

# 目次

はじめに

2

## 第1章 「本当の夢」を見つける鍵

あなたが「叶えたい夢」は？

\_\_\_\_\_

12

夢を叶えなくさせているもの

\_\_\_\_\_

16

「夢実現エネルギー」のルーツを探る

\_\_\_\_\_

21

自分の「ワクワク」の詰まった「小さなゴール」を設定してみる

\_\_\_\_\_

25

## 第2章 憧れと葛藤

厳格な父と家庭環境（幼少期）

憧れから始まった「英語」への道（中学受験）

第1志望の大きな壁（大学受験、就職活動）

願いが叶わない悔しさをバネに（就職）

憧れを追いかけ続ける（就職）

## 第3章 「本番に弱く、目立つのが苦手な少女」がセミナー講師になるまで

「会社の看板」を外す（退職後）

崩れていく自信（退職後）

「アクティブ・ブレイン・セミナー」と出会うまで（アクティブ講師〜現在）

苦手だった暗記がたった1日で「できる！」に変わったあの日から（アクティブ講師〜現在）

32

35

40

44

50

54

58

62

66

「できない」という思い込みの蓋を外す（アクティブ講師〜現在）

71

## 第4章 「ドリカム脳」を育てる

「ドリカム脳」とは？

78

「ドリカム脳」の土台となるもの

82

ドリカム脳が起こす「引き寄せ」

90

アクティブ・ブレインが私に教えてくれたもの

93

「have to」から「want to」へ

96

「夢」は自分の魂が導くマイルストーン

99

## 第5章 思いが創る未来〜「本当の夢」

What makes you really happy (あなたに本当の幸せをくれるもの)

「これからの時代」を生きるわたしたちに

夢の分かれ合いが つなぐ縁

「ワクワク」しながらする仕事⇨志事

117 113 110 106

あとがき

123