

2回目以降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。

【第三者のメとは】

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・ホトケ様の心です。

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、判断する自分の事です。

他人を、冷静に見る事が出来る、自分の、目の事です。

この事を、第三者のメと、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、コンジョウの反省を、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・ホトケ様のように、何もかも、見通せるようになります。

常に、貴方の心は、毎日、第三者の目に、なっている筈です。

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、カラにして、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〜ツカリと抜け、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。

この前と、同じように、中道なる目、第三者の目、正しい生活の、
基本となる、ハッシュョウドウを、教えます。

中道なるメとは、赤の他人の、言動を見て、
「こうすればいいのにな。」

と、冷静なメで、判断できる、自分の事です。

この事を、第三者のメで見る。

と、いいます。

貴方の根源なる心は、日々の生活の中で、常に、中道なる第三者
のメとなり、話すときも、行動を起こすときも、全ての物事を、
第三者のメで、判断をして、行動し、生きてゆきます。

次は、正しい生活の基本、ハッシュョウドウを教えます。

一、私は、全ての、物事を、正しく、見ます。
(この事を、ショウケンと言います。)

二、私は、全ての事を、正しく、思います。

(この事を、ショウシユイと言います。)

三、私は、正しい、言葉を、正しく、使います。

(この事を、ショウゴと言います。)

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、ショウギョウと言います。)

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、ショウミョウと言います。)

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、ショウショウジンと言います。)

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、ショウネンと言います。)

**ハ、私は、正しく、精神統一し、正しく心を、安ら
かせて、集中し、反省します。
(この事を、ショウジョウと言います。)**

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、正しい瞑想は、できません。

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、完全に、ハッショウドウを、理解しました。

貴方が、心に刻んだ、正しい生活の、根源は、八つの道、ハッシ
ョウドウです。

ハッショウドウで、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、話さない事。

二枚ジタを、使わない事。

二枚ジタとは、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、使わない事。

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、ハッシュドウ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・エング・輪廻の、間違った考え方を、しなくなります。

以上、ハッシュョウドウについて、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、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。

この前の、地下に降りて行く、階段があります。

前回は、(47才から、48才を行ったり来たりの途中) で、反省が終わっています。

それでは、(47才) の、トキまでの、階段を、(13段) 降りましょう。

階段を降りたら、

降りました。

と教えて下さい。【音声終了】

降りました。と返事があったら

【音声開始】⇒ 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、フワフワと、宇宙空間に浮き、気持ちよく、漂いながら、眠っています。

更に、貴方は、深い眠りに、落ちてゆきます。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

ジ～ット、一点を、見つめて下さい。

わたしが、【瞑想開始】と、言ってから、【瞑想終了】までの、約 30 秒間のあいだに、この前見た、映像が、脳裏に蘇ってこなかったら、前回の反省が、第三者の目によって、反省された事のあかしです。

この前見た、映像が、脳裏に蘇って来た人は、そのまま、再度、反省して下さい。

反省が、終わりましたら、

『終わりました。』

と、教えて、下さい。

【瞑想開始】。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

2回目以降の方 退行催眠内観法導入法

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

2回目以降の方 退行催眠内観法導入法

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

2回目以降の方 退行催眠内観法導入法

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

2回目以降の方 退行催眠内観法導入法

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

2回目以降の方 退行催眠内観法導入法

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

～○

2回目以降の方 退行催眠内観法導入法

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

～。

【瞑想終了】。

どうでしたか

何も映し出されなかった人は、

うなずいて、下さい。【音声終了】

うなずいたら、次に進む。

うなずかなかった場合は、

『終わりました。』と言われてから次に進む。

【音声開始】⇒ 貴方は、前回、(3才から、48才を行ったり来たりの途中)で、反省が、終わっています。

その所から、反省を、スタートして下さい。

反省が、終わりましたら、ゆ〜くり、階段を一段、降ります。

ジ〜ット、一点を、見つめていると、反省を、しなければなら
ない映像が、脳裏に、映し出されて来ます。

一つの、自分の言動を、第三者の目で、自分を反省して下さい。

一つの、自分の反省が済むと、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。

あとは、この前の要領と同じです。

終了の時間が、来ましたら、私から、声をお掛けします。

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～っかり消えて、最高の気分で、ゆ～っくりと、目を覚まします。【音声終了】

手のひらを2回叩く。