

目次

はじめに 2

第1章 最悪な気分の朝から、人生初セミナー開催へ 8

- ・ 人生最悪な気分の朝を迎える 9
- ・ 瞑想の世界に目覚めた日 14
- ・ 瞑想によって起こったさらなる奇跡 19



第2章 離婚を決意してから、新しい人生が

38

- ・離婚危機の旦那がチラシを作成……………39
- ・旦那の新しい仕事……………49

第3章 豊かな人生を生きるために

56

- ・四人目の奇跡のお産……………57
- ・ネットワークビジネスに挑戦する……………64
- ・夢破れ、パートタイマーへ……………69
- ・最悪な朝が訪れる前兆……………82



第4章 ライフコーチになろうと思ったわけ

・私の幼少期

・「1たす1は、2じゃなくても55」

・こんなはずじゃなかった高校生生活

・兄への許し、谷口先生との出会い

88

第5章 心と宇宙につながる瞑想ライフ

・長い年月をかけて出会った瞑想

・気づいたら瞑想会を開くことに

・瞑想のすすめ

112

129 118 113

107 104 98 89



おわりに

175

・ 八才の宇宙瞑想誕生へ	137
・ 東京で瞑想会を開催	142
・ 瞑想で見えるもの	147
・ 満席の瞑想会	162
・ 瞑想会を続けていく中で (未来瞑想会の誕生)	165