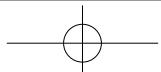


セルフ前世療法

根本恵理子 著



はじめに

あなたには忘れている大切なことがあります

前世を見るとときは、足元から見ていくことが多いです。

「何を履いていますか？」とお聞きして「裸足です」と答えが返ってくると、
（貧しい人物かな？ それとも相当古い時代かな？）と予想しながら聞いていきます。

「ほとんど何も身につけていません。腰を布が覆つている程度です」

「上半身裸です。筋肉がついてがっしりしています」

「髪はぼうぼうで伸び放題です」

と、まあここまで来たら原始人ですね（笑）

「手に何を持っていますか？」に対して

「槍を持っています」とか「石の斧を持っています」だと、もう決定です。

「何をしていますか？」と聞くと、「狩をしています」ということが多いです。

女性ですが、木の実を拾ったり、果物を集めたりしているシーンもありました。

「顔は黒く、汚いです。お風呂に入っていい感じです」

そりやあ、お風呂はないでしょうね。

面白かったのは、「臭いです」と顔をしかめながらお答えになつた人。そうか、原始人って臭いんだ（笑）。そうだよね。

クライアントさんの大半は女性なのですが、原始人過去生が出てくると「願望や妄想じゃないな」と思えて嬉しくなります。

ほぼ裸で、髪がぼうぼうで、臭くて、槍を持って狩をしている前世があつたらいいな♪と思つて いる女性はほとんどいません。原始人が見えてきた方のほとんどは「予想もしなかつた」と面食らうようです。

原始人の過去生での「学び」は、「家族」にあることが多いです。家族を愛していた。家族を失つた。家族が大事だった。家族を守りたかった。そんな体験や感情がよく出できます。

今回の人生の家族が、その時も家族だったこともあり「こんなに昔から家族だったんですね」と感じた時の感動は深いようです。

はじめまして。私の仕事は、前世療法をするセラピストです。

「記憶の蓋ふたを開ける」お仕事です。

蓋を開けると忘れていた記憶が蘇って来ます。

そこで分かってきたのは、私たちは自分自身のことをほとんど忘れて生きているということです。覚えているのはほんの一部で、それが自分自身だと錯覚しています。もうびっくりするくらい忘れています。

人生で本当に大事な「忘れている記憶」部分は、よく氷山の図でたとえられます。顕在意識よりもはるかに大きくて、潜在意識として、自分を動かしています。

だから、こういうことはないですか？

なぜか、こうなりたくない、ということになってしまふ。似たような出来事を繰り返してしまふ。似たような人が繰り返し現れる。

それは気づいていない自分自身がそれを選んでいるからなのです。

さらに、こんなこともないですか？なぜか大好きなことがある。なぜか惹かれる人がいる。なぜか懐かしい場所がある。

それは気づいていない自分の「本質」がそれを選んでいるからなのです。

私たちは忘れてはいるけれど、記憶は消えることはありません。

若い頃、学生の頃、子供時代の頃、赤ちゃんの頃、胎児期、そしてお腹の中。「再生」されないだけで、

「記録」されています。

そして前世。

驚いたことに、記憶を取り出すことは可能なのです。覚えていないから「前世はない」ということではないのです。（前世存在の贊否、先端研究については、本文で触っています）

個人セッション時点で74歳の方がいらしたことがあります。

「自分の人生がどうだったかを振り返って意味を感じたい」というご希望でした。

出てきたのは、5歳の彼女でした。

70年の歳月を超えて幼児の自分に戻り、涙を流しました。

「こんなことがあつたなんて、思い出すこともなかつた

「もう終わつたことだと思っていた」

「覚えてはいたけれど、こんな意味があつたとは気づかなかつた」

記憶を取り出した方々は、口々にそんな感想をおっしゃいます。何十年も触れたこともなかつた

記憶が、大人になったその人を動かし続いているケースに、たくさん出会ってきました。

記憶は生きています。

何歳になつても、何十年経つても、生まれ変わつても、消えることも薄れることもない。それが記憶の性質だということに、セッションをやればやるほど気付きます。私たちの人生は、「記憶」に動かされているのです。

記憶を取り出した時、はじめて「もう終わりにしていいんだ」「別のものを選んでもよかつたんだ」「泣いても（怒つても）よかつたんだ」と受け止めることができます。

その時に「解放」が起ります。それは大きな大きな感情体験です。

多くの方は「スッキリしました」「楽になりました」「軽くなりました」という感想をおっしゃいます。忘れていた大切なことを取り出して受け入れるということは、そういうことなのです。

むしろ、忘れたつもり、なかつたこと、覚えていないことの方がやっかいです。見えないから、触れられない、変えられない。

ほんとうは大切にしなければいけない自分自身や周りの人を、大切にしないことは、とてももつたいないことです。見えていないから、せつかく宝物を持って生まれて来たのに、埋もれている、

ドブに捨てているということもあります。「無理」「できない」「こわい」という思い込みをどこかで作って、自分に制限をかけている人がとても多くいます。

一般的に言つて、現世の過去より、前世の方を忘れて います（笑）。

忘れて いれば いるほど、コントロールできずやっかいだ、という法則があるとすれば、忘れて いる前世の方が面倒です よね。

トラウマという言葉がありますが、記憶の恐ろしさとパワフルさを知つてほしいのです。記憶を取り出してはじめて**自分自身の人生を書き換える**ことができます。今の自分がはじめて大きく動き出します。前世療法は人生を変え、自分の内なる輝きを最大化する最強のツールになります。

自分にとって身近な人の本当の大切さを感じることができる。
自分の能力や適性をもつと知ることができます。

心から大切に思えるものをまつすぐに感じることができる。

辛かつた過去に意味があつたと納得できる。

今苦しい現状はどんな原因があつたのか理解できる（そして、それはうわべだけでない本質的な解決につながる）。

そういうことを深く深く、胸搖さぶられる感覚で思い出すお手伝いが「前世療法」なのです。

本書は、読者の皆さんが「自分自身で前世を見る」目的のために書かれた、「セルフ前世療法」の手順ガイド書籍です。

詳細は本文に出てきますが、ネットからダウンロードした「誘導音声」を使うための具体的な方法を解説しています。

- (1) 体をリラックスさせる準備段階（5分11秒）
- (2) イメージを追っていく練習段階（5分47秒）
- (3) 前世を見る本番（29分20秒）

「見えない世界」との付き合い方は、慎重にしなければならない部分が大きいので、ぜひ後半の「実践編」をしつかりお読みになって、チャレンジしてみてください。

根本恵理子

セルフ前世療法
もくじ

目次

第1章 前世療法とは何か

はじめに・あなたには忘れている大切なことがあります 2

前世は「自分」で見ることができる 2

前世療法って何をやるの? 2

キーワードは「潜在意識」 2

心の蓋を開けるのは簡単! 2

記憶の扉が開く脳波とは: 2

ワイス博士の大ベストセラー『前世療法』 2

催眠療法(ヒプノセラピー)って何? 2

催眠療法の三つの柱 2

もつと前世療法を知るには 2

コラム① 常識を変えて行く前世療法と研究者たち 2

第2章 前世が見えると何が分かるか

見えて来るのは「今の自分」 39

人生の使命は分らない? 40

家族や恋人、友人などとの縁がわかる 41

今まであったことの意味がわかる 44

47

44

41

40

繰り返してしまう行動の理由がわかる……	50
繰り返し見る夢の意味がわかる……	49
やめられない癖や強い好みがわかる……	48
現世で会ってる人は前世でも会っている	47
彼氏とは騎士と馬だった……	46
夫とは源氏と平家だった……	45
前世で息子を火あぶりにしていた	44
職場の同僚がチームで転生……	43
ペットのワンちゃんは象だった	42
私は空海に会っていた？……	41
コラム②世界中から集まる、ワイス博士のセミナー	40
前世を体感する……	39
前世を体感する……	38
温度を感じる……	37
温度を感じる……	36
体の感覺いろいろ	35
体の感覺いろいろ	34
災害や処刑の体験	33
灾害や処刑の体験	32
匂いを感じる……	31
匂いを感じる……	30
味を感じる……	29
味を感じる……	28
味を感じる……	27
味を感じる……	26
味を感じる……	25
味を感じる……	24
味を感じる……	23

第3章 見えないものを感じる

前世を体感する…… 83
 温度を感じる…… 81
 体の感覺いろいろ 79
 災害や処刑の体験 77
 匂いを感じる…… 75
 味を感じる…… 74
 前世を体感する…… 73

重さを感じる
前世療法は「見えない世界」への扉
コラム③「靈的人生観」とポジティブ心理療法
コラム④前世「占い」ではない
84 86 88 91 92 93 94 96 98 99 102 104 105 107 109 111 112 114 117

第4章 変わった前世と記憶

動物だった前世	93
木だった前世	94
岩だった前世、お金だった前世	96
宇宙人だった前世	98
布だった前世	99
三角形だった過去生	102
天界前世	104
ここ見たことある	105
行きたいではなくて帰りたい	107
テレビや映画で見せられる	109
知らない外国語が出てくる／路地まで歩ける	111
韓国古民家で感じた切ない気持ち	112
コラム⑤現代物理学の宇宙観とスピリチュアリティ	114
	117

第5章 心の病と前世療法

- 心の病と前世療法.....119
- 前世療法で体が緩む.....120
- 前世療法は「本来の自分」の回復.....123
- コラム⑥スピリチュアリティはフィクションではない.....126

第6章 どうして前世療法をするようになつたか

- きつかけは江原さん／.....131
- 心理学者を目指して東大へ／腰かけ公務員を辞めるまで／.....132
- 医学部受験して挫折／東洋医学を目指して挫折／.....141
- 前世療法を受けました／そして前世療法をはじめました
コラム⑦「神を見た！」スピリチュアリティの脳科学研究.....143

第7章 セルフ前世療法「誘導音声ダウンロード版」実践ガイドンス

- 「誘導音声ダウンロード版」ガイドンス.....143
- 免責事項.....144
- 前世を見る心構え.....145
- 場所の準備.....146

音声①「体をリラックスさせる準備」(5分解説) ···
音声②「イメージを追つて行く練習」(5分解説) ···
お花畠の次は、いよいよ小川を渡る ···
音声③「前世を見る本番」(30分解説・初級～中級レベル) 場所を見てみましょう ···
自分の体を見てみましょう ···
顔を見てみましょう ···
持つているものを見ましょう ···
何をしているか(行動)を見ましょう ···
気持ちを感じてみましょう ···
地名・年号・名前も探りましょう ···
その前世を見た「意味」を感じましょう ···
前世の自分をハグしましょう ···
前世の自分に挨拶してお別れ ···
催眠後の状態 ···
頭痛がする場合 ···
グラウンディングの大切さ ···
簡単なグラウンディングの方法 ···
コラム⑧前世の本格的な研究は始まっている ···

194 190 188 186 185 184 181 179 177 175 172 171 168 166 162 159 156 154 151

第8章 前世を見るコツ、ポイント

視覚で見えるとは限らない・・・

一番大事な三つのコツ・・・

知っているものが出たら要注意・・・

前世は芋づる式に出てくる・・・

前世は体の外側からも見えるし、内側からも見える・・・

走馬灯のように見える・・・

淡い感覚を大事にする・・・

地名、年号、名前も分かる・・・

コラム⑨「前世を見る」脳波を測つてみた・・・

第9章 前世が見えない 原因と対策

前世を否定している人は見えない・・・

セラピストを信用していないと見えない・・・

落ちついた環境でないと見えないわけではない

トラウマが強いと「自分では」見えない・・・

前世がない人もいるかも・・・

誰でも前世は見える・・・

コラム⑩ 山羊効果ウイリアム・ジェームズの法則

232 230 228 226 225 222 220 219

217 213 211 209 206 205 202 200 198 197

第10章 前世を見るトレーニング方法

イメージトレーニング
瞑想
ヘミシンク
語学やスポーツのように「体で覚える」「だんだん上達する」
セルフで練習、セラピーで本番
コラム⑪ 電車の中でもセルフ前世療法
233

第11章 ダウンロードの仕方と注意事項

「誘導音声」のダウンロードの仕方
「誘導音声」を使用するのを、控えたほうが良いケース
コラム⑫ 「胎内記憶」の研究と「前世」
249

あとがき これからは魂の時代
259

参考資料
前世療法サロン・セラピールームPADOMAご案内
『現世療法』のご紹介
266
269
270