

## 目次

シリウス講座とは	1
講師のPK-PNからのごあいさつ	2

### \* シリウス講座（初級編） \*

第一章～第十章の全てを完全に自分のものにした時、神意識への目覚めが起こります

第一章 謙虚さと初心を忘れない	3
第二章 みんな対等であることを、頭ではなく心で知る	4
第三章 役割の仕組みを知ること	5
第四章 苦手な人間関係を切らずに学ぶ	6
第五章 自分のイライラを他人のせいにならない	7
第六章 溜めてしまった感情の発散方法を知る	8
第七章 人の話を100%集中して聞くことで「無」になる	9
第八章 感情を、ただ受け入れる	10
第九章 自分の中でルールを作らない。見返りを求めない	11
第十章 自分の「個性」で運を引き寄せる	12

## シリウス講座とは

シリウスBの高次の意識体PK-PNから伝えられた、閉じられた第三の目を開き、第六感を目覚めさせ、悟りと解脱に至るための方法として、ブログでは「神式会社への入社方法」というタイトルで、2013年の5月から旧ブログ『αBoo@ニューヨーク』で掲載がスタートしました。

このシリウス講座は、ブログの「神式会社への入社方法」の改訂版でもありまして、ノンモさんがほぼすべての内容に加筆・訂正してくださっています。また、ブログの「神式会社への入社方法」には入っていた内容が、今の状況にフィットしなくなったという理由で削除されているものもあります。

シリウス講座の最終目標は、みんながそれぞれ、自分の内にある神に気づくこと。そして、その内なる神とのつながりを取り戻すことです。自分の周りに見返りのない愛を振りまけるようになること。その愛の力で、少しでも癒しが起こる事を願うこと。

この講座を受けるにあたって「私にできるのかなあ？」「難しそうだけど、やってみます・・・」と、いった反応を読者さんよりいただくのですが、”天はあなたが乗り越えられない事を与えない”という言葉で、どこかでお聞きになったことがありますよね？この講座は、みなさんが乗り越えられる方法だからこそ、目にされているんですよ。

なので、難しく考えることはありませんよ～。そして第一章から第二章、第三章と、順番にはじめていただく必要はありませんので、今すぐ出来そうな、一番簡単だと思える章からスタートしてみてください。

このシリウス講座一番の重要ポイントは、「絶対に相手からの見返りを求めないこと」そして上手くいかなくても「絶対に自分を責めないこと」そして、少しでもできたら「自分をほめちぎること」です。

この講座を実行しはじめると、あなたのいつもと違う反応に、相手はまず戸惑います。長い間、ぶっきらぼうだった方なら、なおさら周囲の方はドン引きしますが、決して相手や自分をとがめることなく、愛を広めようとする、あなたの意図がつかめなくて、混乱しているのだな～、よしよし、と暖かく引いているお相手を理解してあげましょう。

バカにされるし、罵られるし、ドン引きされるけど、相手に何て思われようとかまわない！自分はみんなに愛を伝えていきたい！と、心底思って、コツコツと継続していくうちに、あなたの世界が大きく変わり始めますよ。

シリウス講座は、初級編、中級編、上級編の3編で完成予定です。この初級編のすべてを完全に自分のものにした時、神意識への目覚めが起こります。

シリウス講座は、いつでもどなたでも、年齢性別学歴職歴国籍宗教問わず受講していただけます。毎日きちんとやらなくては！と気負って頂く必要はありません。気が向いたときに、ご自分のペースでのんびりと実行されてみてください。コミットメントも必要ありませんし、講座の内容を守るも守らないも個人の自由です。天はそれに何の感情も持ちません。

この講座の成績は、無意識下で、みなさんそれぞれ自分たちで決めています。天はその判断は一切関与していません。

### 講師のPK-PNからのごあいさつ

皆さま、こんにちは。PK-PNです。

この度、皆さまからたくさんのリクエストを受けて、今までの「神式会社への入社方法」を『シリウス講座』と称してまとめることになりました。3次元のややこしい世界のことはあまりよく分からず、人間心理の仕事をしているノンモと二人二脚(ボクは脚がないので)、いつもヨロヨロ、フラフラと八多さんに迷惑をかけながらマイペースで歩んでいるので、講師と呼ばれるのはちょっと照れくさいですが、これから皆さんが少しずつでもエゴの呪縛から解放されて、自由に穏やかな光に満ちた未来へと進んで行けるように、この『シリウス講座』を通じてお手伝いしていけたらと思っています。

初級編～上級編の全てを制覇して、神意識を目覚めさせ、内なる神と繋がり、真実を見抜ける目を持ち、自分を信じられる心を得て、恐怖や怒りを手放し、周囲に影響されず、振り回されず、「自分が自分で良かった」と心から思えて、口先だけでなく、本心から自分を愛せて、そして、周りの人々をも無条件の愛で包み込めるように、

さあ、皆さん！いっしょに頑張っていきましょう！

PK-PN

## \* シリウス講座（初級編） \*

### 第一章 謙虚さと初心を忘れない。

忙しい日常生活でついつい忘れがちな「謙虚さと初々しさ」…。それを取り戻す努力をすることで、内なる神につながることができますし、自分自身を自由にもしてあげられます。

例えば、名も知られていなかった俳優が有名になると、急に高慢になってしまうケースや、平社員だった時には、誰にでもすすんで挨拶していたのに、昇格したとたん自分からは挨拶しなくなったり、また車の運転をはじめたばかりの頃は、全てに注意を払っていたけれど、運転に慣れてきたら不注意になって事故を起こしてしまうなど、名声や昇格や馴れが、初心を鈍らせます。

そして知らず知らずのうちに高慢になり、何事にも、誰に対しても上から目線になってしまいます。そして、それが出来なかった頃の頑張っていた自分を忘れて、出来ないでいる人の努力が理解できなくなるのです。

いつまでも自分は学ぶ立場であるということを忘れないで下さい。謙虚でいることは決して「自分が人よりも下」というわけではありませんし、高慢になることが「誰かより上」ということでもありません。たとえ自分が上司でも、部下にしかできないことがあるのですし、自分が母親でも、子供にしかできなかつたり、分からないこともたくさんあります。

そういったことを学ばせていただいているという謙虚な心を忘れず、いつも自分の器を空にして、新しい学びを吸収する心持ちでいると、自分が本当に自由で楽になれますし、次第に内なる神ともつながるようになり、気づけば日常的にコミュニケーションを取れるようになっていきますよ。

＊ シリウス講座（初級編） ＊

第二章 みんな対等であることを、頭ではなく心で知る。

よくブログで、意識レベルが高いとか低いと書いたりしますが、これは、みなさんに理解していただきやすいように書いているだけで、天の世界には高いも低いもありません。

みんなそれぞれに役割と課題が違うだけなのです。役割と課題には、上も下もありません。

天とは、愛の深い者が、さらに愛の深い者によって包まれる丸い層のようなものなので、「上下」という概念は存在しませんし、言うまでもありませんが、肌の色や、出身地、宗教、習慣、家系、言語、セクシャリティー、容貌、学歴、職種なんかは、一步神の世界へ踏み入れたら関係がなくなります。本当はこんなの、3次元でも関係ないのですけどね。

それを「自分のほうが上だ！」と他人を見下したりして、おごる気持ちを持つことや、逆に「自分は下だ」と卑下する気持ちを持つことで、自分自身のエネルギーや意識レベルを低下させてしまいます。

天は「いつでも初心」が大好きです。

がんばって、がんばって、ようやくひとつ達成した時に、「達成できた自分は上になった！」と、おごるのではなく、その辛く苦しかった経験を生かして、今できなくて苦しんでいる人を理解して、寄り添って見守り、光を届けてあげられるようになることが大切です。

## \* シリウス講座（初級編） \*

### 第三章 役割の仕組みを知る。

自分の役割をよく理解して、人の役割もよく理解して下さい。

例えば、「犬なら目に入れても痛くない！」というほど、犬が可愛くて可愛くてしょうがない！1日中犬と戯れていたい！！という、愛犬家の方がいるとします。自分の飼っている犬だけでなく、この世にいる全ての犬たちを愛していて、動物愛護団体にせつせと募金までしているのに、なぜだか人間の子供に対しては可愛いと思えない…。こんな自分は、どこかおかしいのかな？

…と、思うかも知れませんが、実は犬を愛することが、その人の今世の役割なのです。

だから、子供が可愛いと思えなくても大丈夫です。だって、あなたが犬を心から愛おしいと思うように、子供という子供がみんな可愛くてしょうがない！という役割を持った人が、ちゃんと別に存在するからです。子供に愛おしさを感じないのは、愛の欠如からではないだろうか…。などと心配しなくても、犬を通して深い愛を十分に理解しているから、それで良いのです。

目の前に横たわるホームレスが、可哀そうだと思えないといって自分を責めなくてもいいのです。そのホームレスに対して慈悲の心を抱き、救いの手を差し伸べる役割を持った人が、ちゃんとこの世には存在するからです。また、「ここにも、あそこにも、募金したけど、あ！〇〇団体に募金するのを忘れてた！」と焦る必要はありません。あなたが忘れた募金を補う役割を持った人が、この世には必ず存在しています。

自分が出来ない部分や、手が届かない部分を補いあうため、人それぞれに役割があります。そうやって、みんなで助け合い、協力し合いながら、バランスを保っているのです。なので役割には、上も下も、善も悪も、ありません。

全てを愛さなくてはい思わなくてもいいのです。本当の意味で無条件で全てを愛することができるのは、神の意識だけです。

みなさんは、神のようにあれもこれも愛さなければと、欲ばりすぎている時があります。それよりも現在、あなたの置かれている環境で、あなたの周りにいる家族や友人や同僚やペットへ、たくさんの愛を注いであげて下さい。

手が届かないところにまで手を伸ばそうとする必要はありません。今の自分に課せられた役割に気付くこと、そして、まずは何よりも自分を愛せるようになることが先です。自分を愛せるようになって、はじめて無条件で周りを愛せるようになるのですから。

## \* シリウス講座（初級編） \*

### 第四章 苦手な人間関係を切らずに学ぶ。

どんな出会いであっても、それは運命です。なので、苦手な人に出会ったとしても、嫌だからと関係を切るばかりではダメなのです。人間は独りっきりで成長できないことを、ほとんどの方が理解されていると思います。でも、苦手な人や状況が目の前に現れたなら、さっさと切ってしまうて、早く楽になりたいと思うのが心情です。

これは、八多の経験談なのですが…。以前の私は、仕事場の人間関係が、ちょっとでもイヤになると即転職していました。だから、仕事が1年以上続かなくて、転職に転職を重ねていましたので、私の職歴は履歴書1枚で収まりません(苦笑)

退職後は一瞬楽になるんですけど、転職先では必ず同じタイプの苦手な人間関係が待っているんですよ。しかも「いいかげん気づきなさい！」と言わんばかりに、イヤな人を、さらにひどくした人物が待っています。

ようやく最後の職場で、逃げた先には、さらに巨大化したイヤな人が現れるパターンに気づいて、いいかげん、自分でもこの苦手意識を克服しないとまずいと思ったんですね。そこで逃げずにきちんと向き合っ気づいたのは、ずっとそうならなければと思い込んでいた「苦手な人とも仲良くなる」ことではなく、実は「苦手な人にどう思われても気にならない自分になる」ことだったのです。

苦手な人は、自分へのメッセンジャーです。なので、そのメッセージに気づいてもらうまで、あの手この手と姿まで変えて懸命に、自分の前に現れ続けます。そして感情に流されずに、苦手な人にちゃんと向き合っ、メッセージを受け取ることが出来たとき、その苦手な人は苦手な人ではなくなりますし、新たな環境で2度と会わなくなります。

苦手なものは、逃げれば追いかけて巨大化するけれど、見つめると消えるのです。苦手意識や恐怖から目を背ければ背けるほど、イメージや妄想のなかで、その人の嫌な部分が何十倍にも膨れ上がるからです。

苦手な人と同じ土俵にいと、イヤな気分巻き込まれるので、肝心のメッセージに気づけません。ですので、メッセージに気づくまでは同じ土俵に立たず、外側から静かに、その人が何を自分に伝えようとしているのかを客観的に観察するのも良いでしょう。

そして、ようやくメッセージに気づいたなら、愛の深いものが、さらに愛の深いものによって包み込まれる宇宙の丸い層のように、その苦手な人をも包み込めるような大きな愛になってみて下さい。それが、あなたの役割でもあるのです。

## \* シリウス講座（初級編） \*

### 第五章 自分のイライラを他人のせいにはしない。

他人の行動や言動からイライラさせられたり、怒りをおぼえるのは、その人のせいだ！私の感情の起爆ボタンを押す相手が悪いんだ！と、あなたは日常的に思っているでしょう。でも、日々あなたに起こっている不快な感情の原因は、実は起爆ボタンを押す相手にあるのではなく、「イライラする」や「怒る」という選択をしている、あなた自身の感情の問題なのです。

悲しい、寂しい、ムカつく、凹む、腹が立つ、イライラする等、バラエティーに富んだ感情のなかで、どれに反応するかはあなた次第です。あなたの抱えている感情の問題が、相手の言動のひとつひとつに反応して、勝手に不快になっているのです。

そのあなたの問題のほとんどは、自分の中にずっと住んでいる幼少時代にできた傷心の「インナーチャイルド」にあります。なので「インナーチャイルド」を癒すことは、大きな問題解決につながります。また、感情の問題が引き起こされたときに「どうでもいいじゃん！」とか、「ま、いっか！」と自分に言い聞かせるクセをつけるのも、問題解決の糸口となるでしょう。

だって、「他人は絶対に変えられない」という、ルールがありますからね。あなたの感情を揺さぶり続けて、自分のなかで勝手に悪者になっている相手の行動や言動を正そうとしても、相手は絶対に変わらないのです。万が一、相手があなたの思い通りになってくれて満足したとしても、あなたはまたすぐに、別の誰かの言うことや、されたことに同じ感情の起爆ボタンを押されるのです。あなたが感情の問題を抱えたままでは、永久に他人から感情の起爆ボタンを押され続けることになるのです。

他人を絶対に変えられないのなら、あなたが変わりましょう。あなたなら、今この瞬間から変わることができます。感情の起爆ボタンを押されたら「どうでもいいじゃん！」って自分に言ってみましょう。これが2度と他人に感情の起爆ボタンを押されなくなる、一番手っ取り早い方法です。

＊ シリウス講座（初級編） ＊

第六章 溜めてしまった感情の発散方法を知る。

長い間、我慢に我慢を重ねて、抑えきれないところにまで達して、ある日ついに感情を大爆発させて、相手に罵声を浴びせて大喧嘩になったり、周りに八つ当たりして関係のない人にまで不快な思いをさせてしまって後悔したことは、誰にでも一度はありますよね。なので、どんなにその感情があなたに我慢を強いて、苦しめていたとしても、負のエネルギーを周囲に撒き散らかすのではなく、誰にも負の影響を与えないですむ発散法を見つけることが大切です。

例えば、ひとりでカラオケに行って、思う存分シャウトするのも良いでしょうし、友達に会っておいしいものを食べながら、くだらない話をして騒ぎまくるのも良いでしょう。数泊の小旅行に出かける、気の向くままにドライブする、ジムで体を動かすなど、その方法は山ほどあります。

でも一番の解消法は、負の感情が抑えきれなくなる前に、感情的にならずに、さらっと自分の思いを相手に伝えられるようになることです。溜めて溜めて我慢して、負のモンスターと化した自分の感情を大暴れさせるのではなく、相手のしたことや言ったことが、ほんの少しでも気持ちに引っかかったなら、その時に「ごめんね、ちょっと今、気になったんだけど・・・」と、さらっと伝えられるようになれば、自分も相手も嫌な気持ちにならずにすみますし、負の感情もエゴも生まれずに人間関係がスムーズに進むようになります。

＊ シリウス講座（初級編） ＊

第七章 人の話を100%集中して聞くことで「無」になる。

瞑想の究極の目的は、自己の完全なる「無」の状態と、内なる神との合一だと言われていますが、その「無」の状態に、人の話を100%集中して聞くことによってなれるのです。

ポイントは相手が話している間、頭に自分の考えをおかないこと。相手の話に100%集中して、意識を相手に同調することで、自分が空になり「無」になります。

多くの人は、相手が話している内容を聞きながら、『次はこう言おう』と頭の中で準備をしていたり、『なに言ってんだろ。私はそうは思わないけど』なんて、否定的に聞いていたり、また『あ、あとで友達に電話しなきゃ！』などと、ぜんぜん関係のないことを考えていたり・・・と、色んな考えが頭をよぎって、相手の話を半分くらいにしか聞いてないものですが、そういった考えを一切持たずに、100%相手の話に集中するのです。

常に100%集中する必要はありませんし、たぶん、それは不可能でしょう。なので、相手が5秒間話すとしたら、その5秒間だけでも100%になってみようと、「無」のチャレンジをしてみると良いですよ。

この瞑想法は、リラックスのためというよりは、何時間も座り続ける本気の瞑想を、劇的に簡単にした方法です。「肉体を脱がなくても、簡単に”無”になれるよ♪」と、PK-PNが言っているこの瞑想法、早速、今から試してみてくださいね。

＊ シリウス講座（初級編） ＊

第八章 感情を、ただ受け入れる。

思考であれこれ考えて、感情をコントロールしようとしても、なかなかできるものではありませんよね。だったら、その感情をただ受け入れてしまうのも一つの手です。

今、あまりにも腹が立ちすぎて、吐き気さえ感じている人…。そんな怒りが収まらない自分にはほとんど嫌気がさしているかもしれません。

「だったら、もっともっと怒っちゃってもいいんだよ」

悲しみのどん底にいる人。こんなに悲しいことは人生で初めてで、泣いても泣いても涙が止まらず、泣き疲れているのに悲しすぎて眠ることも出来ない…。

「もっと泣いて、もっともっと悲しみの深みに落ちてもいいよ」

愛情をいっぱい注いで、自分の体の一部のように大切にしていた物や人を、一瞬にして奪われてしまったり、失くしてしまった…。もう辛くて苦しくて、悔しくて胸が押しつぶされそう…。

「仕方ないよ。辛くて当然だよ。誰だって胸がつぶれそうになるよ」

怒りや悲しみ、憎しみなどのしんどい感情を感じ続けるのは、とても辛いことです。だから、友達に愚痴を言ってみたり、運動で発散しようとしてみたり、いつも以上にお酒を飲んでみたり…。とにかく、ほんの少しの間でもそのしんどい感情を忘れたと思うのが人間です。でも、またふと我に返った時に、一人になった時に、その辛い時間が戻ってきます。

そして、どんどん自己嫌悪に陥ります。こんなに小さなことでいつまでも怒り続ける自分や、後悔しても仕方がないことでクヨクヨし続ける自分、泣いたって戻ってこないものに未練タラタラの自分を責めはじめます。自分を責めて、責めて、しんどくなって、またこの感情から逃げるにはどうすればいいか、あれこれ考えはじめます。

でも、あなたが本当に望んでいる変化は、そのしんどい感情を優しく受け入れてあげることからはじまります。腹が立つ自分や悔しがる自分、未練タラタラだったり、泣いてばかりいる自分…そんな自分を責めずに、「それは仕方ないよ」とまずは温かく、優しく包み込んであげてみてください。それがどんなネガティブに感じる感情でも、ジャッジしないで、ただ受け入れてください。

感情をただ受け入れることが最初の一步になります。受け入れてしまえば、あなたに必ず何かの変化が訪れます。

＊ シリウス講座（初級編） ＊

第九章 自分の中でルールを作らない。見返りを求めない。

光や愛を広めていこうと努力されている方は、この世にたくさんいらっしゃいます。「ありがとう」や「ごめんね」を言葉にするのを心掛けたり、自分の身近な人たちに手を差し伸べようと頑張ったり…。少しでも光の輪を広げようと、心がけて下さる方がいらっしゃるのには、PK-PNたち神としても本当にありがたいことです。

でも、差し出した手を無視されたり、好意をないがしろにされたり、相手から返ってくる言葉が「どうしたの？ 今日、なんか変だよ」だったりなんかして…。ちょっと恥ずかしいけど頑張って愛を伝えようとしたのに、うまくその思いが相手に届かないとガッカリしてしまうこともあります。

「普通、手を差し伸べられたら『ありがとう』くらい言うべきでしょ？」とか、「『どうしたの？ 今日、なんか変だよ』って何！？ いつもそんなだから、あんたに優しくするのイヤになるのよ！」といった風に、与えたら、受け取ったものを返すべきだし、感謝するのが当たり前という、愛と幸せの定義を自分の中に勝手に作り上げていると、思い通りの反応が返って来なかった時に、嫌な気持ちが湧いてきます。

自分の中で「愛」とはこうあるべき、「光」とはこうあるべき、そして、それを受けた人は感謝の気持ちを見せるべき…というルールが出来上がっていると、それは、もうすでに愛でも光でもなく、「ルール違反」を犯した人に対して闇を吐き出していることになるのです。

真の愛とは、見返りを一切求めず、ただ無条件であるものです。「そのままがいい」と全てを受け入れ、包み込むことです。ルールがあるのは正義です。正義を追求すれば、必ず対立と争いが起こり、相手も自分をも傷つけるのです。なので「正義＝愛」では決してありません。

この世界をワンネスにするのと、自己のルールを作るのとは全く違うものです。自己のルールの世界は、エゴの世界であることを知って下さい。

＊ シリウス講座（初級編） ＊

第十章 自分の「個性」で運を引き寄せる。

他人とは違う部分である、自分の個性を隠しては、いつまで経っても「運」に拾ってもらえません。

例えばおんなじ形の、おんなじ色をした、おんなじ大きさの飴が、大きなガラス瓶の中にたくさん入っていたなら、あなたは一番手に取りやすいところにある飴を、適当に一個選びますよね？その適当に選んだことが「運」に拾われたことになるわけです。でも、もしその飴の中で、一個だけ違う色をして、大きさや形が他のものとは異なった飴があったなら、その飴が手に取られる確率はグンと上がります。ガラス瓶に手を突っ込んで、無理をしてでも取ろうとする人も出てくるでしょう。

「運」も同じことなんです。なので個性が強ければ強いほど、あなたが強運を掴む確率は高くなります。個性を味方につけることで、自分の周りのエネルギーが強化され、不運は逆に遠のいていきます。大好きな色とりどりの服を着たり、人が振り返るほどの奇抜な色に髪を染めるのも個性ですが、あなたにしかない内面の個性を引き出すこともできます。たとえば、ノンモさんは最初、アメリカ人と同じようにNLPの仕事をしようとしていましたが、そんな人はアメリカに山ほどいるので、見向きもされませんでした。そこで、それまでコンプレックスだったゲイであることや、マイノリティである日本人であること、そして日本語なまりの英語をあえて強調してアピールしてみたら、予約が殺到するようになったそうです。

自分が劣等感を感じていることをあえて武器とすることで、運が拾ってくれるのです。なので、できるだけたくさん自分の個性を見つけて、運をどんどん引き寄せていきましょう！