

# 開運 通信

会員の皆さまの幸運をつなぐ



特集

『潜在意識を味方にして、開運！』

“発売前に、増刷が決定した異例の新刊「すぐ開運超潜在意識書き換えルーティン」の著者、三善開晴氏に聞く”



2022/12

# INTERVIEW

— 12月6日に発売になる新刊は「すぐ開運 超潜在意識書き換えルーティン」ですね。2023年を迎える年末なんだかとてもふさわしい本ですね。今回のテーマである、潜在意識について書こうと思った動機やきっかけを教えてください。

自己啓発系のセミナーなどでは「潜在意識の書き換え」という言葉が頻繁に使われているのを耳にします。それに対して僕が感じているのは、「潜在意識の書き換え」という言葉だけが独り歩きしてしまっていて、セミナーの受講者だけではなく主催側ですら、その言葉の本来の意味を勘違いしている人がとても多いということです。

そもそも潜在意識の書き換えとはどういうことなのか、書き換わった状態とはどういうことなのかを知らないのに、何も変わらずずっと同じところで足踏みしている人が多く、その状況をなんとかしたい、そういう人たちに変わるヒント伝えたいと思うようになったんです。そこで、潜在意識、その潜在意識に強く影響している記憶に関してメカニズムも含め正確に理解して、読者のみなさんがそれをご自分の人生に役立てていただくために書くことになりました。

— 「潜在意識が変われば人生が変わる」とご著書に書かれていますが、それはどういうことなのでしょう？ちょっとだけ教えてください。

僕たちの脳はほとんどのことを自動的に処理しています。それは日常の行動から様々な意思決定にまで至りますが、それらをほぼすべて無意識的に行っています。その時に、自動的に処理するための材料として使われるのが潜在意識に入っている記憶です。

この自動的に処理するための材料である記憶がネガティブなマイナスの要素が強いものであれば、無意識に行ってい

る行動や意思決定もマイナスのものになる。逆に、その記憶がポジティブでプラスに働くものであれば、行動も意思決定もプラスのものになる、ということなんです。

このような場合に、とてもネガティブな自分にとってのマイナス記憶が使われていても、本人には気づかないうちに脳が自動的に行われているので、その結果導かれる意思決定や行動自体を疑うこともないんです。なので、いくら意識的に何かを変えようとしてもなかなか変わらない、というのはこういうメカニズムがあるからなんです。

つまり、潜在意識とは僕たちの行動や意思決定の大元でもあるので、そこを変えることですべてが変化していきます。人生を変えることができるんですよ。

— マイナスの記憶の影響をなくす、プラスの記憶を増やすというアプローチは、とてもわかりやすいと思いました。一方で、実際やろうとしても継続できなかつたり、効果がでないと止めてしまつたりというケースもあると思うんですが、どのぐらい続けるのがいいとか、どうしたら続けられるかといったコツがあれば教えてください。

そうですね、簡単には変わらないですし、すぐに効果も出ません。なぜなら、潜在意識にはこれまでの人生で長い時間をかけて経験してきたことが記憶されているんです。ですから、当然のことですが、それをすぐに変えるのは容易なことではありません。ただ、変わりたい、変えたいと本気で考えているなら、信じて続けることですね、継続すれば、徐々に変化を体感できるようになります。

まずは3ヶ月、それができれば半年、それができれば1年、そして3年くらいで切り替わるくらいのイメージでいただければと思います。とはいえ、気負った状態では3年どころか3ヶ月も続かないので、一気に変えようとはせず、できることから1つずつでいいので少しずつ続けていくことを意識してください。





### ー 未来の不安を軽減するクリーニングワーク、感情のクリーニング「ぐるぐるワーク」とは？

潜在意識に入っているマイナスの感情をクリアにするのがぐるぐるワークですが、未来のことに関しては注意が必要です。なぜなら、未来の不安はほとんどが想像に過ぎないからです。嫌なことが起こったときのことを想像し、それに関しては一度クリーニングしておくことはいいのですが、それ以上はしない方がいいです。

未来についてのその恐怖などはあくまで想像でしかないため、やりすぎるとそこから抜け出せなくなってしまいます。

### ー 潜在意識に影響を及ぼすのが記憶ですよ。ポジティブな記憶だけではなく、子供の時の記憶とか自分ではコントロールできなかったネガティブな記憶ばかりあっても「超潜在意識書き換え」で対処できるでしょうか？

はい、問題なくできます。もちろん時間もかかる場合もありますし、勇気が必要であったりもします。でも、シンプルに今からの自分にポジティブな記憶を入れていけばいいんです。ネガティブな記憶に飲み込まれず、自分を信じて行動していけば全然問題ありません。

### ー 大人になってからでもポジティブな生き方ができるということですね！とはいえ、頑張っても頑張っても負の連鎖、というようなことが起きやすい人がいます。これも何か記憶や潜在意識に関係してるのでしょうか？

そうですね。現実に関わらず何かネガティブなことが起こったとき、被害妄想や自己否定など、潜在意識にそれに関わるネガティブな記憶が入っていると、ネガティブなフィードバックをしてしまいます。そうするとまた現実のネガティブな側面が見えてきて、ネガティブなフィードバックをして…、といった連鎖がどんどん起きてスパイラルになってしまいます。でも、こういうケースもポジティブな記憶を入れていくことで、負のスパイラルから抜け出せるんですよ。

### ー なるほど。潜在意識が変われば人生が変わる、というのはまさにこういうことなんですね。

身体知、経験知、暗黙知という言葉がありますが、こういったものも潜在意識と関連しているということでしょうか？ これらも私たち人間が持つ秀でた能力ですよ。

はい、それらはすべて潜在意識に入っている記憶ですね。身体知とは「身体が覚えている動きやコツ」であり、経験知とは「経験してきたことで分かるもの」、暗黙知とは「言葉では表せない経験で培ったコツ」みたいなものですが、それらはすべて過去の訓練や経験などで身につけるもので、記憶として潜在意識に入っているものでもあります。僕たちは、無意識にこれらの「知」を活用しているんですよ。なので、経験が多ければ多いほどさまざまな「知」も増えるということですね。

ー 人生の様々な経験が「記憶」となって「知」となって、必要に応じて活用できるんですね。それを仕切っているのが「潜在意識」ということですね。

新刊では、「脳のメカニズム」「記憶」といった脳科学的な側面と、それらに対する「心」「感情」といった心理学的な側面の両方のアプローチ、さらに開晴さんの東洋思想というか仏教的な教えが加味されているように思います。ご自身ではそのあたりで意識されていることがあるんでしょうか？

仏教の世界に仏向上（ぶつこうじょう）という言葉があります。それは「完璧な仏様が、さらなる完璧な状態に発展向上する」という意味の言葉で、僕は常にそのことを意識しています。

「今の自分がどんな自分であっても、まずは今の自分を認めること。そしてそこから成長していけばいい」いつもそのように思っていて、常にその考え方がベースにあります。

しかし、多くの人は今の自分を悔んだり、否定したり、絶望したりしています。向上心のある人でも、今のこの瞬間の自分はダメだからもっと成長しなくてはダメだ、といった考え方を持っていたりします。そうではなく、まずは今の自分を認めること。それはいつも意識してお伝えしていることでもあります。

— 最後に、開晴さんご自身の経験で、ポジティブに働いている記憶を差し支えない範囲で教えてください。

今僕はポジティブな人だと思われているのですが、昔はとても心配症で、すぐ不安になるタイプの人間だったんですよ。特に、独立起業してからは、お金の不安もあるし、将来の不安など、様々な不安に苛まれていました。自分で何かをしたことがある人であれば、貯金残高が一気に減る恐怖を経験された方も多いと思いますが、僕も同じです。

でも、今は何かあっても「じゃあどうしよう？」と自動的に、前向きに切り替えるようになっていきますし、もし仮に不安になっても、少ししたら切り替えられるようになっていきます。それは一つずつ乗り越えてきた実体験の記憶があるからなんです。大きな記憶だけではなく、小さなたくさんの記憶です。それらがあるから「大丈夫」「何とでもなる」と切り替えられるんです。

最初は意識してそう思うようにしていましたが、今は意識しなくても自動的にそう思えるようになっていきます。そしてよほどの事が無い限り、大したことで動じないような自分に成長してきました。これらをコントロールしてベースになっているのはすべて記憶です。いい記憶を自分の潜在意識に入れていく、刻み込んでいけば、人は本当に変われますし、人生も変わります。

是非、丹念に取り組んで欲しいと思います

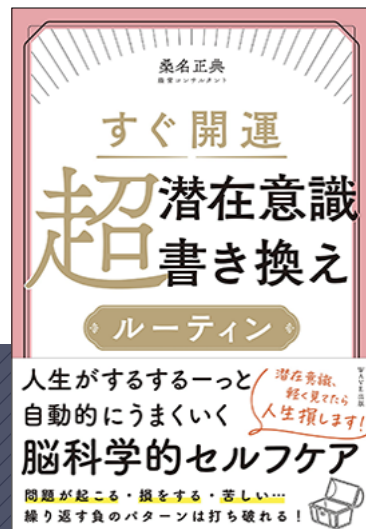
### すぐ開運 超潜在意識書き換えルーティン

12月6日(火) 全国一斉発売

※ amazon で予約受付中

WAVE 出版

1,650円(税込)



# Members' Voices

参加当初に悩んでいた人間関係で嫌な相手から離れることができ、今後の人生の指針を見出すことができた。セミナーで最後の仕上げをしてもらった時に、体の重さがバリッ!! とはがれた感じがした後、すごく軽くなりました。(40代女性)

前回セミナーに参加後、行動してみたら流れるようにアルバイトが決まりました。お陰様で自己限定が解除されつつあります。(昔苦手だったことが、そんなに苦じゃなく取り組めるようになりました) 職場内の人数が多く、色々なエネルギーが混ざり合っていますが、自分は自分と落ち着けるようになりました。(50代女性)

ネガティブ満載な出来事が起こっていますが、それと同じにポジティブがあると考えを切り替えられている自分がいます。それをわくわくしようと思っています。(50代女性)

自分のなかに、悲しみや我慢がたくさん溜まっていたんだなあと、すごく解放されて、楽になりました。(40代女性)

1年の間にお金の関わりに手離しが起きてどうなってしまおうかと思っていたが、新しい仕事に会えたり時間に余裕が出来たりして、日々心地よいです。(50代/女性)

12月に入会してから、-3kg減量し、不眠を改善する方法を見つけ、趣味に没頭する毎日です。(50代/女性)

仕事がやりやすくなった。今月最高利益を更新できた。(50代/女性)

自分の人見知りの性格を受け入れられた。自分が持っていないような問題解決のヒントが沢山いただける。(セミナー中や雑談中にもヒントが沢山)(40代/男性)

お試しもありますが、それ以上にすばらしい情報が入ってくる。(40代/男性)

色々なことを前向きにとらえられるようになってきました。また戻るようなことがあっても、少しずつ前に行く自信につながっているので、自分を信じていきます。(50代/女性)

# Information

田邊安見子の今日の一言

『ブロックは行動を起こさないと出てこない』

〈2022年9月27日八福会オンラインセミナーより〉



八福会セミナー開催スケジュールの確認、祝詞など商品の購入は「マイページ」からお願いします。

【マイページ】 <https://n.personslink.com/member/login/>

お問合せ：八福会事務局

メール / [8fuku@personslink.com](mailto:8fuku@personslink.com)