

03

////////////////////
RAS を超えた先に見える
本当にやりたいこと
////////////////////

コンシャスシフト大人塾

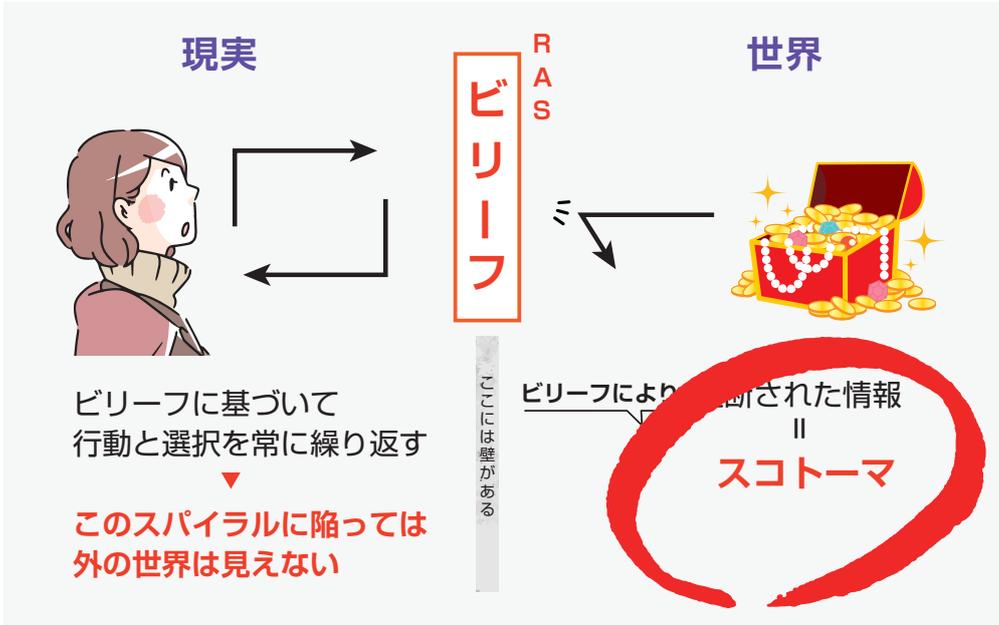
💡 本当にやりたいことはどこにある？

➤ 本当にやりたいことの居場所

もうおわかりですね。やりたいことはここにあります。

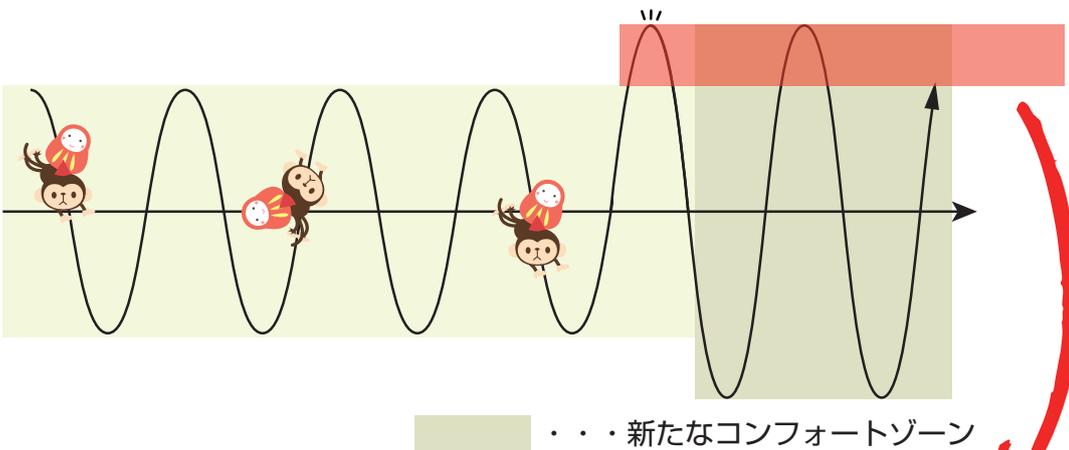


➤ やりたいことは RAS の先スコトーマに



||
やりたいこと

➤ やりたいことはコンフォートゾーンが広がった先に



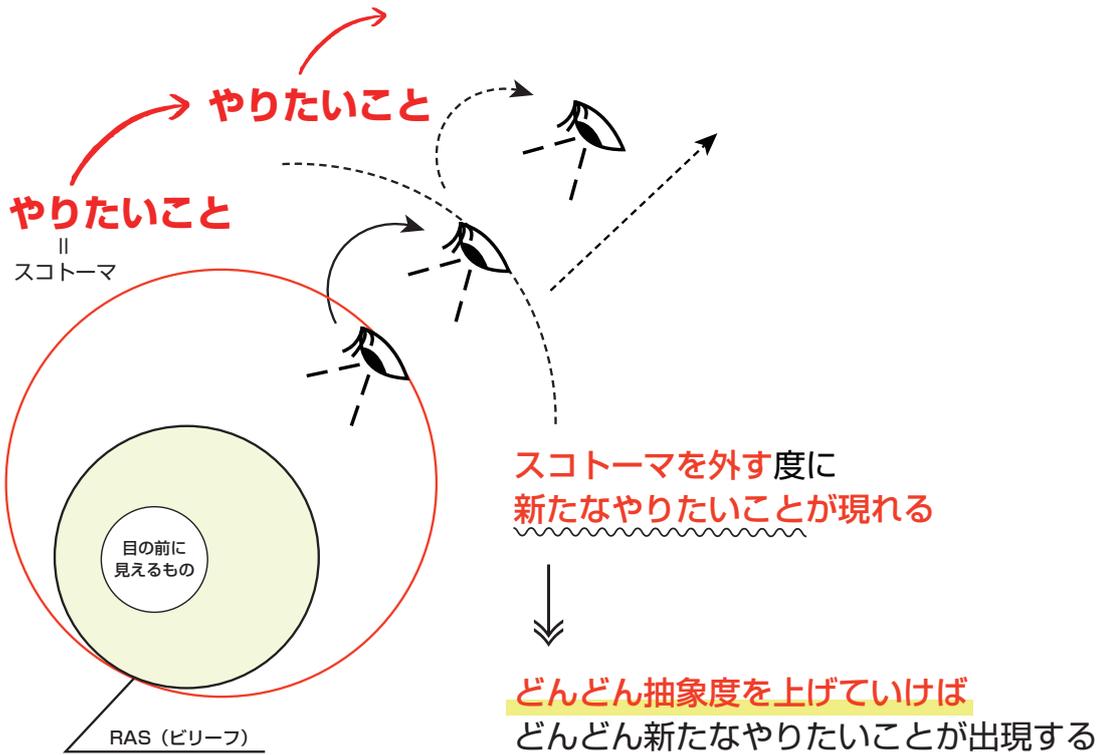
やりたいこと

**やりたいことは RAS の先
コンフォートゾーンの外側にある**

④ やりたいことが見つからない場合それは、スコトーマになっているところ、これまでのコンフォートゾーンの外側にあります。ということは、やりたいことを見つけるにはスコトーマを外し、コンフォートゾーンを広げていく必要がありますね。

💡 やりたいことはどんどん昇華していく

👉 やりたいことがどんどん次元上昇していく仕組み



④ やりたいことが一つ見つかったとしても、また、その次のやりたいことがスコトーマになっているところにあります。これを知っておくと、一つ目のやりたいことが見つかったときに起こりがちな暴走（周りが見えなくなる、自己洗脳）を止めることができます。

抽象度を上げてスコトーマを外し続ければ
どんどん新たなやりたいことが現れてくる

💡 ビリーフワークでも意識してみよう

変性意識状態を手に入れるには・・・

変性意識を意図的に作るワーク

STEP1

STEP2

STEP3

STEP4

STEP5

STEP6

STEP7

STEP8

STEP9

STEP10

STEP11

STEP12

STEP13

STEP14

STEP15

STEP16

STEP17

STEP18

STEP19

STEP20

STEP21

STEP22

STEP23

STEP24

STEP25

STEP26

STEP27

STEP28

STEP29

STEP30

STEP31

STEP32

STEP33

STEP34

STEP35

STEP36

STEP37

STEP38

STEP39

STEP40

STEP41

STEP42

STEP43

STEP44

STEP45

STEP46

STEP47

STEP48

STEP49

STEP50

STEP51

STEP52

STEP53

STEP54

STEP55

STEP56

STEP57

STEP58

STEP59

STEP60

STEP61

STEP62

STEP63

STEP64

STEP65

STEP66

STEP67

STEP68

STEP69

STEP70

STEP71

STEP72

STEP73

STEP74

STEP75

STEP76

STEP77

STEP78

STEP79

STEP80

STEP81

STEP82

STEP83

STEP84

STEP85

STEP86

STEP87

STEP88

STEP89

STEP90

STEP91

STEP92

STEP93

STEP94

STEP95

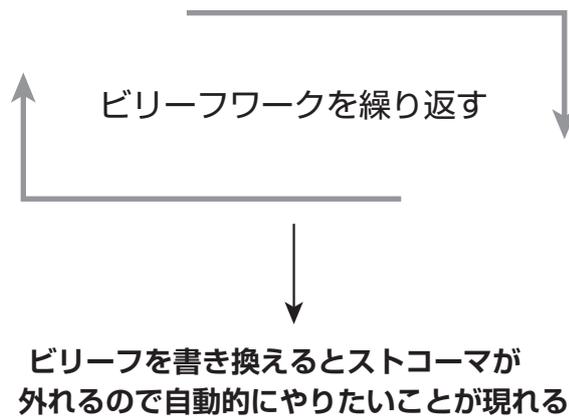
STEP96

STEP97

STEP98

STEP99

STEP100



ポイント

変性意識状態のときに、
私のビリーフって何だろう？という質問から、
ビリーフの外にあるやりたいことって何だろう？
という質問に変えてワークを行う



変性意識状態を手に入れやりたいことを見つける

≫ 変性意識を意図的に作るワーク



STEP1



STEP2



STEP1

まず、手と手を合わせて、てのひらの熱を感じます。次に、てのひらの熱を感じたり、空気の反発を感じたりしながら、手を少しずつ離していきます。

STEP2

てのひらの間に、ふわふわした空気の玉をイメージしながら、熱を感じたり、空気の反発を感じたりしてみてください。慣れるまでは、風船のように飛ばしてみたり、体にその空気の玉を入れてみたりして、遊んでみてくださいね。



やりたいことを見つけるためのワーク

STEP3



STEP3

まず、STEP1~2のワークでつくった空気の玉（気の玉）をつくります。この気の玉の中に、自分の脳と心にあるすべての情報が入っています。

そして、「私のやりたいことは何？」と自分の脳に問いかけます。

STEP4



STEP4

想像したやりたいことを実現している自分をイメージしてみて、その状態を、できるだけリアルに感じていきます。

そのときの自分が感じているであろう感情を、感じる事が大切です。



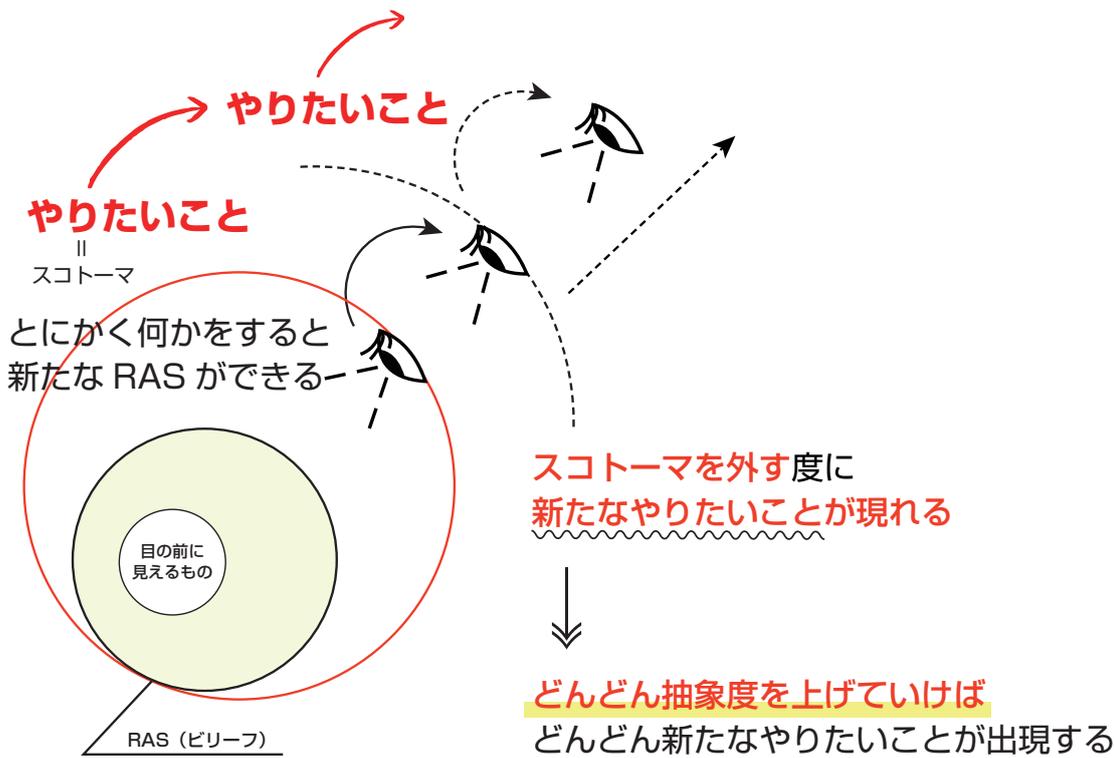
普段の生活でも・・・



やりたいことは何か？ということを常に意識していく



やりたいことはまずは確信がなくてもやってみることが重要



- ✔️ どんどん行動していくとやりたいことの抽象度が上がっていく
この状態になるとやりたいことは目の前に勝手に出現するようになる



- ✔️ そのためにはとにかく RAS を作らないと外のスコトーマは見えないので、
まずはやってみて新たな RAS を作る事が重要



今のやりたいことは違うんじゃないか・・・はチャンス。



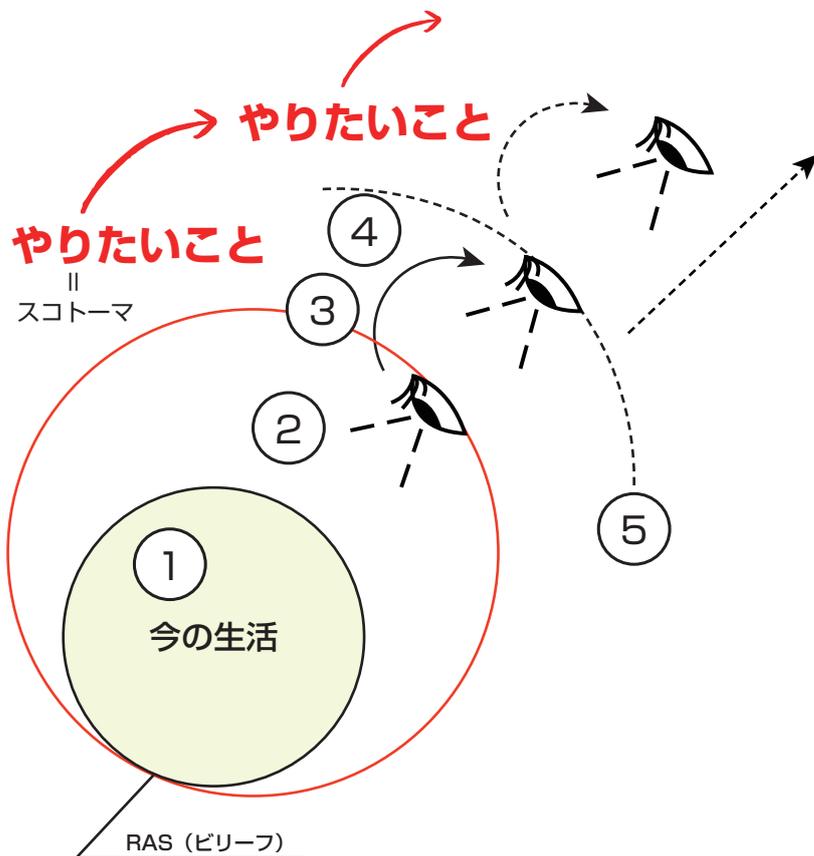
- ✔️ それを感じて初めて新しいやりたいことの発見につながる



- ✔️ 一番もったいないのは、何もやらなくて結局、RAS も作らず
現状の生活と何も変わらない状態を過ごしてしまうこと

備考

- ④ 抽象度が上がっていくとやりたいと思っていたことが、実はやりたくないことだったということに気づいたりすることもあります。新たなやりたいことを見つけるチャンスだと捉えて行動し続けましょう。



① 何も変えることなく今の生活を続けている状態



② これが私のやりたいことなんじゃないか？という予感があることをやってみた状態（視点が外側に移動する）



③ 今までに見えていないRASが出現する



⑤



④ そのRAS(ビリーフ)の外側に視点を移す、スコトーマを外すと新たなやりたいことが出現する



ポイント

②の行動に移すことができるか？ここができないと抽象度は上がらない
やりたいことをどんどん昇華させていくことができない

- ② これが私のやりたいことなんじゃないか？という予感が
 することをやってみた状態（視点が外側に移動する）

└───▶ をするためにできること

▶ 自分のRASを壊したくなるための行動を阻害する要因

1、知識を増やす **をしていない**

──▶ 無知だと受け取れる情報が極端に限られてしまう

2、初めてのことをする **をしていない**

3、今まで行ったことのない環境に行く、変える

をしていない

──▶ 強固で凝り固まったRASを形成する

4、今まで一緒にいなかったような人と付き合う

をしていない

──▶ 人は近くの人を真似る習性があるがその習性が
 使えずRASがほぐせずますます強固になる

5、明確なゴールを設定する **をしていない**

──▶ ゴールを設定することによって
 自分にとっての重要な情報が変化するが
 それができない、すなわちスコトーマ、
 盲点が大きくなる

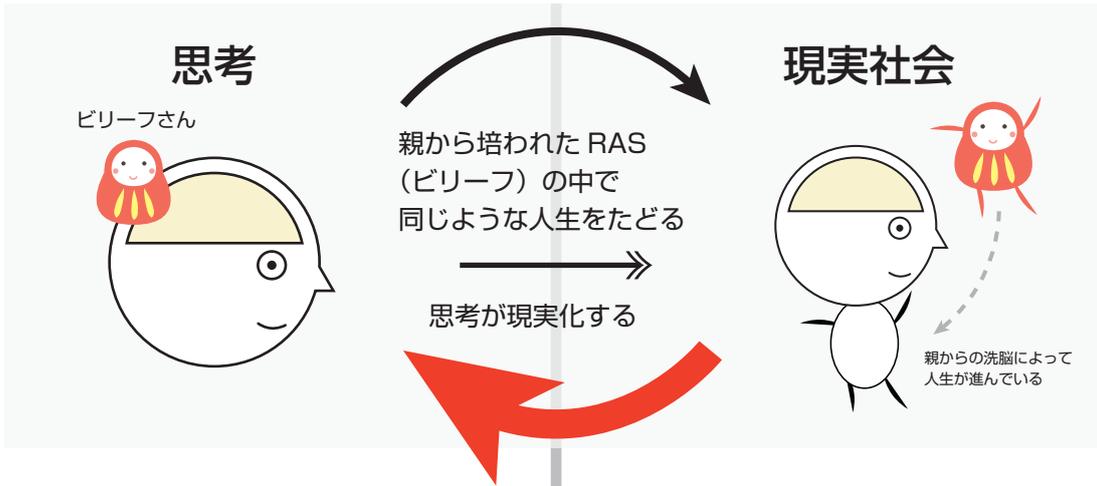
逆に5つのことを行えば見えなかった情報が
 全て宝の山となり、あなたの自己実現を強力に応援する

自己実現のための行動からの逆算

備考

④ 今までは黒の矢印の方向からのアプローチをお教えしてきました。

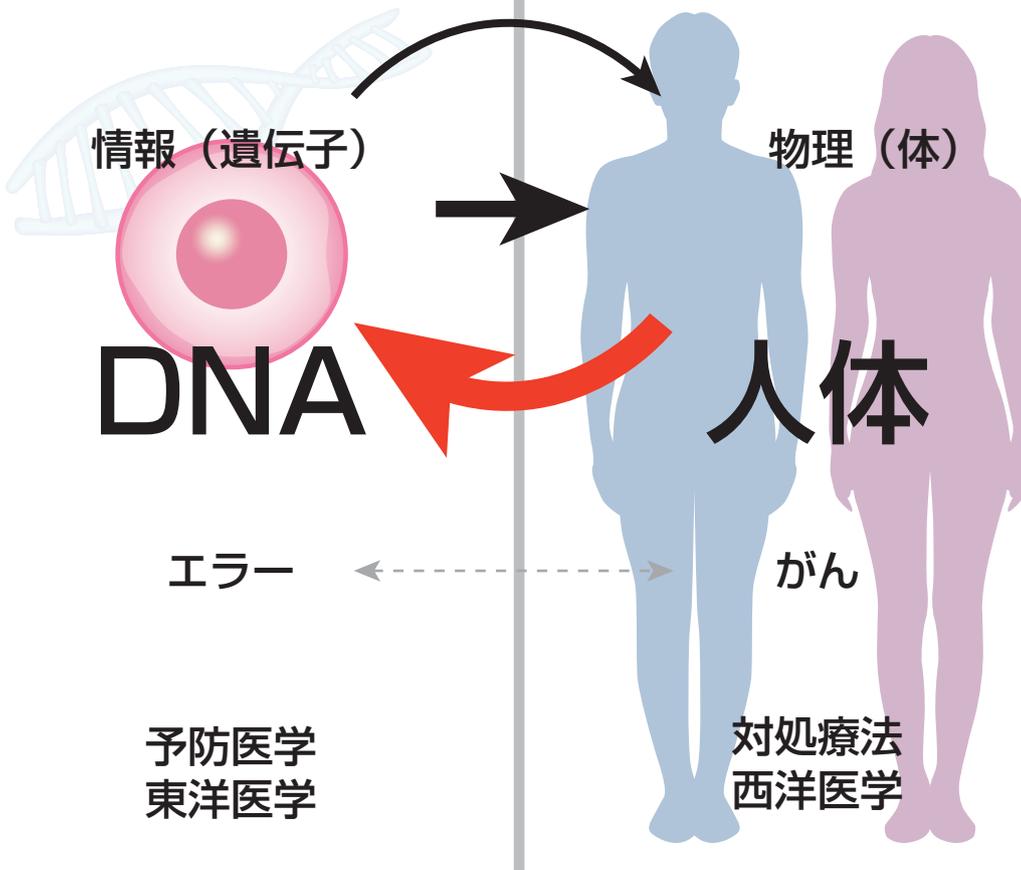
ですが、どんどん現実を変えていくには、赤の矢印の方向からのアプローチも大切なんですね。



影響を受けあっている

フラクタル構造

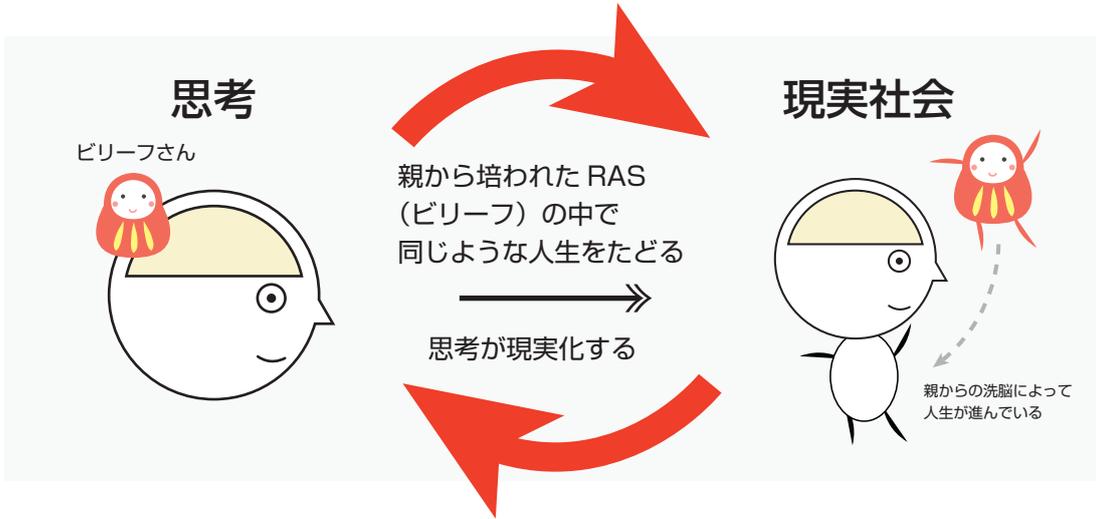
影響を受けあっている



赤色の矢印を動かせば情報が書き換わる

💡 人生の次元上昇の仕組みと起こし方

➤ 人生の次元上昇の仕組み



影響を受けあっている

次元上昇 = 螺旋的发展

ストコーマを外しながら新たなことに挑戦する人生

