




引き寄せの法則のテキスト講座

～引き寄せの法則のススメ～



こんにちは。スピリチュアリストのLilly やよいです。

今日は、最近巷でよく目にする「引き寄せの法則」についてお伝えする引き寄せの法則の基本講座です。

とても奥の深いことなのですが、今回は基本的なことだけ書きました。

「引き寄せの法則」、この言葉を今まで聞いたことがいない人もいます。

私のところにセッションへ来られる方というのはきっと

「何かをどうかしたい」から来ているかと思うのですね。

これから先が不安。

どの道に行こうか迷っている。

人間関係において悩んでいる。

悩み、迷い、自分ひとりだとどうしていいかわからない。

周りの人に聞いてもわからない。

そして、それは

「自分の人生を今より良くしたいから」アドバイスを聞いたり

ヒーリング、アチューメントを受けたりするわけですね

「今より良くするとかは思ったことはない。このままでいいです。」

「いやー、ただなんとなく、、、無料だし開いただけで意味はないっす。」

と言う人は今すぐこの文章を読まないで閉じちゃってください。

あなたに差し出せるものはここに書いていないし時間の無駄にさせてしまうからです。

そして、そういう方は私のセッションへ来ても、「な〜んじゃいこれ」って感じで終わると思いますよ。

そもそもあなたの求めるものと私が提供しているものが一致していないでしょう。

いつも私のブログの冒頭に書いてある言葉には意味があります。

このブログは

自己成長したい

もっと豊かに自由になりたい

楽しく生きていくために「変化」したい

という方に向けて書いています🎵

↑コレです。

こういった方のために何を提供できるかを考えて発信していて、

逆を言うと、そうじゃない方は読まんでもいいですよって意味も含めているんです。

「だって、そういう人に対して差し出せるものがないから。」

だったりします。

- ・何かをどうにかしたいけど方法がわからない。
- ・自分を変えたいと思う。そのための方法が知りたい。
- ・自分が何をしに生まれてきたのかを知りたい。
- ・自信をつけてキラキラ輝いた人生を送りたい
- ・学ぶのが楽しくて好き。難しいこととかさらに燃える。
- ・自由に軽くなりたい。

これらを何とかしたいから、やよいさん、なんかない?!

ということであれば

これに一つでも当てはまる方大歓迎です。

全部当てはまるという欲張りさん（良い意味での）

大好きです笑

欲求の強い人ほど伸び代が大きいとも思っています。

人は誰でも「もっと今より〇〇だったら」という思いがあるものだと思います。

その「思い」「願い」自体が、理想の状態から自ら遠ざかってしまっているということ

が多々あるんですね。

そして、セッションに求めることを明確にもらった方がより
アドバイスを活かしていただけるかと思いこのテキスト講座を作りました。

私が提供しているセッションは、現代のスピリチュアル世界の基本的な知識や思想を元にしたものになっています。

あなたは「スピリチュアル」に何を求めますか。

残念ながらスピリチュアルは、何も努力をしなくても何だかよくわからない見えない力で魔法のようにあなたを都合よく救ってくれるものではありません。

私の意見ですが

学び、実践し、成長させるもの。気づきを得て解放し、癒し、赦すもの。
であると思います。

スピリチュアルの世界に逃避したり
神がかった力に過剰な期待を持ったり
ただの女子同士のコミュニケーションツールとなっちゃったりっていうのは

なんだかな～@@ という感想を持っています。

このようなこと考えることはありませんか？

「早く結婚したい」

「好きな人はいないけど彼氏が欲しい」

「何が何でも成功したい」

「病気にだけはなりたくない」

「子供のために離婚してはいけない。または結婚してはいけない」

「お金さえあればよい」

などなど、誰もが一度は思ったことがありそうな言葉ですが

これらの「思考」が実は・・・

「〇〇がない」という状態を強く認識してしまい、

**「欲しいものを手にしていないという状態をそのまま現実化してしまう」
というものなんです。**

ということかと言いますと

早く結婚したいと思えば思うほど出会いから遠のいてしまったり
相手のいる方は結婚へ進まなかったり

病気にだけはなりたくない、という思いは、病気を引き寄せ
ている。

お金さえあれば良いという思いは、そのまま「お金だけ」ある現実を作り出し
「お金以外はない」になってしまいます。

幸せとは様々な要素が折り重なり感じ取れるもの。「お金だけ」では他のところが
蝕まれるのです。心とか、体、身近な人などですね。

引き寄せの観点から見るとそういうことになってしまっているのです。

信じられないと思うかもしれませんが、

例えば、こんな話を耳にしたことはないでしょうか。

「結婚したくて婚活パーティーに通いまくっていた人が諦めた途端
理想のパートナーを見つけて結婚した」

これなんかは、引き寄せの法則をよく表している例です。

体調を壊したら健康になりたいと思いますし
お金がなければ欲しいと思いますし
寂しければ恋愛したかったり友達が欲しかったりするのが
人間というものであり、

そう思って、当然。 そう思いませんか？

引き寄せの仕組みを学ぶことで欲しいものを手にして

どんどん物質的にも心も豊かになれるのです。

ただし！

正しい手順を踏み、理解し、実践、行動すればのお話^^！

素のまま引き寄せてる人ももちろんいるのですが、そういう場合つまづいた時に
知識的に起きているかわからないため抜けだすまでに時間がかかりがちです。

学校の授業でもその人によって得意な科目もあれば
苦手な科目があったように
すぐに引き寄せをマスターし始める人もいれば

なかなか上手くいかない人もいます。

上手くいくのにも理由があり
逆に上手くいかないのにも理由があるんですよ。

最近ではスピリチュアルの業界もとてもカジュアルになってきていて
古代の叡智が近所の本屋で手に取れる時代です。
今は科学の時代と思われがちですが

実はどんどん世界は「物質至上主義」から「精神性への回帰」に向かっていますからね。

今は誰でもお手軽に引き寄せの法則を知ることが出来ます。

各地で連日のように引き寄せを扱った講座が開催されているくらいですからね。

上手く引き寄せている人と、引き寄せ歴 10 年いまだによくわからない・・・
なんていう引き寄せへの猜疑心いっぱいになってしまっている人も少なくなく・・・

これはきっぱり言ってしまうですが
「引き寄せの法則」自体は本当にあるのです。

ただ、使いこなすためには**正しい手順を踏み、しっかりと理解する。**
引き寄せ任せにせず、しっかりと行動に移す。

ここが大事です。

ちなみに「引き寄せの法則」と言いますが

「法則」とつくものなので、これは

「信じていてもいなくても無条件に発動しているもの」

と定義します。

皆さんご存知の「万有引力の法則」

これも、皆さん「信じていてもいなくても」重力のある中で生活していて、ジャンプすれば下に着地しますし、テーブルの上にあるコップが支えを失うと床に落ちますよね。



これが「信じていても、いなくても発動する」ということになります。

そして、「引き寄せの法則」も同じく、皆さん信じていてもいなくても
もうすでに発動している中にいて

「今日の前にある現実はあるあなたが引き寄せている」ということ
になるのです。

今日の前にある現実満足であろうとなかろうと、それはあなた自身が選択した道だということです。

絶対法則はちょっと残酷なまでに忠実です。

こんなこと、学校では絶対教えてくれませんでしたよね。

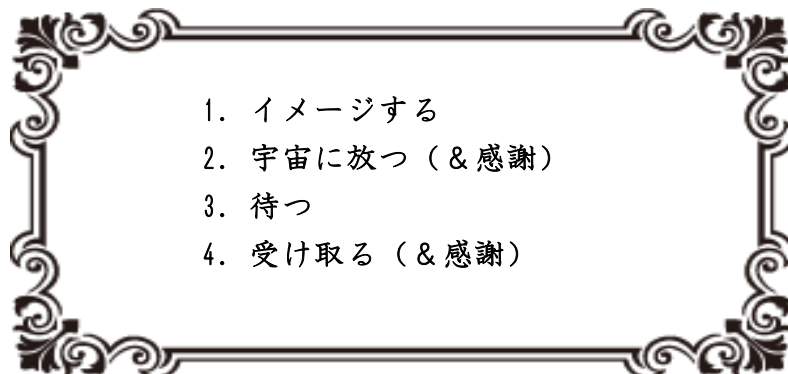
私はむしろ、学校教育では真理とは程遠いことを教わってきてると感じます。

この講座では、誰でも無自覚のうちに行っている「引き寄せの法則」を理解し、

意図して活用していくための方法をレクチャーしていきます。

今はわからないと思うのでこれから順番に説明していきたいと思います。

それではまず、「引き寄せの法則」についての大まかなステップを紹介していきたいと思います。

- 
1. イメージする
 2. 宇宙に放つ (& 感謝)
 3. 待つ
 4. 受け取る (& 感謝)

なんとたったこれだけ。

となると信じられないのも無理はありません。

多くの人は簡単であるほど信じるのが難しく、
複雑で難しいものほど価値があり、効き目がありそうと思うものです。

「イメージだったらとっくにしてるわ！」

そう思いますか？

まあ、とにかくこの先を読んでいってみてください。

ただ、この簡単なステップの中でも、「つまづきポイント」が存在します。

「引き寄せの法則」は簡単に言うと、あなたの思考したもの、イメージしたものは現実になる

ということなのですが

ということは、この仕組みを理解し、コントロールし、使いこなすことが出来れば

「人生を制覇」したも同然

そう思いませんか??

本当にそうなのです。「この法則に従えば」可能なのです。

私たちが住むこの3次元の世界では、様々な「法則」が働いています。

ゲームで例えるなら、「ルール」のようなものでしょうかね。

一つだけではない法則が働いている環境設定の中にいるので、「引き寄せの法則」だけが絶対ではありませんが先程お伝えした「万有引力の法則」と同じく、**すでに発動しています。**

この引き寄せの法則は一見目に見えないものなのですが、引力も同じく目に見えない力ですよ。

「思考が現実化していて」それが、あなたにとって望ましいことが現実化しているのかそれとも望ましくないものが引き寄せられているかの違いであって、これを理解し、使いこなすだけで格段に生きやすく楽しい人生となるでしょう。

そして、私はこの「引き寄せの法則」を皆さんにマスターしてもらってどんどんハッピーになって欲しいと心から願っています！

あ、ちなみに、実は成功者やお金持ちの数には制限がありません。大規模な幸運を引き寄せたり、奇跡を連続して起こすということも起こるようになっていきます。

そういった人は氷山の一角、ということはないのです。

これからは、限られた人だけが豊かになるのではなく

皆で幸せになりまくる時代！ ^^ ♪

引き寄せにはいくつかのポイントがありそれを学ぶことは

それは課題を乗り越え「自己成長」にも通じてきますし執着を手放し「悟り」に近い境地に達することに似ていたりするのです。

「学び」「悟り」な～んていうと、堅苦しく思うかもしれませんが、

一番大切なポイントは「ワクワクすること」なんです。

宗教の匂いがしたりする方もいらっしゃるかもしれませんが当サロンは宗教団体とは一切

関係ありません。

というか宗教がここまでネガティブイメージを持ったのは一部の過激なカルト的宗教が世間に強烈な印象を与えたからだと思っています。

引き寄せを使いこなすにはなりたい自分になり、欲しいものを引き寄せるんだ~と思ってワクワクしましょう。

そして、これはオカルトや魔術でもなんでもなく物理学にもしっかりと通じているものなのです。

それでは、まずは最初に今回の講座では基本的なことをサラッとお伝えしていきます。



あなたの欲しいもの、引き寄せたいものをリアルにイメージします。

たったこれだけ。

それではここから、詳しく説明しますね。

ポイントとしてそのイメージは、「今すでに手にしていると錯覚するほど」リアルで臨場感に溢れているということが求められます。

そして、「本当に欲しいものが来るんだ！」と思いこんでしまってください。

クリスマス前の子供の心を思い出すような感じで。

本当に叶うんだと思って、ワクワクするまで想像します。

遠慮はいらないのです。欲しいものをどんどんイメージしましょう。

オーダーに制限はかけなくてもいいのです。

イメージはタダです笑

ちなみに、引き寄せは「物」だけじゃなくても手にすることが出来ます。

こんな人に出会いたい

こんな仕事に就いてみたい

物質だけでなく心も豊かになりたい

心から楽しめることを見つけたい

たくさんの奇跡的なこと、感動的な体験をしたい

スピリチュアル能力を高めるために必要なことを学びたい

人との出会い、仕事、望む環境・・・なんでもありです！

引き寄せたいものにも制限はありません！

なんでもオーダーしてOK なんです☆



2.宇宙に放つ (&感謝)

宇宙に放つってなんだろう、と思うかもしれませんが、

「宇宙をお願いする」という感じですね。

レストランに来たとしたら、メニューを見て注文しますよね。

オーダーしなければ始まりません。何も来ないのです。

それから、お願いする対象は引き寄せを行っている人それぞれで
「ハイヤーセルフ（大いなる自己）」であったり「スピリチュアルガイド」
であったりもします。

これらは、どれでも大丈夫なのです。

守護霊や誰でもいいからなんとかしてくださいという言葉はオススメしません。

守護霊の役割、ガイドの役割、それぞれ担当が違うもので
引き寄せはガイドの方が得意かと思えます。

それから、誰でもいいからなんとかして〜と放ってしまうと、「どこに繋がるか」わからないの

で届かなかったり、違う存在に繋がってしまうことや、

「なんでもいい」から事態が変化するだけのことが起こってしまったりします。
引き寄せの闇鍋状態笑

しっかりと宇宙や高次の存在にお願いを届けましょう。

そして、宇宙、ガイドたちはどういうものかと言いますと「あなたの望みを叶えたがっている存在」なのです。信頼して委ねてください。

願いを放ったら、それと同時に宇宙が「OK！わかったよ〜♡」と言ってくれているのをイメージしましょう。

宇宙って、広くて星がいっぱいあって、どういったものなのかイメージしづらい方も多いかと思いますが、このあたりのイメージは自由で大丈夫です。

私のやり方ですと、思いを放った後広い宇宙全体がピカーッと金色に光っているところをイメージします。

金色はマニフェステーション（現実化）を象徴する色でもありますね。

ご参考までに☆

そして、放った後は先に感謝をしてしまいます。

スピリチュアル業界、精神世界ではよく「アフメーション」を使うことが多いですが、言葉の力はとても強力です。

アフメーションは完了形で行い、すぐに「ありがとうございます」と感謝の言葉を述べるのが基本です。

×「臨時収入が入りますように」

◎「臨時収入が入りました。ありがとうございます。」

というような感じに。

×「幸せな結婚がしたいです」

◎「幸せな結婚が出来ました。ありがとうございます。」

すでに叶っているということを先に作ってしまうのです。

引き寄せの法則とは、

幸せな人がさらに幸運を引き寄せる良い循環

アンラッキーが続く人がさらなる不運を招く悪循環

のことだと思っていてください。

聖書の中にこのような言葉があります。

富めるものはますます富み、貧しきものはますます貧しくなる。

聖書には様々な法則や真理がぎっしりと詰め込まれているのですがこの言葉はまさしく引き寄せの法則にも当てはまります。

富める者はますます富み

お金があり、豊かな人にはお金が集まる。

ということですが他の物事にも当てはめることができます。

いつも周りに人が集まり人から愛される人はさらに人から愛される。

異性にモテる人はさらにモテる。

貧しき者はますます貧しくなる。

お金がない人はますますお金が遠のいていく。

これは

いつも失敗ばかりの人はまた失敗する。

トラブルが多い人はまたトラブルに見舞われる。

これは、どちらにしても「引き寄せの法則」が働いていることで
幸せな波動を放つ人が幸運を引き寄せ
不幸体質な人が不運を引き寄せる

なのです。

「じゃー、ずっとそのままじゃん!？」

と思いますか？

無知を知に変えて意識を変え行動を変えていくことで

望んだものを引き寄せる

ということが可能だから、こうして文章に起こしています。

不可能だったら書いてません笑

今まで上手くいったためしがない、

「ずっとますます貧しくなる者側だったよ～」という方もいらっしゃるかもしれません。

このように思ってください。

願望は実現するのが当たり前で、叶っていないのは

何かが足りないか

見落としているか

あなたがこの法則をあなどっているか

しているから。

「お願いと同時に感謝をする」

感謝の波動はとても高いものです。言葉を浮かべるだけでも、波動が高まり高い次元と繋がるのです。

イメージする、の段階でもワクワクすることで波動を高めたり、まだ手にしていなくてもすでに手にしているようにイメージしたりするのですが

「高い波動を放つ人に高い波動のものが寄ってくる」ということ。

幸せ、結構、愛、成功、豊かさ。など これらの高い波動を持つものがやってくるのです。

なので、「先にあなたの波動を高める」ということが必要なのです。



そして、宇宙にオーダーを放ったら忘れましょう。
忘れて待つのです。

忘れる＝手放す

と表現してもいいでしょう。

え、オーダーしたのに忘れるの？と思われるかもしれませんが
とても重要なステップなのです。

忘れること、これが難しかったりします。

「忘れよう」と意識しているうちは「忘れられない」からです。

通販で欲しいものを注文した時って届くのが待ち遠しいですよ。

例えると注文したことも忘れる。という感じです。

なので、引き寄せをマスターしている人たちは欲しいものが叶った時、
後から思い出したらオーダーしていた
ということがあるのです。

それにもコツがあるのです。

簡単なのは、

- ◆目の前のやるべきことに集中する
- ◆他のことを楽しむ

などをしましょう。

そして、ここで疑ってしまうことも、現実化を遠ざけてしまいます。

イメージを放ったら、これは叶うんだ！と思って安心してワクワクして待ちましょう。

「イメージ」が具現化して、目の前に届くのには時間がかかります。

そして、どれくらいの時間がかかるかはそれぞれなのです。

ここでもさらに、つまずきポイント！

叶わないということで、焦ったり、もういいやと思ったり、不信感を募らせてしまったり
落ち込んでしまうこと、本当にこれで来るの？という不安や恐れ
波動をぐーんと下げてしまいます。

低い波動は、幸せ、愛、豊かさなどを遠ざけるのです。

「引き寄せの達人はワクワクの達人」なのです。

子供の頃に戻ったような気持ちでワクワク、楽しみながら！

これが引き寄せの達人の極意なんです☆





4. 受け取る (&感謝)

最後は受け取るというステップです。

そして、それに対して叶えてくれた宇宙やガイドに感謝しましょう。

感謝があなたの波動を高めて、さらに次の幸せの連鎖が起こりやすくなるのです。

もらうだけ、となるととっても簡単！

そう思いがちなのですが、皆さん例えば

「今すぐ100万円が欲しい」と思ったとしますよね？

「お金は今すぐにでも欲しい、もらえるもんなら欲しい」
と口にしたとします。その後、すぐに誰かから

「100万円をあげるよ～」と言われたらどうしますか？

何の躊躇もなく受け取れるでしょうか。

様々な理由が浮かんで、ちょっと待った、と遠慮してしまうかもしれません。

受け取るということには「受け取る器、スペース」が必要なのです。

受け取るための準備という言い方もできます。

車が欲しかったら、駐車場が必要ですし

いきなり大金が入ったら税金のことで慌てることもあるでしょう

ここで重要になってくるのが、「**ブロックの解除**」になってきます。

ブロックという言葉聞いたことがありますか？

簡単に言うと、「やりたいことがあるけどできない」原因となっている**潜在意識**の中に

出来るもので

これは生きている間、誰もが持っているものなのです。

「受け取るブロック」というのは、多くの人が持ちがちです。

- ・自分には受け取る価値がない
- ・幸せにはなれない
- ・お金持ちにはなれない
- ・私を愛してくれる人はいないかもしれない

このような思いがあると、いくら頭では欲しているものでもチャンスを逃したり、そもそもチャンスを見逃してしまうのです。

そして、今まで説明してきたその他のステップの中にも、ブロックが関係してくるポイントが存在します。

【イメージする】

- ・そもそも欲しいものがわからない
- ・幸せなイメージが出来ない
- ・無限に欲しいものが手に入ると言われても遠慮してしまう
- ・ついネガティブなことを考えてしまう

【宇宙へ放つ】

- ・宇宙ってなんとなくよくわからなくて怖い（未知への恐怖）
- ・宇宙とか高次の存在が私の願いを聞いてくれるの？という不安、疑いが出てしまう。

【待つ】

- ・不信感が出てきてしまう。
- ・不安や恐れからネガティブになって諦めてしまう

【受け取る】

- ・せっかく来ても受け取れない
- ・せっかく来ても、これじゃないと決めつけてしまう

などなどその他でも、ブロックの作用で幸運を引き寄せられないパターンに陥る方はたくさんいます。

ブロック解除も取り入れつつ、引き寄せのメソッドを実践していくことがとても効果的だと思うのです。

なので、ブロック解除のテキスト講座も用意しました。

どうぞ、この引き寄せの法則基本講座～今こそ引き寄せをマスターして幸せ体質になる！～と合わせてご覧になってくださいね！

ちなみに、念のためもう一度説明すると

「イメージしたものがそのまま現実になる」ということは

・私は誰にも愛されないのではないか

という思いがあると、そのままのことが起こり
(恋人、友達が出来ない、人間関係がうまくいかない)

・男性、女性不信があるとそのままのことが起こり

(交際する相手が毎回問題あり。)

・お金なんていらない、お金は汚いという観念があると

(いつもお金が出て行くことが起こり、不足感がある)

ちなみに

・今すぐ結婚したい。なんとしても結婚したい。

といった思考は、ステップ1でお話した

「今すでに手にしている状態」と遠い状態です。

「結婚したい」ということは、「今こうして結婚していない私」を強くイメージしているからなんですね。

結婚をしている状態を欲し、焦がれている状態をイメージし続けているのでそれがそのまま現実に表れているのです。

・引き寄せの法則やったけど、早くお金を引き寄せたい！今すぐなんとかして！

というのも、今お話した「お金が欲しい私」＝「お金を持っていない私」を強くイメージしていて、なおかつステップ3の「待つ」（忘れる）ということが出来ていない状態です。

こういう状態は、すっかり「**執着 MAX モード**」になっていると言えます。

「執着」はとても低い波動なので、引き寄せのふんわりとした高い波動と繋がれないのです。

引き寄せはふんわりとした羽のような質のエネルギー。
ただがむしゃらにオーダーしまくったり、ギラギラと結果を追い求めたりというのちよっと繋がりにくくなります。



☆気合いや根性で進みまくるのは前時代的な力の出し方！肩の力を抜いてリラックスするのがポイントです♪

もし今の時点で引き寄せたいものが来ない時は、次の原因が考えられます。

- ◆現実化までに時間がかかっている。
- ◆潜在意識の深くまで浸透していない思考である場合。
- ◆本当にその人が欲しいものじゃない場合。
- ◆今の時点のその思いが叶わない方が本人にとって幸せである場合。

宇宙や高次の存在はとっても優しいのです。このようなことまできちんと調整して

必要なものを必要な時に届けてくれます。

身近なことで一つ例を挙げるとすると、朝と夕方のニュースを見る習慣はありますか？

朝の寝起きの状態、夕方は仕事から帰ってきて夕飯を食べてボーっとして眠くなってきます。この時の脳、意識って非常に「潜在意識に刷り込みが行われやすい状態」なんですよ。

ニュースって、明るいものよりも暗く、不安を煽るものばかりが多くないですか？
殺人事件や交通事故、先行きが不安になる政治のことなんかが多く、それを見て
家族と、「嫌な事件ね～・・・もしこんな事件に自分たちが遭ったらどうする～？」

なんて言い合う習慣はどのご家庭でも見られやすいかと思いますが

これは引き寄せの観点から言いますと

今すぐやめましょう！

です。

引き寄せの達人を目指すにあたって重要なことがあります。
潜在意識の仕組みを知っておくと、今後幸せをグイグイ実現するのに
役立つことでしょう。

イメージしたものの中でも潜在意識の奥までしっかりと馴染んだものが現実化します。

これがとても重要なところです。

そして、イメージしたことが現実化するのであれば

逆に言うと

イメージ出来ないものは実現しない

ということになりますよね！

そうなのです。最初のステップ1で書いた、「もうすでに手にしているかのようにリアルにイメージする」というのは、身近でなかったり見たことがない、体験したことがない分野のことは・・・

イメージ出来ません！

幸せな家庭を持たなかった人は、「結婚」自体に良いイメージがなく表面的な願い＝顕在意識（けんざいいいしき）では結婚したいと思っても交際するパートナーとの関係で不幸になったり

幼少期に貧しい暮らしを経験してきた人であれば、お金持ちになりたくてもどうなればいいのか、お金のある暮らしがどういうものなのかリアルにイメージ出来ません。

そして、

そもそも、なんと今思いつく願いがそもそも心から欲しくないものだった

ということも往々にして起こりえるのです。というか、ほとんどの方が学びを進めていくうえでここを通過します。

先程例に出したメディアからの刷り込みは私たちが思っているよりもずっと深刻で、私たちの潜

在意識の深くまで染み込んでいます。

このことに警報を鳴らしている人たちもたくさんいますね。

そのためスピリチュアル界に造詣の深い人たちは
「ニュース、新聞を見ることをやめる。」ということにしている人は多いのです。

このように、簡単なステップのように見えますがつまづきポイントが
いくつかあるんですね。

- ・早く〇〇したい
- ・何が何でも〇〇しなければ
- ・〇〇が絶対必要

このような言葉が浮かんでいたら、引き寄せたいものは遠ざかってしまいます。

高い波動になっていくためには例えばこんなことがいいですよ。

ほんの一部ですが、引き寄せの準備にオススメなことをご紹介します。



心からワクワクすることをする

☆「やらなければいけない」ことではなく、「やりたいこと」をやりましょう。

そんなことを言っても・・・と思われるかもしれませんが、引き寄せ体質になってクリアになるためにはとても重要なことなんです。

やりたくないことを出来るだけやらないこと。

やりたいことを優先させることがとても大事です。

会いたくない人に会うのを止めてみましょう。

無理をちょっとづつでいいからやめていくのです。

心身共にリラックスさせる

☆温泉に入ったり、アロマオイルで好きな香りを嗅いだりしましょう♪

体を「温める」って簡単にハッピーになれて良いですよ～

マッサージを受けるなんていうのもとっても良いですよ！

施術中にゆっくりイメージしてみるというのもいいのではと思います。

積極的に自分のご機嫌を取る

☆「ねばならない」「しなければいけない」が多かった日本の社会の中で、「自分で自分のご機嫌を取りましょう～」なんて言われたことはなかったかもしれませんね。

これをやれば私は機嫌が良くなるということを、出来る範囲でやっていきましょう。

我慢は禁物です。



とまあ、こんな感じです。

本書では他にもまだまだある引き寄せのコツ、の一部をご紹介させていただきました。

- ・「ブロック解除」
- ・「潜在意識」

に関しても文章にまとめたいと思っていますので是非合わせてご覧になってくださいね♪

最後までお付き合いありがとうございます☆

著者：Lilly やよい

- ・この文書は著作権により保護されています。
- ・如何なる理由であれ、この文書の全部一部を、著作権者の許可なく二次的に出版、販売、配布、使用することを禁止します。
- ・無断で盗用、引用を発見した場合は断固とした対処を取らせていただきます。

当文書、及びホームページの一部あるいはすべてを無断で利用（コピー等）することは、著作権上の例外を除き、著作権者の許諾が必要です。

また、ホームページ上の画像・イラスト・文章・ロゴ・データ等もすべて著作物となります。

著作権者の許諾なしに、インターネットやイントラネットなどの公衆送信での使用はできません。

以下の行為が著作権に抵触します

- ・当ホームページの文書・ブログ内文書・テキストなどの全体または一部を許可なく転載すること。
- ・文書の装丁・内容・目次・ロゴなどのすべて、または一部を許可なく掲載すること。
- ・ブログ・テキスト内文書やホームページ上の文章などの要約を掲載すること。
- ・当文書や当ホームページ上の画像・文章・キャラクター・イラスト等をもとにしたマンガ・小説・文章・パロディを作成し、掲載すること。
- ・当文書やホームページの画像・キャラクター・ロゴなどを使用、加工、改変し、ホームページに掲載したり、壁紙、アイコン、ソフトを作成し、掲載すること。

※以上の行為は著作権等の権利の侵害となります。法的手段を講じることもありますので、ご注意ください

免責事項について

当ホームページのご利用及びご閲覧は、ユーザーの自己責任においてなされるものです。

当ホームページの作成にあたっては、細心の注意を払っておりますが、当ホームページへのアクセスまたはご利用により発生したいかなる損害（コンピュータやネットワークシステムに生じた損害を含み、直接損害・間接損害の別を問いません）やその修復費用等に対して、一切の責任を負うものではありません。

また、予告なしに情報の変更、中断をさせていただくことがございますが、それに伴う損害に関しても、同様に一切の責任を負うものではありません。