

# 目次

まえがき

2

## 1章 すべてはあなた次第ということ

あなたの放つエネルギーで世界は作られる

10

あなたがどう意味づけするかで世界は完成する

15

どんな世界を生きたいのか自分に問う

19

未来は今の選択で変わる

25

## 2章 責任感が強い人と不安感が強い人は同じ。バランスの取り方

責任感が強い人と不安感が強い人の共通点

32

### 3章 エネルギーを知り、良い現実創造をする

- マイナス思考は栄養バランスを整えるとプラス思考に変えられる…… 38
- アドラー心理学を活用すればメンタルは強くなる…… 43
- 今すぐできるメンタルを強くするワーク…… 48

### 4章 心と体の健康とスピリチュアル

- 頑張っているのに報われない人が報われる方法…… 54
- 土地を変えれば、問題が解決することもある…… 60
- 名前のエネルギーを視ると夫婦別姓が良い場合もある…… 65
- 言葉のエネルギー…… 69
- 霊視で視る栄養不足について…… 76

## 5章 すべては愛であること

タンパク質はこの世を生きるための体を作るもの	82
霊障に困っている人は貧血気味	87
スピリチュアルを活かしたいのなら良質なタンパク質をとるといい	92

愛とは？ 怒りとは？	100
子どものいる専業主婦へパワーを与える言葉かけ	105
愛と子育て	111
愛の波動の受け取り方	116
すべては愛であり、愛に変換できる	122
あとがき	128