



神様と仲良くなる ワークシート 1/3

STEP 1 アカシックレコードに行く前の準備

- 1 神様に聞きたい質問や話したいことはなんですか？あらかじめ書きましょう。

- 2 なぜその質問なのでしょう？理由を書いてみましょう。

- 3 神様への思いやメッセージを書いてみましょう。

神様へ
お手紙を書くみたいに
書いてみましょう♪



リーディングがうまくいかない理由は、？

向こう側はオープンだけど、こちら側が閉じていることがほとんどです。
自分の心をときほぐすためにもこの作業はしっかりやりましょう！

- 4 アファメーション(声に出して唱える)

「○○○(自分のフルネーム)さん、○○さん、○○さん。
△△(神様の名前)さまから、
素晴らしいメッセージやイメージを受け取ってください、
ありがとうございます。ありがとうございます。ありがとうございます。」

STEP 2 誘導に沿ってアカシックレコードへ



神様と仲良くなる ワークシート 2/3

STEP 3

「△△(神様の名前)さま、△△さま、△△さま。
私に今必要なメッセージをください。」(声に出すor心で唱える)

STEP 4 神様が姿を表してくれます



人間の姿ではなかったり、
見えない意識体として
存在することもあるよ!

出てきてくれた神様に

「あなたは△△さまですか?」と3回尋ねます。

3回とも「YES」の主旨の返事が返ってきたらOK。

※「NO」といわれる時もあるのでその時は《「NO」と言われた時》の動画を参考にしてね!

STEP 5

あらためて「△△(神様の名前)さま、△△さま、△△さま。私に今必要な
メッセージをください。」と伝えて、神様から必要なメッセージを受け取る。
何を伝えてくれましたか?

ビジョンや言葉、感覚、香り、風景・・・

あなたにとって最適な答えやヒントがアカシックレコードからもたらされます。

MEMO

STEP 6

もし他に聞きたいことや、
話したいことなどが出てきたらその質問も試みて、コミュニケーションを
とってみましょう。
質問などが特に浮かばなかったら、神様とアカシックの世界でじっくりと
時間を過ごしてください。



神様と仲良くなる ワークシート 3/3

STEP 7

「ありがとうございました」と伝えて、アカシックレコードまでの道のりを戻り、元の場所に帰ってくる。

STEP 8

どんなメッセージやどんなビジョンを受け取りましたか？
現実に戻ってきてから閃いたことや、メッセージの意図などはありますか？

STEP 9

今から現実で意識することや、
実際に行動できることが何か思いついたら書いてみましょう。

