

CONTENTS

はじめに 2

一章 魂に記憶された本来の自分

やっと思覚めはじめた本来の自分

「内観して生まれ変わった」体験者様の声

26 18

二章 潜在意識に秘めた貴方の可能性

どんな変化を望んでいますか？

36

貴方にとって幸せとは？

41

幸せになることをコミットしよう

49

コンプレックスは使命に変わる

53

三章 時代の変化と内観

「地の時代」から「風の時代」へ

58

“自分を知る” 第一歩を踏み出そう

64

無意識の思い込みを見つけて手放そう

68

無意識の思い込みを見つけて手放そう

実践編

71

四章 内観と歩む新しい世界

継続するためのコツ

変化の鍵は行動

“ありのまま”を認める愛の世界へようこそ

誰かという苦痛とさよなら

感情からのお知らせを見逃さない

“ネガティブ思考にはならない”という方におすすめの

未来をますます面白くする内観方法

内観上級者への道

チャレンジと変化の具体例〜人間関係・お金編〜

五章 次世代の子どもたちへ繋ぐ想い

魂の望む世界へと進む許可

文化のように世代を超えて伝わる「内観」

これから生きていく貴方へ

153 145 142

おわりに
156