

初回の方退行催眠内観導入法

【音声開始】⇒ それでは、最初は、目を、開けて、置いて、聞
いていて下さい。

【第三者の目とは】

常に、中道・中庸なる目を、持つ事が大切です。

中庸・中道とは、何事にも偏らず、極端を避け、本質や根源
に、迫る生き方・考え方の事です。

これが、神様・仏様の心です。

つまり、赤の、他人の言動を見て、

「こうした方が良いのにな」

と、判断できる、自分の事です。

他人を、冷静に見る、自分の、目の事です。

この事を、第三者の目と、言います。

よって、常に、自分を、中道なる、言動が、できるように、第
三者の目で、見つめ直して、いなければ、いけません。

【内観とは】

自分で、自分を見つめ、中庸・中道なる目で、自分の過去を、

見つめ直す、この行為を内観と言います。

人間が、死んだ時、絶対に通らなければ、天界に逝く事ができない、通過点があります。

それが、内観です。

天界に逝くには、中庸なる目で、現世、今生の反省を、しなければなりません。

生きている内に、繰り返し、内観をする事によって、貴方の精神は、落ち着き、穏やかとなり、まさしく、神様・仏様のようになり、何もかも、見通せるようになります。

【内観法の実践】

内観とは、一言でいうと、第三者の目で、自問自答し、自分を自分で反省することです。

自分自身の、現時点から、生まれた時までを、他人を見るような、冷静な、判断力・第三者の目で、反省していきます。

【内観の方法】

1、常に第三者を見る目で、自分の言葉・行動を、良い事も、悪い事も、反省する。

2、自分から、身近な人に対する事を、第三者の目で、自分を見つめ、良い事も、悪い事も、反省する。

3、現在から、幼少期までの、自分を、年ごとに、振り返り、良い事も、悪い事も、反省して行きます。

これから、反省して下さい。

と、言った場合は、良い事も、悪い事も、反省する、という意味です。

【例題】、今現在40歳の誕生日を迎え、7カ月過ぎた人の場合誕生日の時点に返り、40歳の年、39歳の年、38歳の年と、年齢をさかのぼり、その歳、その歳を、反省して、行きます。

1、対象人物を決めます。（例：母親に対して）

2、調べる年代を決めます。（例：40歳の7か月間）

3、対象人物に対する、40歳の時の、自分を、第三者の目で、反省していきます。

40歳のとき、母親に対する自分が、・お世話になった事・してやった事・迷惑を、掛けた事、第三者の目で、自分を、見つめ直して反省し、40歳が終わったら、39歳から、0才まで

を、1年、1年、繰り返し、第三者の目で反省します。

【自分から見て反省すべき人】

反省をする人は、身近な人です。

身近な人とは、祖父・祖母・父・母・兄弟・姉妹・自分の伴侶。

内観法に慣れて来たら、脳裏に浮かんで来る、いとこ・友人・知人・隣人・仕事関係・縁のあった人も反省しましょう。

第三者の目で、自分自身を反省して行きます。

【内観のコツ】

内観は、イメージが、とても重要で、当時の、具体的な事実を、思い出す事が、大切です。

これは慣れれば、誰でもできるようになります。

しかし、始めのうちは、思い出すことが、難しかったり、思い出したことを、すぐ忘れたりして、上手くいかないと、感じるかも、しれません。

そんなときは、思い出したことを、書き留めて、置いてもいいでしょう。

内観は、我を見い出す、大きな気づきが、得られる、最大のチャンスです。

【内観法について】

通常、内観法は、覚醒中に、瞑想をしながら、行うものです。

【退行催眠について】

退行催眠は、催眠術を、施術者が、被験者に掛け、行うものです。

催眠術に、掛かる人、催眠術に、掛かりにくい人、催眠術に、全く掛からない、と言う人、人間には、様々な人がいます。

【退行催眠内観法について】

退行催眠内観法は、一種の、儀式です。

退行催眠術に、掛かれば、すんなりと、内観法に進んで、行きます。

催眠術に、掛かりにくい人、催眠術に、全く掛からない、と云う人でも、最初は自分で、思いだしながら、反省して、ゆきますが、繰り返すうちに、出来るようになります。

だから、どんな人でも、受講を、お勧めします、という事です。

何故なら、目をとじて、耳から、入ってくる話に、内観法という

ものが、自然と貴方の、心に刻まれ、自分の力で、内観法が、出来るようになって行くからです。

退行催眠内観法の場合は、走馬灯のように、思い出す事を、第三者の目で、反省してゆけば、よいだけです。

心霊的、見地から、言いますと、貴方は、貴方の守護霊の、導きによって、仏神宗、仏神寺、柳山神社の、ホームページに導かれ、この退行催眠内観法を、受けてみようかと、考えた時から、貴方は、守護霊に導かれています。

退行催眠内観法の、施術に入ったら、施術者の、指導に従い、貴方の、守護霊の導きに従って下さい。

貴方には、より良い未来が、待ち構えています。

それでは、退行催眠内観法を、始めて行きますが、何も深い理論は、要りません。

頭の中を、空にして、私と同じ、手の動きをして下さい。

手のひらと、手のひらを、合わせて、人差し指だけ、真っ直ぐに伸ばし、手のひらを組みましょう。

組むと、人差し指同士が、くっ付かないように、人差し指に、力をいれて下さい。

しかし、段々～段々と、人差し指同士が、くっ付いて来ます。

貴方は、人差し指に力を入れ、指に集中して、指と指が、くっ付かないように、力を入れますが、段々～段々と、くっ付いて、しまいます。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

それでは、人差し指、同士がくっ付いた人は、ゆ～くり、目を閉じて下さい。

目を閉じましたか。

あなたは、段々～、段々～、眠くなる。

あなたは、段々～、段々～、眠くなる。

あなたは、段々～、段々～、眠くなる。

貴方は、全身の力も、ス～ッカリと抜け、安らかな、気持ちとなって、フワフワと、宇宙空間に浮き、気持ちよく眠り、漂っています。

先ずは、私が、貴方の心に、中道なる目・第三者の目・正しい生活の、基本となる、八正道を、お教えします。

中道なる目とは、赤の他人の、言動を見て、

「こうすればいいのにな。」

と、冷静な目で、判断できる、自分の事です。

この事を、第三者の目で見ると、

と、いいます。

これからは、常に、自分の生活の言動を、第三者の目で、判断をし、反省し、生きて、ゆきます。

貴方の根源なる心は、常に、中道なる第三者の目となり、話す時も、行動を起こす時も、全ての物事を、第三者の目で、判断し、行動して行きます。

次は、正しい生活の基本、八正道を、お教えします。

一、私は、全ての、物事を、正しく、見ます。

(この事を、正見と言います。)

二、私は、全ての事を、正しく、思います。

(この事を、正思と言います。)

三、私は、正しい、言葉を、正しく、使います。

(この事を、正語と言います。)

四、私は、全ての事に、正しく、対処し、正しく、仕事をします。

(この事を、正業と言います。)

五、私は、正しい、生活をして、自分の命を、大切に、生きます。

(この事を、正命と言います。)

六、私は、全ての事に、正しい、努力をし、精進して、生きます。

(この事を、正精進と言います。)

七、私は、全ての、物事に対し、正しく、思慮し、気付き、心の中で思い、正しい念を、送ります。

(この事を、正念と言います。)

八、私は、正しく、精神統一し、正しく心を、安らかにせて、集中し、反省します。

(この事を、正定と言います。)

七、八、これは、瞑想の事です。

瞑想とは、反省です。

反省には、第三者の目が、必要です。

中庸の心、中道の心、第三者の目を、知らない人が、幾ら反省しようとも、正しい反省、瞑想は、出来ていません。

七で、正しい念を、送ります。

八は、まさしく、瞑想、全体の、行為です。

貴方は、正しい生活の、根源が、八つの道だと、理解しました、よって、八つの道、八正道を、心に刻みました。

次は、八正道で、やっては、いけない事を、教えます。

嘘を、言わない事。

むだばなしを、言わない事。

二枚舌を、言わない事。

二枚舌とは、人、それぞれに、相反することをいって、仲違いさせる、言葉などの、事です。

粗暴な言葉を、言わない事。

人を、あしざまに、ののしる事を、言わない事。

悪い行いを、しない事。

三毒を、言わない事。

三毒とは、

一、物欲、名誉欲など、際限のない、欲などの、むさぼりの心を、もたない事、言わない事。

二、腹立ち、憎しみ、恨みの、感情などの、怒りの心を、もたない事、言わない事。

三、物事を、正しく、判断できないこと、無知や無明のこと、愚かな心を、もたない事、言わない事。

以上を守り、八正道を正しくおこなってれば、
生命の殺生を、故意にしなくなります。

人の物を、故意に盗まなくなります。

ふしだらな行為を、しなくなります。

ウソ、偽りを、言わなくなります。

心にもない、綺麗ごとを、言わなくなります。

人の悪口を、言わなく、なります。

信用を失うことを、言わなく、なります。

モノオしみせず、欲ばらなく、なります。

人に怒り、人を憎まなく、なります。

ゴウ・因果・エengi・輪廻の、間違った考え方を、しなくなります。

以上、八正道について、終わります。

さて、貴方は、全身の力が、ス〜カリと抜け、安らかな、気持ち

と、なっています。

貴方は、何もない、宇宙空間に、フワフワと浮き、気持ちよく、漂いながら、眠っています。

貴方は、さらに、深い眠りに、落ちてゆきます。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

〜。

それでは、ゆ〜くりと、貴方の、回りを見て下さい。

良く、前方を見ると、地下に降りて行く、階段があります。

この階段は、過去に帰る事のできる、唯一の階段です。

階段を、ゆ〜くりと、人生を振り返りながら、一段、一段、降りてゆきます。

さて、過去に戻れる所まで、降りてきました。

階段を、降りるのを、やめて、立ちどまって下さい。

今日から、全ての物事を、自分の、言動も、他人を、見るような、冷静な目で、第三者の目で、判断し、反省して、ゆかねばなりません。

第三者の目で、自分の過去を、反省してゆくと、時には、涙が自然に、あふれ出てきます。

それは、正しい感情から、湧き出るものであって、何ら恥ずかしい事では、ありません。

あふれ出てくる感情を、思いっきり、出し切ってください。

それは、神様・仏様の感情であり、中道の心の感情です。

だから、第三者の目で、反省する事が、大切なのです。

貴方が、神様・仏様の心に、近づく為には、自分自身の、全ての、過去を、第三者の目で、反省して行かねばなりません。

御理解が、出来たでしょうか？

理解が、出来たのでしたら、うなずいて下さい。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

貴方は、（ 才 ）の誕生日の日に立ちどまり、（ 才 ）の年を、見つめ、振り返っています。

只、ジ～ッと一点を、見つめている事によって、反省しなければ、行けない、言動が、走馬灯のように、過去の、記憶が、蘇

り、脳裏に、（ 才 ）の時の、映像が、映し出されて来ます。

先ずは、思い出された、一つの、言動を、第三者の目で、反省して下さい。

反省が済むと、次に、反省しなければ、行けない言動が、脳裏に現れて来ます。

繰返し、第三者の目で、反省して下さい。

こうして、貴方が悪かった、自分の言動を、思い出し、一年間を、反省する事が、できます。

ジ〜ット一点を、見つめていても、走馬灯のように、過去の記憶が、脳裏に、映し出されない人は、この歳の事を、自分なりに思い出し、一つ、一つの言動を、第三者の目で、反省して下さい。

1 年間の反省が、終わりましたら、階段を一段、降りましょう。階段の 1 段が、次の誕生日までの 1 年間です。

1 年間を反省し、階段を 1 段降ります。

この繰り返しです。

終了の時間が来たら、こちらから、声を掛けます。

それでは、始めて下さい。**【音声終了】**

【終わる時】

自分の言葉でいう⇒ それでは、終了の時間が、来ましたので、区切りの良いところで、内観法を終了して下さい。

今日は、何歳までの、自分の反省が、終わりましたか、教えてください。

答えさせる。

【音声開始】⇒ 次回の反省は、貴方が、今、答えた、歳からの、反省です。

貴方の、過去の反省が、間違っていれば、次回、脳裏に映像として、繰り返し、映し出されて来ます。その時、再度、反省して下さい。

それでは、本日は、これで終わりです。

貴方は、私が、手のひらを、2回叩くと、カラダの疲れも、なくなり、心の迷いも、す～かり消えて、最高の気分で、ゆ～くりと、目を覚まします。**【音声終了】**

【手のひらを2回叩く】