

はじめに 2

## 第1章 師匠ちゃん登場！ 雇つぶちパパの人生大逆転計画

脳内妖精・師匠ちゃんの正体とは!? そして始まる『幸せプロジェクト』

喝!? 逃げ癖パパと師匠ちゃんの本当の幸せ

100%幸せ保証!? ついに明かされる『本当の幸せの3大法則』

人生大逆転のカギは息子!? 突破せよ、現状維持バリア!

コラム

37 32 27 22 12

## 第2章 息子が教えてくれた、日常を宝物に変える魔法

パパに足りないもの、それは全力で駄々をこねる勇氣？

意味もなく走ってみたら、20年分の感情が溢れ出した話

俺、幸せになっちゃいます！ 息子観察日記 〽幸せの記憶を探して〽

消すな！ 望みの灯ともしび。深夜1時の不思議な出来事

コラム

40

45

49

56

60

## 第3章 パパさんの葛藤と親子が存在する意味

パパさん絶不調！ 誰もが通る『潜在意識あるある』

〽やりたいこと〽がわからないあなたへ。無意識の制限と思考の癖

フィールスライク・スターティングオーバー 〽ブラックホールの中で光は輝く〽

デジャヴ？ いいえ、成長です！ 振り出しに戻る理由とは

64

71

77

81

## 第4章 幸せは探すのではなく気づくもの。1秒で叶う『心の法則』

見逃し厳禁！ 変化を見つけて自己肯定感を爆上げする秘訣

子どもの願いはただ1つ。「パパさんが楽しむ姿が見たいんや！」

コラム

実は子どもは大先輩！ 宇宙目線の新人類とは

宇宙の子育て…大人が子どもに教わる新時代。今の「当たり前」にさようなら

注意ばかりの親を卒業！ 宇宙が教えるこれからの子育て

息子と師匠ちゃんが教えてくれた、人生を変える『本当の幸せ3大法則』

116 112 108 102

99 92 86

おわりに

128