TIF Hypnosis

2017 / 01

1st Hypnosis Session

女性
40 代
日本人
主婦、パート

今回のセッションの目的：

【解決、軽減、解消したい事項】
喘息の改善
アレルギーの改善
娘との関係の向上
友人関係に関する不安の原因解明と改善
など

セッションの記録：

リラックスできる場所のイメージ

森の中と水中の２つの場所が交互に浮かぶ。

水の中
自分以外に何もない。
海の中の様な感じ。
グレイな世界。
水は透き通っていない。
音がない。
リラックスしている。

森の中
背の高い白樺が茂っている。
道らしい道はない。
音も匂いも感じない。
見上げた空は薄暗い。
自分はただ立っているだけで動けない。
不安ではない代わりに幸せでもない感じ。
リラックスはしている。

森の中で誰かに出会うとしたら・・・
向こうの方で影が見える。
男性。
シルエットの状態で自分にどんどん近付いて来る。
どれだけ近付いても顔が見えない。
ずっと黒い人間の形をした塊のまま。
そのまま自分の中に入って来てしまった。
（体全体がガタガタと震える）
「誰かに自分の存在を認めて貰いたい・・・」

（様々な問答を経て・・・）

承認のセラピー　＋　暗示

その後に見上げた空が、明るく開けている。

再びリラックスできる場所のイメージ

自分は青い光で包まれて、周りは黒っぽい青い世界。
宇宙を漂っている感じ。
ずっと遥か下の方に陸が見える　－　島。
余り大きくはない、緑の綺麗な無人島。
歩けばすぐに一周できそう。
南国の暖かい島。
椰子の木が沢山。
真っ白の砂浜。
綺麗な空。
人は誰１人としていない。
陸地を見ると、椰子の木だらけ。

TIF Hypnosis

海はとても透明。
ただ心地良い。
１番リラックスできる場所を椰子の木の下に見付けて腰を下ろす。

今後の人生をより良くする為に思い出すべき場面のイメージ

エントリー・ポイントのイメージ
草履を履いている。
履き心地は悪くない。
裾を捲くし上げた紺色の着物姿。
裾を捲くし上げているのは当時の着方。
春の様な陽気。
江戸時代っぽい。
私は若い男性。
27−28 歳位。
背は高く、痩せ型でとても健康。
結構栄えている街の中にいる。
自分はこの街に住んでいる。
江戸だと思う。
とても活気がある。
川が流れていて、太鼓橋の様な橋が掛かっている。
橋のたもとで時間を潰している。
休憩時間？
人を観察している。
沢山の男女が行き交っている。
旅人の姿も結構ある。
ビラを配っている人、座って読んでいる人など。

自分は米屋？
味噌も売っている？
商売は順調で、生活していくには十分の稼ぎがある。
家族がいる。
妻、父、娘。
娘は３歳位で着物を着ていて、手に風車を持っていて、元気。
放し飼いの犬がいる。豆柴。
母は既に他界している？
家族でない人も同居している？
16 歳前後の男女が住み込んでいて、家の中を走り回る姿が見える。
全員がにこやかで、気楽に生きている。
人間関係がとても上手くいっている。
店の奥から大きな廊下で母屋に繋がっている。
橋から自宅までの道のりを歩くイメージ
川に沿って沢山の店が軒を連ねている。
川は泳いで渡れる幅で、舟で物を運んでいる。
薬屋があって、和漢方を売っている。
自分は健康の為に身体にいい物をいつもここから買っている。
魚屋もある。
サンマの様な青魚が豊富に並んでいる。
海が近いみたい。
橋からそう遠くない所に自宅がある。
自宅はやはり米屋で軒を連ねた店の中の１軒。

自宅でのイメージ
近所付き合いがとてもいい。
妻の姿がすぐ目に付く。
名前：さだ子。
優しい、自分より若い。
柔らかな体型。
一緒にいて安心、喧嘩は全くない。
自分と一緒にいて満足してくれている。
自分を呼ぶ声は「x 彦」の様に聞こえる。
娘が帰宅した自分を見つけて喜び、足に絡んでいる。
脇を抱えて高い高いをしてあげている。
娘：ちえ。
膝丈のかすりの赤い着物と黄色い帯、草履。
ぽっちゃりしていて現世での娘に似ている。
自分は気分転換できてリラックスしている。
廊下向こうの畳の居間に父、碁盤を前に座っている。
父：背は低くて、恰幅がいい。
頑固で無口。
常に皆のことをよく考えていて誰にでも親切。
店は父が起こした、現世の母方の叔父に似ている。

TIF Hypnosis

碁は毎日打っている。
この日は夕方にようやく終盤、負けた。
まだまだ父の足元には及ばないなあ・・・と思っている。

夕餉の匂いがしてきた。
食卓を出してきて、同じ居間で夕食を食べる。
土間にかまどがあって、住み込みの女の子が火吹竹を使っている。
父は誕生日席に座っていて、自分と妻は向かい合い、妻の横に娘、住み込みの２人も一緒に食卓を囲んでいる。
各自に配膳。
白米のご飯、豆腐とワカメの味噌汁、焼きサンマたくあん。
湯気まではっきり見えている。
父が「いただきます」と言ってから皆箸を付ける。
自分の１番の好物は藁に包まれた納豆。

食後は妻と住み込み少女が後片付けをする。
自分は娘と居間でお絵描き。
花の絵をクレヨンの様な物で上手く描いている。
父は部屋の片隅でにこやかに自分達を眺めている。

父は居間で、夫婦と娘は別の部屋で川の字で就寝。
住み込みの２人はそれぞれ部屋が充てがわれている。
起床はいつも５時。

その人生の重要な場面のイメージ
夜 11 時。
私はまるで昼間とは別人の様な格好をしている。
泥棒か忍者の様で、目だけが出ている。
動き易い格好。
人目を気にしながら夜にこっそり行動している。
人助けの為に泥棒をしている感じがする。
川が見えている。
人通りは全くない。
庄屋の大きな門の前でキョロキョロしている。
ここは以前に下見をしていた。
塀を飛び越えて庭に入った。
その家の蔵に忍び込んだ。
金庫らしき物の引き出しから薬を盗んでいる。
結核に効く薬？
薬だけを盗ったら、また塀を乗り越えて退去する。
その足で知り合い・・・と言っても親しくはないけれど、その家の玄関の隙間に薬を入れて、帰宅した。
普通に布団に入った、罪悪感は一切なし。
いつもこういう事をしている気がする。
家族の中で自分のしている事を知る人はいない。
自分は、誰も手に入れる事ができない高価な薬を盗っている。
結婚してから盗みを始めた。
この時で 5–6 年前からしている。
満月ではない夜に、月に 2–3 回の割合で。
風の噂で、病気が重いが薬を手に入れる事ができない人がいると聞くと繰り返した。

ある時、盗んだ後に塀を乗り越えた所で捕まった。
提灯を持っている何人かの侍に捕まって、後ろ手に縛られた。
恐怖心はなく、罪悪感もないけれど、家族の顔が浮かんでいる。

中庭に砂利の敷き詰めてある所に縛られて座っている。
代官所？
金糸の入ったいい着物を着ている偉い人が自分に尋問をしている。

拷問を受けている。
木の小屋の中で両手を天井から吊るされている。
下に藁が敷いてある。
棒で全身を叩かれ続けた。
身体中が血に塗れている。
どこかの骨も折れているかもしれない。
喉を棒の先で突かれて苦しい。
何をされても一言も喋らなかった。
丸１日棒で打たれて、夕方にやっと縄が解かれた。
拷問の後、傷だらけの姿で釈放された。
誰に薬を届けたか漏らす事もなく、守り切ったとい

TIF Hypnosis

う満足感がある。
自分の中では常に正当な事をしていたという思いがある。

自分を打ち据えた役人達との対話のイメージ
自分（役人）は、こんな事をしたくてしてる訳じゃないけれど、自分の仕事だから仕方ない。
この人は、なかなか口を割らないけれど、多分、どれだけ打ち据えても、何も言わないと思う。
この人には強い信念がある様に感じる。

役人の役目を理解し、許す。
ヒーリング　/　暗示

帰宅すると、娘が「帰って来た！」と喜んでいる。
傷は見えているが、気にせず大喜びしている。
抱き付かれて「痛い！」と言いながらも、嬉しい。
妻は涙ぐんで微笑んでいる。
彼女は本当に芯の強い女性。
父は全部分かっていながら、いつも通りに接してくれている。
誰も自分のした事などに触れないでいてくれている。
照れ臭そうに「ただいま」と、いつもより明るく言っている。
周りの人は、実は皆自分のしている事を知っていた様だが、素知らぬ顔で応援？してくれていたらしい。

薬泥棒を始めたきっかけになった場面のイメージ
ある日、いつも通りに昼間に気分転換の散歩をしていた。
ある家の玄関が開いていた。
土間の向こうに畳の部屋が見えた。
3歳くらいの小さな女の子が布団に横になっている。
すぐに結核だと分かった。
周りの非難が激しくて、酷い仕打ちを受けている様子。
わざとらしく口を塞いで、その家の前を急いで通り過ぎる人達とか、酷い噂話をこれ見よがしにする人達を目の当たりにして、「この子を助けたい」というよりは、理不尽さを感じて胸が締め付けられた。
自分にはこの子を助ける金は十分にはあるけれど、その様な子供達は沢山いるし、自分の財力では全員助ける事ができないと思った時、迷いもなく１人で盗みを始めようと思った。

妻との対話のイメージ
どこからか薬が届けられたという 2–3 件の噂が立っていたのは知っていて、時々主人が夜半にこっそり抜け出すのを見て、直感で彼がしているに違いないと感じた。
自分に相談してこないという事は、彼が自分には立ち入って欲しくない事情があるのだと思い、彼を信じて敢えて訊きもしなかった。
主人にとって１番大事なのは家族だと理解しているけれど、彼の中でもっと大きなものができた時はそちらを優先するのは構わないと思う。
一本気の強い優しい所に惹かれて一緒になったのだから主人が変わる必要はないと思う。

人生最後のイメージ
布団の上に寝ている。
まだ若い、40 歳前。
結核？
胸が苦しい。
１年ぐらい前から。
家の中は何とか歩けるけれど、店には立てない。
父は元気。
娘はいい年頃だけど、まだ嫁に行っていない。
娘には、いい薬を見付けて欲しい、人を救えるそういう仕事について欲しいと願っている。
自分に関しては、いい人生だった、いつ逝ってもいいと思っている。
最後は喀血して死んだ。

この人生で得たかもしれない気管系の問題を置いてくるヒーリング

人生を振り返って

PF Hypnosis

悔いのない、人間関係にも恵まれた人生だった。
自分に与えられた平穏な生活だけでは満足に感じられなくて、人の為に何とかしようと思った結果、窃盗をしてしまった。
家族を苦しめた事には反省するけれど、それでも自分を信じて支えになってくれた家族には、本当に感謝している。
＜人に喜びを与えられる事が、本当の自分の生きる喜びになる＞、という学びを得た。

この人生が現世に自分に及ぼしている影響を洞察、および「x彦」からのアドバイス
“サプライズ“が好き”。
人に楽しんで貰う事が好き。
自分をもっと充実させなさい。
家族の事を１番に考えなさい。
自分の核の部分を見直さねばならない。
子供に対する接し方は、今は間違っている。
長所も短所も我が子の部分なのだから、まずは全てを認めるのは難しいかもしれないが、子供とはいえ、１つの立派な人格なのだから受け入れなさい。
子供を愛していると自分では思っていても、上手く愛せていない。

その他の今後の人生をより良くする為に思い出すべき場面のイメージ

エントリー・ポイントのイメージ
周りは何も見えない。
ロッキングチェアーにゆっくり腰掛けている。
膝掛けをしている。
かなりの高齢。
スポットライトを当てられている感じ。
どうもある人生の死後らしい？

人生最後の場面のイメージ
女性、74歳ぐらい。
白人。
アンナ。
ブロンドが白髪になった髪は肩ぐらい。
とても穏やかな気分。
自宅のベッドの上。
木造の洋風の家。
煙突がある。
森の奥深くにある集落。
白樺の木々に囲まれている。
ノルウェー、またはフィンランド。
雪が積もっているけれど、屋内は暖かい。
家族に囲まれている。
12歳以上の男女の孫達も何人もいる。
自分に何の不安もなくて、家族も皆笑っている。
夫は既に他界している。
食欲は全くない。
昔の苦労が悪い方には出なかった様な気がする。
自分に起こった良い事も悪い事も含めて思い残す事が何もない。

その人生の重要な場面のイメージ
23歳、まだ結婚前。
自分の生まれは別の国らしい。
何らかの事情で祖国を離れて、新しい土地へ来た。
そこで出会った人と結婚した。
一緒に木に関する仕事をしていた。
周りに伐採した丸太が沢山ある。
木製のおもちゃ、おもちゃの家を作っている。
あてもなくその町に来た時に、後々に夫となった人の店に入って自分から声を掛け、仕事を貰った。
年が離れていて、外見がサンタクロースの様な人。
彼の仕事を手伝い始めて、彼に対して次第に憧れの気持ちを抱いた。
自分から彼に求婚した。
「ここにいたいなら，いたらいい」と言ってくれた。

祖国でのイメージ
18歳。
狭い地下室で家族と震えている。
ナチスに対して？
父母と弟と一緒に隠れている。
汚れた服を着ている。

PLR Hypnosis

自宅の階段下にある隠し板を開けると、裸電球１つの狭い部屋がある。
三角座りでやっと 4 人が収まれる。
息を殺して隠れている。
家の戸がどんどんと音を立てている。
無理矢理扉をこじ開けて 3 人の兵士が家に入って来た。
ものすごく乱暴な足音。
あちこちを棒で突きながら、自分達を血眼で探している様子が手に取る様に分かる。
自分達を見付けられなくて諦めようとしたみたいだけれど、台所のテーブルにまだ温かいままに置かれた飲み物があるのを見て、自分達がまだ屋内にいるのに勘付いた。
見付かってしまった。
全員が引き摺り出された。
その場で父と弟は銃剣で突かれて死んだ。

母と自分は牢屋の様な所に連行された。
牢屋は女性で一杯。
細い廊下の両側にものすごい数ある。
ドイツ？
とても大きな施設で、周りはぐるりと木々に囲まれている。
そこで労働させられている。
自分は穴を掘って屍体を入れている。
ある時から母と離れ離れになってしまって、それ以降は姿を見ていない。
毎月決まった日に何人かだけが選ばれて門の外に解放されていたけれど、その時はたまたま自分が選ばれてしまった。
行く宛がなかったけれど、戦果を逃れながら進んで、荷物に紛れながら何とか船に乗り込んで、北欧の国に辿り着いた。
1 人、自由の身にはなっても、常に追っ手があるかもしれないという恐怖心が付き纏って、いつも怯えていた。

夫との暮らしのイメージに戻る
寝ている間にものすごくうなされているけれど、夫が優しくさすってくれ、不必要な事は何も訊かないでいてくれた。
「話す気になったら、いつでも何でも聞くよ」と言ってくれていたので、結婚を決めた時に、自分の生い立ちを全て話した。
夫は優しく自分を受け留めてくれた。
話し終わった瞬間に心が軽くなって、長い間つかえていた不安が去った。

子供が男女 2 人ずつ､4 人できた。
とても楽しい充実した生活。
森の中の村からは一歩も外へ出て行けなかった。
自宅の近くには誰も住んでいないので、近所の人とは疎遠。
家族だけが自分の生活の全て。
子供達が自分に対して理解があったのは、自分の知らない所で、夫が彼らに全てを話して聞かせていたからしい。
子供達は自分の生い立ちをしっかり受け留めて、自分達なりに史実などを勉強していたらしい。
女の子の 1 人は、現世の自分の娘に似ている。
男の子の 1 人は現世で流産した子の様な気がする？
自分達の教育方針は変わっていて、子供達を一切学校に通わせなかった。
それでも皆が自分達でしっかり勉強して、将来はそれ相応の社会的地位にまで就いている。
子供達が全員しっかりと立派な大人に成長してくれて、とても安心している。

夫は体が弱ってきた。
胸が苦しく感じられるので、心臓を病んだと思う。
夫が他界する時、「悪い事はこれ以上起こらないから、何も心配する事はない、残りの人生は絶対に平和で穏やかなものだから、安心して楽しんで生きていけばいい」と、最後に言ってくれた。
自分 1 人で彼を看取った。
夫の死からそう遠くない時期に自分も死んだ。
光の中に入って行った。

自分の娘の 1 人だった魂との対話のイメージ

THE Hypnosis

母が小さい頃から遠くからいつも見ていて、
この人と一緒にいてあげなくてはダメな気がすると思った。
母はかわいそうな人、寂しい人。
辛そうな人生を送っていたから、自分がいる事で常に彼女が明るくいられると思った。
自分達が子供として生まれて来た事によって彼女が笑っている事が多くなった。
自分は、例え自分が理解できない様な事でも、
彼女の話を聞いて、自分をはけ口にしてあげられると思う。
少しでも彼女の助けになれたらと思った。
彼女が望むなら、また一緒に生きる人生を持ってもいいと思う。

男の子は、他の人生でも一緒に過ごした事があるが、その時も生まれてすぐに亡くなっている。
メッセージ:「そのままでいてね。」「深く考え過ぎなくてもいいんだよ。」

アンナから現世の自分へのアドバイス
これから自分を上手く変えていかねばいけない。
家族に対して冷たい時がある。
対人関係で疲れていると、それを家族に向かって発散している。
子供に対する接し方を変えなさい。
感情のコントロールをもっとできる様になりなさい。
どちらかというと抱え込んで、上手く出せていない。
自分の子供が怖いとどこかで感じているのは、彼女が自分の感情の変化を察知して、それに合わせて行動しているから。
疲れたら、自然の中に出て太陽を感じなさい。
人と会って、楽しい時間を費やすのも１つの方法ではないか。

喉との対話のイメージ
喘息について

【喘息としてクライアントの人生にどんな影響を与えている？】
人の痛みを理解させる為。
【あなたは今、クライアントの体や心に何をするつもり？】
生活の色々な事を良くしていかねばならないので（それを気付かせようとしている）。

【クライアントの人間関係にどう影響している？】
悪い音を出す事がある。
人を疲れさせたり、困らせる言葉を言う時に、よく音を使う。
それで相手を傷付けようとしているのが分かるから。

【何かのメッセージや情報など、あなたがいないと、クライアントだけでは分からない何かを伝える為に、クライアントを手伝ってくれている？】
体の不調も知らせている。検査に行く事を促す。

【あなたはクライアントを誰かから、または何かから守ってくれているの？】
目の前にある些細な事から離れて、他の事にも気付いて欲しい。
疲れが溜まる前にもっと体を休めなさい。
もう少し体を動かす方がいい。
自分の体の要求と向き合いなさい。

喉のヒーリング　/　暗示

時間が来て終了

TLF Hypnosis

クライアントのセッション後の感想など

こんなに素晴らしい記録にしていただいたんですね。感謝、感謝です。
簡単にお願いする様な事ではありませんでした、本当に。
でも、本当に嬉しいです。
この記録は、私の宝物にさせてもらいます！
しかし、素敵な話になっているわ〜。ありがとうございました。

TIF Hypnosis