

ムスピの会ニュース

発行
ムスピの会
出版部
6月の月齢
下弦 6/2
新月 6/10
上弦 6/18
満月 6/25



宇宙生理学入門⑮

潜在意識の法則〜自他の区別ができない不分別の法則

潜在意識の世界に主語は存在しない

潜在意識のメカニズムの一つに自他の区別ができないという法則があります。普段私たちは、話をするときに、私とあなた、彼、彼女、われわれ、私たち、あなた方と言つように、自分と他者とを区別して話しています。ところが、潜在意識の世界には主語がありません。みんな一緒という感覚で分け隔てなく認識してしまつのです。

「人を呪わば穴二つ」や「天に唾を吐く」、「身から出た錆」といふ諺がありますが、これは人を呪つと自分に災いが返つてくることを表して、潜在意識が自他の区別をできないことを端的に物語っています。人を恨むといふことは自分を恨むことと同じことなのです。逆もまた真なりで、イエス・キリストの「与えよ……はらば与えられん」といふ言葉は、人に喜びを与えるると自分にも喜びが返つてくると言っているわけです。

人間関係のトラブルは自己否定が原因

問題は、「自分なんて」とずっと自己嫌悪や自己否定してきた場合です。自分を否定していると他人をも否定したくなる感情が湧いてくるので、無意識に人を責めたくなる、批判したくなる、悪口を言いたくなる衝動が生じます。これは、自分に対して行つてきた否定的な行為が、同時に相手にも無意識的に出てしまつという潜在意識の自他の区別ができない働きから

きています。

自分のできないところ、ダメなところ、悪いところばかりに焦点をあて続けていると、潜在意識という検索エンジンを使って「あら捜し」をするようになり、他人のクセや欠点、問題点ばかりに目が行くようになります。そうすると、何かのきっかけでうつかりその欠点を指摘してしまい、相手に不愉快な想いをさせて人間関係がギクシャクして不仲になり、トラブルの原因になります。

そうならないためには、普段から自分の良いところに焦点をあて、日々ほめ続ける、感謝し続けることです。自分の美点や得意な点を意識し、評価していると、自然に他人の良いところに目が行くようになります。そして、ちょっとした相手の変化に気づいて、褒めたり、評価してあげたり、心から感謝できるようなると相手はとても喜んでくれます。

自己評価力を高め素敵な人生を手に入れる

褒められて悪い気がする人はいません。さらに褒められた人は認めてくれた人に好意を持ちます。人生は人間関係によつて発展していくものなので、自分に好意を持ってくれる人が増えるにしたがつて、良い仕事や縁が舞い込んできます。素敵な人生を送ろうと思つたら、真つ先にすべきことは自己評価力を上げることです。自分の評価が上がるにつれて、人からの評価も上がっていくのが潜在意識の法則だからです。人に愛してもらいたいと思つても、自分を心から愛せなければ、真の愛を受け取ることはできません。他者は、鏡に映つた自分だと思つとわかりやすいかもしれません。自分が不機嫌な顔をしていれば鏡には不

機嫌な顔が映り、にっこりと笑えば鏡から笑顔が返ってくるように、この世界は、自分のしたことが自分に返つてくるという因果法(鏡の法則)に支配されていると言つてもよいでしょう。

自分が変われば周りも変わります

上司から評価されない、同僚から批判される、家族から疎外される、恋人に裏切られるといった状況に陥るのは、自分自身をあるがままに評価せず、批判し、疎外し、責め続けてきたからに他なりません。上司も同僚も、家族も恋人もそうですが、他人を変えることはとても難しいです。物事がうまくいかない時、人のせいにして、自分を正当化しようとする人が多いですが、本当の問題は、自分自身の中にあるのです。

「過去と他人は変えられない」と言いますが、それは、自分の外の状況を変えようとしても変わらないといふことです。自分の潜在意識にため込まれてきた自己否定のデータを消去し、自己肯定に書き書きするまで、よくない状況はずっと続くでしょう。しかし、自分の内的な方向が変われば、過去は上書きされ、他人も良き方向に変わりますのが宇宙の法則です。まずは、日々自分を褒める言葉、あるがままに受け入れる言葉、感謝の言葉がけを繰り返し書き返して、よいデータを入力し、自己肯定感を高めていきましょう。これは稽古なので時間はかかりますが、一番の早道です。さらにプチ断食を併用すれば、オキシトシンという統合意識(自己肯定力)に目覚めるホルモンが分泌されるので、より早く結果が出るのでおすすめです。

ごぼう茶

国産
有機栽培

遠赤焙煎
旨味倍増

カフェイン
フリー

生活習慣病や便秘が気になる方におすすめ！

ごぼうには食物繊維（水溶性・不溶性）が含まれており、なかでも水溶性食物繊維「イヌリン」は体内に吸収されやすく、腸内でゲル化することでスムーズな排便を促し、血糖値の上昇を抑えてくれます。また、腸でフラクトオリゴ糖に分解されたイヌリンは善玉菌のエサになり腸内環境を整えてくれるので、便秘や糖尿病、動脈硬化など生活習慣病の予防におすすめです。お湯を注ぐだけで手軽にごぼうの有効成分を摂ることができます。さらにカフェインフリーなのでむくみが気になる妊婦さんやナイト・ティーとしてもお飲みいただけます。



原材料：有機ごぼう（九州・北海道産）
内容量：80g 定価：1,944円（税込）

ごぼうには、昆布などに含まれる旨味成分のグルタミン酸（アミノ酸）が豊富に含まれています。良質のごぼうを遠赤焙煎したごぼう茶は、香ばしく風味豊かで、ほのかな甘みと苦味がクセになるおいしさ。ぜひ試してみてくださいね！



ごぼうの主な栄養成分

食物繊維	水溶性	イヌリン	腸内環境を整える／血糖値の上昇を抑える／利尿作用
	不溶性	リグニン	コレステロールを下げる／腸の蠕動運動を促進
ミネラル		カリウム	利尿作用／むくみ防止／血圧を下げる
		カルシウム	骨や歯の形成／筋肉の収縮・弛緩／神経の情報伝達／出血時の血液凝固作用
		マグネシウム	骨や歯の形成／体内酵素の働きを保つ／筋肉の収縮／神経の情報伝達／ホルモン分泌／体温調整
アミノ酸		アルギニン酸	疲労回復／免疫力向上／精力増強／新陳代謝を促す（美肌）
		アスパラギン酸	疲労回復／免疫力向上／精力増強
		グルタミン酸	免疫力向上／血圧を下げる／脂肪の蓄積を抑える／お肌の潤い（美肌）
ポリフェノール		サポニン	脂肪の分解／血流改善／抗酸化作用／老化防止／免疫機能の活性化
		タンニン	抗酸化作用／老化防止
		クロロゲン酸	抗酸化作用／老化防止

*不溶性食物繊維は水に溶けないため、食事で摂ることをおすすめします。



ムスピの会 HP はこちら