

第1章 本来の自分に気づくと覚醒する

1. 講師・師匠との出会い 12
2. あなたの守り神と守護天使 15
3. 前世があるから今がある 20
4. シャーマンリーディング 24

第2章 内面の美しさに気づき喜びを感じる

1. 身体は小さな宇宙 30
2. 七つの光 34
3. 私のオーラ 40
4. シンクロしている念強い!? 44

Contents

第3章 脳への五感の刺激と直観力

1. 直感力ってどういうけれど？	50
2. 五感を鍛える	53
3. 脳は悪くない？	57
4. 脳と思考のくせ	61

第4章 愛と感謝のエネルギーで波動アップ

1. エネルギーとは？ 波動って何？	66
2. インナーチャイルドって赤ちゃん!?	70
3. 無理やり笑って、幸せに！	75
4. 不快な夢にうなされたとき	79

第5章 なりたい自分へ向かう道を見つける

1. 何を引き寄せたいの？	86
2. 楽しいペンジュラム	91
3. 瞑想のすすめ	94
4. 人生パズルが完成したら？	100

第6章 自然の癒やし療法と浄化

1. レイキ伝授で痛みから解放	106
2. 愛用アロマは大活躍	111
3. 私好みのハーブな生活	115
4. 愛しのパワーストーン	118
5. 好みの音で奏でる癒やし	122

Contents

第7章 みんな護られている？

1. 謎の金粉や銀粉の出現	128
2. 我が家のいきなり富士登山ツアー	132
3. ホステイングエンジェル	140

第8章 守護天使は気づいてほしい？

1. エンジエルのサイン	148
2. エンジェルメッセージ	153
3. エンジェルナンバー	157

あとがき	162
参考文献	165