

# ヴィジュアル・モチベーション・カード (VMC)

## CARD NO.1 左脳-潜在意識のブロック



このブロックは、脳の後部-共通統合野がコントロールしようとすることから起こります。その結果、新しい選択肢や新たな可能性を前頭前野を使って意識的に考えつくことが出来なくなります。ストレスがあると現在役に立たないことが分かっているにもかかわらず、過去のパターンを繰り返してしまうのです。リアクションしかできなくなり、自分の恐怖、自分の感情だけに気持ちが向いてしまいます。それで人に共感できなくなるのです。今この瞬間を“生き延びること”が最優先されます。新しい選択肢に対し

て“聞く耳”も“見る目”も持たなくなり、「いくら頑張っても思ったようにならない」と分かっているながらも必死で頑張り続けます。自己不信に襲われて、自然と人から「大丈夫だよ！」言ってもらえるのです。しかし、それは役に立ちません。というのも、本当の確信は自分自身からしかやってこないのですから。だから“ひとつである状態 (ONENESS)”を学んで欲しいのです。

**アメジスト:** 自分との調和を高めることにより、“失う恐怖”から、“確信している気持ち”に移ることを選んで下さい。

## CARD NO.2 正中線-潜在意識のブロック



ここで言う“正中線”とは、いわゆる超感覚的近くを意味します。これはまた、脳の左右両半球が統合された姿でもあります。このような統合が起こるには、まず左脳半球内で前脳と後脳が同等のパートナーにならなければなりません。前脳が働きはじめると、右脳のメッセージが伝わる道が開けるのです。こうして左右両半球が共に働くと、緻密な理解や論理だけでは分からないことも分かるのです。これを邪魔している“潜在意識のブロック”は左脳の共通

統合野の「変化に対する恐怖」から生じるのです。この恐怖ゆえに「自分は自分以上のものでありうる」ことを否定してしまっているのです。そしてその結果、「自分に映る自分の姿は惨めなもの」となるのです。だからこそ、気づきを学んでください。

**アクアマリン:** 潜在意識で敵意を感じた結果、第六感との調和が乱れてしまった時、アクアマリンはブロックを解放し、五感を超えて感じ取れるもの全体に気づいて、それを心から認め、興味を感じるようにしてくれます。

## CARD NO.3 右脳一潜在意識のブロック

内なる声に耳を傾ける時です。右脳半球から漂ってくる心理的イメージに気づく時です。左脳(共通統合野)にあまりに長く完全に支配されてきたのです。内側の隠された部分が、「人生のまだ生きられていない部部」が、あなたを待っています。内側を見て、自由と穏やかさ、バランスと調和を見つけ出しましょう！そうすればどこにいても、そこが花園となるのです。

人は分裂の無い、円満で十全な状態を切望しています。この境地への飢えを満たしてくれるのが、バランスのとれた脳の機能なのです。意識的に左目、左手に切り替えましょう！内側にチューニングを合わせる練習をしてください。それで右脳の機能を使うことを学んでください。

**エメラルド：**その調和をもたらす力によって、エメラルドは現在と未来において、物事を受け入れ、自分に価値を感じ、心を開くようにしてくれます。

## CARD NO.4 安らかな (AT PEACE)

### ひとつである4/分離感4 (Oneness/Separation)

調べてみると、“愛 (Love)” という言葉は、あまりに多くの含みを持っているのです。“安らかさ (At Peace)” は誰もが望んでいます。そして愛があれば得られると思っています。

「振る舞いのバロメーター」においては、“安らかさ (At Peace)” は、“阻害された冷えた愛/愛に値しない、愛し得ない (Loveless / Unlovable)” と対になっています。

大抵の人が、“ひとつである (Oneness)” よりも“分離感 (Separation)” をいつもの状態として感じているのです。無条件に受け入れてもらえないと、「見捨てられて独りぼっちだ」と感じるのです。何年もこの状態が続くと、ますます気持ちを伝えなくなり、逆にますます感情を抑圧するようになります。人が安らかさを与えてくれるのを待っていて、自己とひとつであれば、いつでも安らかさが得られるのに、それを見過ごしてしまうのです。

**ラピスラズリ：**それゆえに、「分離感で打ちのめされて見捨てられた様な気分」になった時、ラピスラズリは、身体と心と魂を再びひとつであるという湧き上がる想いで満たしてくれます。その結果、自分にはっきりと気づくようになり、ポジティブなコミュニケーションが取れる様になります。

## CARD NO.5 堅さ (RIGIDITY) 調和 3/麻痺 3 (Attunement/lindifference)

調和 (attunement) がもたらす喜びが訪れることはあまりにまれなので、大抵の人は、その感覚がどんなものかわからないのです。喜びが感じられないのでかたくなになり、日々の生活の戦いのための固さというヨロイを着るのです。状況や人や環境を完全にコントロールできてやっと希望が持てるような気がします。しかし、そのようなコントロールを達成できるはずはないので、いつも足元が不確かで、ふらふらとよるめいているのです。挫折して、ハートの本当の問題に麻痺しようとするのです。悲観的で身動きがとれなくなり、無情になり、自己破壊的になります。そして、変化と名のつくものに対してなら、なにがなんでも抵抗するのです。私たちが、破壊の後に初めて想像があることを知りさえすれば、これほど激しくは抵抗しないかもしれないのに、内側の空虚さは、私たちが、人に示してもらいたがっているやさしさによって埋めることができるかもしれないけれども、こういった愛情深いやさしさといったものは、私たちが自分に対してやさしくないかぎりには、決して現れることはないのです。たぶん、自分にそれをする事ができれば、ひょっとして他人にもこういったやさしさを表現することが可能になるかもしれません。エマーソンが言っているように、「もし友達がほしければ、自分がまず自分の友達になりなさい。」

**ムーンストーン:** このエッセンスは、自分を外の世界からも内なる世界からも切り離してしまうような、好かれていないという気持ち(自分を受け入れられないという気持ち)を静かに和らげてくれます。

## CARD NO.6 征服された (CONQUERED)

### 同格 2/悲痛と罪の意識 2 (Equality/Grief and Guilt)

征服されたという感覚は自己意識を激しく打ちのめします。お先真っ暗で果然と立ち尽くし、とても同格には渡り合えないと感じます。戦いに対して同格であるべきだったのに、敗者ではなくて勝利者に“なるべきだったのに”。失敗する悲痛な思いは、あまりの深さに達して、この失敗を否定する以外には方法がなくなります。あるいは他人を非難するしかなくなるのです。そしてさらなる恐怖を押さえ込むために、武器を取ってもう一度戦うかわりに自己犠牲を選ぶのです。さらなる悲痛を避けるために、敵と協力して、自分の破壊に手をかして変化に対する責任を放棄するのです。もう一度進めば、自己に対する麻痺へとすべりこんで、運命を呪うのです。

**オパール:** このマウイ・メッセージは将来に対して希望をもたらします。悲痛と罪の意識によって希望から切り離されてしまった人に、“こわばって麻痺している時、オパールはバランスを回復させてくれます。その結果、周囲と調和同調でき、啓示のように目の前が開けます。”

**CARD NO.7 失望した (DISAPPOINTED)****確信して4/失う恐怖4 (Assurance/Fear of loss)**

何度も何度も失望してきたので、また痛い思いをするのが怖いと認める代わりに、“感じないこと”を選ぶのです。大胆さが持ちたい、そうすれば確信していけるのと思います。でも、本当の感情を認めることは、さらに失望をまねくことになりかねません。私たちに対して力をふるうことのできる人々に翻弄されて、がっかりさせられたり、聴いてもらっていないという感情を味わうことがないように、感情を押し入れに閉じこめてしまうのです。もちろん、悲痛な思いを感じます。誰が悲痛を感じないでしょうか？毎日私たちは脅威にさらされます。人は、私たちがまるで何の価値もないかのように、私たちの感情を見過ごします。たぶん、皆は正しいのかもかもしれません。と言うのも、自分で自分を歓迎していないのだから、外の世界でも歓迎されないのはあたりまえです。プライドですって？そんなもの、とっくの昔に窓から飛んでいってしまいました。やる気を感じたいのです。そして、心おきなく愛情を表現したいのです！しかし、それ以上に自分を守ることが必要なのです。本当の愛情を抑圧することが、自分を守ることにつながるのなら、その代価は払うしかありません。

**クオーツ：**このエッセンスは、苦しんでいる心と身体に、選ぶことは可能なのだという気づきと、集中力や瞑想的センタリングを生み出す魂の内なる力を与えてくれます。

**CARD NO.8 わなにはまった (TRAPPED)****喜びに満ちた1/敵意1 (Enthusiasm/Hostility)**

深く傷つき恨んでいます。わなにはまってしまったのです。できることと言えば、何も起こらなかつた振りをするくらいです。喜びに満ちた気持ちなんて飛んでいってしまいました。ちっとも楽しくありません。何気ない振りをしながら、あいつらに仕返しをするにはどうしたらいいんだろう。ただあきらめてしまって、相手に勝たせるわけには行かないのです。そんなことがもし起こったら、一生嘆き悲しまなければいけないから。それに、まだ、1回戦か2回戦に敗けたにすぎません。戦いはまだ終わっていないのです。最終回に敗けてしまうのは、すごく傷つくことだけれども、私たちは何とか勝ってみせる。なんとかして、どのようにかして、人生をもう一度楽しいものにするにはできるのです。ふりをするのではなくて。

**ローズクオーツ：**恨みによって意識が深く傷ついた時、**ローズクオーツ**は必要とされているという感覚を取り戻し、バランスを回復させてくれます。

## CARD NO.9 セクシュアリティ (SEXUALITY)

## 選択/選択の余地がない (Choice/No Choice)



性、性的役割に対する期待、そして性の行為そのものが、ここでは問題になっています。こういったことに関しては少しも**選択の余地がない**と感ずるので、欲求不満がつります。たいていの場合、この問題や、性の行為そのものは、愛情よりも怒りを生み出すのです。このセクシュアリティ、性的な必要、そして期待されている性的役割を演じることに投資

しているエネルギーと感情的チャージは、どれほどのものでしょう。ひょっとして、問題全体に対して基本的に間違った受け取り方をしているからこれほど苦しむのではないのでしょうか。こういったものはそれに傾けているだけの時間とエネルギーに本当に見合うものでしょうか。もしその問題に対して、その行為に対して、そして今やっている役割に対して、反応の仕方を選択ができるとすれば、どうでしょう？ そうなれば違った行動をするのでしょうか？ どのように？

**ルビー**：身を焦がすような怒りのエネルギーがとどこおっている時、**ルビー**はこのブロックを変容して、関係する者皆に最高の結果がもたらされるように、意識的に物事を整えて行く意欲を生み出します。

## CARD NO.10 期待に満ちた (EXPECTANT)

## 受け入れる/反感 (Acceptance/Antagonism)

自分自身を本当に**受け入れて**動いていると、今という瞬間が最もわくわくするものになります。**選ぶ力**を持つと、近づきやすく、楽天的で受け入れやすく、状況に柔軟性をもって適応しやすくなります。当然、自分に対する価値を感じて、もっとも素晴らしいものに自分はふさわしいと感じるのです。こういった状態では、ネガティブな感情のサイドに行くにはどんどん減ってきて、最後には**現在**を受け入れることを通じて、**潜在意識**のネガティブティを解放するのです。そうすれば**身体**は当然のこととして、それをバックアップします。障害は溶けさつて、知覚ははっきりとしてきます。こうなると、自分たちの中に最高のものを探して、それを見つけることができます。そして、それを見つけることによって、さらに多くを発見し、さらにまたより多くを発見していきます。ついには、**発見の魅惑そのものが、生きる理由**となるのです。

**サファイア**：このエッセンスは、とらわれた思考を浄化し、悲痛と罪の意識、麻痺や分離感といった、ありがたくもないしがらみから心を解放し、もう一度自由に選ぶことができるようにしてくれています。

**CARD NO.1 1 (ANGER) 意欲/怒り (Willing/Anger)**

たいてい私たちは怒りを抑圧してしまいます。内側に閉じ込められた怒りは、たまりにたまって、最後には盲目的で不合理な激怒として爆発するのです。私たちは、こう行っただけごとに出会うたびに自分を憎むのです。どれほど自分の感情や態度をコントロールしようとしてもこういった爆発は止められない様に感じられます。このコントロールしようとする努力は他人にもおよんできます。怒り爆発が、他のすべてが失敗した時に、人の注意を引くためのものとなるのです。それ以外のやり方で、人につながるができないことに対して落胆して、またせつかく関わってきたことが、こういった自分自身とか他人との不調和で終わってしまうことにも落胆するのです。**この怒りのコインのもう一方の面は、激怒の完全な内化です。怒りをこのように否定すると、あまりにしばしば病気という形で、内側が食い荒らされてしまいます。**

**タイガーアイ**：心を込めてしてきたことがうまく行かず、深い失意を味わった人に、**タイガーアイ**は、何とかしてコントロールしようとする気持ちを溶かし、調和への鍵として受け入れる気持ちを呼び起こしてくれます。

**CARD NO.1 2 畏怖の念 (AWED) 興味/恨み (Interest/Resentment)**

自分をもっと在り、もっと行ない、もっと持つことを許すことにより、さらに多くのものが目の前に開けてきます。そして、うれしい驚きと共に、新しい選択肢や可能性、新しい研究、新しい考え、新しい洞察、自分からのものであれ、人からのものであれ、こういったもの全てを歓迎するのです。自分の本質のすばらしさに気づき、自分の幸せに注意を払うようになります。新しい自己に対する敬意は、人にもおよびます。同情ではなくて共感するようになります。そして当然のこととして、このプロセスに魅了されるのです。さらに多くのものがきれいにされ、さらに多くが目の前に開かれてきます。今や、信頼し、誇りに思え、増々生産的になることができるのです。態度はやわらかくなり、“ひとつである”ことが目的なのだ気づき、意識は内なる魂を全ての命あるものと同族性で結びつけるのです。

**ターコイズ**：**ターコイズ (トルコ石)** は、失う恐怖や抑圧された怒り、受け入れ難い分離感からくる悲痛な思いを溶かし、「最初から守られていたのだ」ということを確信し、だからこそ「自分を守る必要はない」もうすでに「準備は整っている」それに高次の自己とひとつであると知ることによる穏やかさを回復させてくれます。