

# CONTENTS

まえがき 2

一緒に開運しましょう！  
夢を実現する強さとは？ 4 2

## 第1章 人生の使命こそ開運のカギ

ある日、突然急転直下のどん底へ（自己紹介に変えて） 12  
ヴィクトール・E・フランクルが教えてくれた「人生の意味」 17  
トランスパーソナルな体験 22  
ワーク（コーチングチャートをやってみよう） 34  
人間の4つの命 46

## 第2章 開運心理学1

開運の基礎は自分を受け入れること

心理的フィルターを変えて開運

自己肯定感を高めるワーク

2章の最後に

50 56 73 77

## 第3章 開運心理学2（ポジティブ心理学）

ポジティブ心理学とは

ポジティブなネガティブ心理学

ポジティブ感情

目標を持てば開運

82 84 95 102

## 第4章 潜在意識を利用して開運

潜在意識

引き寄せの法則

自己暗示

共通点

128 122 112 104

## 第5章 開運術 吉方取り

古来の開運術

吉方取り（祐気取り）

コーチングチャート

146 131 130

# 開運マインドセット (本書のまとめ)

開運マインドセットの前に

使命・目標そして行動

感謝の心を持つ

幸せの5つの柱 PERMA

魂のレベルアップを考える

152 157 162 164 168

あとがき

170