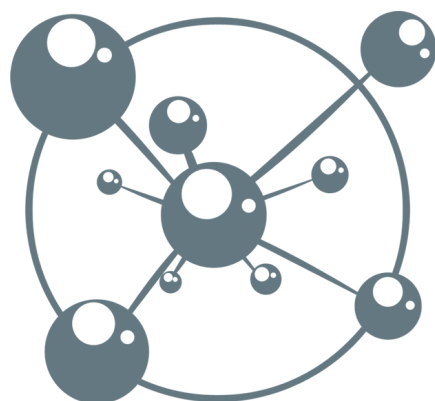


Dolores Cannon's Quantum Healing Hypnosis TechniqueSM



Procedure Notes Supplemental Procedure Notes

**ドロレス・キャノン
クォンタム・ヒーリング・ヒプノシス・テク
ニク
スクリプトと手順**

©Dolores Cannon Living Trust 2015

Table of Contents

目次

QHHT Procedure Notes

QHHT セッションのスク립トと手順

導入	2
簡単な過去世退行の手順	11
- 雲から降りる	11
- 重要な日に進む	14
- 最期の日を眺める	15
- 別の過去世に予期せぬ移動をした場合	18
- 別の過去世に移動する場合	18
- 雲から降りて、死の場面に入った場合	20
潜在意識にコンタクトする	22
目覚めさせる	23

Supplemental Procedure Notes

補足スク립ト

キーワードを挿入する	27
キーワードを使った導入	28
ドロレス・キャノン シルバークリスタルリバーの瞑想	30

Induction

導入

If I were to say to you, "see a red bird", could you see one for me?

See a yellow flower.

See a blue car.

See a dog and a cat.

See a green tree with lots of leaves

and the wind blowing through the leaves.

もし私が“赤い鳥を見てください”と言ったら、見てもらえますか？

黄色い花を見てください

青い車を見てください

イヌと猫を見てください

緑の木に沢山の葉が茂っていて、葉が風で揺らめいているのを見てください

This is the part of the mind we will be working with today.

This is the part of the mind that has the pictures and the memories.

This is the part of the mind that is active at night when you are sleeping,

because this is the part that has the images and the symbols that we use in our dreams.

So, this is the part of the mind we will be working with today.

この部分の意識を使って、今日はセッションをしていきます

この部分の意識に、イメージと記憶があります

この部分の意識が、あなたが寝ている間に活動します

なぜなら、この部分にある絵やシンボルが、夢で使われるからです

ですから、この部分の意識を使って、今日はセッションをします

So, just for this little while that we do this today, have no problems and no worries.

Time enough for that later.

They will always be there later.

But just for this little while that we do this today, have nothing to worry about.

So enjoy the way that feels to not have anything to worry about.

And enjoy the way it feels to have relaxation moving through the body.

今日、これを行うほんの少しの間は、何の問題も心配ありません

時間は、後でも十分にありますが

心配や問題はいつも存在しているので、後にしても大丈夫です

この少しの間だけ、今日セッションをする間は、何の心配もありません

何の心配のない感覚を楽しんでください
全身がやすらぐ感覚を味わってください

*And as the relaxation moves through the body, if there are any tensions anywhere in the body,
they will flow right out. Flow right out.*

Let them go. Let them go.

We don't need them. We don't need them.

So enjoy the way that feels to not have anything to think about.

And enjoy the feeling of relaxation moving through the body.

全身にやすらぎが行き渡る時、体の中にある緊張は、全て流れ出ていきます
緊張は流れ出て行きます
流し出してください 手放してください
それは必要ないものです それは必要ありません
何も考える必要がない感覚を楽しんでください
全身がやすらぐ感覚を味わってください

This is a luxury that very few people are allowed.

*To take a little time out of their busy day to just relax
and not have to think about anything.*

So take advantage of it while you can and enjoy the experience.

And remember

that when you awaken you will feel wonderful all over,

just as though you've had a nice nap. A nice sleep.

You will feel truly rested and refreshed.

Anytime you do anything like this, it will always be an enjoyable experience.

これは、ほんのわずかな人々が許されるぜいたくです
忙しい日々から抜け出し、少しの間だけ、ただくつろいでください
何も考える必要はありません
この機会を利用して、経験を楽しんでください
そして覚えておいてください
あなたが目覚めた時、全てが素晴らしく感じます
まるで良い昼寝や、ぐっすり眠れた時のように
体が完全に休まり、リフレッシュします
あなたがこのようなことを行うたびに、すべてが素晴らしい経験になるでしょう

Also remember,

*if you hear any sounds in the room, or any sounds outside of the room,
they are only natural noises occurring in the background.*

They will not bother you or distract you in any way.

*If you hear anything, it will just fade
and become part of the background.*

覚えておいてください

もし部屋の音や、部屋の外の音を聞いても、それらはすべて自然界の背景の音です
音は、あなたをわずらわしません

いかなる音も、あなたの気をそらしません

何か音が聞こえても、すぐにたち消え、背景の一部となります

*Now, I would like for you to imagine a beautiful pyramid
composed entirely of white light.*

A very beautiful thing to see.

It glows, it sparkles, it shimmers.

And I want you to mentally place that white pyramid of light

so that it completely encloses your body,

even the underneath side of your body,

so that you are completely enclosed within the beautiful pyramid of white light.

では、美しいピラミッドを想像してください

ピラミッドは、全て白い光で作られています

とても美しいピラミッドです

それらは輝き、きらきら光り、きらめいています

頭の中で、白い光のピラミッドの思い描いてください

ピラミッドが、あなたの全身を包むようにしてください

体の下の方まで、ピラミッドで覆ってください

あなたの全身が、この美しい白い光のピラミッドに完全に包まれるよう、イメージしてください

This is your protection.

The white light is a very powerful force.

It can protect against anything.

It will remain around your body the entire time that we do this.

Nothing can harm you mentally, or physically.

You are protected, you are safe.

You know it, you feel it.

And it is very, very good.

これはあなたを保護します
白い光は非常に強い力です
どんなことからでも守ってくれます
今日これを行っている間、あなたの体の周りにずっと留まり続けます
いかなるものも、精神的・肉体的に、あなたを傷つけることはありません
あなたは守られ、あなたは安全です
あなたはそれを知っています あなたはそれを感じています
それは、とてもとても素晴らしいです

Now I would like for you to imagine the most beautiful place in the world.

What you consider to be the most beautiful place in the world.

Where there are no worries and no problems.

It may be the forest, it may be the seashore, it may be a meadow.

Whatever you consider to be beautiful and peaceful.

Can you find a place like that?

では、世界で最も美しい場所を想像してください
あなたが世界で最も美しいと考える場所です
そこには何の心配も、何の問題もありません
森の中かもしれません 海岸かもしれません 草原かもしれません
あなたが美しく平和に満ちていると考える場所であれば、どこでも構いません
そのような場所が見えましたか？

Tell me about it.

(Get them to describe it - sights, sounds, smells, senses.)

No worries in a place like that,

it's peaceful,

where there are no worries and no problems, just peace and quiet.

説明してください（（景色、音、臭い、感覚などを説明してもらおう）
そのような場所には、何の心配もありません
そこは平和で静かです
何の心配も、何の問題もない、ただ平和な場所です

Can you see the sky from where you are? (Yes)

Look up in the sky and see if you can find a big white fluffy cloud.

I'm going to ask you to do something that might sound a little strange.

I want you to float up to that cloud and sit on it.

Tell me what that would feel like to sit on a cloud,

*and you don't have to worry,
it will hold your weight just like magic.*

そこから空が見えますか？
空を見上げて、白い大きなふわふわした雲があるか探してください
これからあなたにお願いすることは、少し不思議に感じるかも知れませんが
あなたにその雲の上に乗って、座っていただきたいのです
雲の上に乗ったら、どんな感じがするか話してください
心配する必要はありません
雲はあなたの体重を、“魔法のように”支えます

What would that feel like to sit on a cloud? (Get them to describe it.)

Some people think it feels like cotton or feathers.

But it will hold you just like magic.

It's very comfortable, isn't it?

Lay back on that cloud and just let it absorb all of your weight.

It's such a beautiful, wonderful feeling.

It's like you don't have any weight at all.

雲の上に乗るのはどんな感覚ですか？（説明してもらおう）
綿や羽毛のように感じる人もいます
でも、雲はあなたを魔法のように支えます
とても心地がいいですね
そこに横たわって、あなたの体重をすべて預けてください
とても美しく、素晴らしい気持ちです
まるであなたは体重が全くなかったような感覚です

You can become one with that beautiful cloud.

If you lay back on that cloud, let it absorb your weight.

*If you want to, you can even wrap the cloud around you like a wool blanket
and snuggle down into the cloud.*

That's such a beautiful, comfortable, safe feeling.

*And it's almost as though you don't even have a body
as you become one with that beautiful, soft, comfortable, safe cloud.*

あなたは、美しい雲と一つになります。
雲に横たわって、あなたの体重をすべて預けてください
あなたが望めば、暖かい毛布のように雲にくるまれて
その中で寝転がることもできます
とても美しく、心地よく、守られている感覚です

あなたの体はほとんど無くなって、
美しく、柔らかく、心地よく、安全な雲とひとつになります

*And this cloud is floating through the air,
carrying you with it.*

*Soft and protected
and comfortable and safe.*

Drifting and floating -

Floating and drifting

*And this cloud floats over the land, and over the valleys, over the mountains,
and even out over the ocean if it wants to.*

Carrying you with it.

Soft, protected, comfortable and safe.

Drifting and floating -

Floating and drifting

Over the land, over the valleys, protected and safe.

この雲は空に浮かんでいきます
あなたと一緒に運びます
柔らかく、安全に守られています
流れながら、浮かんでいきます
浮かんでいきます 流れていきます
そしてこの雲は大地を越えて、谷を越えて、山を越えて
あなたが望めば、海も越えていきます
あなたを運んで
柔らかく 心地よく、守りながら安全に
流れていきます 浮かんでいきます
浮かんでいきます 流れていきます
大地を越えて、谷を越えて、守りながら、安全に

*And this cloud is like magic because,
not only can it carry you over the land and over the valleys,
it can also carry you back
and back, and back in time and space.*

この雲は、魔法のようです
なぜなら、大地や谷を越えてあなたを運ぶだけでなく
雲はあなたを包みながら、時間と空間を
戻って 戻って 戻っていきます

I'm asking the cloud to move and carry you back

*and back, and back in time and space
to another time, another place
where there is information we would like to find to help you
in the very best way that we can.*

私が雲にお願いします
あなたを連れて、時間と空間を 戻って、戻って、戻っていきます
別の時間、別の場所に
そこには、あなたにとって最も助けとなる情報があり
私たちは、それを一番良い方法で見つけようとしています

*The cloud is moving,
it's carrying you back and back and back.
We're looking for the most appropriate time and place
to stop and look at and examine.
The most appropriate time and place
to stop and look at and examine.*

雲は動いています
あなたを連れて時間と空間を、戻って、戻って、戻っていきます
私たちは、最もふさわしい時間と場所を見つけます
そこで止まり、そこで見て、調べましょう
私たちは、最もふさわしい時間と場所に着きます
そこで止まり、そこで見て、調べましょう

*Now the cloud is slowing down,
it's stopping at the most appropriate time and place.
Now that the cloud has stopped at the most appropriate time and place,
I want you to drift off of that cloud
back down, down, down to the surface.*

今、雲はゆっくりと速度を落としています
最もふさわしい時間と場所で止まろうとしています
雲は今止まりました 最もふさわしい時間と場所です
あなたは、雲から降りてもらいます
雲から降りて、下へ、下へ、どンドン下りて、地上に降りましょう

*It won't be anything sudden,
just like a leaf drifting gently out of a tree
back down to the surface.*

And as you come back down, I want you to tell me the very first thing that you see down there below you or the very first impressions that you have as you come back down to the surface.

急がなくても大丈夫です

ゆっくりと、まるで木の葉が優しく木から舞い降りるように

あなたは、ゆっくりと地上に降りていきます

あなたが地上に降りる時に、最初に見下ろして、何が見えるか教えてください

あなたの下には何があって、あなたがそこに立った時の最初の印象を教えてください

Are you coming off of the cloud yet?

What do you see down there below you? What's the first thing you see?

Look around and see what you see around you.

雲から降りましたか？

あなたの下には何が見えますか？ 最初に見たものは何ですか？

周りを見て、そこに何かがあるか教えてください。

Procedure for Moving Through a Simple Past Life Regression

簡単な過去世退行の手順

This is only a rough guide for a normal, simple past life regression. Each regression will be different, so the practitioner must be flexible to move the client through it. There are no hard and fast rules because you never know where and when the client will come into the scene. But this procedure will cover a great percentage of cases.

これは、普通で簡単な過去世退行の概略にすぎません。過去世退行は、毎回異なります。ですからプラクティショナーは、クライアントを移行させるにあたって、柔軟な対応をしなければなりません。しっかりとした決まりはありません。なぜなら、クライアントがどの時代のどの場所に移行するか、事前には分からないからです。しかしここで紹介する手順は、ケースの大多数の割合をカバーしています。

Coming Off the Cloud...

雲から降りる

When the client comes off the cloud they may be in a past, future or even current life, whatever is most appropriate for them. Never be in a hurry to move them, they are there for a reason. Also, you must fully orient them into the scene before attempting to get the story of the life. **Set the scene before setting the body.** Don't be surprised at anything they see or describe. They can come down in any time period or place on Earth. They can also come down on another planet or dimension, even the spirit side, in any form imaginable and unimaginable (even as an animal or plant). Don't try to make their answers conform to your own expectations. Just go with it and ask questions, no matter how outlandish it sounds. The subconscious has a logic that is different and far superior to ours. So wherever it has the client come down, there is a plan.

Trust it, “they” know what they are doing.

クライアントは雲から降りると、過去世、未来、今世での出来事など、いずれのうち、彼らにとって最もふさわしい場面に入ります。しかし、決して彼らを急がせてはなりません。理由があって、その場面を見せられているからです。また、その人生でのストーリーを得ようとする前に、彼らを完全にその状況の中に定着させなければいけません。**体を確立する前に、まずどんな状況にいるかを眺めてもらいます。**彼らが何を見たり、言ったりしても、驚かないでください。彼らは地球上の、どんな時代のどんな場所にも、降りて行くことができます。他の惑星や別の次元にも降りていけますし、スピリットの世界や、想像を超えた形（動物や植物など）に移行することもあります。彼らの答えを、自分自身の期待に従わせようとししないでください。どんなに常識から外れていても、そのままセッション続け、流れに沿って質問をしてください。潜在意識は、私たちより遥かに優れた異なる論理（ロジック）を持っています。ですからクライアントがどこに降りようとも、それは計画があつてのことです。そのことを信頼してください。”彼ら“は、自分たちが何をしているか分かっています。

First, I have them describe where they are standing, and what is around them. If they say it is fuzzy, foggy or unclear, **tell them it will clear up as they speak.** Keep them talking. Take as much time as needed to fully establish the scene. Don't be in a hurry at this point.

まず私は、クライアントがどこに立っていて、周りに何があるのかを説明してもらいます。もし、ぼんやりしている、霧がかかっている、もしくは、はっきりしないなどと言ったら、**話しているうちにはっきりしますと伝えてください。**とにかく彼らに話を続けてもらうのです。場面が完全にはっきりするまで、必要なだけ時間を取りましょう。この時点では、急がないこと。

After they describe their surroundings, then ask them if they perceive themselves to have a body. If they can see that they are in a body, have them look down at their feet to see what they are wearing. Then have them focus on what they are wearing on their body. This usually gives clues as to their sex. If their clothes are applicable to either sex, then ask them, “Does your body feel male or female?” “Young or old?” “Does the body feel healthy?” These are asked quickly, so they will respond without taking time to analyze. Remember we don't want them to go into the left brain. Then I ask if they are wearing any jewelry or ornaments on their body. Next I ask if they are carrying anything. All these questions will give you clues as to their location and the time period, and their social status.

周りの状況を説明してもらったら、自分の体が分かるか尋ねてください。体が見えたなら、どんな服装をしているのか知りたいですから、足元を見てもらってください。それから体に何を身に着けている

かに注目するよう伝えてください。たいてい、ここで性別が分かります。もし服装から性別が分からなければ、こう尋ねます。「あなたの体は男性だと感じますか？女性だと感じますか？」、「若いですか？年を取っていますか？」、「体は健康だと感じますか？」。次々と素早く質問していくと、考える時間をかけずに返答してくれます。クライアントには、左脳につながって欲しくありません。それから、宝石や装飾品を身に付けているか尋ねます。次に、彼らが持っているものについて質問します。これらの質問は全て、クライアントが入った場所や時代、彼らの社会的地位を知る手がかりとなります。

Then I want them to go to the place where they live and look at the outside of it. Get them to describe.

次に、私は彼らが住んでいる場所に行き、外から眺めてもらいます。その様子を説明してもらってください。

Then ask how they go inside. Then take them inside and have them describe the interior. One good way to find out if there is anyone else living with them is to have them see themselves eating a meal. Normally the entire family will be present at a meal. You can get further information about time period, location etc. by the food they are eating.

それから、どうやって中に入るのか説明してもらいます。それから中に入り、インテリアを説明してもらいます。一緒に住んでいる人の存在を知るためには、食事をしている場面を見ます。通常なら、食事の時には家族全員が現れます。彼らの食べ物から、時代や場所などについて、さらに多くの情報を得ることができます。

Next have them see what they do for a living. In certain time periods they may not understand the terms “job” or “occupation,” so I ask them what they do with the majority of their time. And then see themselves doing it.

次は、彼らがどうやって生計を立てているのか見ます。時代によっては「仕事」、「職業」といった言葉は、分からないかも知れません。ですから私は彼らに、たいていの時間は何をして過ごしていますかと聞いています。そして彼らがそれをしているところを見てもらいます。

By now we have a pretty good idea of this person. We have the location and the cast of characters. Now we are ready to go into the story. Otherwise they could spend the entire session describing their day to day life. 90% of the past lives will be dull, boring, mundane. What I call “digging potatoes” lives. This means doing simple ordinary tasks. Even today in our time there are far more people who live ordinary lives, than those who get their names in the newspapers. Even if the life is simple and boring, it contains something that the subconscious wants the client to know. It will be something to explain what is going on in their present life,

even though it does not make any sense to the therapist. Follow it through. It will all be explained when you get to the Subconscious part.

この段階までに、クライアントの過去世での人物について、かなりの情報を得ることが出来ます。場所と登場人物の役割が分かったら、ストーリーに入る準備は完了です。これを押さえておかないと、セッションの間中、彼らはずっと毎日の生活を描写して終わります。セッションで見る過去世の90%、ごく普通の世俗的で退屈な人生です。私はこれを、“イモ掘り人生”と名付けていますが、シンプルでありふれた人生という意味です。今日でさえ、新聞に名前が載ることもなく、普通の生活をしている人は大勢います。しかし、たとえシンプルで退屈な人生であっても、そこには潜在意識がクライアントに伝えたい何かしらの情報が入っています。プラクティショナーに意味が分からなくても、クライアントの人生に今世で起きていることに関連して、何らかの手がかりが含まれているのです。そのまま進めて下さい。潜在意識とつながれば、全て明らかになります。

Moving forward to an Important Day

重要な日に進む

Then I ask them to leave the scene they have been watching, and move them ahead to an important day. Always close one door before opening another.

それから、彼らが見ている場面を離れ、重要な日に移動するよう伝えます。別のドアを開ける前には、常に元のドアを閉じてください。

Now leave that scene and let's move forward to an important day.

A day that you consider to be important when something is happening.

We have now moved forward to an important day.

What is happening? What do you see?

ではその場面を離れて 重要な日に進みましょう
あなたが重要だと考える何かが起きている日です
さあ私たちは重要な日に進みました
何が起きていますか？ 何が見えますか？

Let them tell the story and you ask lots of questions to keep it moving. I normally move them to three different important days. If the lifetime is exciting, interesting and something is happening, you may have to

move them more than three times to get the entire story. But normally three important days are enough. If they say they do not see anything when they are moved, that everything is dark, then that means they have died and there is nothing else to report. **Since it is vitally important to have them go through the death experience**, I then move them backwards to the last scene that they saw and reorient them there by asking some more questions.

彼らにストーリーを話してもらい、話を進めるためには、沢山の質問をしましょう。過去世での人生のストーリー全体を把握するために、通常、私はその人生での重要な日に3回移動します。もしエキサイティングで面白い出来事が沢山あるなら、全体を把握するためには、それ以上移動することもあるかも知れません。しかし通常は、3回の移動だけで十分です。もし移動した時に、何も見えない、または真っ暗だとクライアントが言ったら、それは彼らが既に死んでいることを意味します。クライアントが過去世での死の場面を経験するのは重要なので、その場合、クライアントが最後見た光景に、一旦戻ってもらいます。そこでしっかり定着させるために、また質問をしていきます。

The Last Day of Past Life

最期の日を経験させる

Then I ask them to go forward to the last day of their life. I tell them they can see it as an observer if they want to. They do not have to experience it.

そして私は彼らに、その人生の最後の日に進んでもらいます。もし望むなら、観察者として見ることもできますよと伝えます。彼ら自身が、死の経験をする必要はありません。

We have gone forward to the last day of your life in this lifetime we are watching.

And you can watch it as an observer if you want to.

You don't have to experience it.

What's happening? What do you see?

私たちが見てきた人生の最期の日にやって来ました
よろしければ、あなたは観察者として、ただ眺めることができます
それを経験する必要はありません
何が起きていますか？ 何が見えますか？

If they are experiencing any physical symptoms I remove them, so they can talk about it.

もし彼らが何か肉体的な症状を経験しても、私を取り除きますので、彼らは話を続けることができます。

You will not have any physical sensations. You can talk about it.

あなたは体の感覚を感じることなく それについて話す事ができます

Then you take them through the death experience. I like to speed this process up (after they have described what is happening) by saying,

死の場面は、最後まで経験させます。何が起きているかを説明してもらったら、私は次の言葉で、この過程をスピードアップさせるのが好きです。

Now whatever happened has already happened.

And you are on the other side of it.

From that position you can look back at the entire life and see it from a different perspective.

何が起きたとしても それはすでに起きたことです
あなたは、その向こう側にいます
そこから今見てきた人生を振り返りましょう

Then I tell them that

そして、彼らが自分の死を報告し終わったら、こう言います。

Ok, let's move away from that scene.

From where you are now, you can look back on that old life, and see it much clearer.

Every life has a lesson, and a purpose.

As you look at the life, what did you learn from it?

では、その場面から離れましょう
今いる場所から離れて、古い人生を眺めると、もっとよく分かります
すべての人生にはレッスンがあり、目的があります
その人生を見た時、あなたはそこから何を学びましたか？

After they have given their response from that, then ask.

彼らが答えたら、次はこう聞きます。

What do you think was the purpose of that lifetime?

その人生の目的は何だったと思いますか？

After they have died you can take them to the spirit side, or sometimes they go there spontaneously. You can explore it if you wish. I prefer to go to the subconscious so we can have the therapy, healing and answers to their questions.

彼らが死んだ後、あなたは彼らをスピリットの世界に連れていくことができます。あるいは、クライアントが自然にそこに行くこともあります。あなたがしたいなら、その世界を探索してもいいでしょう。私は潜在意識に行くことを好みます。そこで、セラピーとヒーリング及び彼らの質問の答えを得ることができるからです。

Moving Forward: The Person Unexpectedly Moves Into A Different Life

別の過去世に予期せぬ移動をしてしまった場合

Sometimes when you move the person to an important day, they will “leap-frog” into a totally different life. You can usually determine this by asking questions. When this happens it usually means there were no important days left in that life to explore. Then the practitioner has to make a decision. Do you continue with the lifetime they have “jumped” into? Or do you return them to the previous life and take them through the death experience? There is no right or wrong answer. It just depends on where you think the most information will be obtained.

あなたがクライアントを移動させると、時々、全く別の人生に“ジャンプする”ことがあります。質問をしていくうちに、このことが分かるのです。こういうことが起こる場合、通常は、その人生に探求すべき重要な日もう残っていないことを表します。そこで、プラクティショナーは決断をしなくてはなりません。彼らがジ

キャンプして入った人生を眺めるか、あるいは前の人生に戻って、そこで死の場面を経験させるかです。どちらの方が正しいというのは、ありません。どちらの方法を取った方が、より多くの情報が得られると思うかにかかっています。

Moving The Person To Another Life

別の過去世に移動させる

If the lifetime is short and uneventful you may have time to move them to another life. You ask them:

もし眺めた過去世そのものが短くて、そこでの出来事があまりなければ、別の過去世に移動する時間を取っても構いません。その場合、次のように聞きます。

Move away from that scene, leaving the person there to continue on their own path.

You can move either forward or backward

to find another appropriate time and place that has information that you need.

You are now at another time and place.

What's happening? What do you see?

その場面から移動します。その人には、その場所で自分の旅路を続けてもらいましょう
あなたは、自分に必要な情報を知るためにふさわしい、別の時間と場所を見つけることが出来ます
そのために時間を戻ることも、先に進むことも出来ます
さあ、あなたは今、別の時間と場所に着きました
何が起きていますか？ 何が見えますか？

Normally when they come into the second life something is happening, so you don't have to go through the orientation process that was necessary in the first life. You just ask them what is happening and what they are doing.

通常、彼らが次の人生に行くと、そこで何かが起こります。最初の人生で必要だった状況設定についての確認の手順を行う必要はありません。何が起こっていて何をしているのかを質問するだけです。

The most lives I will explore in this way are three, and only if they are short. Remember the most important part of this technique is contacting the Subconscious and getting the therapy done. Normally one lifetime will take the entire session, but if it is short you can move them through another. When you get to the Subconscious you will be surprised to find that both or all three will form a pattern that "they" wanted the

person to see. Their logic is amazing. “They” always know what “they” are doing.

私がこの方法で探索する人生は、多くても3つです。一つ一つが短い場合にのみ行います。覚えておいて欲しいのは、このテクニックでもっとも重要なことは、潜在意識にコンタクトを取り、セラピーを行うことです。通常は一つの人生がセッションの全てになります。しかしそれが短ければ、他の人生に移動させることもできます。潜在意識につながれば、そこで見た二つ、あるいは三つの人生全てが、“彼ら“が見せたかったパターンの形だと知って あなたは驚くでしょう。“彼ら”の論理（ロジック）は、驚くべきものです。“彼ら”は常に、自分たちが何をしているのか分かっています。

Coming Off The Cloud, The Client Is At The Day Of Their Death

雲から降りて、死の場面に入った場合

Occasionally the client comes off of the cloud on the day of their death. This can take you by surprise because they may be experiencing a traumatic death suddenly. They may clutch their chest and scream, “I’ve just been shot!” or clutch their throat and exclaim between gasps for air that they are being hung or strangled. The first thing, of course, is to make them comfortable.

時々クライアントは雲から降りると、すぐに死の場面に入ることがあります。これには、驚くこともあります。なぜなら、トラウマになるような死をいきなり経験するかも知れないからです。胸を押さえて「撃たれた！」と叫ぶかも知れません。あるいは、のどを押さえながら、苦しそうに喘ぎ、首を吊られた、あるいは絞められたと言うかもしれません。私たちが最初に行うべきことは、もちろん、クライアントの不快を和らげることです。

You will not experience any physical sensations,

And you can talk about it and explain what is happening.

あなたは、いかなる肉体の感覚も感じることはありません
あなたはそれについて話し、何があったか説明することが出来ます

Never move the person out of the scene because YOU are uncomfortable or startled. The Subconscious took them there for a reason, so you must follow through and find out what that is. Once they are able to speak objectively about the trauma, get them to describe what is happening. Of course, if you come in on the day of their death, it will not do any good to try to move them forward, because the life is over. I have them move backwards so we can find out how they got into this situation. I say,

あなたが不快だから、または驚いたからという理由で、彼らをその場面から離しては、絶対にいけません。潜在意識がそこに連れて行ったのには、理由があります。ですから、あなたはその場面を最後まで眺め、何があったか見つけ出さなければいけません。一旦、彼らが客観的にトラウマを話すことができるようになれば、起こったことについて説明してもらいます。もちろん、最期の日に入ったならば、そこから先に進めても、何の意味もありません。人生は、そこで終わるからです。雲から降りて、死の場面だった場合、私はクライアントをそれ以前の日に戻します。そして、この状況に陥った理由を探します。

Let's move backwards to before this happened, and see what got you into this situation.

We are moving backwards now

and you are able to tell me about it.

You are there now.

What is happening? What do you see?

これが起きる前の時間に移動し、何が原因か探しましょう
私たちは、それが起きる前の時間に戻ります
あなたは、それについて話すことができます
さあ、あなたは今、そこにいます
何が起きていますか？ 何が見えますか？

Then progress through the life until you return to the death scene. This is the way you obtain information, and very little orientation is needed because we are already in the story.

そこから人生を進め、死の場面につなげていきます。こうすることであなたは情報を得ることができます。すでに私たちは話の中にいるので、場面設定の確認や方向づけの必要はほとんどありません。

Remember your most important role is that of the insistent questioner. The questions are extremely important, and you must keep them coming. Also they must be asked in the right way to get the answers. This will come with practice.

あなたの最も重要な役割となるのは、積極的な質問者となることだと覚えておいてください。質問は極めて大切であり、私たちは、質問し続けなければなりません。答えを得るには、正しい方法で聞かなければなりません。これには練習が必要です。

Contacting The Subconscious

潜在意識にコンタクトする

Before you can contact the Subconscious, you have to separate the two lives.

潜在意識につながる前に、過去世の人物を切り離します。

Now let's drift away from that life. We're drifting and floating away from that life leaving the woman there to continue on her/his own journey. She will find peace, she will find what she is supposed to find. We're leaving her there to continue on her own journey. She will find peace, she will find what she is supposed to find. We're leaving her there to continue on her own path.

では、その人生から離れましょう。その人生から離れて、流れて行きます。その（女性／男性）は、そこで自分の旅路を続けます。（彼女／彼）は平和を見つけるでしょう。（彼女／彼）は、自分の見つけるべきものを、見つけるでしょう。私たちはその場面から離れ、（彼女／彼）には、自分の旅路を続けてもらいます。

Now I want all of the consciousness and personality of _____ to once again return to the body and fully integrate back into the body.

では____さんの全ての意識と人格に、再び肉体に戻ってもらい、肉体と完全に統合していただきます。

May I speak to _____'s subconscious please?

____さんの潜在意識と話してもいいですか？

I have permission to speak to _____'s subconscious?

____さんの潜在意識と私が話をする許可をもらえますか？

I respect the power of the subconscious, because I know the subconscious takes care of _____'s body and does a very good job of it. I also know that the subconscious has the records of everything that has ever happened to _____ in this lifetime and all the other lifetimes he/she has ever lived. So I respect the power of the subconscious and I always ask for permission to speak to it and ask questions. Do I have permission to ask questions?

私は潜在意識の力を尊重します。なぜなら潜在意識が____さんの肉体を世話しており、非常に素晴らしい働きをしているのを知っているからです。潜在意識はすべての記録があり、____さんに起こった今世での出来事と____さんが生きた全ての過去世の記憶を持っているのを、私は知っています。ですから私は潜在意識の力を尊重し、話すときには常に許可を頼みます。それから質問を行います。質問をする許可をもらえますか？

I know the subconscious could have brought forth many different lifetimes for _____ to see today.

You chose to bring forward this life for her/him to see. Why did you pick that lifetime?

私は潜在意識が____さんに沢山の過去世を見せることが出来ると知っています。あなたは彼女のために今日見た人生を選びました。なぜ先ほどの人生を選んだのですか？

Bringing a Person Out

目覚めさせる

Now, I am asking the subconscious to recede to where it belongs with much love and much thanks for the help and information it has been giving _____ today. I know he/she is really going to appreciate it. And I want the entity/entities from the other life/lives that we were speaking with to also recede into the past to the time where they belong. With much love and much thanks for the information they have given us. And remember the things you were watching are from the past, they belong in the past, and we will leave them in the past. We only brought them forward as a curiosity to learn from, to have information to help with the present lifetime. In that way they are valuable and have importance. But as _____ listens to the

recording, and goes over the material and puts it into place, it will not bother her/him in any way mentally or physically. That is very important. It will not bother him/her in any way mentally or physically.

それでは潜在意識に元いた所に戻っていただきます。今日____さんに与えてくれた助けと情報に対して、沢山の愛と感謝を込めます。____さんも本当に感謝すると思います。それから、今日、話をした別の時代の生命体(たち)にも、それぞれの時間と場所に戻っていただきます。私たちに沢山の情報を与えてくれたことに対して、沢山の愛と感謝を込めます。それから、覚えておいてください。あなたが見たものは、過去から来たもので、過去に属しています。ですから、私たちはそれを過去に置いておきます。私たちがそれを未来に持つてくるのは、そこから好奇心をもって学び、現世の助けとなる情報をもらう場合だけです。そうすれば、それらは非常に価値があり、重要となります。しかし____さんが録音を聞き、内容を振り返る時には、それらは正しい場所に納まり、精神的・肉体的に、いかなる点でも、(彼女/彼)を悩ませることはありません。これは非常に重要です。それは、精神的・肉体的に、いかなる点でも、(彼女/彼)を悩ませることはありません。

Optional: Insert Keyword Script here, and then continue the count out.

注：もしキーワードを設定する場合は、ここでキーワード用のスクリプトを行ってから、カウント10で起こします。

Now, I want all of the consciousness and personality of _____ to once again return and fully integrate back into the body completely. Now all of the consciousness and personality of _____ is once again fully integrated back into the body, replacing all the other parts we were speaking to. Now I want _____ to move up, up, up through time and space and orient yourself back into the present day and time. This is (date). You are lying here on the bed in the (location) and you just had a very interesting experience. And I want you to remember that the present life you are living now is the most important life of all, because it is the one you are focused on at the present time. Any information we can find in this way is valuable, but it will not bother you in any way, mentally or physically, as you understand it and put it into place. That is very important. It will not bother you in any way.

では____さんの全ての意識と人格に、再び肉体に戻ってもらい、肉体と完全に統合していただきます。今、____さんのすべての意識と人格が、もう一度完全に統合してこの肉体に戻って来つつあります。私達が話していた部分とすべて入れ替わっていただきます。次に____さんに上^{のぼ}って、上って、上ってもらい、時間と空間を越えて、自分自身を現在の日付と時間に戻していただきます。今日は(年/月/日)です。あなたは、ここでベッドに横たわっています。あなたはとても素晴らしい経験をしました。あなたが現在生きているこの人生は、全ての人生の中で、最も重要な人生だと覚えておいてください。現在、あなたが集中しているのは、この人生だからです。この方法によって私たちが発見した情報は、とても価値のあるものです。けれども、あなたがそれを理解して正しく使えば、精神的・肉体的に、いかなる点でも、あなたを悩ませることはありません。これは非常に重要です。いかなる点でも、あなたを悩ませることはありません。

Now in a moment I'm going to count to ten. And on the count of ten you'll be wide awake feeling wonderful all over, as though you've had a nice nap, a nice sleep. You will feel truly rested and refreshed. Any time you do this it will always be an enjoyable experience.

今、これから10を数えていきます。10を数える間にあなたは目覚めていき、全身が素晴らしい感覚になります。まるで素晴らしい昼寝をしたときのように、ぐっすり眠れた時のように、あなたは本当に休まったと感じてリフレッシュしています。あなたがこれを行う度に、いつも楽しい経験となります。

Now follow me up as we go and on the count of ten you'll be wide awake, feeling wonderful all over.

私について10を数える間に、あなたは完全に目覚めていきます。全身にただ素晴らしい感覚を感じます。

Note: You do not use your 'induction' voice on the count out. You want to speak more loudly and with a faster cadence as you progress through the count out. The point is to bring them aware and fully into their current life.

注：クライアントを目覚めさせる場合、導入用の声は使いません。導入の時とは反対に、徐々に声を大きくし、話すテンポを速めていきます。クライアントを目覚めさせ、現実の人生をしっかり意識させるためです。

1, 2... You are beginning to breathe a little faster, your blood is beginning to circulate a little faster because you're beginning to wake up now.

1,2 呼吸が少し速くなり始めました。血液が少し早く循環し始めます。あなたは、今、起きようとしているからです。

3, 4 ... You are becoming aware of the physical body, very much aware of the physical body. You can move your arms and legs around to get the muscles working and the blood circulating because it gets tiring laying in one position like that. We're getting everything moving again because you're very much aware of the physical body, you're focused on it now because you're beginning to wake up now.

3,4 肉体を感じ始めます。肉体の感覚が冴えてきました。手足を動かし、筋肉を伸ばします。血液が循環します。一箇所に留まっていた疲れが、ゆるみます。全てが動き出します。体に神経が行き渡ります。あなたは、それに集中します。あなたは、今、起きようとしているからです。

5, 6...You are becoming aware of the sounds in the room and the sounds outside of the room. You are very much aware of your physical surroundings. You're oriented back here in this time and this place and you're beginning to wake up now.

5,6 部屋の音に気づきます。部屋の外の音が戻ります。あなたは周りの状況を、はっきり認識しています。あなたはこの時間とこの場所に戻ってきました。あなたは、今、起きようとしています。

7,8 ...You're coming up very nicely now, very nicely.

7,8 あなたは、今、起きようとしています。非常に素晴らしい感覚です。とても気持ちがいいです。

9,10...Wide awake, wide awake, feeling wonderful all over.

9,10 目覚めました。完全に目覚めました。全身が素晴らしい感覚です。

Inserting the Key Word

キーワードを挿入する

The keyword is inserted just before the client is counted out of trance. At this time they are still in a highly suggestible state. I always allow the client to choose the word (or preferably two words), instead of me giving them the word. They have more of the feeling of being in control if they pick it themselves. So I usually allow them to choose two words. If sometimes they can't come up with anything, I use the words Blue Rose. So I will use that in my examples here. They will tell me the words that they want me to say. I will repeat them.

キーワードは、クライアントがトランスから目覚めるカウント10を始める直前に挿入します。この時、彼らはまだ非常に暗示を受けやすい状態にいます。私はいつも自分からキーワードを言うのではなく、クライアントに単語（2つ以上の単語の組み合わせが望ましい）を選んでもらいます。自分で選んだ方が、誰かに指図されている気がしないからです。何も思いつかなければ、私は「青いバラ」という言葉を使います。ここでは、その例を使ったスクリプトを紹介します。クライアントの方からキーワードを言われたら、それをリピートします。

Would you like to do this again? Would you like to work in this state again? (Yes). In order to make it easier to enter this beautiful, peaceful state of relaxation will you give me a word, or two words that I may say to you to help you to enter this beautiful, peaceful state of relaxation.

もう一度セッションを行いたいですか？（はい）では、次回、あなたがこの美しく平和でくつろいだ状態に戻るために、あなたが使いたいキーワードを私にください。キーワードは、一つか二つの単語を組み合わせます。あなたが選ぶものでしたら何でも構いません。

Is the words you want me to say is Blue Rose? (Yes)

私に使って欲しいのは、「青いバラ」という言葉ですか？（はい）

With your permission and only with your permission, each and every time I say the word _____ to you, you will go immediately into this beautiful, peaceful state of relaxation,

and we will journey together to find the answers to many things.

And it's very important to remember you are always in control.

I am only the guide to take you through these many different things,

but you are always in control and nothing can harm you mentally or physically.

それでは、あなたの許可がある時に、私が「青いバラ」という言葉を使うと、

あなたはすぐにこの美しく平和で、くつろいだ状態へと、すぐに入ります。

そこで私達は一緒に旅をして、多くの答えを見出すでしょう。

覚えておいてください。全ての状況は、あなたは常に管理しています。

私はただのガイドとして、あなたを多くの場面に連れていくだけです。

あなたが常に管理していて、いかなるものも、精神的・肉体的に、あなたを悩ませることはありません

It's very important that the client knows you will only do this with their permission.

クライアントの許可がない限り、こちらからは何もしないと知ってもらうことが大切です。

Inducing with the Key Word

キーワードを使う導入

The next time you work with the client, after you have them lying on the bed and are ready to begin, say:

次回、そのクライアントとセッションをする際、ベッドに横になってもらって、準備が出来たら、こう言います。

Are you ready and willing to go? (Yes).

Then with your permission and only with your permission I will say the words that you gave me to put you into a beautiful, peaceful state of relaxation. Blue Rose.

あなたは行く準備が出来ていますか？（はい）

それでは、あなたの許可がある時のみ、私はこの言葉を使って、あなたを美しく平和で、くつろいだ状態へと返すことが出来ます。「青いバラ」

Repeat the words several times and watch the body signs to see when they reach the proper state.

キーワードを数回リピートし、体のサインを見ながら、適切なトランスの状態に入ったか確認します。

Remember, each and every time I say the word Blue Rose to you; you will go immediately into this beautiful peaceful state of relaxation. and we will journey together to find the answers to many things. Remember, the words are like magic. Blue Rose...Blue Rose...Blue Rose.

覚えておいてください。私が「青いバラ」という言葉を使うたびにあなたはすぐに、この美しく平和で、くつろいだ状態へと入ります。私たちは、そこで一緒に多くのことを見つけ出します。覚えておいてください。この言葉は、魔法のように働きます。「青いバラ」「青いバラ」「青いバラ」…

When you see the client has reached the proper level of trance, then place the white light of protection around them. Then you are ready to begin or continue any work you want to pursue. No more of the induction is necessary.

クライアントが適切なトランスのレベルに入ったのを確認したら、その周りに、白い光のプロテクションをかけます。それから、あなたが始めたい、もしくは続けたい場面を見て行くことができます。それ以上の導入は、必要ありません。

Dolores Cannon - Silver Crystalline River Meditation

ドロレス・キャノン シルバークリスタルリバーの瞑想

I want you to visualize a beautiful silver crystalline river; like a river of silver and crystal, it sparkles, it shines, it's very beautiful.

美しく銀色に輝くクリスタルの河をイメージしてください。銀とクリスタルで出来ていて、きらきらと輝き光を放つ、とても美しい河です。

I want you to see this beautiful crystalline silver river enter you through the crown chakra.

この美しいクリスタルの河が、クラウンチャクラから、あなたの中に注ぐところをイメージしてください。

Now we are going to have it move down through the chakras in the body.

今、その河はチャクラを通じて、体の中を下りて行きます。

As it moves down through the chakras, the river of energy will expand out into all of the cells.

チャクラを通過すると、エネルギーの河は、あなたの細胞の全てを拡大させます。

It moves down through the third eye chakra, sending healing energy throughout the head area, to every cell in that area, and it moves down through the throat chakra, sending out healing energy to every cell in the throat chakra area.

その河は、サードアイチャクラに注ぎ、頭の部分にヒーリングエネルギーを送ります。そこにある全ての細胞が癒されます。それから、そのエネルギーはスロートチャクラを通り、喉の辺りの全ての細胞にヒーリングエネルギーを送ります。

You can feel the energy, it is beautiful and peaceful. You know it is healing as it moves through the body.

Now it is moving down to the heart chakra and its sending energy to all of the cells in that part of the body.

The healing energy is moving down to the solar plexus chakra and it's sending healing energy to all of the cells in that area of the body.

あなたは、そのエネルギーを感じる事が出来ます。とても美しく、ピースフルです。そのエネルギーが体を下りて行くにつれ、体の中でヒーリングが起きることが分かります。

The healing river of energy is moving down to the sacral chakra and it's sending out healing energy to all of the cells in that part of the body.

ヒーリングエネルギーの河は、セクラルチャクラに下りて行き、その部分の全ての細胞にヒーリングエネルギーを送ります。

Now the healing energy is moving down to the root chakra and it is sending healing energy to all of the cells in that part of the body.

さあ、ヒーリングエネルギーは、ルートチャクラまで下りて行きます。そして、その部分の全ての細胞に、ヒーリングエネルギーを送ります。

You can feel the healing energy moving through all of the cells of the body. It is beautiful and peaceful and has great power. It heals everywhere it touches. It's moving all throughout all of the cells of the body.

あなたは、体中の全ての細胞にヒーリングエネルギーが行き渡るのを感じることが出来ます。美しく、ピースフルで、とてもパワフルです。そのエネルギーは、体中を癒します。体全体の、全ての細胞にエネルギーが沁み渡って行きます。

The body has all of the energy that it needs to remain balanced and in harmony. Any excess energy that is not needed by the body to function in complete balance and harmony is passed off through the legs and the feet.

体には、バランスと調和を保つためのエネルギーが蓄えられます。体の機能にとって余分なエネルギーがあれば足に向かって流れていき、足の裏から出て行きます。

Anything that the body does not need is passed off through the legs and the feet. It's passed out to the world as excess energy that anyone else can use.

体に不必要なエネルギーも全て、足に向かって流れて行き、足の裏から出て行きます。そして、そのエネルギーは世界に手渡され、必要な人に使ってもらいましょう。

Now the body is in complete balance and harmony. I have a good body. I have a strong body. I have a healthy body and my body is functioning in complete balance and harmony, functioning absolutely perfectly. This is the way it is and this is the way it shall be.

今、体は完全にバランスと調和を取り戻しました。私の体は、心地が良いです。私の体は、強い体です。私の体は、健康で、完全なバランスと調和を保ち、完璧に機能しています。これがあるがままの状態であり、これからも、そうです。