叡智の魔法学校 第２回

MYSTICA

～霊視(クレアボヤンス)活性化するトレーニング～

魔法を使うために必要な知恵と情報を受け取り、実践に活かす



今回の MYSTICA で得られること

01 
直感力がものすごく高くなる

02 
洞察力を磨ける

03 
見えない存在を視覚的に感知することができる

04 
自分のオーラや相手のオーラも視ることができる

05 
アカシックレコードへつながる扉を開ける

06 
クライアントさんのセッションで
カードリーディングの精度が上がる

魔法の知恵と能力を、あなたの人生と使命に活かしていきましょう

叡智の魔法学校 第2回

MYSTICA

魔術・魔法とは何か？

魔術や魔法は、奇異なものや
ファンタジーとして見られやすい

しかし、非常に古く長い
歴史を持っている

常識の範囲では計り知れない
力やエネルギーが関わっていると
考えられてきた

そのため、多くの人が
魔法の世界に興味や関心を寄せている



古代の魔術師たちの役割

いつの時代にも、超常的な能力や
力が存在していた

その存在が知られていたか
どうかは別である

一国の主や政治家の背後には、
魔術師やサイキックがいたこともあった

吉凶を占い、物事を動かす
エネルギーの源として国を支えていた



「血」に刻まれた体験の記憶

ここでいう「血」は、先祖から
受け継いだ血という意味だけではない

自分が人間として生きてきた時代の
体験や経験値における「血」である

人間として身体と血を持って
生きた経験が、深い感覚として残っている

その体験の記憶が、今、
魔法や魔術を学ぶベースになっている



MYSTICA
— 叡智の魔法学校 —

古代の魔術師たちの役割

～王や国家の重要な判断を支えた見えない叡智の力～

古代には魔術師やサイキックが存在したと伝えられている

王や国家の重要な判断を支える役割を担っていた

吉凶を占い、人々や国の未来を導く存在でもあった

超常的な力は歴史の中で
様々な形で語り継がれてきた

魔術師たちは、一国のあるじの裏で、
あらゆる吉凶を占い、物事を動かすエネルギーの源となっていた。



「血」に刻まれた体験の記憶

ここでいう「血」は、先祖から
受け継いだ血という意味だけではない

自分が人間として生きてきた時代の
体験や経験値における「血」である

人間として身体と血を持って
生きた経験が、深い感覚として残っている

その体験の記憶が、今、
魔法や魔術を学ぶベースになっている



セクション①

霊能力・魔術・魔力の土台とは

霊能力・魔術・魔力を扱う上で、
最も大切な**土台**がある

それが「**グラウンディング**」と
「**センタリング**」

これまで何度も繰り返し
伝えてきた**基本中の基本**である

やり方は一つではなく、
自分に合った方法で構わない



セクション②

3つの重要な鍵

霊能力や魔力を扱うために重要なのは次の3つ。



グラウンディング

地に足をつけ、
エネルギーを安定させる

センタリング

自分の中心に戻り、
心を落ち着ける

アルファ波に入る

脳波をアルファ波に導き、
直感や感性を高める

この3つが霊的な感性へ入るための重要な鍵となる。



セクション③

自分に合った方法で続ける

グラウンディング・センタリング・アルファ波のやり方は一つではありません

やり方はいろいろある
自分が取り入れやすい方法で構わない

自分になじみ、しっくりくる方法を選ぶ
「自分のやり方」でOK

一度やれば終わりではない
何度も繰り返して身につけていくことが大切

必ず導入として必要
これらは毎回欠かせない基本である

自分に合った方法で続けることが
霊能力・魔術・魔力への第一歩となる



セクション⑤

習慣化することで
いつでもアクセスできる

チューニングを自分の中で**習慣化・修正習慣**にできるようになると、
いつでも霊能力・魔術・魔力にアクセスできるようになる。

活用する場面の例

リーディング・ヒーリング・チャネリングなどを行うときにも、
自分なりのやり方で**チューニング**を行っている。



リーディング

必要な情報やメッセージを
受け取るとき



ヒーリング

エネルギーを流し、
癒しを届けるとき



チャネリング

高次元の存在やエネルギーと
つながるとき

これが「**チューニング**」であるという部分が
とても大事である。



自分なりのチューニングを身につけることで、
必要な時に**いつでもアクセス**できるようになる。

グラウンディング

～地球とつながり、エネルギーを安定させる～

グラウンディングとは、
自分の意識とエネルギーを
地球とつなげることです。

地球からのエネルギーを受け取り、
心身とエネルギーを安定させます。



グランディングの主な効果

- 心の安定
- 集中力の増強
- アンテナを高く伸ばせる
- 過剰なエネルギーを解放する
- 直感力が高まる

ポイント

地球の中心とつながることで、
余分なエネルギーを手放し、
必要なエネルギーを受け取ります。

いつでもどこでも、
深呼吸と共にグラウンディングを
行いましょう。

センタリング（頭の中心）

～意識を頭の中心に戻し、心を整える～

センタリングとは、
間脳に全意識を集中する！
自分の軸を整え、落ち着いた心の状態を
つくるための基本的な方法です。



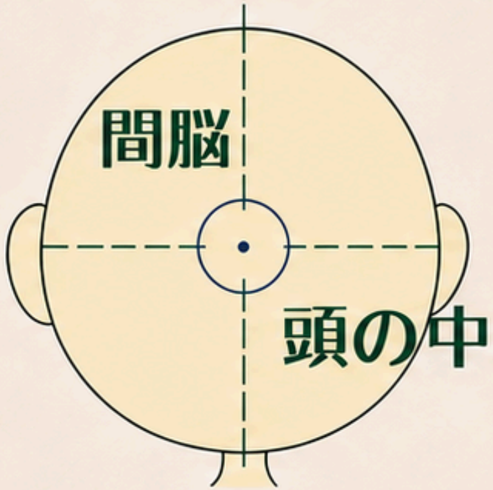
センタリングのポイント

- 意識の中心を「頭の中心」に戻す
- 思考や感情に流されず、落ち着いた状態になる
- 自分の軸を整え、内側のバランスを保つ
- 日常の中で、いつでも実践できる

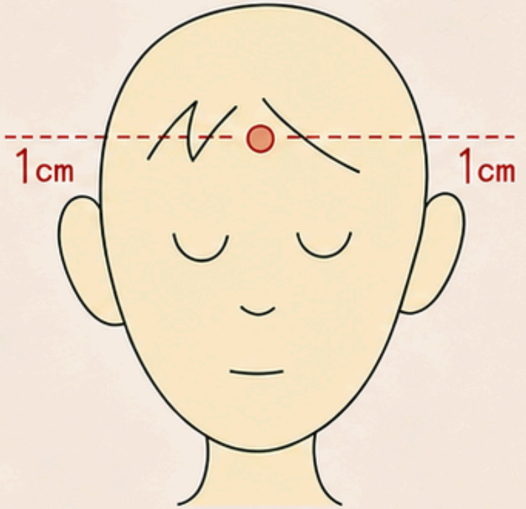
間脳に全意識を集中する！
これがセンタリングです。

センタリング（頭の中心）

頭の上から見た図



正面



頭の中心は、眉間の少し上、頭の中にあります。
そこに全意識を集中させることで、心が落ち着き、
自分の軸を取り戻すことができます。

いつでも・どこでも・簡単にできる、心を整える基本の方法です。

アンカーリングの方法

アンカーリングには様々な方法がありますが、
おすすめは、
シンプルな指のジェスチャーを一つ決めること。

指をクロスする



親指と人差し指を合わせる



- 右手でも左手でもよい。
- 自分が**しっくりくる形**を選ぶ。



アンカーリングの言葉①

指をクロスする場合

指をクロスする場合は、

「この２本の指が交差するとき、
私の意識に**霊力が流れ込み、**
力が満ちる！」

と意図する。

3回 これを**3回**繰り返す。

ポイント

指が交差する瞬間に意図を込めることが大切です。
意識と霊力がつながり、力が満ちていきます。





アンカーリングの言葉②

親指と人差し指を合わせる場合

親指と人差し指を合わせる場合は、

「私の人差し指と親指がつながるとき、
私の意識に**霊力が流れ込み、**
力が満ちる！」

と意図する。

3回 これを**3回**繰り返す。→ 最後に深呼吸をする。

ポイント

これを**毎日のルーティン**にすることで、アンカーリングが定着し、いつでもその状態に戻ることができるようになります。



毎日のルーティンにする⑤

毎日繰り返すことが大切

最初は一度行っただけでは、
アンカーリングは定着しません。
毎日繰り返すことが大切です。

習慣の流れ

1. **グラウンディング**
   地球とつながり、エネルギーを安定させる。
2. **センタリング**
   意識を中心に戻し、心を落ち着ける。
3. **アルファ波**
   リラックスした状態で、アルファ波に入る。
4. **アンカーリング**
   決めたジェスチャーで霊力を定着させる。

朝に行っても、夜に行ってもかまいません。
大切なのは、とにかくグラウンディング・センタリング・アルファ波・アンカーリングを心がけることです。



必要な瞬間に使う ⑥

必要な瞬間に使う

その状態に入りたいと思ったら、
決めたジェスチャーを行う。



すると、
脳が**瞬時に**その状態へ
導いてくれる。

いつでもすぐに

- 集中したい時
- リラックスしたい時
- 落ち着きたい時



アンカーリングの効果 ⑦

アンカーリングの効果

アンカーリングを行うことで、



一瞬で
集中力が高まる



一瞬で
リラックスできる

✦ とても**パワフル**なツールとなる。✦



神経可塑性を活用する

アンカーリングは、

神経可塑性

という脳の性質を活用している。



脳と身体に、

その状態を

繰り返し覚えさせていく





繰り返しが力になる

アンカーリングは、

一度で身につくものではない。

繰り返し実践し、

習慣にすることが大切である。



日常でできるトレーニング

毎日の小さな実践が、霊視の力を育てます。
次のトレーニングを習慣にしてみましょう。

1. キャンドルの炎を見つめる（1日3分）
2. トランプ1枚を選び、イメージを受け取る
3. 直感で浮かんだ言葉や映像をノートに書く
4. 夢を記録し、メッセージを受け取る
5. 自然の中で「見えない存在」に意識を向ける

楽しみながら続けることが、力を目覚めさせる鍵です。



太陽の呼吸法

活力とエネルギーを高める呼吸法

太陽の呼吸とは

呼吸を使って
活力を満たす
↓
エネルギーを
活性化する



太陽の呼吸法がおすすめな時

- 気持ちが落ち込んでいる時
- エネルギーレベルが下がっている時
- 心がモヤモヤしている時
- 気分を切り替えたい時
- 活力を高めたい時



実践時のポイント

- **座って行う**
  呼吸が速いため、めまいを感じることがある
- **立ったままではなく、座って行う**
  めまいで倒れるのを防ぐため
- **疲れたと感じたら途中で休む**
  大きな心配はいりません。自分のペースでOK

手の位置



手のひらを
上にする

または



手を組む

✦ どちらでもよい ✦
（講師のおすすめは手を組む方法）

火の呼吸とも
呼ばれる、活力を高め
エネルギーを活性化する
呼吸法です。

太陽の呼吸法

～ 自分の中にエネルギーを一気に高めていくための呼吸法 ～

吸う（太陽が昇るイメージ）

1. 鼻から強めに吸う
   お腹を膨らませる
2. 水平線から太陽が
   昇っていくのをイメージする
3. **息を吸い切る時に**
   太陽が上がりきります。
   体がぐっと上へ伸びる
4. 吸い切ったら息を止める
   1秒数える（1秒）



吐く（太陽が沈むイメージ）

1. 口から強めに呼吸法で吐く
   お腹をへこませる
2. 太陽が水平線に
   沈んでいくのをイメージする
3. **吐きながらお腹を**
   ぐっーとへこませる
   同時に太陽が沈んでいくのを
   イメージする
4. **吐き切ったら息を止める**
   太陽が完全に沈んでいる
   1呼吸おく（1呼吸）

実践方法

1. 口から強めに呼吸法を10回行う
2. 30秒ほどリラックス（30秒）
3. もう一度10回行う

これを繰り返すことで、
エネルギーが高まり、活力が湧いてきます。

1サイクルの流れ（吸う→止める→吐く→止める）

1. 鼻から吸う
2. 太陽が昇る
3. 息を吸い切る時に
   太陽が上がりきる
4. 息を止める
   （1秒）
5. 口から強く吐く
6. 太陽が沈む
7. 息を止める
   （1呼吸おく）

ポイント

- 無理はしない。クラクラしたり、疲れた時は
  通常の呼吸に戻す
- 自分のペースで行う
- きつい場合は回数を減らしてOK
- 慣れてきたら回数を増やす

初心者の方へ　最初は5回から始めてもOK → 30秒休憩 → 5回を繰り返す

5回 → 6回 → 7回 → 8回 → 9回 → 10回と、できる範囲で増やしていきましょう。

大切なこと

呼吸とイメージを合わせることで、
太陽のエネルギーが自分の中に満ちていきます。

太陽の光を取り込み、心と身体に活力を与えましょう

月の呼吸法

感情を沈めたりリラックスするための呼吸法
霊的な能力を使ってセッションをする時に活用できる呼吸法

1 新月をイメージして

鼻から吸う 1・2・3・4・5・6

↑その時に月が満ちて
満月になっていくイメージをする



2 息を止める

満月をイメージしながら

6秒息を止める



3 口から息を吐いて

1・2・3・4・5・6

↑その時に月が欠けて
新月になっていくイメージをする



4 息を止める

新月をイメージしながら

6秒息を止める



✦ ※ これを①～④で繰り返していきます ✦

太陽

曜日の象徴：日曜日

主なキーワード

- 生命力そのもの
- ハイヤーセルフ
- 健康
- 喜び
- 富
- 繁栄



太陽というのはすべての生きとし生けるものを生かすもの

星の女神を象徴する**太陽系で最も**
神聖な存在として理解されているのがこの**太陽**

月

曜日の象徴：月曜日

主なキーワード

- 魂の力
- ロウワーセルフ
- 霊能力
- 魔術の能力
- 感情
- 直感
- 魅力
- 錯覚

月は非常にミステリアスな星

こ見えない世界とも繋がっていて
霊能力とか魔術の力・能力に結びついている

具現化の魔術や魔法を使う時は
月 を使います



火星

曜日の象徴：火曜日 ♂

♂

- 力
- 純粋なエネルギー
- 体力
- 持久力
- 争い
- 対立
- 軍事
- 戦い
- 護身
- 性的な能力

火星のシンボルは矢印は力を表し
「**盾**」と「**槍**」を表す

火星の力を上手に使っていくことができると、
困難を打ち破ることや、**切り抜ける**ことができる

また人生に**変化をもたらす**ことができる



水星

曜日の象徴：水曜日 ☿

- 思考
- 速度（スピード）
- 活動
- コミュニケーション
- 処理
- ビジネス



商売や**ビジネス**につながっている水星

水星が逆行すると**コミュニケーション**にいろんな**支障**が出る

水星のシンボルの意味

- アーチ（上の弧）
  魂を表す
- 丸（円）
  霊を表す
- 十字
  物質を表す

医療では

カドゥケウスの杖を
表すシンボル

木星

曜日の象徴：木曜日 24

24

- 崇高な真理と正義
- 統率力
- 叡智
- 信仰
- 信頼
- 発展



お金の金を引き寄せる魔術の時に
木曜日がとても鍵になる

豊かさと非常にリンクしている（お金に限らず）
幸運や「ラッキー」というものを引き寄せる

魔術を使うときには**木星のエネルギー**と
つながる事がとても大事

木星を表す記号の意味

24

- 魂を表す
  アーチ（上の弧）
- 物質を表す
  十字

魂と物質の調和と発展を表す

木星のシンボルについて

木星を表す記号は、
魂を表す**アーチ**
これに物質を表す十字が
組み合わさる。

これが
木星のシンボルです。

金星

曜日の象徴：金曜日 ♀

- 美
- 感受性
- 魅力
- 豊穣の力

金星も**豊かさ**を表す

金星は**土・土壌**や**自然**とも関わっている

金星の惑星記号の意味



霊を表す円

物質を表す十字

金星の惑星記号は
物質を表す十字
この上に霊を表す円

ヴィーナスの手鏡



ヴィーナスの手鏡という風に言われている

土星

曜日の象徴：土曜日 ♄

♄

- 規則
- 制約
- 収縮
- 遮断
- 保護
- 境界
- 進化
- 結末
- 力

カルマに関係する星

学ぼうとする人、前進しようとしている人に
チャレンジしようとしている人にとっては、
とっても**後押しのエネルギー**になってくれる

土星の惑星記号の意味

♄

魂を表す
アーチ（ちの字）

物質を表す
十字

土星の惑星記号は
物質を表す十字
魂を表すアーチ（ちの字）をつけることで成り立つ

サトヌルスの大鎌



刈り取る
という意味

3つのセルフを統合し「三重の炎」を発動する

惑星のエネルギーを感知する時も、
これから魔術・魔法を実践していく時も、

ハイヤーセルフ・ミドルセルフ・
ロウアーセルフの統合が必要。



ハイヤーセルフ

永遠に存在し続ける魂
（神様とつながっている）



ミドルセルフ

精神を表している



ロウアーセルフ

僕たちの肉体と感情
（エゴと結びつけられる）
根本にある自己と
感情的な両面

これは別名ですが、魔女の炎とも言われていて、
いろんな言われ方があります。
このエネルギーを発動させることで、魔女・魔術師と
呼ばれる人たちは魔術を行います。



3つを統合する

三重の炎

別名：魔女の炎

本来の力を発動する

統合できた時

- 自分の中が一つになる
- 三重の炎のエネルギーを発動できる
- 魔女の炎のエネルギーを発動できる
- その力を使って魔術を行う



不統合の時

- 3つのセルフがアンバランス
- 自分の中が統合されていない
- 魔術の力・魔法の力を十分に発揮できない



魔術・魔法の力を発揮するために、まず3つのセルフを統合していく。

3つのセルフを統合し「三重の炎」を発動する

惑星のエネルギーを感知する時も、
これから魔術・魔法を実践していく時も、

ハイヤーセルフ・ミドルセルフ・
ローワーセルフの統合が必要。



ハイヤーセルフ

永遠に存在し続ける魂
（神様とつながっている）



ミドルセルフ

精神を表している



ローワーセルフ

僕たちの肉体と感情
（エゴと結びつけられる）
根本にある自己と
感情的な両面

これは別名ですが、魔女の炎とも言われていて、
いろんな言われ方があります。
このエネルギーを発動させることで、魔女・魔術師と
呼ばれる人たちは魔術を行います。



3つを統合する

三重の炎

別名：魔女の炎

本来の力を発動する

統合できた時

- 自分の中が一つになる
- 三重の炎のエネルギーを
  発動できる
- 魔女の炎のエネルギーを
  発動できる
- その力を使って魔術を行う



不統合の時

- 3つのセルフがアンバランス
- 自分の中が統合されていない
- 魔術の力・魔法の力を
  十分に発揮できない



魔術・魔法の力を発揮するために、まず3つのセルフを統合していく。

3つの炎の統合ワーク

★統合ワーク

100の位置に立ち、
自分なりのやり方で
100の位置に立ちましょう。



自分の前に
大きな
ダイヤモンド性の
オクタヒドロンを
用意します。



3つの意識の働きを理解したら、それを統合する。
統合のやり方は色々あるが、まずはシンプルに統合する。

1 3つのエネルギーをダイヤの中に入れる

ローワーセルフ・ミドルセルフ・
ハイヤーセルフのエネルギーを、
ダイヤの中に入れていきます。
それぞれの色と大きさは、
あなたが感じるものでOKです。
球体で表してください。



2 ローワーセルフのエネルギーを入れる

あなたの肉体と感情を表す
ローワーセルフの色と
大きさの球体を、
両手で挟んで
前に押し出し、
ダイヤの中に
入れます。
はい、深呼吸。



3 ミドルセルフのエネルギーを入れる

あなたの精神の働きをする
ミドルセルフの色と
大きさの球体を、
両手で挟んで
前に押し出し、
ダイヤの中に
入れます。
はい、深呼吸。



4 ハイヤーセルフのエネルギーを入れる

ハイヤーセルフの色と
大きさの球体を、両手で挟み、
前に押し出して、ダイヤの
空いたスペースに入れます。
はい、深呼吸。



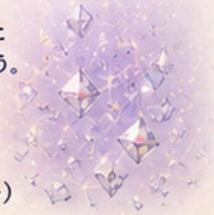
5 ダイヤを持ち上げて感じる

ダイヤモンドごと、
持ち上げてください。
そして、ダイヤの
硬さと重量感を
しっかり感じます。



6 スパイラルに手を入れ、源へ吸い込む

スパイラルに「よいっしょ！」と
手を入れて、スッと抜きましょう。
右回転で螺旋を描きながら、
その先の源に勢いよく
ズボッと吸い込まれるのを
確認できたら、深呼吸。（フー）



7 潜在意識の領域にあるダイヤを集める

手放したエネルギーの残りカスが、
潜在意識の領域にいっぱい
浮かんでいます。
ダイヤモンドのミニチュア版が
何百、何千、何万、何兆と
浮かんでいるのを見てください。



巨大なダイヤモンドの中に、
3つのエネルギーが入っています。

9 巨大なダイヤも源へ吸い込む

ダイヤの硬さと重量感を感じたら、
スパイラルに入れて、スッと手を抜きます。
どんなに巨大でも、右回転で螺旋を描きながら、
勢いよくその先の源にズボッと吸い込まれていきます。
はい、深呼吸。



10 光となって戻り、上昇する

統合されたエネルギーが光となって戻ってきます。
足元に濃密な光の上昇気流が生まれ、磁場ごと
あなたをぐーっと上へ押し上げてくれます。
意識を上へ上へと自分の宇宙空間、宇宙意識に向けて
進んでいき、開けた空間まで出て行きましょう。



11 新しい空気感を感じ、新しいパラレルに根付く

- 周りの空気の軽やかさ・細やかさ・穏やかさに意識を向けます。
- 新しいチャンネルを合わせ、パラレルにしっかりと根付きます。
- 体がクリスタルになり、足元が結晶化し、新しい地盤にグッグッと根付いていくのを見て、グラウンディングを感じます。



3つの炎の統合とは

ハイヤーセルフ
（魂・神様とつながる）



ミドルセルフ
（精神）

ローワーセルフ
（肉体・感情）

3つを統合することで、
本来の力「三重の炎」が
発動します。

12 3つの意識が統合された

これによって、あなたの
3つの意識が統合されました。



13 肉体を意識してグラウンディング

ゆっくりと目を覚まし、グーッと伸びをし、
腕を叩き、足を叩きして、肉体を意識することで、
グラウンディングしましょう。



14 完了

これで「3つの炎の統合ワーク」が
完了です。
あなたの中にある本来の力を使って、
魔術・魔法の実践へと進んでいきましょう。



惑星の力を感じ取るワーク

2つの惑星を感じてチューニングしていく

今回は、違いを感じ取りやすい **太陽** ☉ と **月** ☽ を体感する。



- それぞれの惑星はどんな力・エネルギーなのか
- 自分がチューニングした時、どのように感じるのか
- 惑星のエネルギーに波長を合わせ、感じ取ることに慣れていく

太陽のエネルギーと共鳴する

最初に意図する

「私は太陽の力を知るために、
太陽と共鳴する！」

①「とういん」をつくる

しっくりくる方の手で作ります。



2 指先から
三重の炎／魔女の炎の
エネルギーが出ていると意識

3 空中に太陽の
惑星記号を描く

4 上から右回転で
円を描き、
中央に点を打つ

5 さらに記号を囲むように、
時計回りに光の円を描く

6 手のひらを上にして
元の姿勢へ戻る

太陽のシンボルから自分へエネルギーが流れ込み、
自分を包み込んでいくイメージをする。

太陽のエネルギーを感知する

太陽のシンボルに意識を向けながら、月の呼吸法を行う

月の呼吸法（6秒・6秒・6秒・6秒）

1. **吸う 6秒**
   新月 → 満月
2. **止める 6秒**
   満月
3. **吐く 6秒**
   満月 → 新月
4. **止める 6秒**
   新月

このサイクルを、自分のペースで繰り返します。



同時に、胸に太陽の感星記号 ☉ が浮かぶのを感じる。

太陽のエネルギーが満ちていくイメージ



感じ取ってみよう

太陽のエネルギーが満ちていく中で、

「どんな感じがするのか？」

を感じ取ってみましょう。

- 何か見えるか？
- 匂いを感じるか？
- 音が聞こえるか？
- 味がするか？
- 体の中で、どんな感覚があるか？

月のエネルギーと共鳴する

最初に意図する。

「私は月の力を知るために月と共鳴する！」

1 再び手のひらを上にして、軽く目を閉じる



2 「とういん」を作る



※人差し指と中指をまっすぐ伸ばし、残りの薬指・小指・親指を折り曲げて握る

3 三重の炎／魔女の炎で月の惑星記号 ☽ を描く



4 内側から外側へ月のシンボルを描く



5 上から右回転・時計回りに、シンボルを囲む光の円を描く







すると、

月のシンボルから月のエネルギーが、

自分を包み込むように流れ込んでくる。

月のエネルギーを感知する

月のシンボルに意識を向けながら、
6秒・6秒・6秒・6秒の月の呼吸法を行う。

吸う 6秒 → 止める 6秒（キープ） → 吐く 6秒 → 止める 6秒（キープ）

吸う6秒 → 満月をイメージ → 止める6秒 → 吐く6秒 → 新月をイメージ → 止める6秒

そして、
胸に月のシンボル を
イメージする。



月の光が、

- 身体を満たす
- ↓
- オーラを満たす

その状態で身体に意識を向け、

- どんな感覚を感じるか
- 何か見えるか
- 匂いを感じるか
- 音が聞こえるか
- 味がするか

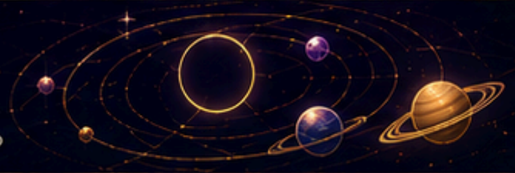
最後に、
太陽と月のエネルギーの違いを感じ取る。





次回以降

すべての惑星にチューニングし、
波長を合わせて感じ取る練習をする。



引き寄せのワーク

引き寄せとは、
自分が望むものを形にしていくこと。
望み・願望・夢を「**具現化**」していくためのテクニック。

お金もただのエネルギーであり、
いい・悪いではなく、**ひとつのツール。**

上手に使うことで、自分がやりたいことに対して
スムーズな流れを作ってくれる。

だから、
お金を得ることに躊躇する必要はない。

魔法・魔術の視点から、
「**引き寄せる**」という魔法にチャレンジする。
遊び感覚で、子どもが遊ぶように、
楽しみながら軽やかに行う。



引き寄せのワーク ②

引き寄せに使うのは「ロウアーセルフ」

引き寄せる時には、
ロウアーセルフのエネルギーを使う。

なぜなら、

ロウアーセルフの意識は、
現実レベルにしっかりと
チャンネルが合っているから。

ハイヤーセルフの意識を
この次元につなぐためにも、
ロウアーセルフは**欠くことのできない存在**。

切り捨てたり、嫌なものとして追いやるのではなく、
「ここを生きる」ための大切な役割を持っている。

引き寄せのためには、
ロウアーセルフのエネルギーがとても大事。



ハイヤーセルフ

高次の自分・魂の本質
宇宙の叡智・神様とつながっている

ミドルセルフ

精神を表している
思考・感情・選択・行動

ロウアーセルフ

肉体と感情（エゴ）を持つ自分
現実世界とつながっている

✦ 引き寄せる時には、
このロウアーセルフの
エネルギーを使う



引き寄せのワーク ③

ロウアーセルフとつながり、金星に波長を合わせる

引き寄せのために、まずは意識とエネルギーを整えます。

STEP 1 引き寄せたいものを決める

具現化したいものを一つ決める。



家　車　お金　豊かな人間関係　健康

それを自分なりの「シンボル」にする。

シンボルの例



STEP 2 意図する

明確な意図を持って、
ロウアーセルフとつながる。

私は今、
ロウアーセルフに
チャンネルを合わせる！

ロウアーセルフと
つながる！



STEP 3 金星に波長を合わせる

胸に、金星の惑星記号 ♀ を
思い描く。



これによって、
あなたは
金星に
波長を合わせる
ことになる。

ポイント

ロウアーセルフ ＋ 金星 ＋ シンボル ＝ 引き寄せの準備完了

これから、シンボルを引き寄せていく魔法を行います。

引き寄せのワーク 4

銀のモリをシンボルへ放つ

自分が望んでいるものを表したシンボルが遠くにあるとイメージする。
そして、シルバーの美しい「モリ」を構える。

1 遠くに「望むシンボル」を見る



2 銀色のモリを構える



3 シンボルへ向かって**モリを放つ**



4 モリがシンボルに**刺さる**のを見る



✦ しっかりとビジョンの力を使う。
創造の力を使う。
視覚化する。

✦ ポイント

想像ではなく、
「見ている」感覚で
はっきりとイメージすること。

引き寄せのワーク ⑤

銀のコードでゆっくり手繰り寄せる

ポイント
しっかりとビジョンの力を使い、
創造の力で視覚化する。

モリには、シルバーの紐・コードがつながっている。
そのコードを、ゆっくり、ゆっくりと自分へ手繰り寄せる。
すると、遠くにあった望みのシンボルが、どんどん自分へ近づいてくる。

1. 遠くにある「望むシンボル」をイメージする



2. モリがシンボルに刺さる



3. シルバーのコードを手繰り寄せる



4. シンボルがどんどん近づいてくる



5. シンボルをガシッと両手でつかみ、胸元へ持ってくる





最後に
深呼吸する。

そして、
「今ここにある」
という明確な意図を持つ。



引き寄せのワーク 6

望みを自分の中へ入れ、体感する

さらに深く行いたい場合は、
手繰り寄せたシンボルを、スーッと自分の中へ入れる。

そして深呼吸しながら、
「それが入った」「手に入った自分」を視覚化する。

イメージの流れ



① 手繰り寄せたシンボルを両手でつかむ



② シンボルを自分の中へ入れる



③ 光が胸から身体全体へ広がる



④ 喜びや満ちた感覚を体感している自分をイメージする

シンボルを自分の中へ入れたら、深呼吸しながら、
「今ここにある」という明確な意図を持つ。

ビジョンを使う
＝ クレアボヤンスを使う。
そして、体感も感じてみる。



それを得た時の感覚を体感する

- 喜び
- 満ちた感覚
- 満足感
- ワクワク感
- 軽やかさ
- 踊りたくなるような喜び



感じる感覚は、
クレアセンシェンスを使う。

引き寄せのワーク 7

望みが現実になるイメージを描く

望みが叶った未来の自分を、できるだけ五感を使ってリアルにイメージする。
それが、現実を創造する強力なエネルギーになる。

ビジョンを使う
＝クレアボヤンスを使い、
望みの未来を映像として
心のスクリーンに映し出す。



イメージのステップ

1 リラックスする

深呼吸をして、
心と体を落ち着ける。



2 望みを明確にする

叶えたいことを
具体的に決める。



3 五感でイメージする

見える・聞こえる・感じる・
香る・味わうを使って、
できるだけリアルに描く。



4 感情を味わう

その未来が実現した時の
喜びや感謝を、
今ここで感じ切る。



5 繰り返し映し出す

毎日、同じイメージを
繰り返すことで、
現実が近づいてくる。



ポイント

イメージは、映画のワンシーンのように鮮明に！
感情を伴うことで、潜在意識に強く刻まれる。

あなたの望みは、
すでに叶った未来として
あなたの中にある。

お金を引き寄せるワーク ①

お金を引き寄せるワーク

クレアボヤンスを使った
2つ目の魔術・魔法

今回は、
「お金を引き寄せる」
ことに特化した
ワークを行う。



このワークで使う3つの力

1 ミドルセルフ

精神を表す
意識の領域



2 木星

豊潤・豊かさを
表す惑星



3 クレアボヤンス

ビジョン・視覚化の
力を使う



ミドルセルフ × 木星 × クレアボヤンス

この3つの力を使って、お金を引き寄せるワークを行います。

木星

曜日の象徴：木曜日 24

24

- 崇高な真理と正義
- 統率力
- 叡智
- 信仰
- 信頼
- 発展



お金の金を引き寄せる魔術の時に
木曜日がとても鍵になる

豊かさと非常にリンクしている（お金に限らず）
幸運や「ラッキー」というものを引き寄せる

魔術を使うときには**木星のエネルギー**と
つながる事がとても大事

木星を表す記号の意味

24

- 魂を表す
  アーチ（上の弧）
- 物質を表す
  十字

魂と物質の調和と発展を表す

木星のシンボルについて

木星を表す記号は、
魂を表す**アーチ**
これに物質を表す十字が
組み合わさる。

これが
木星のシンボルです。

お金を引き寄せるワーク ②

「種銭」となるお札を用意する



千円札でも1万円札でもOK

おすすめは、 **1万円札**



このお札は、このワークで
繰り返し使っていく「種銭」にする。

重要

このお札は使わない。



- 使うと罰が当たる、悪いことが起こる、という意味ではない。
- このお札を、お金を呼ぶ「磁力」として使い続けることが目的。
- エネルギーが弱ってきたと感じたら、再び同じお札に魔法をかけていく。

種銭として大切に扱う

繰り返し使う
同じお札を使い続ける。

使わずに守る
財布の中で大切に保管する。

磁力として育てる
お金を引き寄せる力を強くしていく。

このお札を、お金を引き寄せる強力な「種銭」にしていきます。

お金を引き寄せるワーク ③

ワークを行うタイミング



この時が一番パワフル！
上弦の月の木曜日に
ワークを行いましょう。

一番パワフルに作用する時

上弦の月 × 木曜日





※文字起こしでは「3月26日だったか27日だったか」とのため、
日付は断定せず「上弦の月 × 木曜日」とします。

まず行うこと

1 「自分のミドルセルフにつながる！」と意図する。



2 ハートに木星のシンボル ♃ を思い描く。



3 ミドルセルフと木星にチャンネルを合わせる。



ミドルセルフ（精神）と木星（豊かさ）にチャンネルを合わせ、クレアボヤンスを使っていきます。

お金を引き寄せるワーク 5

お札に木星の記号を書く



磁力が十分に高まったと感じたら、
お札のどこか、
「直感的にここ」と感じる場所に、
木星の惑星記号 ♃
をペンで小さく書く。

位置は、下でも、端でも、上でもOK。

直感的にここに書く



クレアボヤンスを使って、

想像し得る限りの
あらゆる形のお金が
このお札へ
引き寄せられてくる
と視覚化する。



木星のエネルギー

♃

木星の、
・豊かさを引き寄せる
・拡大させる
という特徴が、
お札に宿る。

ポイント

ワクワクしながら行うことが大切！

あなたのイメージ力を使って、豊かさを引き寄せ、
お札に木星のエネルギーをしっかりと宿していきましょう。



お金を引き寄せるワーク 6

種銭を財布にしまう



十分に豊かさが引き寄せられたと感じたら、
お札を折りたたみ、財布やバッグにしまいます。

折りたたみ方に決まりはありません

1 お札を用意する



種銭となる
お札を用意します。

2 お札を折りたたむ



半分に折ってもOK。



さらに折ってもOK。
形は自由です。

3 財布やバッグにしまう



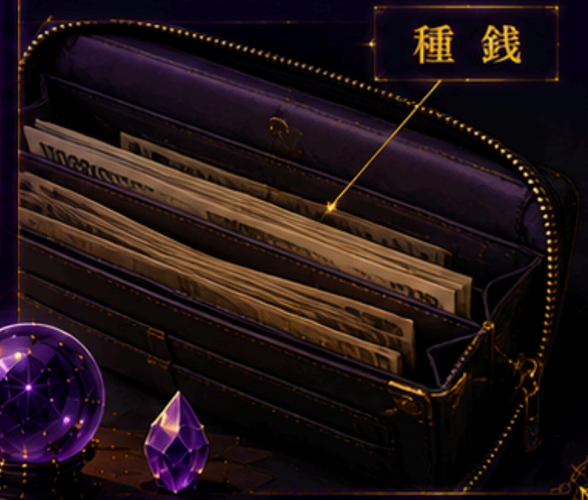
財布やバッグに
しまいます。

重要

このお札は
使わない。



他のお札とは分けて、
お金の近くに
置いておきます。



ポイント

このお札は「**お金を呼ぶ磁力**」を持つ特別な**種銭**です。
大切に扱い、**絶対に使わない**ようにしましょう。

お金を引き寄せるワーク 7

お金の巡りを良くする



お金は「エネルギー」です。
エネルギーは流れているときに、
さらに大きくなり、循環していきます。

お金の循環を良くするポイント

1 感謝して受け取る

お金を受け取るときは、
「ありがとう」と
感謝の気持ちを込める。



2 気持ちよく使う

自分や人のために、
喜びを感じながら
気持ちよく使う。



3 誰かのために循環させる

誰かの役に立つことに
お金を使うと、
さらに巡って戻ってくる。



お金が巡るイメージ



お金は「止める」と腐ります。
「流す」ことで、豊かさが増していきます。



ポイント

お金に愛を込めて、気持ちよく循環させることで、
豊かさは何倍にもなって、あなたのもとに戻ってきます。



お金を引き寄せるワーク 8

同じ種銭に魔法を重ねていく

「少しエネルギーが弱くなってきた」と
感じた時には、再び、
上弦の月 × 木曜日にワークを行う。

そして同じお札に、
木星の惑星記号 ♃ をもう一度書く。
隣でも、離れた場所でもOK。

繰り返すと

お札の中に、
♃ ♃ ♃ ……
と木星記号が増えていく。

一番大切なポイント

別のお札へ次々変えるのではなく、
同じお札を使い続ける。



繰り返し魔法を重ね、
お金を引き寄せる強力な「磁力」にしていく。

キャンドルで第三の目を活性化する

キャンドルの炎を使って、
霊視能力を活性化するトレーニング を行う。

霊視能力のトレーニングとは、
普通の肉眼では見えない
霊的なエネルギーを捉えられるように
視覚を鍛えていくこと。



ガイドの姿を見ることや、
オーラを見ることもその一つ。

キャンドルについて

どんなキャンドルでもOK

白でもよい。
用意できる場合は、
ブルー / **紫**
のキャンドルもよい。
青や紫は**第三の目に共鳴する色。**





キャンドルの炎に意図を込める

① まず、安全な環境を作り、
キャンドルに炎をつける。

② 炎を、
目の前で眺められる位置に置く。

③ そして、炎をつけながら、
またはつけた後に意図する。

「このキャンドルの炎で
私の第三の目が開かれる！」

または

「このキャンドルの炎で
第三の目が開かれる！」



その後、炎を見つめながら、
月の呼吸法を行う。

① 吸う 6秒
新月 → 満月



↓

② 止める 6秒
満月



↓

③ 吐く 6秒
満月 → 新月



↓

④ 止める 6秒
新月



何回か呼吸して、
リラックスしていけばOK。

! 口から息を吐く時は、
炎を消さないようにする。



炎をぼんやり見る



月の呼吸法で
リラックスしたら、
深い呼吸に戻し、
**キャンドルの炎を
ぼんやり見る。**

周辺まで含めて、
なんとなく、**ぼんやり**眺める。

見る時のポイント

炎だけに強く焦点を当てるのではなく、
周辺を含めた「**ソフトフォーカス**」で見る。

✕ ギューッと見る（凝視）



- 炎だけに集中しすぎる
- 目が疲れやすい
- 緊張してしまう

○ ぼんやり見る（ソフトフォーカス）



- 炎とその周辺を含めて見る
- 目が楽でリラックスできる
- エネルギーを感じやすい

コツは、炎を「ぼーっと見る」こと。

金色の光へ視線を移す

炎をぼんやり眺めていると、
キャンドルの炎の周り、
またはキャンドル自体の周りに、
柔らかく、あたたかい
黄色〜黄金の光が見えてくる。

または、
「そんな風に見えてくる」
と思って見る。

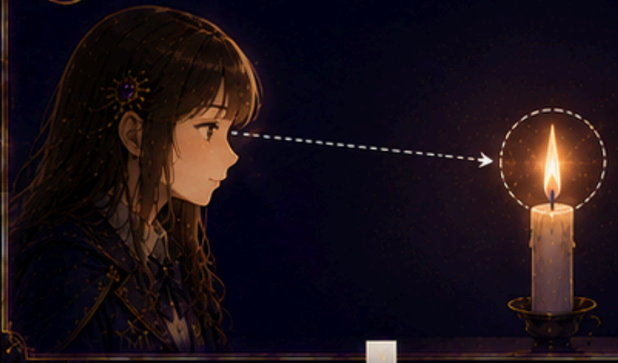
次のステップ

最初は炎に向いていた意識を、
周囲に現れた金色の光へ
少しずつシフトさせる。
そして、
その光を数分間眺め続ける。
最初からうまくできなくても、
練習していく。

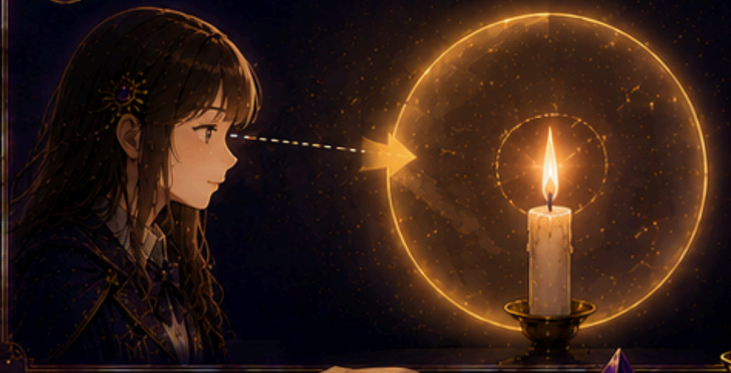


意識のシフト

① 最初は炎に意識を向ける



② 金色の光へ視線を移す



さらに
3回
意図する

「このキャンドルの炎で第三の目が開かれる！」× 3回

光の残像を第三の目へ

金色の光を数分間見つめたら、
目を閉じる。

まぶたの裏に残っている、
柔らかい光の残像を
見る。

そして、
その光が**第三の目**を開き、
そのまま**脳の中心あたりの**
松果体へ入ってくる
とイメージする。



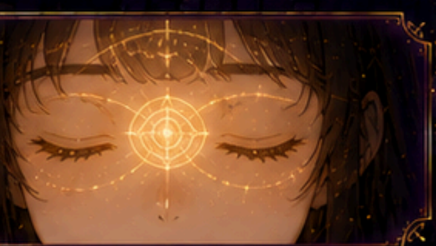
1. キャンドルの黄金光



2. 目を閉じる



3. まぶたの裏の光の残像



4. 第三の目



5. 脳の中心あたりの松果体へ



すべてを透視する目は私の中にある

光が松果体に流れ込んでくるのをイメージできたら、**声に出して**唱える。

「すべてを透視する目は
私の中にある。
私が見る必要のあるものは、
隠され、覆われ、遮られ、秘められていようと、
第三の目の視界に現れる！」



あまり根を詰めすぎず、
疲れすぎないように**自分のペース**で行う。

キャンドルを通じてこのワークを行い、
第三の目を開いていくことを繰り返す。

プロセスを3回繰り返す

① 目を開けて、
このプロセスを3回繰り返す。

×3回



② 最後に、
キャンドルの炎を消して終了。





第三の目で捉えたものを スクリーンに映す

活性化した第三の目で捉えたものを、
スクリーンに映し出し、
その情報を「映像」として捉える。

自分の額のところには、
小型のスクリーンが内蔵されている
ようにイメージする。

ただし、
額のところを直接「見よう、見よう」とすると
非常に見づらい。

補足　**後頭部で見る**という方法もある。



あなたは「どこ」で映像を見ている？

イメージしてみる

黄金の雲間から、
純白に光り輝くたくさんの天使たちが
降りてくるシーンをイメージする。

その時、
その映像を「どこ」で捉えているか？
を感じてみる。

ポイント



額そのものではなく、
額から**約15cm**ほど斜め上
あるいは
約30cmほど斜め上
あたりで捉えている感覚。

この感覚をつかむ。

イメージの映像（スクリーン）

額のスクリーンを
15〜30cmほど斜め前・斜め上に
あると感じ、その映像を捉える。

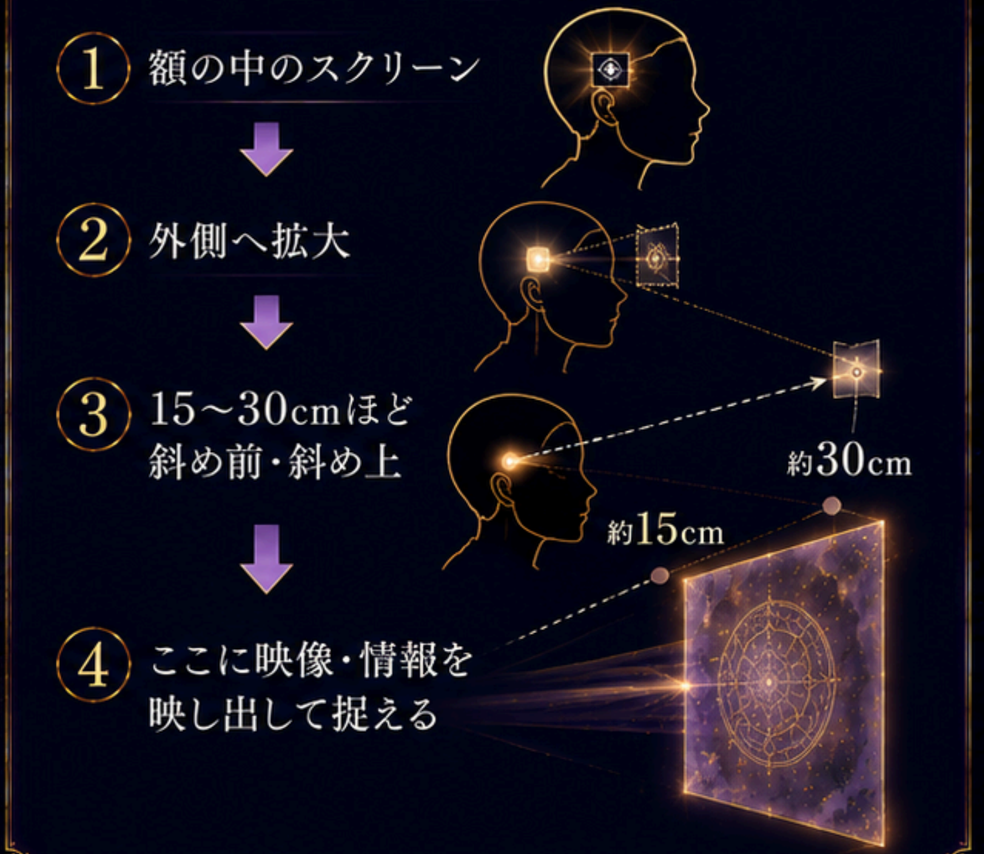
スクリーンを外側へ拡大する

額の中にあるスクリーンを
そのまま額の中で見ようとするのではなく、
スーッと外側へ拡大する。

そして、
15〜30cmほど斜め前・斜め上
あたりにスクリーンを投影するように捉える。



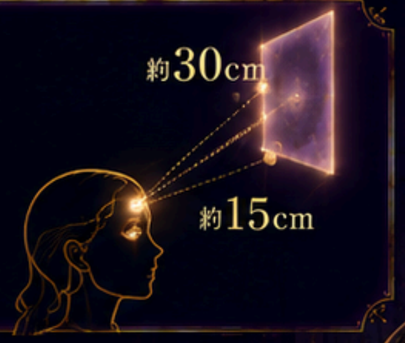
イメージ図解



このように、
「ここに映し出す」「ここで情報を捉える」
という意識にすると、
スクリーンを上手に活かすことができる。

スクリーンに映像を映してみる

トレーニング



いろいろな映像を、
15〜30cmほど**外の斜め上にある**
スクリーンへ映し出してみる。

例えば

「自分がハワイに行っているシーン」
をイメージする。
その映像を、
額の中ではなく、
外側へ拡大したスクリーンで捉える。

この練習を通して

＋ビジョンを見ること

＋ビジョンで情報を受け取ること

を体感でつかんでいく。

ポイント

15〜30cmほど斜め前・斜め上に
拡大したスクリーンで捉えることが
ビジョンを活かす鍵となる。

霊視には3つの見え方がある

霊視で情報を捉える時には、
3つの視点・見え方がある。

1 その世界の中に入り込んで見る

自分自身が、
その世界の中に入り込んでいる
ように見える。

例えば戦国時代なら、
自分の周りそのものが
戦国時代になる。

矢が自分の上を飛んでいくなど、
避けたくなるくらい**リアル**に
感じることもある。



MYSTICA MAGIC ACADEMY

自分がその世界の中にいるように見る

客観的に見る2つの視点

2 状況を客観的に見る

例えば、
誰かが泣いている。
その人に何が起きているのか、
その人の状況を
客観的に見ている
ような見え方。



MYSTICA
MAGIC
ACADEMY

3 映画を見るように見る

意識のフォーカスが、
ズームアウトする。

そして、
映画のスクリーンに映し出されたものを
客観的に見ている
ような見え方。



MYSTICA
MAGIC
ACADEMY

霊視では、この3つの視点で情報を捉えることがある。

見え方への期待を手放す

- 霊視するとき、
  「こういう見え方じゃなければいけない」
  という期待を手放す。
- 鍛えていくと、
  いろいろな見え方で
  情報をキャッチするようになる。
- その時その時に、
  柔軟に対応する意識で捉える。
- 抵抗がなくなることで、
  能力がもっと開いていく。

トレーニング

キャンドルを使った
活性化は、
毎日でなくても
よいので、
定期的に行う。

そして、
自分の
「心のスクリーン」に
いろいろなものを
映し出す練習をする。



MYSTICA MAGIC ACADEMY

心のスクリーンに映し出す練習が、透視能力のトレーニングになっていく。

エレメントの呼吸で意識を整える

4秒 × 4つの呼吸

1. 鼻から吸う｜4秒
   心の中で「地・風・火・水」
2. 止める｜4秒
   「地・風・火・水」
3. 口から吐く｜4秒
   「地・風・火・水」
4. 止める｜4秒
   「地・風・火・水」

これを自分のペースで行う。



MYSTICA MAGIC ACADEMY

この呼吸で

- バランス感覚や集中力を養う。
- 平常心を養う。
- エレメントを自分の中に取り入れながら呼吸することで、自分の中をバランスさせる。

最後に

このニュートラルな意識の状態が、
オーラを見る時・霊視する時に
とても大事。

手をソフトフォーカスで見る

呼吸と視点

呼吸を終えたら、普通の呼吸に戻す。
目を開け、**視界全体**を捉えるように
「ぼやーっ」と見る。

手の位置

手を目の前にかざす。
手の甲を自分の方へ向ける。
そして、手全体をぼやーっと見る。

ポイント

オーラそのものを必死に見ようとするのではなく、
周辺まで含めた**「ソフトフォーカス」**で見る。

練習する環境

最初は、**無地の背景・無地の壁**の方が見やすい。

手の向き



手の甲を
自分の方へ

手のひらは
その向こう側へ

ソフトフォーカスの視点

一点を見るのではなく、
視界全体を
ぼやーっと
捉える意識で。



MYSTICA MAGIC ACADEMY

MYSTICA MAGIC ACADEMY

手を透かして向こう側を見る

手を、窓ガラスのように
透明で透けていると思って見る。

手そのものに焦点を
合わせるのではなく、
手を透かして
その向こう側を見るような
意識で視点を使う。



① 手を見る

② 透かす
（窓ガラスのように）

③ 向こう側を見る
（視点を向ける先）



ポイント

- ★ 手そのものを見るのではなく、手を透かしてその向こう側を見る。
- ★ ソフトフォーカス（ぼやーっ）で、周辺まで含めて見る。
- ★ その視点のまま、「オーラを捉える」と意図する。

この意識で

オーラを捉える

MYSTICA MAGIC ACADEMY

手全体を透かして、向こう側を見るように「ぼやーっ」と見る。

手の周りの「光の膜」を捉える

- ソフトフォーカスで手を透かして見ると、
手の輪郭に沿って、
・透明な光のようなもの
・光の膜のようなもの
がだんだん見え始める。

- また、
白っぽいモヤの光のような
半透明なものとして見えることもある。

これが
エーテル層を見る
最初のステップ。

- 視点に慣れてくると、
手の輪郭に沿って浮かび上がってくる。

- すでに色が見える場合、
多くの場合はブルーの層が見える。
※絶対ではない。



MYSTICA MAGIC ACADEMY

① 透明〜白っぽい半透明の膜

白っぽいモヤの光のような
半透明のものとして見える
こともある。

② 淡いブルーの層

すでに色が見える場合、
多くの場合はブルーの層が
見える。※絶対ではない。

ポイント

最初は薄く・半透明・
モヤーンとした光として
現れる。

さらに外側へ視点を広げる

オーラを見る時には、
最初に捉えた
エーテル層のさらに向こう側
を見ようとする。

視点の流れ

1. 手の輪郭



↓

2. 半透明の
エーテル層



↓

3. さらに
その外側を見る



↓

4. 外側に
広がっている
情報へ





① 手の輪郭

② 半透明のエーテル層

手の輪郭に沿って、
白っぽい光の膜のように
見える層。

③ さらにその外側を見る

エーテル層の外側に広がる
情報・エネルギーに
意識を向ける。

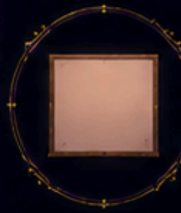
まずは、最初のステップとして
手の輪郭に沿って
半透明な光の膜を捉えることが大切。
この視点をトレーニングしていく。

練習するとき



少し照明を落とす

やや暗めの環境の方が、
光の膜が見えやすい。



無地の壁を背景にする

無地の壁やシンプルな背景の
方が、エーテル層が
見えやすい。

大切なポイント

★ 最初から先の段階へ
進もうとせず、
一つずつ丁寧に。

★ 最初は難しくても大丈夫。
根を詰めず、
ゆっくりと目を慣らしていく。

MYSTICA
MAGIC
ACADEMY

見えない色は、まず「重ねてみる」

MYSTICA MAGIC ACADEMY

最初は

透明な膜しか見えない。
ぼやーっとした光の広がりしか見えない。

そんな時は、
「この色って何色だろう?」
と自分に聞いてみる。

浮かんできた色を使う

例えば、

青　ピンク　グリーン

が浮かんできたら、
その色をオーラに重ねてみる。

「自分で作っているのでは?」と思っても、
最初に色を知覚する感覚を開くために、
色を想像して重ねていく。



練習の流れ（色を重ねるプロセス）

1 透明なエーテル層のみ



最初は透明で、
ぼやーっとした光の広がりのみ。

2 色を問いかける「この色って何色だろう?」



自分の中に湧いてくる色を
意識する。

3 浮かんだ色を選ぶ



直感的に浮かんだ色を選ぶ。

4 オーラに重ねる（投影する）



選んだ色を、オーラに
重ねていく（投影する）。

その練習によって

最初は透明にしか
見えなかったものを、



瞬時に色として
捉えることへ
つながっていく。

感じた色を、そこに投影していく。

この練習を続けることで、
瞬時に色を理解して捉える
感覚へつなげていく。

本日はここまで
お疲れ様でした!

次回の回でクレアボヤンスを使った
実践トレーニングをします!

今日やった**霊視の基本練習**を
日々**繰り返しトレーニング**して下さい。



MYSTICA
MAGIC
ACADEMY

宿題
(未来のギフト)

★ 今日学んだこと・感じたこと・気づいたこと
★ 今日から実践してみたことなどなど。

感想を僕の**インスタのDM**に送って下さい。