

本質を生きる—エッセンシャル・リビング

## 「本質の目覚め」

2014年11月22(土)~24(月・祝)

「悟りのシンクロニシティ」著者

プラサード&amp;アルヴィナによる特別セミナー

## 働かない生き方

「やりたいことを見つけなさい。そうすれば、明日からあなたは働かなくてもいい」

これは生涯に1300もの発明をして人々のこれまでの生活を一変させた、発明王として有名なトーマス・エジソンの言葉です。

その意味するところは、「自分が本当にやりたいことをみつければ、やることすべてが楽しみになり、いやいや働くようなことはしなくてもよくなる」ということです。エジソンは非常な努力家としても知られていますが、それがエジソンにとっては本当にやりたいことであつたので、その努力でさえエジソンにとっては何もでなく、楽しみ以外の何物でもなかったのでしょう。

そのような、本当に自分がやりたいことを見つけ、それを日々の生活に活かしていく方法を手に入れることが、この「本質を生きる」のシリーズで学ぶことです。そのなかでも「本当にやりたいことを見つける」ことにフォーカスするのが、「本質の目覚め」です。

## このセミナーで得られる7つのこと

- 1 働かない生き方ができるようになる
- 2 人生に素晴らしい変化をもたらす5つの鍵の使い方を得る
- 3 意識の多重構造について理解し、自分の内なる本質につながるができるようになる
- 4 中心に定まり、ネガティブな思考や感情に振り回されることが少なくなる
- 5 もって生まれた強み、才能、それに勇気や愛といった本質によって引き寄せられる力を得る
- 6 よりパワフルな力とつながり、全体と調和した人生を生きることができるようになる
- 7 本当に充足し、満ち足りた人生を生きることができるようになる

「本当にやりたいこと」は表面的なマインドのレベルではなく、意識の多重構造の、より深いハートの奥深くに秘められています。

私たちは、学校や社会での教育や両親からの刷り込みや期待によって、それが自分のやりたいことだと思っていることが多くあります。それがマインドのレベルでの欲望です。しかし、その表面的なマインドのレベルでの欲望をおいかけても、それが自分の内なる本質からのものでなければ、満たされた感じがせず、幸せも感じられず、次から次へと欲望を追い求めることになってしまいます。

しかし、より深い自分の内側の本質とつながることで、ほんとうにやりたいことが見つかるようになってきます。その本当にやりたいこととつながってものごとを実現していくときには、そのプロセスの中にも満たされた思いや喜びがあります。

意識の多重構造のなかで、そのより自分の内側の深い層での自分の本当にやりたいこと、ビジョンを知り、かつ表層の思考や欲望、感情に気づいて、それらを統合することで、内側と外側の両方の人生の全体性を生きることができるようになります。

「あなたが愛する人生を生きる」ことを可能にするために

好評  
発売中

「悟りのシンクロニシティ」

リーラ・ラブガーデン、  
プラサード・ディビット・  
ワンドレス、  
アルヴィナ・ワンドレス  
共著[http://livingthelife  
youlove.ins8.net/](http://livingthelifeyoulove.ins8.net/)本質を生きる～エッセンシャル・リビング～  
「本質の目覚め」

日程 2014年11月22日(土)～24日(月・祝)全3日間  
 時間 10:10～18:00(初日のみ11:00スタート)  
 会場 東京・代官山  
 費用 86,400円(通訳、税込)  
 定員 30名  
 講師 プラサード、アルヴィナ

<1Day 特別追加セミナー>  
「悟りのシンクロニシティ」を深める

日程 2014年11月16日(日)  
 時間 10:00～18:00  
 会場 東京・品川  
 費用 18,900円  
 講師 プラサード

# 「本質の目覚め」

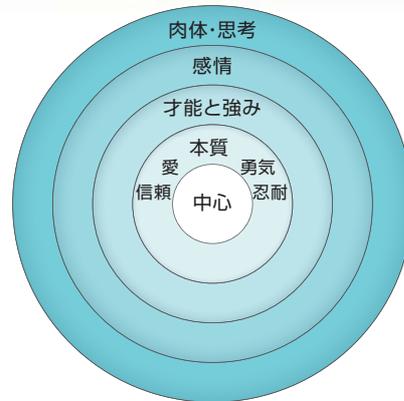
「悟りのシンクロニシティ」著者  
ブラサード&アルヴィナによる特別セミナー

## 1 人生に素晴らしい変化をもたらす「あなたが愛する人生を生きる」ことを可能にするための『5つの鍵』と『意識の多重構造マップ』を学びます

人生に素晴らしい変化をもたらす「あなたが愛する人生を生きる」ことを可能にするための『5つの鍵』とは「ビジョンの鍵」、「本質の鍵」、「強みの鍵」、「変容の鍵」、「行動の鍵」の5つの鍵です。これら5つの鍵と『意識の多重構造マップ』を体験し、内側に入ることで、あなたの本質にふさわしいものがどんどん引き寄せられていきます。内側に深く入れば入るほど、外側の成功はさらに豊かなものとなり、結果、あなたが望んでいる

幸せな人生を手に入れることができるのです。さらに外側の世界が充実すればするほど、その外側の世界を実現させている内面の本質の世界をさらに深く経験することにもなります。内なる資源、である「本質」につながることで人生が自然に変わり始めます。あなたがあなたになるために、何かを我慢する必要もなければ、何かを新しく学んだり、身に付けたり、華美に着飾る必要もありません。

### ■意識の多重構造マップ



## 2 このセミナーによって「自分の本質から引き寄せる」ことが可能になります

このセミナーによって「自分の本質から引き寄せる」ことが可能になります。自分の本質に対するつながりが強くなるにつれて、人生に多くの美しい変化が起こるようになります。ものごとがよりシンクロし、流れるように展開するようになります。人生で行うことがさまざまな形で、より報われるようになり、多くの人たちからサポートを得るようになっていきます。人間関係では、お互いの関係やほかの多くの人たちとの関係が、ますます簡単に満足するものになります。人生でさまざまな課題に直面した

り、障害物があるように感じたときにも、恐怖や絶望感をともなった思考や感情にとらわれなくなります。心を乱すような思考や感情はときには存在したとしても、それが長く続くことはなくなり、状況にクリエイティブに対処し、新しい可能性を見だしていくことができるようになります。そうすることで自分たちの本当の性質に従って引き寄せ始めていくようになります。この法則を『内なる引き寄せの法則』と呼んでいます。



Prasad

ブラサード・ワンドレス

ハーバード大学修士課程を修了。卒業後、個人的成長に関するプログラム開発のパイオニアとして、人びとが自分自身の能力と知性を伸ばし、その潜在能力を活かすことができるプログラムを世界中で提供しています。ブラサードは、温かさや明晰性とユーモアをもち、人々が瞑想の内なる平安を深く体験することを助けることのできる天賦の才をもっています。彼は何千人という人々にインスピレーションを与え、自分の人生をより充実して豊かに生きる方法を教えてきました。

## 3 本当の満足を与えてくれるもの

私たちはみな、充足し、満ち足りることを求めています。内なるサークルの層にある充足の本当の源泉に触れていなければ、それを外側のものごと、たとえば、仕事や人間関係に求めることになるでしょう。外側の世界で、どんなに成功を収めた人からさえも、よく耳にする言葉があります。「人生でまだ何か足りない!」素敵なおところに住んで、素晴らしいパートナーがいて、仕事に満足していても同じです。収入があり、豊かな人間関係を持ち、居心地の良い家を持つことは大切です。しかし、そこで止まってしまい、それがすべてだと思ってしまうと、まだ何か足りないという漠然とした感覚に捕えられてしまいます。もしやりがいのある仕事、良い人間関係、素敵な家やその他のものごとを持つことで、深く満ち足りたとすると、それを本当の意味で可能にしているのは、これらを持つことで、自分にとって大切な

本質につながることでできたからです。自分の内側にある本質とつながることによって、愛、自由、尊敬の念、その他の本来本質の源泉となるものを、他人に依存したり、外側にあるものに依存しなくてもよくなります。外側に依存することから自由になると、関係性や仕事、また人生をどのように経験するかが大きく変わります。自分の内側にある「本質に目覚める」ことで、それまでは自分が本当に求めている本質的なものを外側の他人や仕事から得る必要を感じていたのが、今度は内側ですでに満たされているという気持ちからそれを分かち合うようになるのです。自分に必要なものはすでに内側に持っているのですから。そうならば、自分の内側にある愛を人と分かち合うことができるようになります。愛は内側にいっぱい満ちているのですから、ちょうど雨水を満々と溜め込んだ雲のように、大地と水を分かち合うようになるのです。



Alvina

アルヴィナ・ワンドレス

ドイツのチュービンゲン大学の社会学、教育および心理学の修士課程を修了。1987年以来、リーラ、ブラサードとともにワークをし続けている。「Understanding Needs」のプロセスを開発し、内なる発見と瞑想の資質を仕事と人生に取り入れることにより、人びとが自分自身の強さを発見し、人生により大きな喜びとくつろぎをもたらすことができるよう、世界中の人々に働きかけている。