

## 1. ブロックの定義&ブロック解除ワークについて

この資料で言うところの『ブロック』とは、

『トラウマ』

『信念』

『過去生からの影響』

以上3つのうち、いずれか（あるいはそれらの組み合わせ）により、

思考や行動をする際に、何らかの形で『制限』『抵抗』『不都合』が出てくること。

・・・を、指します。

ブロックがあると、  
例えば、

- その分野の話が出てくると、思考停止する
- その分野に向き合おうとすると、原因不明の不安や恐怖、怒り、拒絶反応が起こる
- その分野に関わると、緊張したり、動悸が激しくなったりする

といった感じで、様々な不都合が出てきたりします。

もし、何らかのきっかけでブロックが外れると、仮に同じ現象に向き合ったとしても、ネガティブな反応が起きなくなります。

この『ブロック外し』を意図的に行うのが、『ブロック解除ワーク』です。

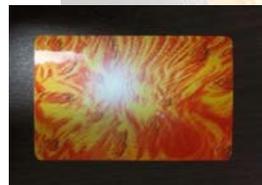
【ブロック解除ワークのテキスト】は、以下のページより無料でダウンロードすることが出来ます。

<http://f1144.mahou-gakkou.net/liberation/>

## 2. エネルギーカード（ブロック解除）について

『ブロックの解除』のサポートエネルギーを入れたカードです。

普段のブロック解除ワークに取り組む際や、瞑想を行う際に、このカードを手に持って行うことで、より効率的なブロック解除を行うことが出来ます。



## 3. カードの重ね合わせについて

「ブロック解除カード単体では強すぎる！」「ブロック解除の後の好転反応が大変！」という方は、**プロテクションのカードなどを上に重ねて使うことをオススメ**します。

プロテクションのカードを併用することで、ブロック解除の際の好転反応を和らげることが出来ます。  
剣のカードを併用することで、より根深いブロックにアプローチしやすくなったりします。

初心者向けの重ね合わせ例



中級者向けの重ね合わせ例



上級者向けの重ね合わせ例



カードの重ね合わせを行う際には、**重ねる順番によっても効果が違ってくる**ので、使ってしっくりこないときは、並び順を変えてみてください。

## 4. ブロック解除の場について

カードで周囲を囲むことで、『**ブロック解除の場**』を創ることが出来ます。

この場の中では、特にワーク等を行わなくても、そこにいるだけでブロックが次々と解放されていきます。

4カ所を囲んで場を創る場合



8カ所を囲んで場を創る場合



八角形配置（安定感向上）



単にこの場の中にいるだけでも構わないのですが、何かしらの刺激を与えて、『**ブロックの炙り出し**』を行う（**ブロックが発動している状態を創る**）とより効率的に**ブロックを外せる**ので、瞑想したり、雑念を浮かべたり、過去や未来の色んなことに思いを巡らせたりすると効果的です。

部屋の四隅や、ベッドの四隅などに置いて、日常生活やお昼寝をしつつブロック解除をすることも出来ます。  
ただし、エネルギーを感じられる方は落ち着けないと思いますので、**常にブロック解除の場を創りっぱなしというのは避けた方が良いでしょう。**

なお、ブロック解除を行う際には、**お水をたくさん飲むことを心がけ、適宜、休息も取ってくださいね！**