



## 第1章 癒やしへの架け橋

1	癒やしの道とは	12
2	現実にかかる困った出来事のわけ	15
3	トラウマというもの	19
4	非言語コミュニケーション	23
5	ネガティブな感情を感じる	27
6	自分を満たすこと	31
7	意識と無意識の世界	35
8	現実が変わるとのこと	38
9	スピリチュアルと現実	42
10	今あること、これから続くこと	45

# contents



## 第2章 つつころとからだ

1	H-I-T キャラクトロジー®心理学	60
2	脳の仕組みとところと身体の関係	63
3	脳の記憶と身体 of 記憶	65
4	感情と思考と体感覚	68
5	メデイカルヒーリング	71
6	私の学びの仲間たち	74
7	学ぶということ	76
II	光と闇	48
12	自分が変われば周りが変わる	51
13	統合と分離	54



### 第3章 病と向き合うということ

1	病気というもの	82
2	病気と日本の医療	84
3	訪問看護という仕事	87
4	たくさんの病気を持つ人との出会い	90
5	人を看取ること	93
6	魂の世界であるのかな	96



# contents



## 第4章 私と家族

1	私と家族との関係性	102
2	母という存在	104
3	子どもが教えてくれること	107
4	私がやってきた失敗	110
5	お金というもの	114
6	信じるということ	117



## 第5章 ほんとうの私

1	みんなに知ってほしいこと	124
2	子どもたちに伝えていきたいこと	126
3	「人のケアをすること」を仕事にすること	129

4	これからのところと身体の癒やし	132
5	自分が変わるということ	135
6	ほんとうの自分と私の夢	137

あとがき	141
出典資料	143

