

自分の能力と可能性を掘り起こそう「可能性」の法則

## 38. 潜在意識に静かに語りかける

くつろいで、脳内をアルファ支配にすることが、祈りの心得。

---

あなたが富や幸せ、健康やビジネスの成功を願うなら、静かなる心で祈ることです。

「祈り」とは、あなたの潜在意識に静かに語りかけることです。祈りこそが問題解決の第一歩です。祈りによって自分の思いが潜在意識に刻印されたとき、潜在意識はただちにその思いを実行に移します。

あなたの祈りを潜在意識に確実に届けるためのテクニックを紹介しましょう。

まず、楽な気持ちで祈ることです。意志の力は使わず、知性も眠らせ、子どものように自由な心で祈りましょう。力むことは不安や恐怖を示すことになり、潜在意識からの解答を妨げます。心がくつろいでいるときは潜在意識があなたの思いを受け取り、さっそくその実現に取りかかります。

眠りに入る前の、うつらうつらした状態のときが、祈りを届ける絶好のチャンスです。このときは、顕在意識と潜在意識との間の葛藤がないからです。眠りに入る前に、自分の望みがかなえられたところを何度も映像のように思い浮かべましょう。そして平和な気持ちで眠りにつき、期待して目覚めましょう。

---

“力む”と潜在意識から解答が得られません。

赤ちゃんのような、無垢な気持ちで、潜在意識に語りかけましょう。

マーフィーの言葉

潜在意識に語りかけるときは力んではいけない。力むことは心が荒れている印（しるし）なのだから。

---

きこ書房

マーフィー「お金」と「幸せ」の法則 ジョセフ・マーフィー・インスティテュート編