

まえがき

「本当に夢は叶うの？ 自分を好きになれるの？ これはあなたのための本です」

はじめまして、こんにちは！

秋桜エンジェラと申します。

よろしくお願ひ致します。

この本を手にとってくださって、ありがとうございます。

とてもうれしいです。

地元茨城県守谷市で、エネルギーヒーリングカウンセラーをやっております。

私は、21歳でうつ状態になり、27歳で統合失調症になりました。

一時期は、毎日死にたいくらい、絶不調でした。

幻聴、幻覚、妄想など……。

誰かわからない存在の声が聴こえる……。

友達、仲間が離れていく……。

自分が大嫌い……。

「ああ、人生終わった……。」と思うでしょう？

普通の方ならそう思いますよね。

しかも、統合失調症になって、エネルギーヒーリングカウンセラーって、普通のコースじゃありませんよね（笑）。

だけど、私は諦めませんでした。

「必ず治る！」と信じて、病院に通院し、治療を受けています。
今でも薬を飲んでます。

気功や瞑想などを通して、心身をととのえています。
サプリメントのお世話にもなっています。

それでも、自分を大好きになれるし、夢や願いは叶います。

好きなこと、やりたいことができます。

健康な方でも、病気の方でも。

精神疾患や心の病のあなたも。

今悩んでいるあなたも。

夢や願いを叶えたいあなたも。

好きなことややりたいことをしたいあなたも。

スピリチュアルやヒーリングに興味があるあなたも。

もちろん、自分が大嫌いなあなたも。

何をしたいのかわからないあなたも。

大丈夫、あなたの夢や願いは叶います！

自分を大好きになれます！

あなたの好きなこと、やりたいことはなんですか？

幼い頃の将来の夢はなんでしたか？

どうしたら自分を大好きになれるのでしょうか？

自分自身に聞いてみましょう。

どんな夢や願いが出てきましたか？

どんなことが好きで、やりたいことはなんでしょう？

あなたなりの「自分を大好きになれる方法」が、見えてきましたか？

私は、女優になるのが夢でした。

しかし、認知機能障害と呼ばれる、記憶力の低下がありました。

台本のセリフが覚えられないかもしれない。

女優になるのは無理？

母に説得され、泣く泣く諦めました。

しかし、「好きなこと、やりたいことをやるぞー」と決めた結果、ヒーリングと出逢います。

「これだ！ 私はヒーラーになる！」と決めて、スピリチュアル関係の学びを開始。

ヒーリングのセミナー、スピリチュアルな芸術・表現方法のスクール、鑑定士の学校、スピリチュアルな南の島のリトリート、スピリチュアルなフラ合宿など。

書いているだけで楽しくなっちゃいますね（笑）。

その間に、オリジナルヒーリングの方法がいくつも降りてきました。

オリジナル瞑想も、本の執筆のアイディアも。

それを、少しずつ形にしました。

おかげさまで、自分を大好きになりました。

そして、今に至ります。

この本では、私が夢を叶えてきたコツ、自分を大好きになれるコツをご紹介します。

心身をととのえる方法、直感やインスピレーション、ひらめきやアイデアを受け取る方法など、盛りだくさんです。

気分転換の方法もありますし、落ち込んだときの対処法もお伝え致します。

スピリチュアルについても書いてあります（ヒーラーですからね。笑）。

そして、自分を大好きになれる方法もお伝え致します。

この本は、あなたのための本です。

この本に書いてあることを、ぜひ実践して、あなたの生活に取り入れてください。

大丈夫です。あなたの夢は叶います。

あなたも、私とご一緒に夢を叶えませんか？

そして、自分を好きになりませんか？

この本を読み進めると、思わず夢を叶えたくくなります（笑）。

毎日感謝をしたくなり、人生が楽しくて、幸せでいっぱいになります。

心身の状態もとのいます。

元気いっぱいになります。

保証します。大丈夫です。

ぜひ、ご一緒に夢を叶えましょう！

そして、自分を好きになりましょう！

エネルギーヒーリングカウンセラー

秋桜 エンジエラ

