

# Contents

はじめに 2

## 第1章

---

### 今ここにいる自分を不思議に思ったことない？ 9

わたしはどこから来たの？ 魂ってなに？ .....	11
魂が地球人の體に転生するとき .....	17
魂が宿る體の不思議 .....	24

## 第2章

---

### 何もかもが不快！ そんなふうに感じたことない？ 29

感覚過敏／感覚処理障害 .....	31
原始反射 .....	39
HSP（HSC）と自閉症スペクトラム .....	45
インディゴチルドレン・クリスタルチルドレン・ レインボーチルドレンというジェネレーション .....	53

### 第3章

---

#### 地球と繋がり楽になる 57

大地—食	59
水—水の記憶	64
色—虹の光	68
音—振動	72
風—呼吸	75
火—暖かさ	78
木—氣と着	80
石—地球と宇宙の記憶	85

### 第4章

---

#### 宇宙と繋がり楽になる 89

月—「大丈夫。すべては過ぎゆくものだから」	91
火星—「大丈夫。すべては順調」	94
水星—「大丈夫。勇気を出して」	95
木星—「大丈夫。失敗はない。すべては経験だから」	97
金星—「大丈夫。夢は必ず叶うから」	99
土星—「大丈夫。いつでもここにいるよ」	101
太陽—「大丈夫。必要なパワーはすべてここにある」	103

## 第5章

---

### 生存から創造へ 105

生存と創造の違い	107
意図的な創造の仕方	109
生きづらさを才能にする	112
地球で生きる意味	114

おわりに 116

参考文献 118