

Kanai プレートアート

基礎講座



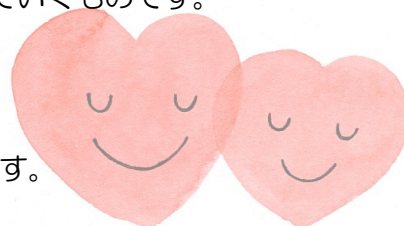
Kanai プレートアートナビゲーター

心のメンテ 奥野 さちこ

FB: さちこオーレ

Kanai プレートアートとは

Kanai プレートアートは意識改革のツールで、霊的な成長段階に合わせて優しくフォローしてくれる、手軽で楽しいお絵かきセラピーです。夢の実現やあなたが進む道を応援してくれるツールであり、無自覚な潜在意識、感情や思考を解放し、精神面へもアプローチします。これは、自分で思考や感情を誘導したり、行動や周りの状況をコントロールするというのではなく、無意識レベルで変化していくものです。



Kanai は「叶う」と「愛」を合わせ、作られた言葉です。

- 絵が苦手でも簡単なアートを見ながら描くだけなので気軽に楽しめます。
- シンプルでお子さんからお年寄りまで気軽に使うことができます。
- 日常の思考や感情の整理、心の奥に隠れている無意識へのアプローチまでを幅広くサポートしてくれます。
- 心の状態（思考・感情）や体の状態を引き起こしている無意識の固定観念（思い込み）、囚われの解除や、願望実現のための意識の統合をスムーズにしてくれます。
- 紙とペンがあればいつでもでき、自由性の高いツールです。
- 他者のチカラを借りなくても、自らのチカラで取り組むことができます。
- 困っている人のサポートも可能（同意を得た場合）です。

Kanai プレートアートの生みの親は、内山直美さん（札幌市在住）です。内山さんがセッションをされている中で、伝わらないもどかしさを天へ投げかけられたところ、閃きがありました。そして、花菜さんという天からアートを降ろし出力するプロの方の協力を得て、閃きから 15 日間で形になったという、不思議なツールです。

Kanai プレートアートは、自立した人や自立の準備が整った人の元へ届くと言われ、自立カードとも呼ばれています。また、自分自身を整えるために最適なツールであり、ご自身の他のセッションやサービスに合わせても、とても使いやすいツールです。

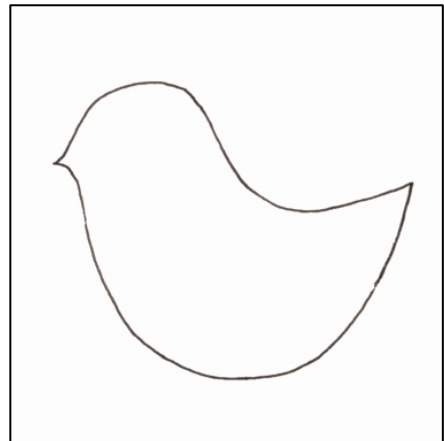
Kanai プレートアートの実践方法

その時の感情や状況、心の状態や体の状態を引き起こしている無意識の部分にアクセスしていきます。

① プレートを選ぶ

オリジナルの構図（「プレート」と言います）を直感で選びます。手放したい事、浄化したい事、叶えたい事など、テーマに合わせてプレートを選んで良いです。

プレートやカードのアートには手描き感を残してあります。自然の産物には、左右対称のものはなく、それを見て緩む感じで和んだりするからです。



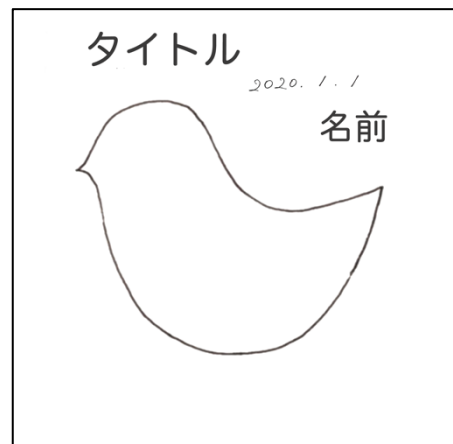
② タイトル、日付、名前を書く

上の部分にタイトル、日付、名前を書きます。

（過去はいくらでも遡れます。願望など未来の事は6ヶ月程度までがよいでしょう）

タイトルは、きれいな文章にしなくても構いません。

イライラ、もやもや、言葉にならない声など心の状態をそのまま書いても大丈夫です。



③ 線を引く

プレートの中に線を引いていくつかに区切ります。

線は、真っ直ぐでもグニャグニャでも波波、ジグザグでも良いです。縦・横・放射状のいずれの構図も、プレートに書き込む線の本数や形状に決まりはありません。



★**構図について**（テキストの最後に構図の例を記載しています）

【**浄化の構図**】浄化、ブロック解除、ループ切断、手放しなど
川が流れるように縦2本の線を引き、3分割します。向かって右側から描いてきます。

【**願望達成の構図**】達成、統合、夢を叶えるなど

線は中心から外側に向けて3~6本引き、3~6分割します。

一番上の部分が最後です。その右側から順に描いていきます。

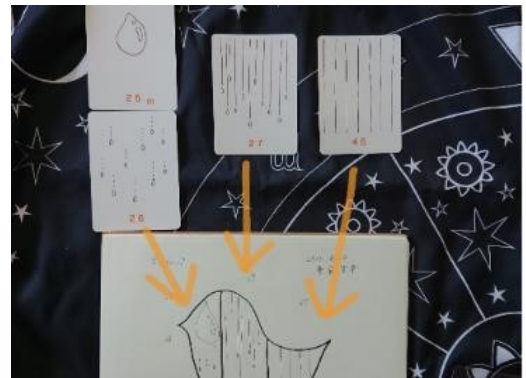
【**グラウンディング**】

横に線を引きます。下から上へ順番に描きます。

④ 自立カードを引く

シャッフルした50枚の中からカードを選びます。選んだカードはわかるようにプレートの横に置き、**元のカードの束の中へは戻しません。**

1つのプレートに対して、全てを引き終わってください。選んだカードを区切られたプレートへ順番にかき込みます。



プレートの中には**絵柄**を、**プレートの外には、数字とメッセージ**をかきます。

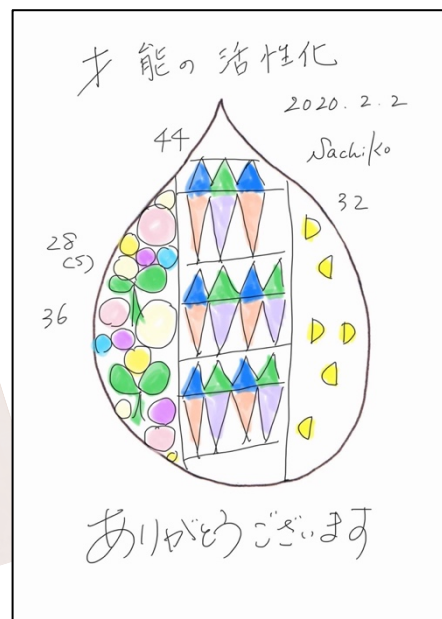
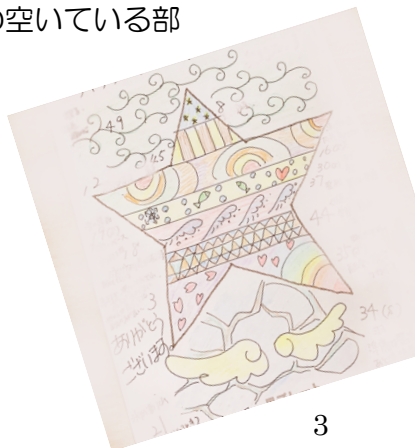
（絵柄は必ずかきますが、数字とメッセージは強制ではありません。）

絵はそっくりでなくても、個数や大きさも同じでなくて大丈夫です。

はみ出ても重なっても構いません。色は塗ってもいいですし、塗らなくてもいいです。

⑤ 最後に

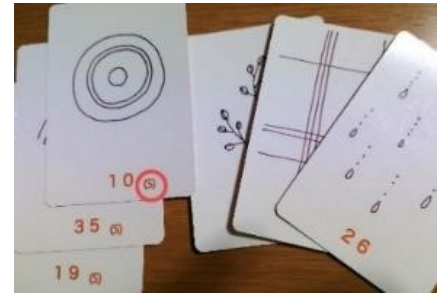
「ありがとうございます」と
プレートの外の空いている部分
に書きます。



【シンボルマークカード (S)カード】

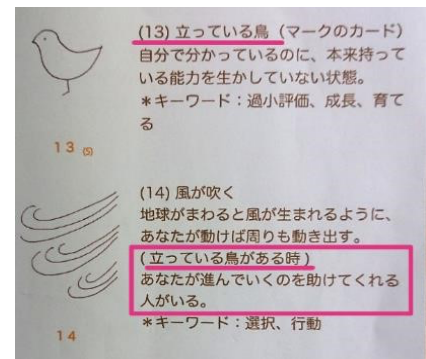
(S)カードが出たら、もう1枚引きます。(S)が出なくなるまで引きます。

(S)カードがある時)と書かれている解説があります。
(右図)



同じスペースの中でなくても、そのプレート内のどこかに指定された(S)カードがあれば赤枠の方のメッセージを採用します。

(S)カードには特別意味があるわけではなく、遊び心で作られています。



！その他注意など

- 数字とメッセージ（キーワード）はプレートの外に書いてください。
- 解説やキーワードは気になる言葉をだけを書いて構いません。書かなくても○。
- プレートの枠内には、カードに描かれたアートだけをかいてください。
- ノートや紙は無地であれば色付きでも構いません。禁止事項ではありませんが、罫線のノートはおすすめしません。（カードとは違う図柄になります。）
- 自分以外の人のかく場合、家族であっても許可なく勝手にかくのはやめて下さい。本人が望まないことの押し付けや、コントロールすることになります。
- 「世界平和」などのように、個人で責任を負えないようなタイトルは絶対に書かないでください。

このツールは、効果を引き出すために最低限の決まりはありますが、あまり細かいことを気にしすぎずに、リラックスして楽しんで使ってください。

【プレートについて】

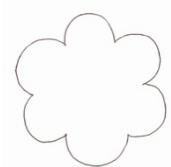
基本の5枚のプレートにはテーマがあります。参考までに説明します。これに捉われず、直感で選ぶことをおすすめします。

【個の確立と融合における願望実現】



星プレート・・・自分自身「個」を確立していく願望達成

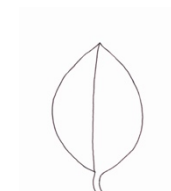
キーワード・・・真実・魂・融合・覚醒・才能・仕事・あるがまま・真実の夢・男性性



花プレート・・・パートナーシップ、自分以外の人や物と融合、確立する願望実現目に見えない存在や、エネルギーのサポートも対象になります。

キーワード・・・相棒・グループ・統合・融合・女性性

【他者との関わりの中で、自立を向上させる願望実現】



葉プレート・・・私らしさ（少し未熟段階の「わたし」がテーマ）

キーワード・・・私にできること・才能・自信・喜び・幸せ



ひよこプレート・・・他者との関わり（少し未熟段階の人間関係がテーマ）

キーワード・・・他者との関わり・家族・人間関係・トラウマ・思いや癖

【潜在意識や目に見えない存在やエネルギーなどに対して】



しずくプレート・・・私に隠された力、持って生まれた才能、潜在的に持って生まれた才能やトラウマ、目に見えないことがテーマ

キーワード・・・潜在意識・トラウマ・隠されている事・過去世・囚われ・目に見えない事

Kanai プレートアートと心の仕組み

Kanai プレートアートは、カードやカードの解説によって、何かの出来事に対しての思考や感情の意味を知り、理解することが目的ではありません。私たちの思考や感情は、理解しようと思ってもできるものではないからです。

私たちの思考、感情は、私たちの意識レベルで起きていることです。この意識には、私たちが自覚できる「顕在意識」と自覚することが難しい無意識などの「潜在意識」があります。「顕在意識」と言われる自覚のできる意識は、全体のわずか3~5%です。残りの「潜在意識」が95%以上を占めることになります。

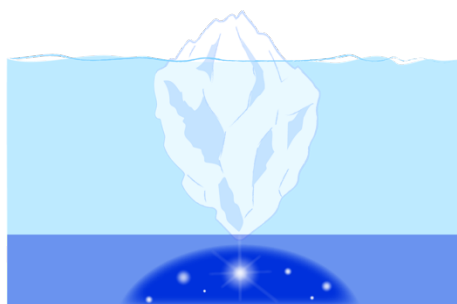
この「潜在意識」の中には、生まれてから知らないうちに決められてきた思考の回路や思い込み、それだけではなく過去世での記憶も含まれていて、理解しようとするのはとても難しいことです。ですから、理解しようとするのではなく、Kanai プレートアートで「潜在意識」に働きかけ、天に委ねることが大切になります。

顕在意識は氷山の一角

引き寄せの秘密は、実は、潜在意識です。この95%もの潜在意識に働きかけ、思い込ませることで、「潜在意識」が錯覚し、引き寄せは起こります。

どんなにこうしよう、ああしようとして顕在意識で頑張っているけど、なかなか成果が上がらないのは、顕在意識ではやれる！と思っていることでも、実は、潜在意識では「ダメだ、できない、、、」と思っていたりすることがあるからなのです。

たった5%の顕在意識を働かせるのと、95%潜在意識を働かせるのでは、どちらが大きなパワーを発揮できるでしょう？



あなたの中に眠っている潜在意識に、
上手に働いてもらいましょう！

初めのうちは、カードの意味やキーワードに納得することも多いでしょう。ですが、これはまだ「顕在意識」のレベルだからです。次々とKanaiプレートアートにお任せしていくことで、潜在意識にアプローチすることが可能になります。

ひとつずつ意味を確認していくのではなく、ただ「そうなんだ」と容認して次へ次へと進むことで、Kanai プレートアートのサポートを受けとりやすくなります。

Kanai プレートのサポートを上手く受けとるために

- 思考や感情が混乱している時は、今心に感じているもの（考え、感情、手放したいこと、など）を直感的に思いつくままに紙に書き出してみましょう。気になっていることを書き出すことで俯瞰し、思考の整理をすることができます。
- タイトルは整えたりせず、思いつくままに書いてみましょう。
- かいている時に、新たに浮上した感情や感覚があれば、次にそのタイトルでかきましょう。
- タイトルは、少しずつ、出来事そのものやこうなってほしいという結末ではなく、今の自分の思考や感情を扱っていけるようにしていきしましょう。湧いてきた思考や感情は、普段は隠れている恐れや欲求であったりします。そこにフォーカスしていくと効率よく浄化することができます。
- 自分の心をみていくことは簡単なことではありません。まずは落ち着いて、自分自身と対話することから始めましょう。
- みたくない、認めたくない闇が、自分の中にあることを知りましょう。それを知ることで、初めて浄化することが可能となります。「ある」に気づかなければ、「ない」を選択することはできません。
- どのように浄化、統合されていくのかは、無意識や潜在意識の中で起きることです。私たちには理解できる範囲のものではなく、コントロールできないことです。感情が揺さぶられたり、何か違和感を感じた時は、抵抗して無駄にエネルギーを消耗するのではなく、その感情があることをただ認め、天にお任せしましょう。



実践してみよう①

下記に記入していくかメモをとってください。

実践するときには直感で書きましょう。きれいな言葉でなくてもよいです。理性的で大人な自分でなくても、わがままな自分、嫌な自分も、少しずつそのまま出してみましょう。繰り返すことで、自分との対話が習慣化されていきます。簡単ではありませんが、エゴの自分と本質の自分が統合されていくサポートになります。

- ① 今一番気になっていること、話してみたいことを書き出しましょう。

- ② ①を読み返してみて、どう思いましたか？

- ③ ①を描いている時、読み返した時、どんな感情が当てはまりますか？

- ④ ①について、あなたはどうしましたか？または、どうしようとしていますか？

- ⑤ ④につて、それはなぜですか？

- ⑥ 本当は、どうしたかったですか？どうしたいですか？

全体を見て、気になる箇所やワードを赤で囲み、それをタイトルとして、Kanai プレートアートを何枚か描いて体感してみましょう。

実践してみよう②

使い方、書き方の例題として、参考プレートを使用します。基礎講座以外での実践などでは、直感でプレートを選ぶことをおすすめします。

1. 願望や夢、達成

1) 囚われの浄化

望みや夢をタイトルにし、浄化のアートを描く

(ひよこプレート/浄化の構図)

願望成就や達成のタイトルを書くときは、まず、そのタイトルについて囚われていることを浄化します。

輪廻転生の中で魂は、今の自分には覚えのない傷を感じることがあります。過去生からのカルマやしがらみなどの囚われをクリアにしていきましょう。

*囚われがなければ、すでに願望達成に向かっているはずです。

囚われやブロックの解除の手法には、傷と向き合い苦しむツールも多くあります。過去の記憶を辿りさらに傷をえぐり、記憶を深く刻むことはせずに、Kanai プレートアートで優しく浄化していきましょう。

2) 願望成就、達成を描く

願望や夢をタイトルにし、願望実現・達成のアートを描く

(星または花プレート/願望実現・達成の構図)

囚われから意識を解放し、望みや夢に向かいます。

3) なければ、ならねばを手放し

例：整理整頓ができていなければだめ (星プレート/手放しの構図)

こうでなければいけない、という縛られた思考を手放していきます。そうでなくても大丈夫。そうでなくても大丈夫な自分を信じていきましょう。

2. 心身について

1) 感情の浄化

湧いてきた感情をタイトルにし、アートを描く

- 対象の相手がいる場合（ひよこまたは花プレート/浄化の構図）
- 対象の相手がない場合（葉または星またはしずくプレート/浄化の構図）

2) 心身の浄化

心身の痛みや違和感などをタイトルにし、アートを描く（星プレート/浄化の構図）

3) グラウンディング

「グラウンディング」をタイトルにし、アートを描く

（星プレート/グラウンディングの構図）

【グラウンディングが必要なとき】

体がふわふわ浮いたような感覚があったり、思考が思わぬところに飛んでしまうときは、グラウンディングをおススメします。

セッションを行う前や後にも、グラウンディングは役立ちます。

3. ステージの融合

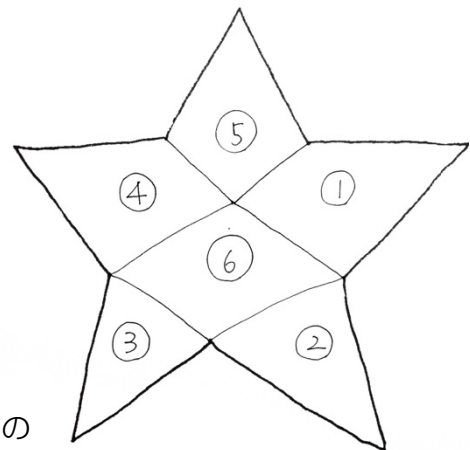
これまでに辿ってきた自身のステージを融合し、他にはない自分自身のオリジナルを創造していきます。

ステージの融合

「ステージの融合」をタイトルにし、アートを描く（融合の構図/星プレート）

自身が経験した事柄だけではなく、カルマや過去生も全てが今の自分自身を作り上げている要素です。このひとつひとつをクリア

してきたステージとし、経験した全てをこれからの創造の力として融合します。



4. 才能を引き出す

「才能を引き出す」をタイトルにし、アートを描く（願望実現の構図/葉プレート）
*葉のプレートの中央の線は、そのまま1本の線としても良いですし、無視して別に線を引いても良いです。

5. チャクラバランスの調整

「チャクラバランスの調整」をタイトルにし、アートを描く
（チャクラの構図/星プレート）

【チャクラとは】

サンスクリット語では円、円盤、車輪などを表し、人体にあるエネルギーセンターのことをいいます。チャクラではエネルギー（氣）が回転しながら出入りしています。ここでは、第0~8チャクラを描きますが、決まりはありません。

第8チャクラ・・・宇宙・高次との繋がり



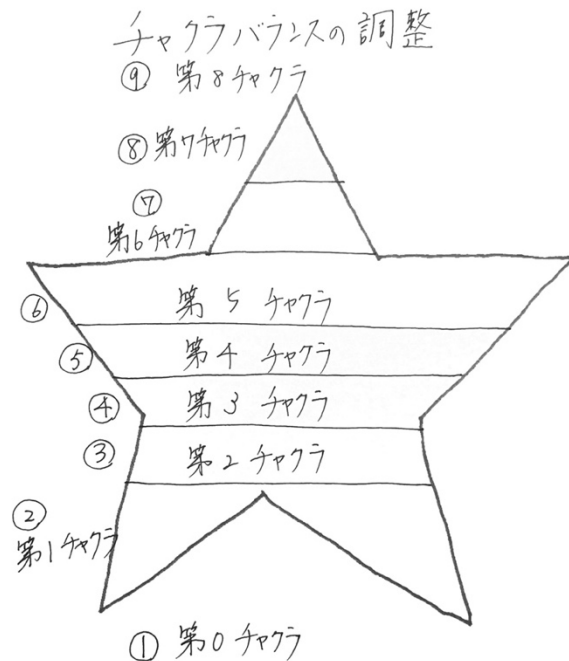
第0チャクラ・・・地球との繋がり・軸・バランス・ネガティブエネルギー防御

チャクラの構図

星プレートに6本の横線を下から描き、星プレートを7分割します。

星プレートの枠の外の下側を第0チャクラ、枠の外の上側を第8チャクラとします。

カードは、下から順番に引いていきます。



6. その他

新月、満月でのKanaiプレートアート

新月には、満月へ向かうタイミングで満たされていく時です。願望や夢を紙に書くと言われています。

満月は、新月へと欠けていき、減ったり手放したりしていく時です。

新月、満月に合わせ、内山さんからオススメタイトルが発表されます。参考にしてみてください。



Kanai プレートアートのコツ

Kanai プレートアートは感覚的なもので、解説を読んで意味を理解することが目的ではありません。このタイトルでこのカードが出た意味は？と考えると、悩みを深くすることになり、新たな苦悩を生んでしまいます。

潜在意識から出たものは、理解しようとしてもできるものではありません。

新たな思い込みを作らないために、出たカードをただ「そうなんだ」と認め、天に委ねてみましょう。認めていくことで、新たな選択肢も現れます。また、そうであったと知ること、「では、良くなるには？」という思考の転換が可能です。

心が動揺したり、体が反応するときは、自覚したくない無意識の抵抗が働いています。そんなときは、感じたまま、思ったままを Kanai プレートアートに素直にぶつけ、出てくる言葉を否定せずに認めていきましょう。

少しずつ自我に包まれた本質の光が漏れてくることで、心が開かれていきます。光に触れた自我からは、恐れや欲求が浮上してきます。それもまた Kanai プレートアートで浄化していきます。

恐れ、不安、思い込みがクリアになるほど身軽になり、望みへと意識が向くことで、願望実現（引き寄せ）も進むでしょう。

起きている出来事や人に問題や不快を感じている現実を、自分の思うままにコントロールすることは出来ません。心の平安を求めるのならば、現実を変えるのではなく、心を変えることが必要です。

無意識の領域の心に、Kanai プレートアートで優しくアプローチしていきましょう。

愛の世界へのサポート

「ワンネス」の世界は、すべてがひとつであり、愛しかない一元の世界です。

「あなたは私。私はあなた。」という境目のない世界であり、選択するものは何もありません。無です。

私たちが見ているこの世界は、自分の心（無意識）を投影した世界であり、必ず選択肢が生まれる二元の世界です。多くの人は、「あなたはあなた。私は私。」という分離の世界を見えています。

この分離の世界にいるということは、私たちは知らない間に「ワンネスではない愛を忘れた世界」を選択しているのです。分離の世界を選択したことに対して、人は無意識の罪悪感を抱えています。もう一方の違う選択肢、分離がない世界、「ワンネスの愛の世界」は失くしたのではなく、忘れていただけです。ですから、無意識の罪悪感は浄化し、「ワンネスの愛の世界」を思い出していきましょう。

心（無意識）を投影した世界では、人は自分が罪から逃れるために、起きた出来事や不快なものは「誰かのせい」であり、自分を守るために他人を攻撃していきます。自分を正当化すること、優位にすることのためにエネルギーを注ぎ、悩みや葛藤を増やしていきます。

自分が悪者に感じるようなことは見たくない、認めたくないという闇の部分があることに気づきましょう。闇に気づいて初めて、それを浄化することが可能になります。

分離の世界を選択してしまったという無意識の罪悪感、思い込みを消し、本当は、「分離はなかった、罪はないのだ、という愛の世界」を思い出していくことを Kanai プレートアートはサポートしてくれます。

Kanai プレートアートで心を整え、
愛の世界を思い出していきましょう。



Kanai プレートアートクラブ「一般会員」メンバー入会のご案内

★クラブメンバー（一般会員） 入会方法 入会は自由で、強制ではありません。

① 入会の対象者

Kanai プレートアート「ナビゲーター」もしくは「認定ナビゲーター」から、Kanai プレートアート本講座後、**受講修了証**を受け取った方が対象です。

② 入会に必要なもの

- Kanai プレートアート基礎講座の受講修了証
- Facebook のアカウント
- 入会金 5,000 円

（指定口座への振込。一般会員は、お支払いは1回。更新料などはありません。）

③ 入会方法

入会を希望する方がご自身で、KanaiJPN（カナイジャパン）代表 **内山直美さん**へ **FB メッセージ**より連絡して申し込みます。

その際、受講修了証の写真を添付し、入会希望の旨をお伝えください。

FB名と修了証のお名前が違う場合は、その旨もお伝えください。

入金確認後、内山さんから【Kanai プレートアートクラブ（一般会員）】の Facebook グループへの招待が送られてきます。

④ 退会方法

FB グループから抜けることで退会できます。ご自身で退会処理をして下さい。

⑤ 入会することで可能なこと

- 各種資料のダウンロード
- 卸販売価格にてカードの購入が可能です。（2次販売も可能・一般会員用 URL 有り）
- 「Kanai プレートアートナビゲーター」の肩書を名乗ることができます。
- 基礎講座の提供が可能です。

*注意事項

一般会員グループ内で提供しているファイルやデータの著作権は全て KanaiJPN にあります。無断でデータの複製コピーの譲渡や販売を禁止されています。

★カードセットの購入方法

KANAI SHOP [http:// kanai-shop.com](http://kanai-shop.com) より購入が可能です。

配送先を指定して、講座やワークショップの受講者さまのご自宅にショップから直接カードセットを送ってもらうことも可能です。

★子供向けのカード解説書

FB：ファンキーRika さんが 1,500 円で販売されています。

お子さん向けに大人用のキーワードの部分を省き、文字数は少なめでシンプルに書かれています。文字はひらがな、カタカナのみです。

お子様も一緒に WS などでは喜ばれるのでおすすめです。

Kanai プレートアートは、資格がなければできないというものではありません。

セルフセラピーとして個人、ご家庭、身近なところで使う場合や、ご自身で提供されているサービスのサポートツールとして体験会やセッションで使うことに会員登録は必要ありません。

Kanai プレートアートは手軽だけれども無意識にアプローチができる素敵なツールです。目には見えない力の働きを理解しようとせず、信頼し、委ねてみてください。Kanai プレートアートと仲良くなって、ご自身を癒し、セルフケアや大切な方へのサポートを楽しんでください。

ご不明点や講座開催などについてはお気軽にお問い合わせください。



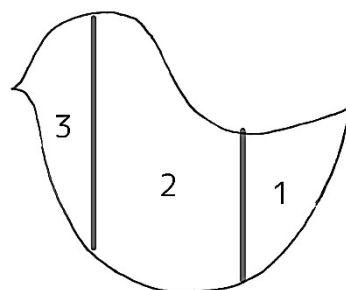
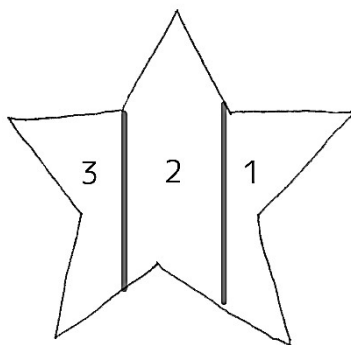
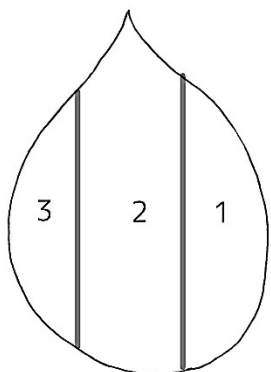
奥野 さちこ
心のメンテ
<https://cocoron.net>
fortune@cocoron.net

公式 LINE
こころあそび

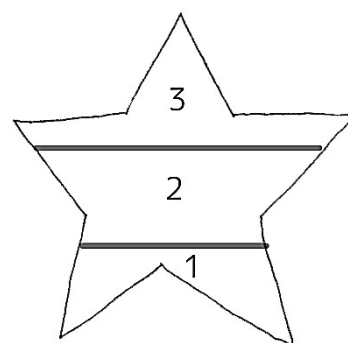
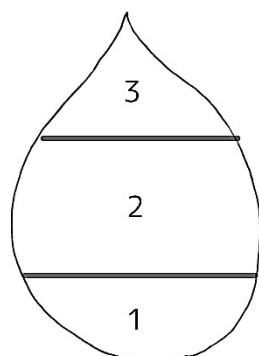
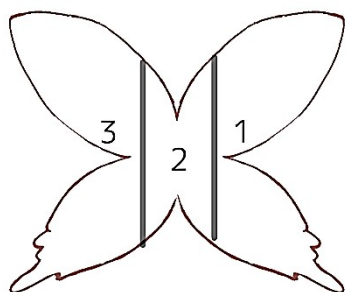
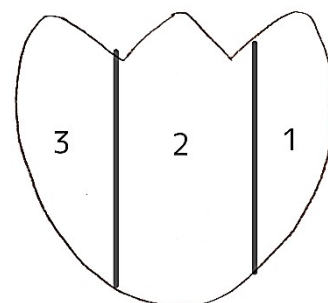
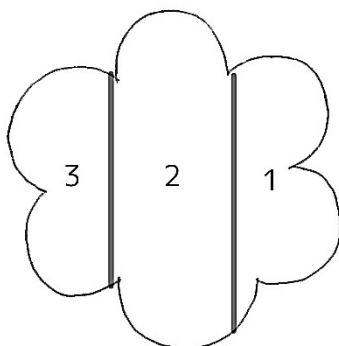
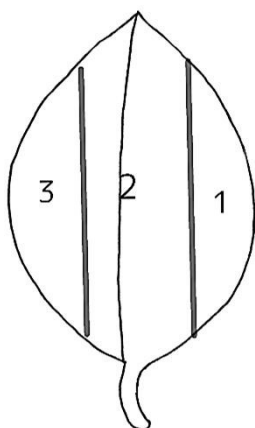


@707jband

浄化、ループ切断、ブロック解除、手放しなど

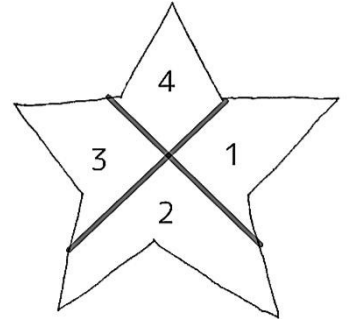
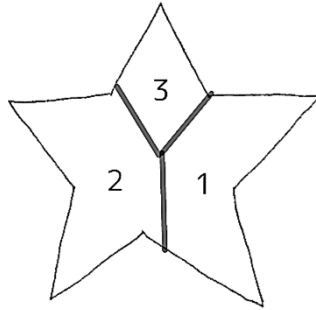
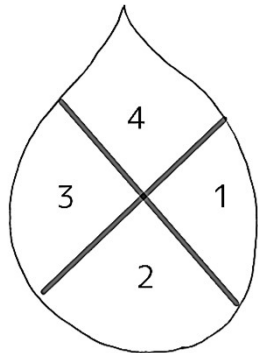
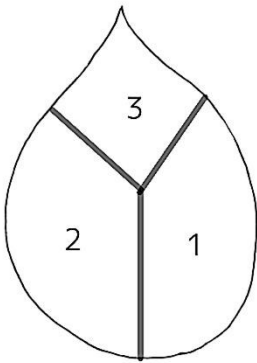


縦線は、
浄化・ブロック解除・手放しなど
ループの切断の際に使う



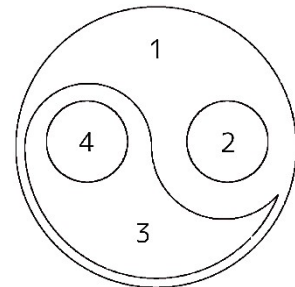
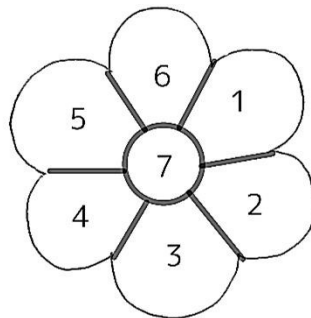
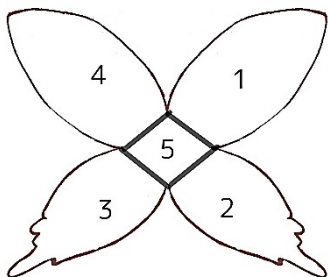
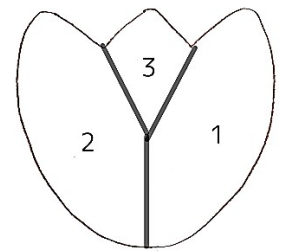
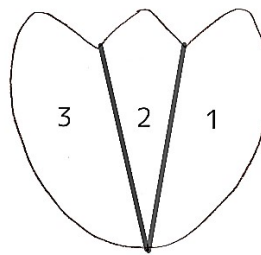
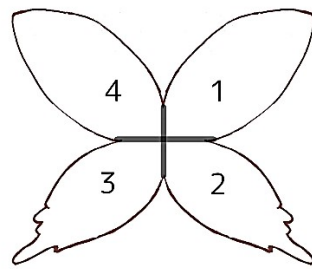
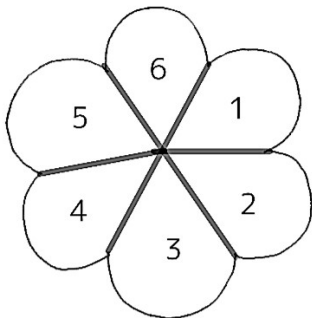
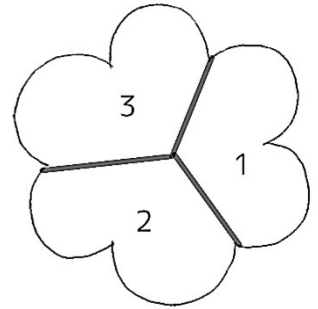
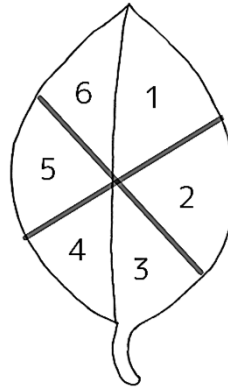
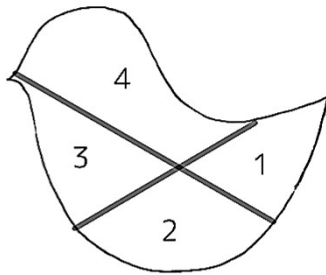
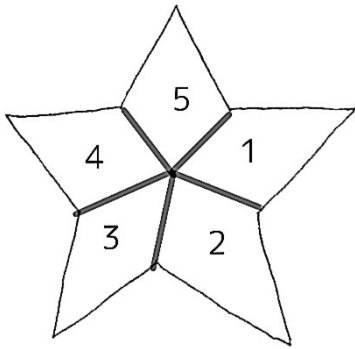
グラウディングは横線
区切ったスペースの下から1・2・3
と順に書く

願望達成、融合、統合、夢を叶えるなど



放射状の線は、
達成・融合・統合・願望達成など
の際に使う

順番は、右の区画から右回りに。
1番上(頂点)が最後。



構図の中心に区画がある時、
中心は最後。