

信仰生活補助教材

自己牧会 プログラム

「囚われの自分」からの 解放を目指して

真の父母様は、良心は「第二の神様」であると言われます。自分の心の中にある神様—良心—と対話（瞑想、祈り）することによって、自己中心的な思いに囚われていたことに気づき、本然の自分を取り戻していくことができます。

本書は、真の父母様のみ言と解説、それに基づいた実践（ワーク）を紹介しています。実際に取り組んでみて、不安や恐れがなくなった、神様が共にあることを実感した、家族の心が一つになった、ワクワク感が止まらない、などの証しも多数掲載されています。

個人で、家庭で、そして教会で、このプログラムに取り組んでみてください。そして心霊の復興を体感してみてください。

良心との対話で、
ワクワク感が
止まらない。

New
新発売



- ◎ 世界平和統一家庭連合
「自己牧会プログラム」編集委員会・編
- ◎ A5判・258頁
- ◎ 定価 1,320円（本体1,200円+税）

【目次】

第1章 心のしくみ

1. 自己主管

第2章 自己中心的な囚われからの解放

1. どうしたら一つになることができるのだろうか？
2. どうしたら神を実感できるのか？
3. 墮落性—自己中心的な囚われ—からの解放

第3章 正午定着を目指して

1. 自覚を取り戻す—意識を「今ここ」に
2. 心と体を90度の位置（正午定着）に導く良心

3. 真の愛の発光体（生霊体）となるための人生

4. 「私心をなくす」ワーク

第4章 良心との対話

1. 自分の心の中にある神様—良心—と対話する生活
2. 神様のもとの人類—家族実現は良心革命から
3. 「良心を感じ取る」ワーク

第5章 本性を引き出すための祈り

1. 「神の祝福を願う祈り」のワーク
2. 「孝情を啓発するための祈り」のワーク

第6章 人を愛する実践

1. 四大心情圏の定着点と良心
2. 「理想家庭」とは、喜びを共感することのできる家庭
3. 夫婦愛・親子愛を育む
4. 喜ばせる言葉
5. 天国をつくり出す笑顔
6. 奉仕—喜んでもらいたいという心情の表れ

第7章 創造本然の世界を目指して

1. 神と人と万物が共鳴する「本然のエデンの園」

ご注文は「光言社オンラインショップ」またはお電話で

<https://www.kogensha.jp/shop/> ☎ 03-3460-0429（平日10:00~17:30）