ■7つの信念

1. 自分の人生は大自然に、導かれている。
2. 最適な現象 : 自分に起こる現象は、私が成長するための意味ある必要な現象である。  
私は、全てを受け止めます。  
備考>ネガティブな現象、ポジティブな現象に全て感謝。
3. 学び・成長 : 現象から何を学ばされるのかと問いかけ、できることを行動に移す。  
意味がわからない・理不尽なことが起きた時は、いずれ分かると信じ、肯定的に、今を過ごす。  
備考>逆境(問題)から学ぶ。順境から学ぶ(課題を設定)
4. 自責 : 人生における問題は、全て自分に原因がある。
5. 優先順位 : まず、自分の問題を改善し、その上で目の前の現象を自分の役割の範囲で改善に取り掛かる。
6. 潜在顕在能力 : あなたに起こるその現象、問題、課題を改善・解決する能力は、すでにあなたに備わっており、いつでもその力を発揮できる。今できることを考え、行動する。
7. 今に生きる : 今、ここに集中し、今、ここを大切に生きる。  
過去を考えると、問題の解決が必要な時、未来を考えると、ビジョン、戦略、計画を立てる時。

