

目次

はじめに 2

第1章 生きづらさを感じながら生きていた30年

幼いころは精神的に大人だった

10

自分を生きていかなかった時代

13

前向きに生きる心の持ちよう「あなたは絶対運がいい」

17

この世の中“気づくこと”が大事

22

自分実験。目の前のことを精いっぱいやる

26

第2章 私を変えるために現れた天使

神の子がやってきた

32

妊娠中の不思議

35

生まれてから保育所に入るまで

40

私のがん（ギフト）

44

肺炎球菌にかかり脳症、肢体不自由児に

48

第3章 人生の大転機がやってきた

リハビリ・心臓のこと ～もう一度「ママ」と呼んで～

54

最期の入院…Part 1

58

最期の入院…Part 2 「ママならできる」

62

10歳で虹の橋を渡った天使 ～5歳までを二度生きた娘～

66

ついに離婚！ 憧れの一人暮らし 〱魚、水を得る〱

70

第4章 自分のレベルを上げるには心のあり方を整える

なんのために生まれてくるのか

76

自分の学びと人の学びは違う

79

パワースポットより行くべきところ

82

因縁果の法則

86

陰陽の法則

90

第5章 自分らしく自分を生きる、ということ

死生観 　　～私は死ぬとき笑って死にたい～

心の扉の鍵を持っているのは自分自身

制限なく何でもしていいとしたら

自分らしく生きるために 　　～一歩踏み出す勇氣～

人生の主演・脚本・演出は自分自身 　　～自分主演のドラマを楽しみましょう～

110 106 102 98 94

おわりに

参考文献

118 114