

エモトランスの基本

1. 感情はとても大切です。
感情は身体に影響して、病気を引き起こします。
感情は心に影響して、心を狂わせます。
感情は日々、私たちの考えや行動を左右します。
健康や人との付き合いに大きな影響を及ぼします。

私たちは理屈ではなく、感情に基づいて物事を決めます。
2. 人間の世界は**感情**によって形成され、**感情**で動きます。
幸福な人は嘘をついたり、人をだましたり、ものを盗んだりしません。
幸福な人はお互いに傷を付けません。
幸福な人は戦争を起こしません。
3. エモトランスは人の気分がよくなるのを助けます。
エモトランスは感情を変容させます。
これはエモトランスが出来ることです。
4. 感情は物理的な原因のない感覚です。
「胸が苦しい」という人もいます。
その人は胸に痛みを感じ、きちんと呼吸できない程。
胸を見ても、何も見えません。
胸に包丁が刺さっているわけでもなく、体の問題はありません。
しかし、その人は痛みを感じています。
5. 私たちには肉体があります。
その肉体には心臓があります。
その肉体には頭があります。
その肉体には手、胃、血が流れている脈、いくつかの内蔵などがあります。
肉体を傷つけられた場合、肉体的な痛みを感じます。
肉体的な痛みで、肉体の中に問題があると分かります。
足で固い石に踏んでしまった場合、痛いのは足です。
肉体的な痛みは肉体のどこに傷があるかを示します。
6. 私たちにはエネルギー体があります。
エネルギー体にも心、頭、胃、数多くの脈、いくつかの内蔵などがあります。
このエネルギー体はエネルギーから成り立っています。
エネルギー体を傷付けられた場合、感情的な痛みを感じます。
感情はエネルギー体の問題があるということを示します。
感情的な痛みがあり、それを心臓で感じる場合、傷付けられたのは「エネルギー的な心臓」です。
胃に痛みを感じた場合、傷付けられたのは「エネルギー的な胃」です。
感情的な痛みは傷がエネルギー体のどこにあるかを示します。

7. 普通目でエネルギー体は見えません。
でも、そのエネルギー体を感じることができます。
8. エネルギー体が健康の場合、私たちは幸福だと感じます。
それにエネルギーに満ち溢れていると感じます。
にっこり笑います。よく食べたり、寝たりします。
他の人とあたたかく交流が出来ます。
9. エネルギー体が健康でない場合、私たちは感情的な痛みを感じます。
そういう時、私たちは悲しいです。または怒っています。
にっこり笑いません。
なんとなく元気ではないと感じます。
他人に腹を立てたり、いらいらしたりします。
10. エネルギー体は肉体的なものによって傷をつけられません。
エネルギー体はエネルギーによって傷つけられます。
11. エネルギー体は手術によって治すことが出来ません。
エネルギー体はエネルギーによって治せます。
12. 私たちはエネルギーから出来ている癒しの手を持っています。
このエネルギーの手は私たちのエネルギー体の一部です。
13. 私たちにはエネルギーハートがあります。この心はエネルギーのことやエネルギー体のことを理解しています。
エネルギーハートは私たちのエネルギー体の一部です。
14. 私たちの考える心はエネルギーの手とコミュニケーションすることを学べます。
心はエネルギーの手にエネルギー体を癒すようにと指示できます。
エネルギーの手はエネルギーハートから指示を受け、どうしたら良いかが分かるのです。
15. とても悲しい人がいます。
私たちは「この悲しさは体のどこで感じますか」と尋ねます。
「手でその場所をみせてください」と聞きます。
エネルギー体は見えませんが、問題はどこにあるかはっきりと分かります。
16. とても怒っている人がいます。
私たちは「この怒りは体のどこで感じますか」と尋ねます。
「手でその場所をみせてください」と聞きます。
エネルギー体は見えませんが、問題はどこにあるかはっきりと分かります。

17. とても怖がっている人がいます。
私たちは「この恐怖感は体のどこで感じますか」と尋ねます。
「手でその場所をみせてください」と聞きます。
エネルギー体は見えませんが、問題はどこにあるかはつきりと分かります。
18. 人間のエネルギー体の中には、悲しさも恐怖感も怒りもありません。
私たちが言うのは「あるのはエネルギーにすぎません。」
19. エネルギー体は傷を付けられています。悲しさも恐怖感も怒りも「助けて」の叫び声です。
私たちはエネルギー体を修復します。
エネルギー体が修復されていくと、感情を違うふうに感じます。
悲しさ、恐怖感、怒りの代わりに、幸福、安らぎ、喜びがあります。
20. 幸福、安らぎ、喜びがあれば、エネルギー体は修復されたと分かります。
これはEven Flow（スムーズな流れ）と名付けます。
エモトランスの目的はエネルギー体にEven Flowを戻すことです。
21. 肉体を使って、空気を吸います。新鮮な空気を取り入れて、古い空気を吐き出します。
肉体を使って、食べ物と水からいいものを取り入れて、いらぬものを出します。
エネルギー体はエネルギーを取り入れる必要があります。
そのエネルギーはエネルギー体のなかを通る必要があります。
エネルギー体は必要なだけのエネルギーを環境から取り入れます。
残りは解放します。
私たちが言うのは「エネルギーは流れ込み、通過し、出て行かなければならない。」
22. 肉体の中で血は体中、まんべんなく流れる必要があります。
エネルギー体の中でも、エネルギーがまんべんなく流れなければなりません。
エネルギーが流れていない場合、好ましくない感情を感じます。
23. 私たちは「エネルギーは水のようにです」と言います。
自由に流れているとき、さわやかで、澄んだ水のように、気持ちがいいです。
エネルギーの流れがブロックされたとき、圧力がかかっているように感じます。
その場合、エネルギーは濃くて、どろっとした水のようにゆっくり流れます。
もし圧力がさらにかかると、エネルギーは徐々に硬くなって、痛みを感じ始めます。
その時点で、泣き始める人もいます。
大変腹を立てる人もいます。
恐怖を感じる人もいます。
話さなくなり、落ち込んでしまう人もいます。
24. エモトランスはエネルギーを自由に流れさせます。
私たちは自分のエネルギーハートとエネルギーの手に
「柔らかくなって流れて！」と言います。
エネルギーハートは理解できます。

そしてエネルギーの手は、あなたのエネルギーの流れを変えるのを手伝ってくれます。

25. エネルギー体の中には自然な回路があります。
エネルギーは自由にこれらの回路に流れ込み、通過して、外へ出でいきます。
エネルギーの流れがブロックされたとき、私たちは痛みを引き起こす感情を感じます。
正しい回路を探して、私たちの意志、考える能力でエネルギーが流れるのを助けます。
私たちは「このエネルギーはどこに行く必要がありますか」と尋ねます。
私たちは「柔らかくなって、流れて！」と言います。
私たちはエネルギーが正しい回路を通してエネルギー体から出て行くのを手伝います。
こうしますと、気分がよくなり始めます。
26. 一人がエモトランスを使ってもう一人を手伝うとき、
私たちは「私はエネルギーを外から動かします。あなたは中からそのエネルギーを動かしてください。」と言います。
二人ともそのエネルギーが自由に動いてほしいという気持ちがないといけません。
二人とも「柔らかくなって、流れて！」と頭の中で唱えます。
二人ともEven Flow が戻されることを願っています。
そして、彼らの癒しの手とエネルギーの心は働き始め、Even Flow を実現させます。
27. 私たちの考えはエネルギーに影響を与えます。
私たちは我々のエネルギー体の周りにエネルギーで出来ている壁とシールドを立てることが出来ます。
これは私たちを傷めつける痛みが入らないように防ぐためです。
エネルギー体に傷があると、外からの刺激は痛みを引き起こすことがあります。
皮膚に傷があるときにだけ塩は痛みを引き起こすことと似ています。
先ず、傷を修復します。そして、壁やシールドなどの必要はありません。
28. 肉体は健康維持のために十分な食べ物と水を必要としています。
私たちのエネルギー体は沢山の様々な種類のエネルギーを必要としています。
私たちのエネルギー体は自然からも他人からもエネルギーを必要としています。
壁やシールドはエネルギーの流れをブロックします。それは私たちのエネルギー体を弱くします。
エネルギー体が弱くてエネルギーが足りないとき、私たちは悲しみ、寂しさ、怒り、恐怖、落ち込みなど、ネガティブな感情に落ち入ります。
29. あなたに「このエネルギーは体のどこに感じますか」と尋ねます。
「何も感じません」とあなたは答えます。
私たちは「エネルギーの流れをブロックするシールドがあります。エネルギーはあなたの体に入れません。そのため、あなたは何も感じません。」と言います。
私たちは「このシールドはどこにありますか。手でみせてください」と聞きます。
これで、私たちはシールドがどこにあるか分かります。

30. シールドはエネルギーで出来ています。
我々の考えによって、エネルギーで出来ているものを変えることが出来ます。
私たちは「シールドにほんの小さい穴を開けて、わずかのエネルギーが入れるようにしてください。」と言います。
私たちは「これは体のどこに感じますか。手でみせてください」と聞きます。
これで、傷がどこにあるのか分かり、どうしてシールドがあるかも分かります。
その傷を修復します。
もうシールドはいりません。
エネルギーは入り込み、通過して、そとに出て行きます。
エネルギー体はもう余分な「守り」を必要としません。
あなたは気分が遥かによくなったと感じます。
31. 過去の苦しい思い出を持っている人がいます。
沢山の苦しい思い出があります。
私たちはこれらの思い出や過去のことについて話しません。
「今日、体のどこに痛みを感じますか」と尋ねます。「手でみせてください」
私たちはエネルギー体を修復します。
その人はもう痛みを感じません。
32. 戦争経験をした人がいます。
恐ろしいことを沢山経験しました。
私たちはこれらの恐ろしい経験については話しません。
「体の一番痛みを感じる場所はどこですか」と尋ねます。「手でみせてください」
私たちはエネルギー体を修復します。
その人は前起きたことをすべて思い出せますが、もう痛みはありません。
33. 事件に巻き込まれた人がいます。
大変腹が立っています。
私たちは「怒らないでください」とは言いません。
「体のどこにその怒りを感じますか」と尋ねます。「手でみせてください」
私たちはエネルギー体を修復します。
その人は事件のことについて覚えています、もう怒っていません。
34. 子供を病死で亡くされた人がいます。
大変悲しくて、腹が立っています。苦しんでいます。
私たちはその悲しい気持ちや怒りの気持ちについて何も話しません。
「痛みは体のどこに感じますか」と尋ねます。「手でみせてください」
私たちはエネルギー体を修復します。
その人は子供のことをすべて思い出せますが、もう苦しんでいません。
でも子供の美しさや子供への愛情の気持ちは覚えています。
35. 事故に遭った人がいます。
手術を受けて、肉体を治しました。
体は治っているようにみえますが、まだ痛みを感じています。
医師はその人に「あなたにはどこも悪いところはありません」と言います。
私たちは「この痛みは体のどこに感じますか」と尋ねます。「手でみせてください」

エネルギー体を修復します。
その人は全体として癒され、痛みはなくなりました。

36. 重病にかかっている人がいます。
「私の病気を直してください」と言います。
私たちはこう言います。「私たちは病気を治すのではなく、感情的な痛みを治します。あなたはあなたの病気をどう感じていますか。」
「いつもとてもこわいです」と言います。
私たちは「そのこわさがなくなれば、もっと良い感じになるのでしょうか」と尋ねます。
その人は「はい、なるでしょう」と答えます。
私たちは「その恐怖感は何処に感じますか。手でみせてください」と言います。
エネルギー体を修復します。
肉体の病気を治しません。
その人はまだ病気ですが、いつもこわいという気持ちはもうそれほどありません。
これでこの人は癒されていきます。
37. エネルギー体を修復するのにすぐれたヒーラーでないと、出来ません」という人もいます。
「すべての人にはエネルギー体があります。すべての人にはエネルギーの手とエネルギーのハートがあります。感情を経験したことがある人なら誰でもエモトランスを習い得ます。」と答えられます。
38. 「エネルギー体を修復するために長年を通して沢山の本を勉強しなければならない」という人もいます。
痛みはどこにあるのか相手に聞いてみてください。手でその場所を見せてもらいます。エネルギーはどこに流れたがっているか聞いてみてください。そのエネルギーが流れるように助けてあげてください。簡単です。
39. ある問題のある人はこう言います。
「私はこの問題を長年抱えています。この問題を直すのに同じぐらいの時間がかかるでしょう」。
「エネルギーは流れが早いです。その問題は今あるエネルギーにすぎません。だから、それほど沢山の時間は必要ないのです。」
40. 「私は苦しむべきです。そのため、この問題を改善したくないです。」という人もいます。
「あなたの「自然」は調和に向かいます。私たちはEven Flowに戻すだけです。負った傷を癒すだけです。」
41. 「私はなぜ前にこのことについて聞かなかったのでしょうか。」という人もいます。
「私には分かりません。でも今はエモトランスという方法があって、エネルギー体を癒すことが出来ます。それによって、痛みの代わりに幸福を感じます。」
42. エモトランスはエネルギーだけに働きかけます。
エモトランスは肉体を治しません。

エモトランスはエネルギー体を癒します。
エネルギー体を癒すことはとても大切です。
しかしエネルギー体を癒すのを手伝ってくれる人は少ないです。

- 4 3. 病気のエネルギー体の人には病気には見えないかもしれませんが、彼らは良い生活を送っていません。
人間には幸福、安らぎ、喜びを感じる事が非常に大切なことです。
もしエネルギー体が元気なら、生活は全体としてスムーズにいきます。
仕事はうまくいきます。
考える能力が高まります。
病気になった場合、早く治ります。
より良い親や友達になれますし、周りの人を手伝うことができます。
エモトランス・プラクティショナーになるということは周りの人が幸福、安らぎ、喜びに遭うことを手伝うことです。
とても深い経験です。

4 4. ハートヒーリングの祈り

私はこの癒しの手を
私のエネルギーハートの上に置きます
傷のあるところを癒すため
乱れたところを調和させるため
柔らかく、流れるようにするため
Even Flowを戻すため
私のエネルギーハートが
もう一度太陽のよう
輝けるように

- 4 5. エモトランスは自分で自分のために出来ます。
習いやすく、自然なテクニックです。
子供もエモトランスを習えます。
- 4 6. 体のどこに感情の感覚があるか観察してください。
恐怖感、怒り、悲しみなど、どこに感じますか。
自分の手で自分にみせてください。
感情の感覚を毎日観察してください。
- 4 7. 自分のエネルギーの手を使って
自分の体の痛いところに手を置いて、
「このエネルギーはどこに流りたいか」と聞いてみましょう。
「柔らかくなって、流れて」と言いましょう。
エネルギーがどこに流りたいかに気づいてみて。
そのエネルギーが体を通過し、外へ流れていくようにさせて。
エモトランスをやればやるほど、やりやすくなります。
- 4 8. エネルギーがさらに自分のエネルギー体に入るようにしましょう。

毎日、太陽のエネルギーが自分の中に入って、通過し、外へ出るようにするのに、ちょっとした時間をかけてみて。

様々なもののエネルギーが自分の中に入るようにして

お花、動物、石、水、土、空、木などはみんなすばらしい気の宿るものです。

人、音楽、美術品、天使なども良いエネルギーで、良い気持ちを与えます。

49. 負担になっているエネルギーが外へ流れるようにしてみましよう。

「私のエネルギーの流れを邪魔するものは何か。体のどこに感じるか」自分に聞いてみましょう。

「この流れを止めるものもただの一つのエネルギーだ！

どこに流れたがっているか。。。柔らかく流れて！」

50. エネルギーは絶えず流れる必要があります。

人がエネルギー体のエネルギーにしがみつこうとすることが時々あります。

これは健康に良いとは言えません。

「私は古いエネルギーを保っているか。どこにそれを感じるか」と聞いてみましょう。「これはただの一つのエネルギーにすぎない。エネルギーは流れる必要がある。どこに流れたがっているか。柔らかくなって、流れて！」と自分に言います。エネルギーの流れが戻ると、気分がよくなります。

51. エモトランスは役に立ちます。

誰にも見えないし、このテクニックは何処でも使えます。

恐怖感、怒り、悲しみなどが来たら、外へ流せるためにエモトランスを使えます。

過去のことを癒すために使えます。

今日、より良い生活を送れるように使えます。

好きなときに、自分に美しいエネルギーが溢れるようにできます。

初心者の方でも良い影響を受けます。

練習次第、エモトランスの影響はすばらしいです！