



実践講座

2022年5月

願いを叶える執着との 付き合い方

“執着”の感情は現実を動かす速さを決める、エネルギー的な重量と関係が深いです。
自分が誰に、こういった執着を抱えているのかを可視化しましょう。



✿「執着してるかも」と感じる相手は誰ですか？

上で挙げた人が「自由になってしまったら何が困るか？」問いかけてみましょう。

相手	自由にしたらどうなると思ってる？

誰かに「執着されている」と感じていることがあれば、相手の望みを想像してみましょう。



✿「執着されてるかも」と感じる相手は誰ですか？

✿相手は「あなたを自由にしたらどうなる」と思っていそうですか？
