

# カエルゲート 対談リバーパス

「宇宙の波に乗る人の思考」飯島敬一 × 梅田尚宏 対談

1本の動画 → 10種類のコンテンツに展開

制作: 2026年2月 | ソース: YouTube動画 (9分) | [shinmondo.com](https://shinmondo.com)



# 成果物サマリー

全10コンテンツの一覧

#	コンテンツ	形式	ステータス
1	ブログ記事（WP下書き）	HTML + PDF	完成
2	全体図解（グラレコ）	PNG 1枚	完成
3	見出し画像	PNG 5枚	完成
4	Instagramカルーセル	PNG 10枚	完成
5	Xスレッド投稿	テキスト 5投稿	完成
6	ニュースレター	テキスト	完成
7	4コマ漫画	PNG 4枚	完成
8	スライドデッキ	PNG 10枚	完成
9	診断クイズ	HTML（インタラクティブ）	完成
10	ショート動画	MP4	制作中



# ソース動画

YouTube - カエルゲートチャンネル

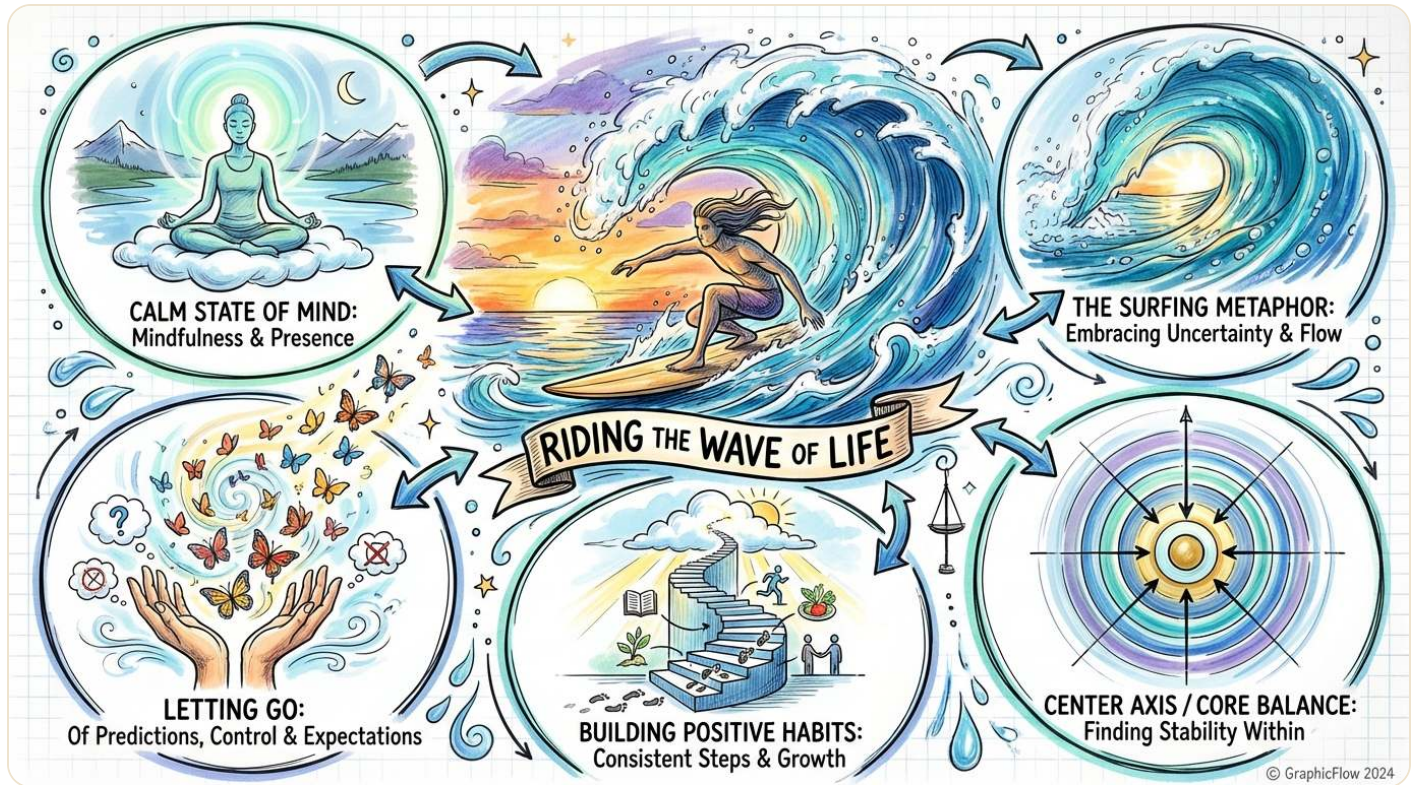
---



1

# 全体図解 (グラレコ)

対談の全体像を1枚で俯瞰



2

# 見出し画像 (5枚)

ブログ記事の各セクション用





### 投稿キャプション

#### 本文

宇宙の波に乗る人は、何が違うのか？

カエルゲートの対談にアスタリスクメソッド創始者・梅田尚宏さんをお迎えしました。

「波に乗る思考法」を10枚にまとめています。

波はコントロールできない。でも、同化はできる。

予測を手放し、中心軸を持ち、半径1mの世界を整える。

今日の3ステップ:

1. 呼吸を整える
2. 中心を感じる
3. 手放す

保存して、毎朝1枚ずつ見返してみてね。

#波に乗る #サーフィン思考 #宇宙の法則 #中心軸 #半径1m

#手放す #マルチプルセルフ #習慣化 #神門メソッド #カエルゲート

## 1/5 精神的安定

「心地いい状態をずっと作ってれば、何が起こっても対応できて余裕がある」

梅田さんとの対談で一番響いた言葉。

先に整えておくと、外の出来事への反応が変わる。

心地よさは怠けじゃなく、最強の備えなんです。

#カエルゲート #アスタリスクメソッド #ウェルビーイング

## 2/5 波との同化

「波に乗れた時は自分と同化する。本当に一体感」

「地球に乗れちゃった瞬間」

梅田さんのこの話を聞いて、思わず「地球に乗れちゃった瞬間みたいだね」と返したんです。

考えるんじゃなくて、感じている状態。

言葉を越えた共鳴って確かにある。

#波に乗る #神門メソッド #中心軸

### 3/5 予測を手放す

「予測が外れた瞬間に焦る。人間の一番弱いところ」

「設定を持たない方が柔軟に対応できる」

梅田さんの言葉にハッとしました。

予測って未来への期待じゃなく不安の裏返しかもしれない。

手放した瞬間に視野が広がる。神門メソッドでもまずは「手放す」ことを大事にしています。

### 4/5 中心軸

「中心の軸を捉えていると半径1mの感覚が発生する」

「外側の出来事に動じなくなる」

これは私も深く共感するところです。

軸がある人って佇まいでわかる。

ブレない中心が周りにも安心感を与えている。

## 5/5 習慣化 + CTA

「習慣的に行っているものが自分を作っていく」

「1回やっただけでは戻る」

一発の気づきじゃなく毎日の積み重ね。

波に乗る感覚も繰り返して自分のものになる。

神門メソッドも同じ。続けるから変わるんです。

▶ 全編はこちら <https://youtu.be/kQIt5yOWXBY>

## メールマガジン原稿

## 【神門メソッド通信】波に乗る人は「予測」を手放してた！

こんにちは、飯島敬一です。

## ■ 今日のトピック

カエルゲートの対談に、アスタリスクメソッド創始者・梅田尚宏さんをお迎えしました。テーマは「流れに乗る人の思考法」。核心は「予測を手放すと、波と同化できる」ということ。サーフィンの体験から得た、日常に活かせる知恵が詰まった対談になりました。

## ■ なぜ面白い？

私も神門メソッドを通じて「身体の声に委ねる」ということを日々伝えていますが、梅田さんの「設定を持たない方が柔軟に対応できる」という言葉は本質を突いています。

## ■ ポイント3つ

1. 心地よい状態を常に作る → 何が起きても対応できる余裕が生まれる
2. 予測・先入観を手放す → 期待外れのストレスがなくなる
3. 習慣化が全て → 1回やっただけでは戻る。中心軸を保ち続ける

## ■ ひとつ

対談の中で私が思わず「地球に乗れちゃった瞬間みたいだね」と言ったんですが、梅田さんの波との一体感のお話がそれくらい心に響いたんです。

▶ 対談動画: <https://youtu.be/kQIt5yOWXBY>

▶ 神門メソッドとは: <https://www.shinmondo.com/>

6

## 4コマ漫画

サーフィン × 予測を手放す



# 7

# スライドデッキ (10枚)

カエルゲート | shinmondo.com

<b>裏に見える人の思考法</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座	<b>問い</b> 「問いに答える人」技術が得らぬか？ 「問い」は問いの「問い」である。 「問い」は「問い」である。	<b>習熟上の進捗状況に応じた</b> 「問い」の進捗状況に応じた 「問い」の進捗状況に応じた 「問い」の進捗状況に応じた	<b>習熟上の進捗状況に応じた</b> 「問い」の進捗状況に応じた 「問い」の進捗状況に応じた 「問い」の進捗状況に応じた	<b>メタファー・サーフィンと読</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座
<b>コンセプト: 半読1m x 中心時</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座	<b>プロセス: 習熟化が自分を作る</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座	<b>実践ツール</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座	<b>名言集</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座	<b>もっと知りたい方へ</b> 読書教員・平日夜区利成子マリー 2018年11月19日 読書教員 10分講座

5問の質問に答えると「波乗りマスター」「波サーファー見習い」「波待ちビギナー」の3タイプで診断。CTA先は対談動画とshinmondo.comに設定済み。



## あなたは波に乗れてる？ セルフチェック診断

対談「宇宙の波に乗る人の思考」から  
5つの思考習慣をチェック

Q1 / 5

### QUESTION 1

心地よさ

#### 自分なりの「整え方」を持っている？

心地よい状態を意識的に作っているかチェック

- A 朝のルーティンや好きな音楽など、自分なりの「整え方」を毎日やっている
- B 疲れたときだけリセット方法を思い出してやることがある

## 記事タイトル

波に乗る人は何を見ている？ 予測を手放し、中心軸を保つ思考法 — 梅田尚宏×飯島敬一対談から学ぶ

掲載先: [bunshin-ai.com](#) (下書き)

 PDF版あり: [w1-blog-article.pdf](#) (579KB / 5ページ)

[YouTube](#) [shinmondo.com](#)