

音声ガイド付
ボリュームに
気をつけて
ご視聴くださ
い



お金のブロック を外して 豊かさを受け取るワーク



Nautical Star Healing/ Be-Light株式会社

LINE
登録特
典



目次

- 1- はじめに
- 2- お金のブロックとは？
- 3- 潜在意識にあるお金のブロックを見つける方法
- 4- お金に対するネガティブな思い込みを変える
アファメーション
- 5- 「お金=〇〇」あなたの思い込みを書き換える実践ワーク
- 6- 豊かさを受け取るための行動習慣
- 7- おわりに



1- はじめに



お金のブロックとは？

お金に対する否定的な考え方や感情のこと

なぜブロックが不要なのか

お金は、人生を豊かにするためのツールの一つ。否定的に捉えることで豊かになるための可能性を狭め成長を妨げたり幸福度が下がってしまいます

ブロックを手放すと

お金と良い関係を築くことで、選択肢や可能性が広がり、より自由で豊かな人生を送ることができるでしょう



2- お金のブロックとは？

お金のブロックとは、あなたの潜在意識にある「お金に対する制限的な思い込み」です。これがあると、お金を稼ぐこと・受け取ること・使うことに対して無意識の抵抗が生じ、経済的な豊かさがブロックされます。

✔ よくあるお金のブロック例

- 「お金を稼ぐのは大変なことだ」
- 「お金持ちは悪い人が多い」
- 「自分にはそんなに稼げる能力はない」
- 「お金があると人間関係が悪くなる」
- 「お金を受け取ると罪悪感がある」



2- お金のブロックとは？ : ワーク

あなたにお金のブロックがあるかを確認してみましょう
以下の質問に「YES」が多いほどお金に対するブロックが強い傾向があります

 **ワーク : 当てはまる項目をチェックしてください**

- お金をもらおうと申し訳ない気持ちになる
- 自分が大金を持つイメージが浮かばない
- 「お金持ち=悪いことをしている」と思うことがある
- 「お金を稼ぐには苦勞しなければならない」と思っている
- 「好きなことをして稼ぐなんて無理」と感じる

 「お金」という存在に対する自分の考え方を認識していこう



Nautical Star Healing/ Be-Light株式会社



3- 潜在意識にあるお金のブロックを見つける方法：ワーク

お金に対するブロックは、幼少期の環境や親からの影響によって形成されることが多いです

 **ワーク：以下の質問について、紙に書き出してみましよう**

- 子供の頃、お金についてどんなことを聞いて育ちましたか？
(例：「お金は汗水流して苦労しないと稼げない」「うちはお金がない」)
- 親はお金についてどんな態度をとっていましたか？
(例：お金の話を避けていた、お金を使うことに罪悪感を持っていた)
- 自分の人生で、お金に対して不安を感じた経験は？
(例：お金がなくて我慢したこと、失敗したこと)

 これらを振り返ることで、自分の中にある「お金に対する思い込みの根源」が見えてきます



4- お金に対するネガティブな思い込みを変えるアファメーション

アファメーションとは、ポジティブな言葉を繰り返し唱えることで潜在意識を書き換える手法です

👉 推奨アファメーション（毎日声に出して言う）

- 「私は豊かさを受け取る価値がある」
- 「お金は私のもとに自然と流れ込んでくる」
- 「私はお金と調和し、自由に使いこなせる」
- 「好きなことをして豊かさを得てもいい」



4- お金に対するネガティブな思い込みを変えるアフターメーション :ワーク

もし声に出して読んでみたときに、違和感が強い場合は、それを追い込んだり続けずに別の「思い込み」に①から取り組んでみてください
違和感がある「思い込み」はアフターメーションすることでより拗れることもあるため無理に行わず、別の解放の方法がブロックを手放すことに有効な場合があります

ワーク

- ①あなたが今まで信じていた「お金に対するネガティブな思い込み」を1つ書き出す
- ②それを180度反対のポジティブな言葉に変える
(例：「お金を稼ぐのは大変」→「お金は楽に、喜びとともに流れ込んでくる」)
- ③1日5回、声に出して読んでみる

 違和感を無視しないでね！声に出して嫌な気分にならないものに取り組みましょう




5- 「お金＝〇〇」 あなたの思い込みを書き換える実践ワーク

お金に対するブロックを根本から解放するために、「お金＝〇〇」という思い込みを書き換えます

 ワーク：以下の質問について、紙に書き出してみましよう

- ① 「お金とは〇〇である」という文章を10個書き出してみる
(例：「お金とは幸せ」「お金とは自由」「お金とは愛」)
- ② その中でネガティブなものがないか確認し、ポジティブな言葉に書き換える
(例：「お金とはトラブルのもと」→「お金とは私に自由をもたらすもの」)
- ③ 書き換えた言葉を毎日読むことで、新しいマインドセットを定着させる

 10個書き出せない場合は描き出せるだけでOK！そんなことないと感じるものは書かないこと

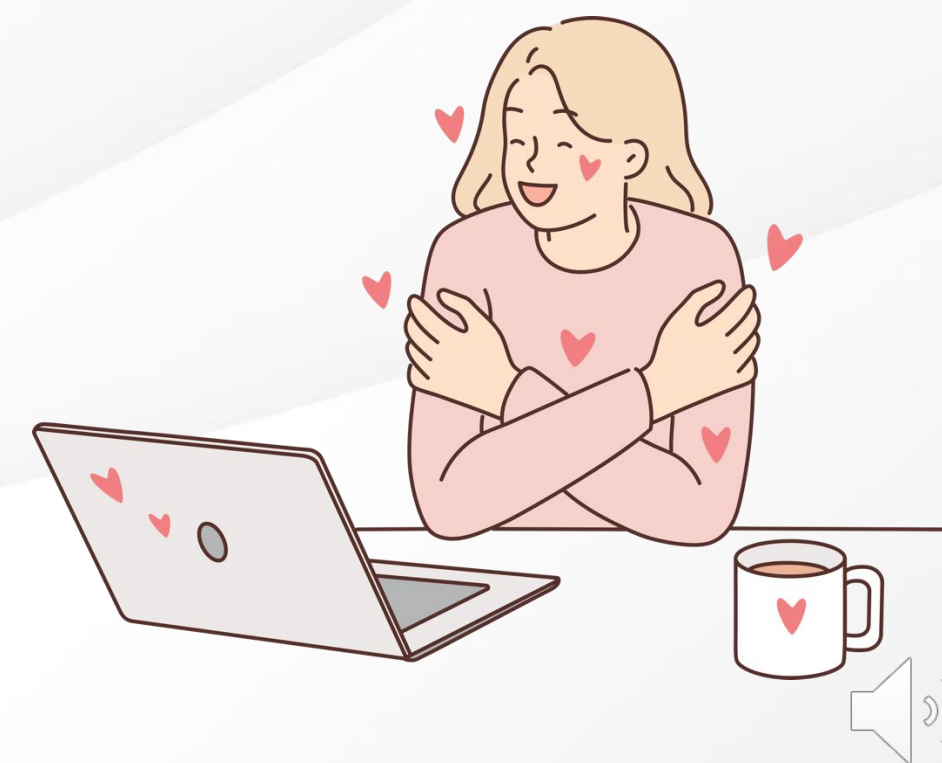


6- 豊かさを受け取るための行動習慣

お金のブロックを外したら、実際に「豊かさを受け取る習慣」を身につけることが大切です

✔ 豊かさを受け取る習慣リスト

- 「私は豊かさを受け取っていい」と自分に許可を出す
- お金が入った時、喜んで受け取る
(「こんなにもらっていいの?」と言わない)
- お金を「気持ちよく」使う (罪悪感なく)
- 小さな豊かさ (ギフト、割引、チャンス) も
「ありがとう」と受け取る



6- 豊かさを受け取るための行動習慣:ワーク

「豊かさを受け取る」と決めると自然に受け取れる言動を取るようになります
そうして行動習慣をつけていくことで、以前は難しかった「受け取る」ことも
自然と当たり前になっていきます

👉 ワーク

✅ 1週間、「豊かさを受け取る」と決めて
行動し、毎日気づいたことをメモする



👉 小さなことでも気づいたことをメモしていると、振り返った時に成長がわかります



7- おわりに

このワークでは、お金に対する潜在意識のブロックを見つけそれを解放し、豊かさを受け取るマインドセットを作るプロセスをご紹介します
音量に気をつけながら、耳で内容を聞き取り実践的なワークで「お金に対する思い込み」を書き換えていきましょう

音声ガイドを併用するメリット

- ✓ 潜在意識に届きやすく、変化を促しやすい
- ✓ 感情に響くため、無意識のブロックを外しやすい
- ✓ ワークをスムーズに進められる
- ✓ 繰り返し聞くことで、無意識レベルの書き換えができる

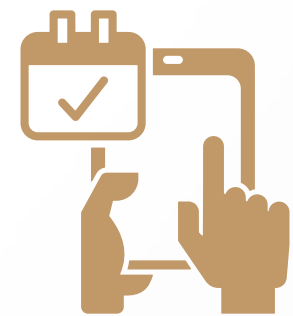
お金はエネルギーが可視化されたもの
差し出し過ぎ、受け取り過ぎのないように
バランスを大切に



7- 困った時は

手強いブロックを
感じる部分の手放
しを希望する方

お気軽にお問い合わせください



[カスタムメイド・カウンセリングセッション](#)



info@be-light.co.jp



Nautical Star Healing/ Be-Light株式会社

