



iAwake Technologies
Science Meets Stillness
iAwakeTechnologies.com

NEUROCHARGER 3.0

FOR A BALANCED, ENERGIZED & FOCUSED MIND



BrainCatalyst

Enhanced Brain Function for Students, Performers,
Bio-Hackers and Business Professionals

免責事項

ニューロチャージャー3.0（以下NC3）の利用者は、このオーディオプログラムが、瞑想、自己改善、学習、モチベーションの補助、リラクゼーション、そして実験のためにデザインされていることに同意します。このプログラムは、医療行為や心理学的治療の代替となることを意図していません。医療行為に関する申立ては、明示的、暗示的を問わず、受け付けません。

●下記のいずれかに当てはまる方は、この製品をご利用にならないでください。

- ・ てんかんの既往歴のある方

●下記に当てはまる方は、使用に先立って医師の指示を仰いでください。

- ・ 妊娠中の女性
- ・ ペースメーカーを装着している方
- ・ 薬物または麻薬の影響を受けている方
- ・ 発作を起こしやすい人、または発作の既往歴のある方
- ・ 重い精神病の既往歴のある方
- ・ 光刺激（ストロボなど）に敏感な方
- ・ 耳鳴りの既往歴のある方

この製品は、アルコール、もしくは、気分や情緒に影響を与える薬や物質（合法であれ、非合法であれ）の影響が残っている間に利用しないでください。

18歳以下のお子さんは、NC3の使用に先立って、てんかんや、その他発作を引き起こしうる病気を持っていないか、医師による検査を受けてください。成人よりも発作を起こしやすいためです。

●車の運転中や機械の操作中には、NC3の音源を聞かないでください。

NC3の利用者は、その使用におけるすべてのリスクを負い、iAwake Technologies, LLC 及びその関連会社に対して、あらゆる精神的・肉体的危害に関する申し立てを放棄します。使用者は、他の人に iAwake 製品へのアクセスを許可した場合にも法的責任を負うことに同意します。いかなる場合においても、iAwake Technologies 社、Integral Recovery 社、およびその他の NC3 の販売業者は、このプログラムとその説明書・資料の使用・誤使用・不具合に起因する損害が、偶然、付随的、特殊、直接的、間接的のいずれによるものであれ、

法的責任を負いません。

両当事者は、公式な手続きなしに、協調の精神で、本契約から生じるあらゆる紛争について解決を試みるものとします。(差し止めによる救済の要請以外で) 解決できないあらゆる紛争は、いずれかの当事者の書面による要求によって仲裁の対象となるものとします。仲裁は、当該書面による要求の受領後 45 日以内にユタ州のソルト・レーク・シティ、または、両当事者がそのように同意した場合は別の場所で (または、一部もしくは全部を電話もしくはその他の手段で) 行われるものとします。仲裁は、次の形で選ばれた仲裁人の前で行われるものとします: 両当事者がそれぞれ代表を選び、その代表が仲裁人を選ぶ。仲裁人は、非公式な手続きを予定し、主張を聞き、その件について判断を下すものとします。各当事者は、仲裁手続きの費用の半分を支払うものとします。仲裁人は、本契約で予定されていない懲罰的損害賠償の支払い、または、その他のあらゆる形の救済手段を裁定する権限を持たないものとします。仲裁に提出されたそれぞれの問題について、そのように判断するに至った根拠を、書面による説明にて添付するものとします。仲裁人の裁定に関する判決 (あれば) は、裁判権を有するいずれかの裁判所に登録することができます。

目次

音源の取り扱い方	5
●ヘッドフォンについて	6
再生機器について	6
このプログラムの利用にあたっての重要事項	6
●ニューロ・チャージャー3.0の聴き方	8
使われているテクノロジー	9
ゲーテド周波数	9
サブリミナル・ハーモニクス	10
生体場誘導テクノロジー	10
音響的な脳波誘導テクノロジー	12
独自の音響的脳波誘導テクノロジー	12
●iAwake社の生体場テクノロジーについての重要事項	13
生体場エネルギーを増幅する方法	13
オーバートレーニング/圧倒症状の兆候	17
●ネガティブ感情の解放を、さらに深く、ずっとシンプルに	18
どんな感情解放テクニックも、カンタン&パワフルになる	19
イメージのモードと、意図のパワー	19
感情解放に関する参考書籍とサイト（日本語）	22
生体場に関するリンク集	22
無料のメディアプレーヤー（ダウンロード）	23
iAwake 生体場製品のための簡単な筋肉テスト	24
iAwake社のサポートリンク集（英語）	25

音源の取り扱い方



▶CD版は、高音質のWAVファイルです。

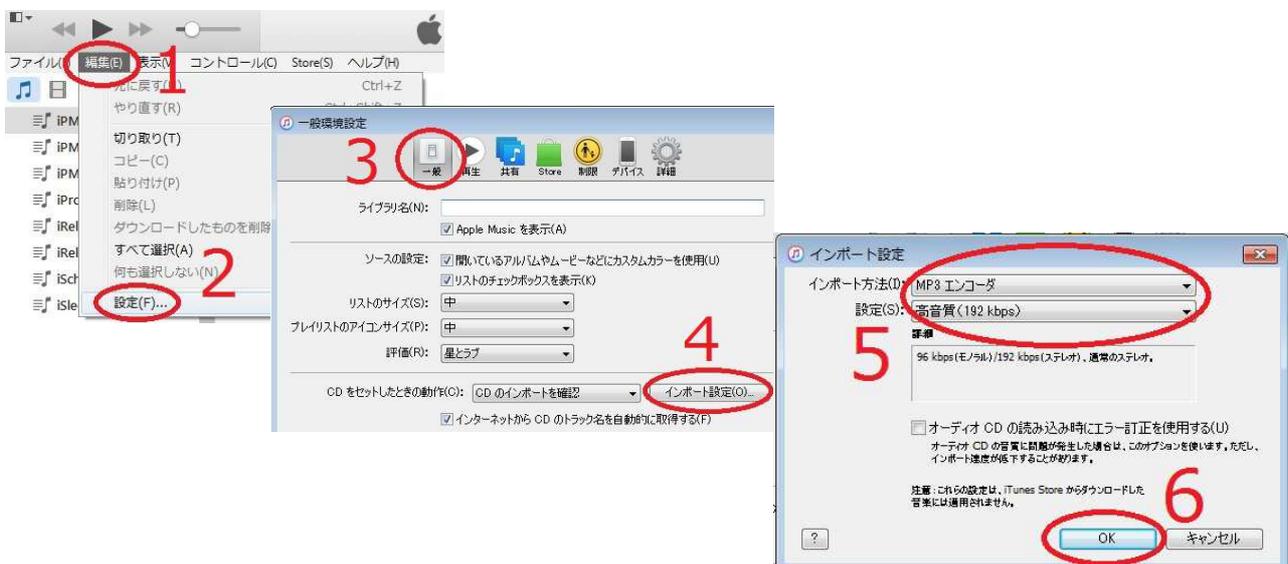
▶ダウンロード版はMP3ファイルで、他の典型的なMP3ファイルよりも高音質（低圧縮 320kbps）になっています。

▶いくつかのバージョンにおいては、AAC形式でも提供されています。音源は、高音質のAACに変換されても構いません。

▶当社の音源テクノロジーの効果を得るためには、高音質のMP3ファイルが、とても効果的な形式であると考えています。興味のある方のためにWAVファイルもダウンロードできるようになっていますが、標識データ（トラック名やアルバム名など）と画像は含まれていません（MP3版などには含まれています）。

▶音源をCDから取り込んだり、CDに焼くときには、320kbpsより低いレートでのMP3に変換されないことを強く推奨します。本来の効果を生み出すための情報が、音源から削除されてしまうためです。CDに焼く場合には、WAV、アップロスレス、もしくは320kbps以上のMP3であれば、製品本来の効果が見込めます。

▶取り込み時の変換方式とレートの設定方法：iTunesであれば、「編集」から「設定」をクリックします。その中の「一般」の下方「CDをセットしたときの動作」の横にある「インポート設定」をクリックします。その中にある「インポート方法」と「設定」で、WAVエンコーダ、Appleロスレス・エンコーダ、MP3エンコーダ（320kbps以上）を選択して、OKボタンを押してください。



●ヘッドフォンについて

最適な結果を得るためには、再生周波数帯域が 20~20000Hz と同等か、それより幅広いヘッドフォンを利用されることをお勧めします。

一般的に言って、耳を覆う大きなヘッドフォンの方が、インナーイヤー型のイヤホンよりも効果（の実感）が高まることが多いようです。イヤホンでも効果は得られますが、安価なものと、ヘッドフォンほど広範囲な音域が完全に再生されないことが多いようです。イヤホンの場合は、経験的に1万円以上するような高性能なものであれば、ヘッドフォンと同等の効果が得られる印象です（厳密な検証ではありません）。イヤホンで効果の実感が得られにくい場合には、ヘッドフォンでお試してください。

再生機器について



MP3 ファイル、WAVファイルの場合

- ▶パソコンの各種メディアプレーヤー：WindowsMediaPlayer、iTunes、VLC メディアプレーヤーなど
- ▶iPod など、ほとんどの携帯再生機器（詳しくは各機器の説明書をご確認ください）



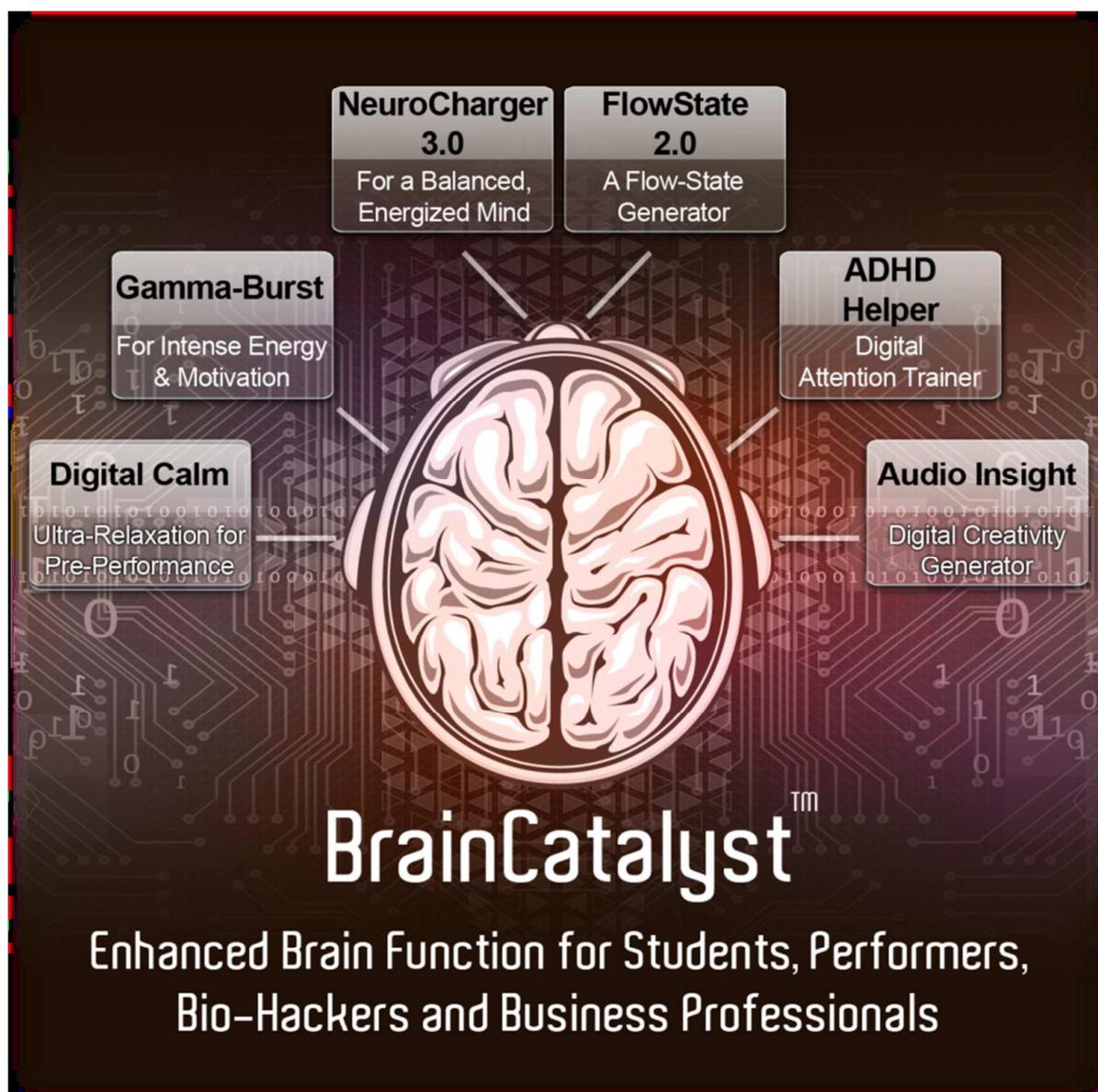
アップルロスレスの場合

- ▶パソコン：iTunes
- ▶携帯再生機器：iPod

このプログラムの利用にあたっての重要事項



- ▶**聴き始める前と、聴き終わった後に、それぞれコップ一杯の水を飲んでください。**脳波誘導は、脳の血流を促進しますので、十分な水分補給をすると、老廃物の排出がされやすくなります。



ブレイン・カタリスト・シリーズ

学生・パフォーマー・バイオハッカー・ビジネスプロフェッショナルのための

脳機能拡張

- ❖ デジタル・カーム：パフォーマンス前の超絶リラクゼーション
- ❖ ガンマ・バースト：濃密な集中力とモチベーション
- ❖ **ニューロ・チャージャー3.0：マインドをバランスよく活性化**
- ❖ フロー・ステート2.0：フロー状態ジェネレーター
- ❖ ADHDヘルパー：デジタル注意カトレーナー
- ❖ オーディオ・インサイト：デジタル・クリエイティビティ・ジェネレーター



ブレイン・カタリスト・シリーズのニューロ・チャージャー3.0は、マインドのバランスを取り、活性化し、集中力を高めます。

●ニューロ・チャージャー3.0の聴き方

このプログラムの音響テクノロジーによる効果に関しては、その効果を最大限に得るには、ヘッドフォンのご利用をお勧めします。しかし必須ではありません。ゲートド周波数が含まれているため、ヘッドフォンをご利用にならずとも、十分な誘導効果を得ることができます。しかし、ヘッドフォンをご利用になりますと、和音的に重ねられたデュアル・パルス・バイノーラル信号の誘導効果を最大限に受けることができます。

一方、サトルエネルギーによる生体場テクノロジーの効果は、ヘッドフォンをご利用にならずとも得ることができます。このユニークなテクノロジーの恩恵は、ただ再生するだけで得られます。ヘッドフォンを使っても使わなくても、音量を出しても音量ゼロでも、同じ効果が得られます。このプログラムにエンコードされているサトルエネルギーは、音源のデジタル空間の中の音量に依存しない部分を占めているからです。

このプログラムは、次のような時にお使いください。

- ・ 集中したい
 - ・ クリエイティブなモードに入りたい
 - ・ 生産性を上げたい
- 情報を受動的に吸収して、後程それについて考えるのに最適です。
- 長時間の学習や仕事、もしくはたくさんの仕事を一定期間（1日/1週間など）にこなすのにも最適です。
- 起床直後に一日の準備をしたり、調子を上げていくために聴くのもお勧めです。
- 仕事や運動中、もしくは上達したいスキルの練習（実践）中に聴くのも効果的です。

- NC3 を一日中再生しておくのもよいでしょう：もし一日中聴くのが刺激過多だと感じるようであれば、1～2時間続けて聴いておくだけでも、その後に効果が続くのが分かるでしょう。
- NC3 は睡眠の必要性を減らすかもしれません。（もし、決まった時間に就寝したいのであれば、その時間の最低4時間以上前には、聴くのをやめましょう）
- NC3 を長距離飛行機旅行中に聴くと、時差ボケの症状を減らせる可能性があります（効果があったかどうか、みなさんからのフィードバックをぜひお寄せください）。
- NC3 を長時間利用すると、iAwake 社の他の音源の生体場エネルギーを感じ取る能力が増す可能性があることが、予備研究の段階で示唆されています。
- NC3 を瞑想の数時間前に聴いておくと、さらに深い瞑想ができるようになっていくことに気づけるでしょう。
- うつ病のネガティブな症状を軽減する助けとしても有益になりえます。
- もし、数時間聞いて疲れ切ってしまうなど、刺激過剰になっていると感じたら、聴取時間を快適に感じる程度に減らしてください。リラックスした集中ができて、生産性も上がるように調節しましょう。
- NC3 は、パワフルな生体場エネルギーも採用していますので、ボリュームをゼロにしても効果を得ることができます。このプログラムの生体場信号は、記憶力・集中力を高めるように構成されています。生体場信号は、聞こえてくる音源とは別のデジタル空間を占めていますので、無音で再生しても、サトルエナジーの場が生み出す効果を得ることができます。

使われているテクノロジー

ゲートド周波数

NC3 は、20Hz から20000Hz の間を1秒間に30回以上往復推移するゲートド周波数を含んでいますので、内耳がエクササイズされて、次のような結果をもたらします。

- エネルギーとバイタリティが増す
- 注意力、集中力、記憶力が改善する

- 健康・幸福であるという感覚が増す
- イライラやストレスが軽減する

低い周波数と高い周波数を高速で往復する NC3 の複雑なマトリックスは、内耳の前提系をエクササイズし、脳を活性化する作用があります。それは「トマティス効果」の一側面と関連しています。

付記：アルフレッド・トマティスの方法は、数ある中でも特に、とても低い周波数ととても高い周波数の極端な差を内耳に響かせて刺激する「ゲーティング効果」を使っています。彼の信じるところによると、この刺激が脳とその他の主な身体の器官すべてを活性化します。NC3 では、高速サイクルする音響テクノロジーが使われているので、このトマティス効果（の一側面）を一瞬で引き起こします。トマティスの方法を元にした伝統的なサウンドセラピーでは、一日数時間、数週間にわたって聴かないと、健康感や幸福感、集中力などに目に見えた改善が見られませんが、NC3 であれば、最初の一時間で目に見えた結果を生み出すことができます。

サブリミナル・ハーモニクス

NC3 には、和音的に重ねられた周波数が、聞き分けられる閾値より少し低いレベルで含まれています。それが、マインドを鎮めて、穏やかな集中状態を促進します。

生体場誘導テクノロジー

生体場テクノロジーについての詳細情報は、こちらをご参照ください（翻訳準備中です）
<http://www.iawaketechologies.com/biofield-technology-2>

このプログラムは、ユニークな生体場エネルギー処方で、次のような体験を補助します。

- 集中力アップ
- 気分を明るくする
- 生産性を上げる
- 努力感なく学習する

生体場エネルギーとして配合されているエネルギー

- ・ **ホワイト・ライト**
特性：パワフルな“スピリチュアル・ソルベント（溶媒）”。スピリチュアルな覚醒（もしくは、心理学的な発達）を妨げるネガティブな感情やブロックをきれいにする。癒し、ネガティブからの防御、自然な高揚、至福感、浄化などに関わる。
- ・ **ゴールデン・ミーン（中庸）のエネルギー**
特性：神聖な聖地などで感じられるエネルギー。調和をもたらす。深いセンタリングとバランス。深く落ち着かせ浄化を促す。深い祈りとスピリチュアルな交感。非局在的な因果。神聖さ。聖人のような気高さ。
- ・ **左右脳間コミュニケーション増加の周波数**
特性：左脳と右脳の知覚モードのバランスを促進する。
- ・ **アニラセタム**
特性：神経保護薬。記憶想起の改善。頭脳の明晰さの増加。免疫機能の改善。特に年長者において健康感・幸福感を生み出す。
- ・ **フェネチルアミン（アフアニソメノン フロス-アクアより）**
特性：しばしば、「愛の分子」として言及される。ランナースハイと関連。愛と一夫一婦主義。気分と注意力への好影響。うつ病とADHDの改善。
- ・ **ロディオラ・ロゼラ**
特性：天然の抗うつ剤。アダプトゲン（トラウマ、不安、肉体的疲労などのストレスへの抵抗能力を高める働きのある天然のハーブ）。抗疲労作用。知的能力と注意力の改善。
- ・ **イチョウ葉**
特性：不安を軽減し、集中力を上げうる
- ・ **ゴツコラ**
特性：元気を回復させる神経鎮静剤。知能と記憶力を補助。
- ・ **クエン酸カリウム、シリカ、炭酸カリウム、オレイン酸、水素負イオンのコンビネーション**
特性：強力な抗酸化作用。最適な水分補給のサポート。著しいATP生産の増加。
- ・ **イエルバ-マテ**
特性：心血管系疾患のリスクを下げうる強壮葉。

- ・ **緑茶**
特性：強力な抗酸化作用。リラックスした集中力をサポートする。
- ・ **ツルニンジンの根**
特性：伝統的な中国ハーブ（漢方）。気を強める。身体機能を改善。抗疲労。神経系の刺激。免疫系の改善。

音響的な脳波誘導テクノロジー

脳波誘導信号に使われているすべての波形は、ゴールデン・ミーソ（中庸）の比率を使って、カスタムデザインされています。

このプログラムで誘導される脳波の特徴は：

- 穏やかな集中状態
- エネルギーの増加
- 認知機能の増強

ニューロチャージャー3.0の脳波パターン

- 速いアルファ波/遅いベータ波

独自の音響的脳波誘導テクノロジー

この録音には、革新的な誘導信号が使われています。

- デュアル・パルス・バイノーラル信号
- ハーモニック・レイヤリング
- リズミック・パニング
- モノーラル信号
- 徹底的な誘導エンコーディング

●iAwake 社の生体場テクノロジーについての重要事項

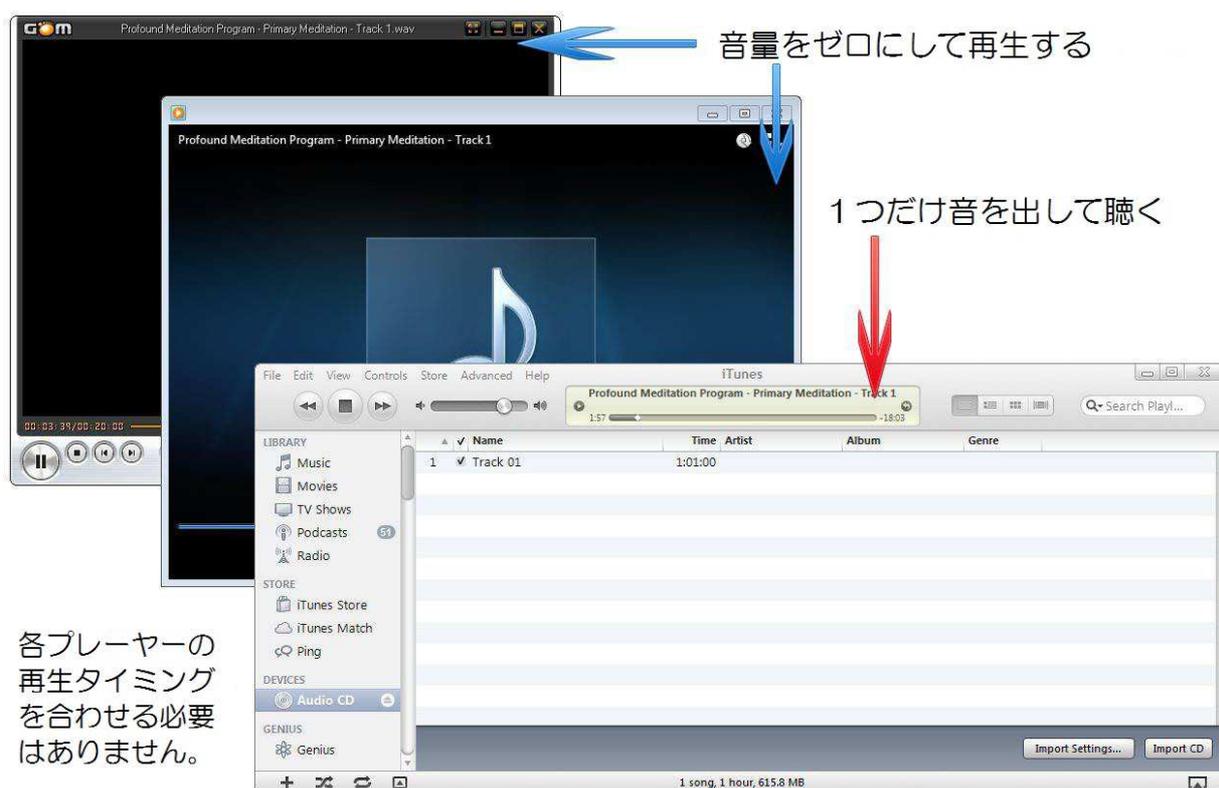
- **意図の力**：このテクノロジーは情動的・エネルギー的な特徴を備えているため、**意識的な意図を持って使用すると、その効果が特にパワフルになります。**誰でも意識的にこのテクノロジーと相互作用して、目的に合った変化を起こせます。このマニュアルで提供している瞑想法は、そのための一例です。
- **効果が長く続く**：テクノロジーの効果は、このプログラムを聴いている最中（特に20分以上続けて聴いた時）に感じられます。**そして、その効果はほぼ一日中続きます。**
- **あなたの生体場を平穏なエネルギーで満たす**：このプログラムに含まれるエネルギー的な信号は、何百万回も増幅されており、きわめて強力です。聴取を重ねるほどに、その穏やかな癒しのエネルギーがあなたの生体場を濃密に満たし、永続的な変化になっていきます。その深い穏やかな感覚を携えたまま、日常生活を送れるようになっていきます。
- **音量ゼロ（無音）**：この癒しに満ちたエネルギーは、**プログラムを音量ゼロ（無音）で再生しても受け取ることができます。**お好みのトラックをリピート再生にしてボリュームを下げるだけです。パソコンのメディアプレーヤーやMP3プレーヤーであれば、プレイリストに入れてリピート再生するだけです。ヘッドフォンもスピーカーも必要ありません。先進的な生体場テクノロジーがパワフルなエネルギーフィールドを放ち、あなたの生体場に働きかけます。付記：あなたの敏感さによりますが、無音再生で生体場誘導の効果が実感しにくい場合には、生体場エネルギーを増幅する方法をお試しください。人によっては、音源から放たれるサトルエナジー（微細なエネルギー）をいつも感じられるわけではないかもしれませんが、いずれにしても、あなたの心身に有益な影響を与えています。

生体場エネルギーを増幅する方法

iAwake 社の生体場エネルギーの効果を増幅する方法がいくつかあります。

- 1) **パソコン上で複数のメディアプレーヤーで再生する**：ほとんどのパソコンでは、複数のメディアプレーヤーを使えます（下方に無料のメディアプレーヤー（ダウンロード）のリストを掲載しておきます）。お気に入りのトラックを、その全てのメディアプレーヤーにインポートして、それぞれのプレーヤーでプレイリストを作ります。そして、すべてのプレーヤーで同時に、そのプレイリストを再生します。いくつかのプレーヤー（VLC MediaPlayer など）は、同時にいくつも起動させることができますので便利でお勧めで

す。その時、**実際に聴くトラック一つを除いて、その他すべてを音量ゼロにします。再生のタイミング（同期しているか）は気にする必要はありません。**生体場誘導には影響がないからです。信じがたいかもしれませんが、複数のプレーヤーで iAwake 社の生体場音源を再生すると、そのエネルギーが増幅されるため、単独で再生する時と比べて、はるかにパワフルになります。その数を増やせば増やすほど、生体場のエネルギーは増幅されます。



- 2) プレーヤーに左手の指で触れる（画面でもスピーカーでも本体でもよい）：身体の左側は、エネルギー的にいって受容的な側であり、指にはたくさんのツボがあります。この方法を使うと、パワフルな生体場エネルギー（サトルエナジー）がツボに流れ、経絡（気の流れる道）が素早く浄化され、機能不全状態を助長している神経的な信号が妨害されます。この方法は、サトルエナジーがあなたの生体場を素早く満たして元気にするだけでなく、感情解放メソッドと組み合わせて使うことで、感情的な自由をさらに広げてくれます。
- 3) スマホやMP3プレーヤーで再生する時にイヤホンをプレーヤーにさす：こうすると、生体場エネルギーがイヤホンのコード全体からも放たれるようになります（イヤホンのスピーカーからだけでなく）。この方法の利点を活かすには、プレーヤーを左のポケットに入れて、イヤホンのコードを身体の前側に垂らします（服の上でも下でも構いません）。イヤホンの先は肩にゆるくかけておきます。これで、生体場エネルギーが、身体

の中心軸上にあるツボ・経絡・チャクラシステムに好影響をもたらします。

- 4) 音源を再生しているスマホやMP3プレーヤーを左足の下に置く：さらにスピーディに生体場エネルギーを全身に浸らせるには、この方法が2番目のものよりもお勧めです。足には、手の指よりも多くのツボがありますので、生体場エネルギーがより速く深くあなたの生体場を満たします。ポータブルプレーヤーやスマートフォンに足を直接載せることに抵抗があるようなら、プレーヤーにタオルをかけるのもよいでしょう。この方法もパワフルなので、「デジタル・リフレクソロジー」と呼んでもよいかもしれません。
- 5) 音源を再生しているスマホやMP3プレーヤーをパソコンの電源コードの上か下に置く：iAwake社の音源から発せられる生体場が、電源コードの電磁場につながり、電磁場が生体場エネルギーのキャリアになります。生体場エネルギーが、コンピューターシステム全体から発せられるようになります（電源がつながっている画面、本体、スピーカーなど）。
- 6) 音源を一日中無音で再生しておく：生体場テクノロジーに浸れば浸るほど、より集中しやすくなり、元気を取り戻しやすくなります。最深最高の自己とも共鳴しやすくなります。と同時に、パソコンから発せられる電磁波の悪影響を中和することもできます。パソコンで仕事をする人にとっては賢い方法です。
- 7) パソコンですずっと無音再生させて、その画面の前か横に、水の入ったボトルを置いておく。数時間もすると、水が生体場エネルギーを吸収し始めます。水が身体にとってより健康的なものに再構成されます。サトルエナジー（生体場エネルギー）の源がそばにある限り、水はそのエネルギーを蓄え、放ち、増幅し、わずかに和らげます。水のボトルが大きければ大きいほど、吸収に時間はかかりますが、影響の及ぶ範囲は広がります。ミネラルウォーターのペットボトルなどの蓋をあけずにパソコンのそばにおいておくと、一日もすれば、水があなたにエネルギーを放出し始めます。
- 8) 1つ、もしくは複数のレアアース・ネオジム磁石を、音源を再生しているiPhoneや携帯デジタルプレーヤーの裏に貼りつける：生体場エネルギーが著しく増幅されます。磁石はiPhoneや携帯デジタルプレーヤーには無害です。ただし、磁石をパソコンのHDDには近づけないことです（データが消えてしまう可能性があります）。

生体場エネルギーを増幅すればするほど、その生体場パターンの特性と効果を、より多く体験することができます。**この生体場エネルギーは、あなたの意図とあいまって、あなたの実践と成長を促進する、**ということをいつも思い出すようにしましょう。

さらに詳しい情報は、生体場テクノロジーの解説や、感情解放のコツ、タッピングいらすの

EFTなどの項目を参照してください。

質問) 生体場エネルギーは、プレーヤーからどれくらいの範囲に広がりますか？

iAwake社の音源によって作られる生体場の大きさは、再生機器によります。大きな電磁場を発生させるものであれば、生体場エネルギーの広がる半径も大きくなります。

2013年以降にリリースされた音源を1トラック再生すると：

- ノートパソコン：最低半径3フィート（約91センチ）
- パソコン：最低半径40フィート（約12メートル）
- スマートフォン：最低半径50フィート（約15メートル）

2013年以前にリリースされた音源を1トラック再生すると：

- ノートパソコン：最低半径2フィート（約60センチ）
- パソコン：最低半径10フィート（約3メートル）
- スマートフォン：最低半径15フィート（約4.5メートル）

音源によって発せられる生体場は、再生機器の電磁場とつながって、その電磁場を生体場エネルギーのキャリア（器）へと変換します。そして、生命システムに対する電磁場の悪影響も軽減させます。生体場エネルギーの及び範囲は、同時に再生するトラックの数によっても変わります。生体場音源をパソコンなどで2つ以上再生すると、生体場エネルギーが及び範囲も広がります。

電磁場の及び範囲は、パソコンの製造元やモデルなどによってまちまちですので、生体場エネルギーが及び範囲にも違いが出ます。

- **エネルギーを感じる**：敏感な人は、無音での再生中に仕事などをしていても、無心の集中状態には入れたり、軽いトランスに入ったりします。しかし、ほとんどの人にとって、生体場エネルギーを一番感じやすいのは、目を閉じて瞑想をしながらリラックスしている時でしょう。
- **瞑想を深める**：瞑想を深めるには、iAwake社の生体場エネルギー音源を、普段瞑想する時間の1時間ほど前から、無音でかけておくのもよいでしょう。もし夕方に瞑想するのであれば、生体場エネルギー音源を一日中無音でかけておくと、心を穏やかにさせるエネルギーがあなたの生体場を満たしますので、かなり深い瞑想になるでしょう。

- ▶ **オーバートレーニング/圧倒症状を避ける**：iAwake 社のプログラムに含まれる生体場エネルギーは、元来心を穏やかにさせるエネルギーです。しかし、神経系に一度に処理できる以上のエネルギーを吸収させてしまうと、神経系を圧倒しうるパワーを持っています。生体場エネルギーを1～2時間再生するところから始めて、どう感じるか様子を見てください。もし、イライラしていることに気づいたら、それは「休憩が必要だよ」と神経系が知らせてくれている兆候です。このテクノロジーに過剰に浸ったことによる圧倒症状は、一時的なものに留まります。決して危険ではありませんし、永続化することはありません。圧倒症状が出たら、生体場エネルギーに浸る時間を短くしてください。
- ▶ **神経システムを進化させる**：あなたの神経系が発達するにしたがって、圧倒されることなく、より多くのエネルギーを吸収できるようになるでしょう。その結果は、はじめのうちは微細でしょうが、ゆくゆくは意識の進化の面で（感情知性（EQ）、アイデンティティ（自分は何者か）など）、とてもドラマチックな変化へと結実していくでしょう。
- ▶ **リラックスしすぎたと感じたら**：特に深い聴取セッションのあとですと、ぐったりしてすぐに横になりたくなるかもしれません。これは、素晴らしいマッサージやハリ治療などを受けた後の感覚に似ています。リラックスして、感じていることが何であれ感じつくしながら、たまっていたストレスや感情や心配事を解放していきましょう。お好みの解放テクニックや、下記にご紹介するパワフルな方法を使ってください。これはそうするのにパーフェクトな時間です。

オーバートレーニング/圧倒症状の兆候

- 神経の高ぶり（緊張、短気、イライラなど）
- 強い不安
- 感情の爆発
- 頭重感や疲労感
- その他の不快感

これらの症状は、音源による刺激が、神経システムが順応できる範囲のピークに達した兆候です。それは、刺激を弱めるタイミングを知らせる「一時的な不快感」であって、決して長期的なダメージをもたらすものではありません。一時的に聴取時間や頻度を減らしてください。

●ネガティブ感情の解放を、さらに深く、ずっとシンプルに

タッピングいらすのEFT (Effortless EFT)

iAwake 社の生体場テクノロジーは、EFTなどの感情解放テクニックの効果を増幅しますので、手順が信じられないほどシンプルになり、効果も深遠甚大になります。

- ❖ツボを何ヶ所も（もしくは、全く）タッピングする必要がありません
- ❖単語やフレーズを作ったり、覚えたりする必要もありません
- ❖何度もタッピングのプロセスを繰り返す必要もありません



メソッド1：iAwake 社の音源を、MP3プレーヤーやiPhoneなどで使う場合

▶再生機器（MP3プレーヤー・iPhoneなど）を、左手に持ちます（利き手の反対側。身体を受容的な側）。

▶不快な気持ちや感情を、身体のどこで感じているかを特定します（お腹、胃、胸などが縮こまるような感覚として現れることが多い）。

▶意識をその場所に向け続け、その感覚が自然に消えていくまで、ただ見守ります。

▶このプロセスを速め深めるには、まず意図を持ってイメージで、生体場エネルギーを不快感の一番深い根っこにたっぷり浸み込ませます。そして、身体の縮こまる感覚が自然に消えていくまで見守ります（参照：イメージする時の「モード」の項目）

▶もしくは単に、いつものようにEFTのプロセスを進めます。唯一違うのは、タッピングをする代わりに、再生機器を左手に持つということだけです。（パワフルな生体場エネルギーが、あなたのエネルギーの通路（経絡）に流れ込み、エネルギー的なブロックに浸み込んで素早く溶かしていきます。）

メソッド2：iAwake社の音源を、CDプレーヤーやパソコンの再生ソフトなどで使う場合

▶パソコンの再生ソフトの場合：左手の指でパソコンの画面かスピーカーに触れます。CDプレーヤーの場合：左手の指でCDプレーヤー本体か、もしくは、つながっているスピーカーの一つに触れます。



▶不快な気持ちや感情を、身体のどこで感じているかを特定します。

▶意識をその場所に向け続けて、その感覚が自然に消えていくまで、ただ見守ります。

▶このプロセスを加速させるには、意図と想像力を使って、生体場エネルギーをレーザービームのようにイメージして、その気持ちの一番深い根っこにまで送り、自然に消えていくまで見守ります。

▶もしくは単に、いつものようにEFTのプロセスを進めます。唯一違うのは、タッピングをする代わりに、再生機器を左手に持つということだけです。

どんな感情解放テクニックも、カンタン&パワフルになる

iAwake社の生体場テクノロジーを使えば、どんな感情解放テクニックでも、より素早く、より深い効果が得られるようになります。

たとえば、セドナメソッド、EFT、TFT、ホ・オポノポノ、フォーカシング、EMDR、ザ・ワーク（バイロン・ケイティ）、ヒーリングコード、シャドーワーク（321プロセス）、リリーステクニック、感情クレンジング・・・などなど

イメージのモードと、意図のパワー

努力いらず（タッピングいらず）のEFTの項目でも述べたように、EFTなどの感情解放テクニックのスピードを速めて効果を深めるには、まず不快な感情で縮こまっている感覚を、身体のどこで感じるかを感じることです。そして、その感覚に軽く注意を向け続けながら、イメージで、その感覚の根っこに、生体場エネルギーをたっぷり浸み込ませます。そして、その不快な感覚が自然に消えて、安堵感が体感されてくるまで見守ります。

「でも、私は、視覚的なイメージが全く苦手なんです」という方もいるかもしれませんが。しかし、心配は無用です。「想像する」とか「イメージする」という言葉は使っていますが、完璧に視覚的なイメージができなくても構いませんし、もし仮に少しも視覚化できなかったとしても、十分効果は得られます。

私たちは自覚しているかどうかにかかわらず、毎日「想像力」「イメージ力」を使っています。それが必ずしも視覚的イメージを伴っているとは限らない、というだけです。

たとえば、あなたが「とても煩わしいと思う人について、思っていることを聞かせてください」と尋ねられたら、おそらく何かしらの感情が伴うでしょう。なぜそういう感情が湧いてくるのかと言えば、その人を思い出そうとすると、感覚的なイメージや記憶も一緒に反射的に思い出されてくるからです（独特な気持ち、視覚的イメージ、匂い、声や音など）。

想像する（何気なく思う）ということが、視覚に限定されない感覚的なイメージを引き起こしているのです。

パワフルな解決策：感情解放の本質的な解決策は、音源のパワフルな生体場エネルギーを使って、妨げとなっているものを溶かしていくことです（たとえば、状況の改善に役立たない感情・思い込み・習慣・嗜癖・衝動・考え方・意見・疑い・恐れ・自己制限など）。その時、あなた自身の意図と継続的な実践が欠かせません。



意図：iAwake 社の生体場テクノロジーを使って、執着や嫌悪感を解放していくときに一番重要なことは、あなたの意図です。それは、「私の幸せや成長や行動の妨げとなることは、どんなことであれ、このエネルギーを使って全て解放していく」という意図です。このパワフルなエネルギーをその目的のために使うという意図を持ちましょう。そうすれば、あなたに備わっている直感力や創造性がガイドとなって、ベストな形でこの生体場エネルギーを使えるようになっていきます。自分のスピリット（内なる可能性の源泉）を信頼してガイドしてもらえるようになっていきます。

このパワフルな生体場エネルギーは、あなたの意図に反応しますので、あなたの内なる叡智に、より簡単につながれるようになっていきます。

歓迎する：あなたが何を解放したいにせよ、もっとも楽に手放すには、心を開いて、手放し

たいものが意識に上るがままに歓迎し、よい悪いの判断をしないことです。感じていることを、まるっとそのまま感じましょう。執着するでもなく、それが自分だと思い込むでもなく。



視覚モード：視覚的にイメージするのが自然で得意に感じる方であれば、生体場エネルギーを「癒しの白い光」として視覚化しましょう。

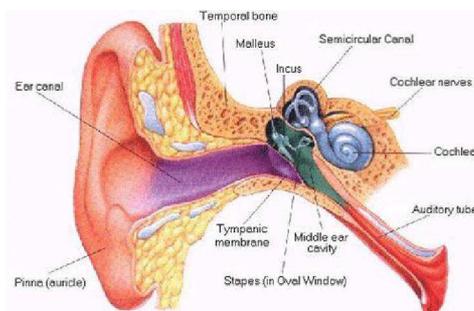
光のエネルギーが「感情のシコリの根っこ」（緊張している身体の部分）に流れて貫いていくイメージをするか、もしくは、「感情のシコリの根っこ」を、やさしくてパワフルな光のエネルギーで浸します。

身体の緊張が完全に溶けていくまで淡々と続けます。

体感覚モード：体感覚でイメージするのが自然で得意に感じるタイプであれば、縮こまっている感じがする部位に、自分の手を置きます。

そして「この身体の感覚を、パワフルな癒しのエネルギーに浸します」と意図して、その違和感が解けていくのを想像します。生体場エネルギーはあなたの意図に反応してくれるでしょう。

聴覚モード：聴覚（音声）でイメージするのが自然で得意に感じる方であれば、心の内側で起こる会話をできるだけなくしたくなるかもしれません。



このマニュアルでお伝えしている感情リリース法は、やさしく意識を開いていくタイプのものとして、知的に考えたり、心の中で考えを巡らせたりするものではありません。しかし、いろんな質問を投げかけるのも、解放が起こり始めるきっかけとなって効果的です。

たとえば「この気持ちを愛に変えてもいいと思えるだろうか？」「この気持ちを手放せるだろうか？」「この気持ちの一番深い根っこを感じられるだろうか？」などと自分に問いかけます。

その答えがイエスであれノーであれ、気持ちの根っこを生体場エネルギーに浸す意図を持って、その感覚が解けていくのを見守ります。視覚的にイメージできなくても気にする必要はありません。ただそう意図して信頼すれば、それが消えていくのに気づけるでしょう。

感情解放に関する参考書籍とサイト（日本語）

- 『1分間ですべての悩みを解放する! 公式 EFT マニュアル』 /ゲアリー・クレイグ
<http://amzn.to/Ns9hbg>
- EFT-Japan の無料資料ページ
<http://www.eft-japan.com/free.html>
- 『新版 人生を変える一番シンプルな方法—セドナメソッド』 /ハイル・ドゥオスキン
<http://amzn.to/1pRGgPP>
- 『ザ・ワーク人生を変える4つの質問』 /バイロン・ケイティ、スティーヴン・ミッチェル
<http://amzn.to/Nbm74n>
- ザ・ワークの公式日本語サイト（自習用のPDFがダウンロードできます）
<http://thework.com/sites/thework/nihongo/>
- 『フォーカシング』 /ユージン T.ジェンドリン
<http://amzn.to/1pRGoPc>

生体場に関するリンク集

（リンク先は、現在翻訳準備中です）

Biofield Technology

<http://www.iawaketechnologies.com/biofield-technology-2>

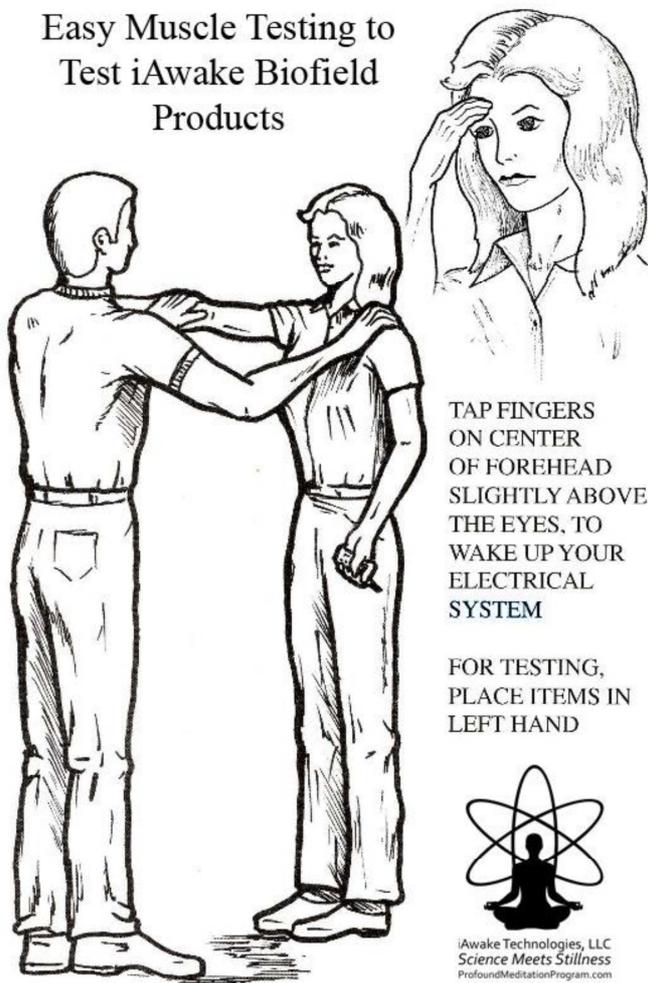
- An Introduction to Biofield Science
<http://www.iawaketechnologies.com/biofield-science>
 - ✓ Part 1 - Morphic Resonance
 - ✓ Part 2 - Scientific Evidence for a Connecting Matrix
 - ✓ Part 3 - Biofield Tech: Tapping into the Informational and Energetic Matrix
- Our Biofield Method
<http://www.iawaketechnologies.com/our-biofield-technology>
- Biofield Frequencies/Level of Consciousness Correlation Chart -
<http://www.iawaketechnologies.com/biofield-chart>
- How You Can Easily Amplify iAwake's Biofield Transmission -
<http://www.iawaketechnologies.com/iawake-biofield-amplify>

無料のメディアプレーヤー（ダウンロード）

- ❖ VLC Player: <https://www.videolan.org/vlc/index.ja.html>
VLCプレーヤーは、複数同時起動させることができます。
- ❖ iTunes: <http://www.apple.com/jp/itunes/download/>
- ❖ Windows Media Player:
<http://windows.microsoft.com/ja-jp/windows/download-windows-media-player>
- ❖ QuickTime: https://support.apple.com/ja_JP/downloads/quicktime
- ❖ GOM Player: <http://www.gomplayer.jp/>
- ❖ KM Player: <http://kmplayer.softonic.jp/>
- ❖ RealPlayer: <http://jp.real.com/>
- ❖ UMPlayer: <http://umplayer.softonic.jp/>
- ❖ SPlayer: <http://splayer.softonic.jp/>
- ❖ AVS Media Player - <http://avs-media-player.softonic.jp/>

iAwake 生体場製品のための簡単な筋肉テスト

Easy Muscle Testing to Test iAwake Biofield Products



1) ベース・エネルギーをチェックします：あなた（テストする人）が、テストされる人の正面に立ちます。テストされる人は右腕を肩からまっすぐ前に水平に伸ばします。あなたは、テストされる人に抵抗するように伝えてから、その右腕を下に押し下げます。正常であれば強く抵抗されます。もし弱くなるようならば、テストされる人のエネルギーシステムが整っていない、ということです。その場合には、テストされる人に、両目の中間の領域を軽くトントンとたたいてもらいます。これで生体電気システムが活性化されますので、もう一度腕をテストします。

2) ネガティブ・エネルギーをテストします：通話状態になっている携帯電話を、テストされる人の手に持ってもらるか、左手で電源の入ったパソコン（本体かスクリーン）に触れてもらい、その横に立ちます。1と同じように右腕

を水平にあげてもらい、抵抗するように伝えてから、その右腕を押し下げます。腕（抵抗する力）は弱くなるはずですが、これは生体電気システムと経絡システムが、エネルギー的に損なわれたことを意味します。

3) iAwake 社の生体場製品でテストします：次に、1つ以上の iAwake 社の生体場音源を、携帯電話かパソコンで再生します（2で使ったもの）。大きなパソコンですと、その電磁場の悪影響を完全に中和するには、2つ上のトラックを同時に再生する必要があるかもしれません。同時に再生するトラックの数が多ければ多いほど、エネルギーの転換作用が強くなります。携帯電話の悪影響を中和するには、1つの iAwake 音源で十分でしょう。そこでもう一度、右腕を水平にあげてもらい、抵抗するように伝えてから、押し下げます。腕（抵抗する力）は強いはずですが、これで、生体場音源が、人の生体エネルギーシステムを守るだけでなく、エネルギーを供給して強めるということが分かります。

iAwake 社のサポートリンク集（英語）



プロファウンド瞑想 フェイスブック

<https://www.facebook.com/ProfoundMeditationProgram>



プロファウンド瞑想 ツイッター

<https://twitter.com/iAwakeTeam>



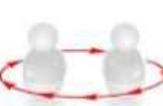
プロファウンド瞑想の実践者フォーラム

<https://www.facebook.com/groups/profoundmeditation/>



オンラインセミナー（毎週・無料）

<http://www.iawaketechnologies.com/teleseminars>



コーチング

<http://www.iawaketechnologies.com/coaching>



よく聞かれる質問と回答集

<http://www.iawaketechnologies.com/faq>



ブログ

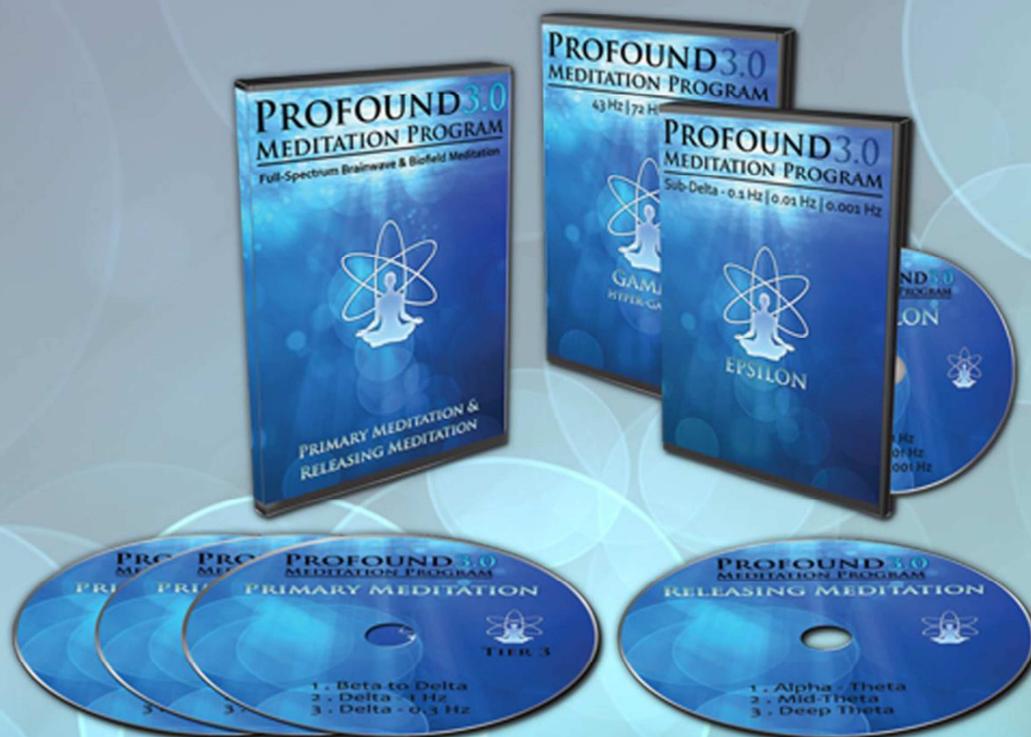
<http://www.iawaketechnologies.com/blog/>



カスタマーサポート（メール/英語）

support@iawaketechnologies.com

PROFOUND MEDITATION 3.0 FULL SPECTRUM



Science Meets Stillness

An integrated synthesis of leading-edge
neurotechnology and energy medicine

"iAwake technologies has continued their pioneering research into brain/mind sound technology with their latest release of Profound Meditation 3.0. I've been a fan of their products from the beginning, and I can say that they just keep getting better. So if you've never tried binaural beat technology—and especially if you have!—by all means check out their latest. I think you won't be disappointed."

Ken Wilber—The Integral Vision

www.iawaketechnologies.com