

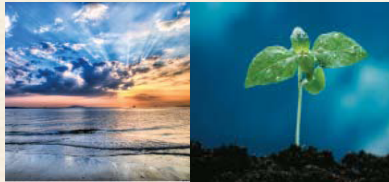
# 普遍の変化のサイクル

## 私たちの人生を決定づける 7つの周期

### ～宇宙が130億年間生み出し続けてきたプロセス～

#### 創造

瞑想・休眠



#### 創造 Creation

この周期は新しい始まりを意味しています。すべての物には出発点があり、それは大抵の場合、ひとつの思いつきや行動、計画から始まります。

例：会社の創設、開業、赤ちゃんの誕生、初めての株式や国債・公債への投資、書籍や絵画の構想を練る、初めて家を建てる、結婚する、新車の購入、野菜畑の種まき、ビッグバン（宇宙の誕生）

#### 成長



#### 成長 Growth

システムが成長し発展を始めるとき、同時にそれは「自己組織化」する存在となり始めます。当初の創造が、形状や形態を持ち始めるということです。行動の新たなパターンが発達し、当初の創造を中心にシステムが自分で自分を組織し始めます。

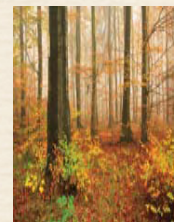
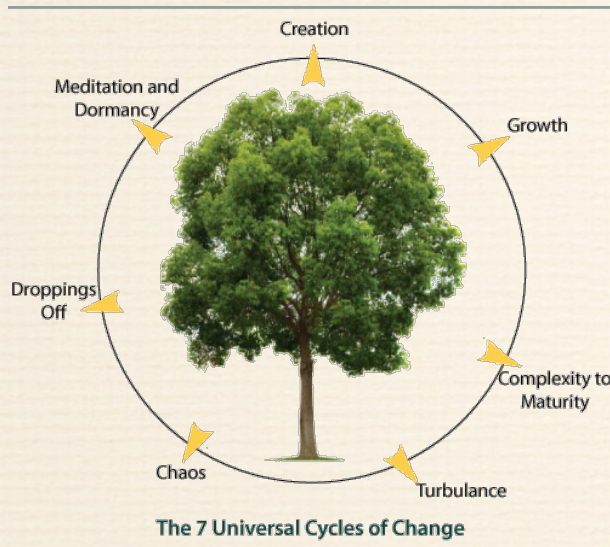
例：新事業で素晴らしいマーケティング・プランが開発される、投資株の価格が上がり始める、植えた小さな木が成長の兆しを見せる、車に好みのホイールキャップや新しいシートカバーをつけた、子供が言葉を話し始め、歩き出す



#### 複雑な発展から成熟へ Complexity to Maturity

成長を続けて形状と形態をとり始めると、システムはさらに複雑さを増していき最終的に“安定した状態”にいたります。システムは安定した状態である時に、最大限に効率よく機能します。

例：仕事が非常にうまくいっている、アスリートが完全に集中した状態に入る、植えた木が美しい緑の葉を茂らせる、結婚生活がとてもうまくいっている、購入した車が調子良く走っている、投資株がいい方向に大きく上昇する、自分自身や人生のすべてが素晴らしいと感じられる



ドロッピング・オフ（手放す）



カオス



動乱

#### 成熟 複雑



# 普遍の変化のサイクル

## 私たちの人生を決定づける 7つの周期

### ～宇宙が130億年間生み出し続けてきたプロセス～

#### 動乱（フィードバック） Turbulence (Feedback)

システムが成長や発展の中で複雑になり過ぎた時、問題が起こり始め動乱が始まります。

動乱とは、システムの複雑な状態がもはや支えきれなくなったので、何かが再組織、変化、またはドロップ・オフされなければならないという環境からのフィードバックだと考えられています

例：あなたの下で働く為に雇用した人が結果を出していない、結婚生活において深刻なコミュニケーションの問題に気付き始め、それがあなたの健康や幸福に影響している、植えた木の葉が色を変え始める、投資株の価格が落ち始める、気が散るような身体のわずかな不調がある、人生の不安や不満の兆候に気づく、車がおかしな小さい音を出し始めた

#### カオス Chaos

システムが完全に崩壊して、カオスが入り込んできます。

例：木の葉が茶色くしなびる、問題の従業員がビジネス全体の繁栄を脅かすほどの行動を取る、投資株の価格が急落した、夫婦関係が完全に崩壊、重い病気にかかる、車から出ていたおかしな音が咳き込むような音に変わり、青黒い煙がマフラーから出始める

#### ドロッピング・オフ、解放と再組織化 Dropping Off, Releasing and Reorganizing

時に生命はあまりに複雑になりすぎてカオスが入り込み、システムが全体的なバランスを取り戻すために何かを手放さなければならなくなります。

例：蛇が脱皮するとき、木が葉を落とすとき、車の部品を交換するとき  
難しい人生の挑戦を乗り越えて先に進む為に、制限になるビリーフ（思い込み）や上手くいかない人間関係を手放したり、行動を変えたり、物事の見方を再調整する必要があります。  
そうすることによって素晴らしく新しい何かを創り出すための空間が生み出されます。  
木や蛇や星などの宇宙のあらゆる生命体だけでなく、コンピューターやアニメ化されたゴミ箱でさえもこの自然の手放しの周期が起こることを受け入れます。  
ゴミ箱の目的は、ハードディスクのスペースを使いすぎる余分な情報の蓄積を防ぐ事です。この自然な変化のサイクルに抵抗するのは人間だけです。  
解放する必要がある何かをドロップ・オフさせない時、人は数十億年の進化に原則的に反してしまうことを忘れないでください。  
すでに役に立たなくなった物事や状況にしがみついているのは不自然なのです。

#### 瞑想と休眠 Meditation and Dormancy

システムがバランスを取り戻す方法は何かをドロップ・オフすることです。そうすることで休眠段階で自らを再び活性化させ、進化した新たなレベルの創造へと戻ることができます。

びりっとした冬の寒さに木が葉をなくして立っているように、人は時に瞑想と内的な静けさの中に入る必要があります。しばらくは居心地が悪いかもしれませんが、精神を鎮め、しばらくおとなしくしていることが大きな癒しになることがあります。前進する前に、元気を回復してエネルギーを取り戻す為にたっぷりと自分に時間を与える必要があります。

一度これをやってしまえば、再び創造的になる事ができます。あなたを押し止めていた物が手放せたからです。

それでもあなたは、すべての経験から得た知識や知恵を持っています。これがまったく新しい創造と成長のサイクルの土台となります。



# I まずは現状を確認しましょう！

	「普遍の変化のサイクル」の 今はどの段階ですか？	なぜあなたは この段階にいると考えますか？
愛情・恋愛		
お金・金銭		
キャリア・仕事		
健康		
家族		
友人		
スピリチュアル		



## II まずは現状を確認しましょう！

	より幸せで成功する人生を送るためにドロッピング・オフ、 手放す価値のある物は何ですか？（大半の方はすぐに思い浮かぶようです）	
ビリーフ・態度・行動・ ものの見方・習慣・ 物理的なものetc・・・		
1日の行動に当てはめてみる	【+】豊かにするもの	【-】ドロッピング・オフするもの
朝		
昼		
夜		
就寝		