

# 目次

まえがき 2

## 第一章 真逆の世界

自分を知る	12
思い込み	16
手放す	20
家庭環境	24
見えない力	28
相性がわかる方程式	32

## 第二章 心を整える

物事のとらえ方

38

自分を丸ごと愛する

42

感謝ノート

46

食事

50

ヨガ、瞑想

54

## 第三章 潜在意識

潜在意識の存在を知る

60

顕在意識と潜在意識

63

潜在意識の書き換え

66

言霊、アフアメーション

69

## 第四章 引き寄せ

波動

快樂

私の引き寄せ

引き寄せられないのは

現状維持機能

76

80

84

87

91

## 第五章 魂

魂の世界

輪廻転生

ツインレイ

魂の世界を知ってからの私の近況

98

103

107

111

あ  
と  
が  
き  
参  
考  
文  
献

128 118