

CONTENTS

はじめに 2

第1章 自分を生きる覚悟

我慢をやめる	12
負のループを断ち切る	18
返ってきたエネルギー	24
自分を満たす ポジティブ?	27
ご先祖様とつながる	31
特性は変わらない	33
嫌悪感があるものこそ化ける	35
自分の世界が変わった日	38

丁寧生きる 42

第2章 潜在意識の力

すべて自分 50

見えないものこそ本質 53

未来の自分の準備 57

湧き出る思いを待て 61

現状維持が安心 65

自分にとって当たり前前の世界 70

自分のことがわかるのは自分だけ 75

引き寄せは常に起きている 78

体幹と自分軸のつながり 83

明確な目標はいらぬ 86

脳はコントロールできる 90

第3章 奇跡とは

天国のお箸と地獄のお箸 96

脳にお任せ 100

受け取る能力 104

反転する世界 107

自分のいる場所にちゃんと収まれば楽になる 110

死は隣り合わせ 113

第4章 自分の内側とつながる

インナーチャイルドと出会う 118

自分の身体は東京ドーム……………	122
名前で体験させる……………	125
豊かさに気づく……………	128
何かを始めるには歳を取れば取るほどいい……………	132

第5章 ラッキーになる

自分の希望は欲望のままに……………	138
日常に非日常を……………	141
すべてのものは自分のために存在する……………	144

おわりに……………	148
参考文献……………	151