

件名：世界一簡単に「悟り」を開く方法

=====
※このメールは『ヤギコーチ無料オンラインセミナー』
に参加いただいた方にお送りしています。
=====

こんにちは、ヤギです^^。

「悟り」

スピリチュアルや心理を探求する人の中
には「悟り」をゴールに置いている人
は沢山いらっしゃいます。

でも、

「悟りって、どういうこと？」

そう聞かれると答えに困る人は
結構多いのではないのでしょうか？

ちなみに「悟りの定義」ですが、
仏教ではこのように示されています。

=====

自分という「自我は幻」だと
実感することが「悟り」である。

=====

自分というものが
存在しているようだが、
本当は自分など存在していない。

私という存在は、

今まで関わってきた人、出来事、環境など、
無数の「因縁」が組み合わさってできた
情報の集合体(まとまり)に過ぎない。

私という自我は、

今まで生きてきた環境や
今まで出会った人々から受けた影響を材料
に作られた”今この瞬間の状態”にすぎない。

材料(人や環境などの情報)が変われば
私という”今この瞬間の状態”も
どんどん変わっていく。

今はあるかも知れないが、
今をすぎれば、もうないかも知れない。

つまり…

私とは“不変の存在”ではない。

私とはあるようで、ない。

私とはないようで、ある。

私(自我)とは「空」である。

この「空」を実感としてつかみ、
自我の囚われから脱却することを、
仏教では「悟り」というワケですね。

...

正直、つかみにくい話ですよ(汗)

ちなみに、

つかみにくい「空」をつかむために
昔から行われてきたのが「瞑想」です。

実はです。

瞑想によって「空」をつかみ悟った人は、
瞑想中に”とある共通点”があったこと
が分かってきたようです。

それは、

=====

脳波が「7.8 ヘルツ」に
なっていたという共通点です。

=====

ちなみに、7.8 ヘルツとは
地球が発している周波数であり、

「シューマン共振」

とされています。

また、人間は 7.8 ヘルツの脳波になると
超人的な能力を発揮することも、
一部の実験で分かっています。

- ・自然治癒力 & 高いヒーリング能力
- ・インスピレーションの発揮
- ・高いチャネリング能力
- ・言霊による現象化力

これらの力を発揮する人の脳波は、
7.8 ヘルツの傾向にあることが
分かってきたのです。

「でも、それってどうやるの？」

「特別な人だけができることでしょ？」

いいえ・・・

実は、誰でも脳波を 7.3 ヘルツにして、
空の実感や、超人的な能力を発揮
することが可能です。

お釈迦さまの時代にはなかった、

「デジタルの力」

を利用すればです(笑)

そこで今から、

=====

デジタルの恩恵を使い倒し、
誰でもできる「簡単な瞑想」で
脳波を 7.3 ヘルツにする3ステップ

=====

を公開します。

■ステップ1:

7.8 ヘルツの周波数を
YouTube を使って発生させる。

<http://ar8.jp/l/m/gZAZUiLvrCHExO>

※クリックすると youtube に飛びます。

上記の URL をクリックして
7.8 ヘルツの周波数を発生させます。

■ステップ2:

動画から発せられている
7.8 ヘルツの周波数と同調する。

目をつぶって……

7.8 ヘルツの周波数を体で感じ、
自分と一体化させるイメージをします。

瞑想に慣れている人は
この段階で「自我」が抜けていき、
無まはた空を体感する人もいるでしょう。

■ステップ3:

目をつぶり瞑想しながら、
息を吸うときに「良かった」
吐くときに「ありがとう」と心で唱える。

「良かった」

「ありがとう」

この2つの言葉を心で唱えると、
脳波が 7.3 ヘルツになりやすいこと
が一部の実験で分かってきたそうです。

また、良い言葉には、

「心のうっ滞」

をクリーニングする効果もあります。

例えば「ホオポノポノ」は、

- ・ごめんなさい
- ・許してください
- ・愛しています
- ・ありがとう

この4つの言葉を唱えることで
心を浄化させる方法として有名で、
効果を体感している人は沢山います。

つまり、上記の3ステップで瞑想を行うと、

- ・無または空をつかめる(空に近づける)
- ・あなたの能力が開花&研ぎ澄まされる

・心のうっ滞がクリーニングされる

という、

人間が「意識進化」するためには
欠かせない”全ての恩恵”が得られます。

瞑想の時間が取れない人は、

呼吸する際に「良かった&ありがとう」
と、心の中で唱えるだけでも
効果があります。

日常生活における「幸福感」を高めたい方
は、ぜひ取り入れてみてください。

それでは、またメールしますね^^。

ヤギヒロキ