

# ボイジャー

DIY マインドフルネス心理学

ボイジャータロットカード創始者

James Wanless, Ph.D.

ジェームス・ワンレス

訳／ Rakuel 福本 一千香

ボイジャー DIY マインドフルネス心理学

©2016 James Wanless, Ph.D.

<http://jameswanless.com/>

ISBN:9789077153765

buro voor tarot PO BOX5666 が発行

NL4801EB ブレダ

オランダ [www.burovoortarot.nl](http://www.burovoortarot.nl)

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en / of openbaar  
gemaakt

ワードンドアミデル

van druk, fotokopie, microfilm en op welke wijze dan ook, zonder  
voorafgaande

van de uitgever を評価します。

全著作権所有。

この本のいかなる部分も、著作権所有者の事前の許可なしに、  
複製、検索システムへの保存、または電子的、機械的、写真複  
写、記録、その他の方法で送信することはできません。

# 序文

ボイジャークリエイター、ジェームス・ワンレス博士からのメッセージ

日本は非常に「マインドフルネス」な文化ですが、ほとんどの場合、彼らの古い伝統と、彼らがどのように彼らの文化的規範や期待に敬意を払い、適合することができるかを認識しています。しかし、これは21世紀であり、世界は変化しました。マインドフルネスは、ボイジャータロットDIYマインドフルネス心理学で表現されており、適応性を保ち、スピードを上げて進化する現代の生活の中で生き残り、繁栄する方法を意識しています。

したがって、ボイジャーは革命的なタロットであり、今日の世界をナビゲートするための人生のロードマップです。カードは、デッキの構成を通して、「全体的に」生きる方法を示しています。つまり、精神的に考え、感情的に感じ、身体的に行動し、精神的に平等にそして一致して意識する方法を示しています。これは私たちに時代に追いつくための力と意識を持つための大きな相乗効果と機知を与えてくれます。

ボイジャータロットは本当に私たちが誰であることを示す心理学であり、私たちが何世紀にもわたって学んだ古くて限られたアイデンティティを超えていることを意味しています。22の主要な普遍的な「人格の原型」と私たち自身の「内なる家族」と子供、女性、男性、そして長老の性別を越えたカードを通して、私たちは社会が今私たちに要求する多くの多様な役割を演じることが出来ます。

ボイジャーカードは、私たちの生活を「個人的な成長の機会」と見なすことを示し、奨励するダイナミックなマインドフルネスを提供します。デッキは、その絵のシンボルの力を通して、私たちが作成された宇宙として拡大し、発展し続けるように私たちを動機づけ、刺激します。カードを使って私たちの多くの可能性を実現し、私たち自身が「Youniverse（あなたは宇宙）」と呼ぶものになることが期待されています。

持続可能で成長するライフスタイルを維持するボイジャーは、「ポジティブな生活」のためのツールです。いわゆる「ネガティブ」カードでさえ、これらの問題のある課題に注意を払う方法だけでなく、それらをポジティブな考え方、感情移入、行動に変える方法を教えてくれます。

ボイジャータロットは、実際、古代の「占い」以上のものです。この「人生の地図」は、私たちが注意深く保つだけでなく、この真の宝の地図に従うように私たちを活性化します。そうすることで、私たちは自分たちの幸運を生み出します。「幸運の創造」プロセスとして、ボイジャーは「自己創造」心理学です。絶え間なく変化する現代の世界では、私たちは自分たちの生活を創造し、再創造し続けなければなりません。そして、私たちは適応性と進化を遂げます。これが私たちの人生の究極の使命です。

豊富な視覚的および多文化的シンボルの触媒力により、ボイジャーは「新しい思考」のための驚くべき媒体です。これらのカードを使用して私たち自身の直感を活性化することで、私たちは新しいアイデア、洞察、そしてああを受け取ります！関連性を維持し、新しい開発の「内側の端」にいるために、私たちは追いつくことができます-自分自身を更新し、再想像し、そ

して再生します。

ボイジャーは楽しく、他の人とインタラクティブに「遊ぶ」ことを目的としているため、このデッキは私たちに精神的、感情的、精神的な健康をもたらします。ボイジャーには、共有するための非常に多くの知恵があり、それはすべての人にとって「実行可能」です。ボイジャーを行うために特別なスキルを持っている必要はありません。好奇心旺盛な庶民のために、みんなで楽しんだり、カウンセリングしたり、一緒にやったりすることができます！

この多目的カードセットの本質を理解して下さった日本に感謝します。ボイジャーを学ぶあなたの開放性と勤勉さは、日本の文化がまだ成長していることの素晴らしい兆候であり、世界を新しい成功した進化的な生き方に導き続けます。

ジェームス・ワンレス

2016年カリフォルニア州ベニスビーチ