

要素を取り上げる

まだまだ自分の魅力に気づいていないあなた、しっかりと自分自身を見つめてみましょう。
まず黒ペンで書いてみて、その後、赤ペンであなたの中の人に聞いて横に書いてみましょう！

◎ 私の楽しいことは何？

◎ その時どんな私になっているの？

◎ その時の最高の私はどんな魅力に満ちている？

その魅力を存分に感じてみましょう。

● 何が私を魅力的にさせているの？

自分ではもうすっかり当たり前のこと、つまらないことなのかもしれませんが、
人々からすると、とてつもなく魅力のあることもあるのです。

◎ 最高の時の私はどんな人？

◎ どんなパワーを持っているの？

15日目 過去の出来事から私を探る スペシャル2

あなたが大きく変化した価値のある出来事の要素

出来事1	その時の行動・気持ち
出来事2	その時の行動・気持ち
出来事3	その時の行動・気持ち

受け取り上手になるワーク その2

- ◆ 開放されたあなたが、黒ペンで書いてみます。
書きながら声に出して読んでみて、録音してみましょう。

さあ、今したいことは何？

これからしたいことは何？

欲しいものは何？

本当に欲しいものは何？

あなたの最高って何？

あなたの幸せって何？

- ◆ 意識をさらにさらにぐーんと広げて、もう一度、思いつくことを横に書いていきましょう。
答えていくあなたは、いつものあなたを超えた存在です。
ペンの色を変えて、書き込んでいきましょう。
書きながら声に出して読んでみて、録音してみましょう。

さあ、受け取る準備ができました！

あなたのキャパが大きく広がったのです。

自由であることを感じます。

大きく開いた目で、あなたの毎日、そして人生を過ごしていきましょう。

自分を見守る世界 その1

あなたの過去の出来事を、



で、話してみましよう。

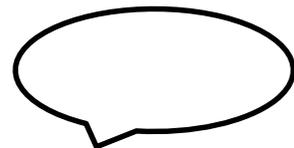
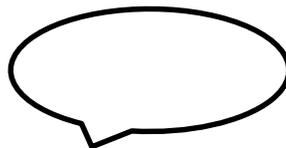
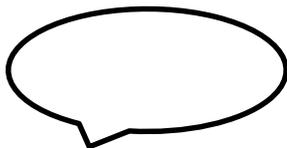
【ちょっとネガティブな出来事を書いてみましょう】

自分を見守る世界 その2

あなたの過去の出来事を、明るいイメージで話してみます。

ワーイ、楽しい、やる気、前進、パラダイス、上機嫌、絶好調など、

好きな言葉を入れてみましょう。

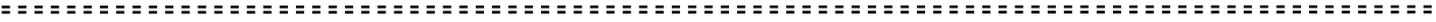


【明るい過去の出来事】

18日目 本来の自分に近づくために スペシャル5

ある日の私の一日（次のページも使ってください）

行動	気持ち

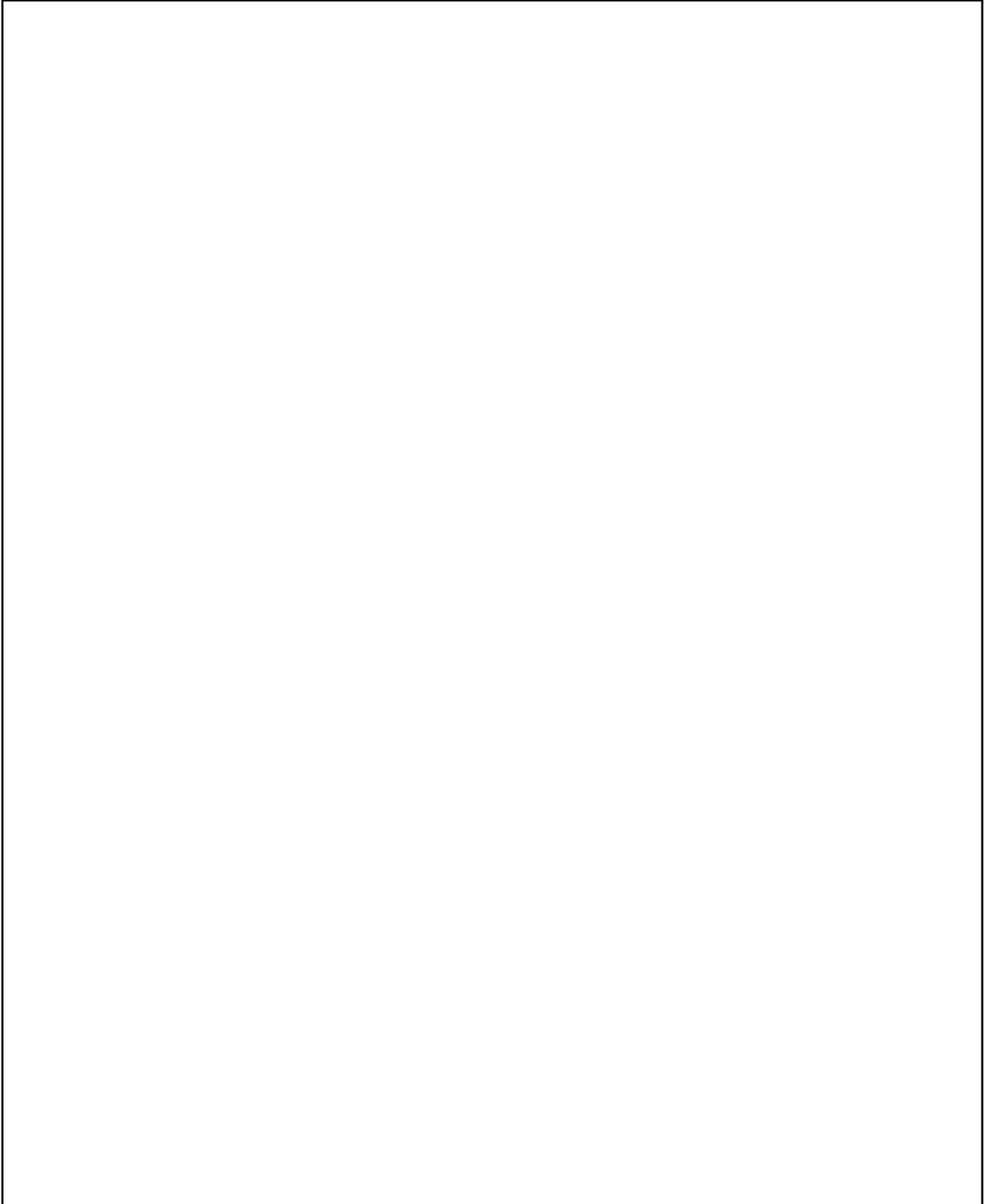


行動	気持ち

=====

本来のあなたからのメッセージ

あなた的一天について、本来のあなたからのメッセージ。(赤ペン)



宇宙からのメッセージ

最高のあなたの出来事は、
「おもしろい」「楽しい」ことで、できあがっていくはずです。
楽しみながら人生を謳歌していくなんで最高ですね。
今が最高と思う時、あなたの中から宇宙へ贈り物が届けられるのです。
平和な気持ちが宇宙へ届くのです。
あなたが楽しく平和であること、幸せを感じることに、信じることに、全て宇宙のためになるのです。
そのために、さらに思いを大きくしていく必要があるのです。
なので、ここで満足して立ち止まってはいけません。
さらに高いところを目指していくのです。
宇宙に聞いてみましょう。

「私のさらに高いところとは、どういうことなのでしょう？」
「まだまだ不十分な私ですが、何ができるのでしょうか？」

答えを待ってみましょう。
あなたの「次の目標」です。

《宇宙の答え》

=====

次の目標を伝える

次の目標を掲げたあなたは、みんなに思いを伝えることができます。

「人々に今の私の目標を伝える」ために、考えてみましょう。

そのための取り組みは？何ができるのか

どうやってやっていくのか

その結果、何を達成することができるのか

周りの反応はどうか(イメージ)

社会にどのように影響を及ぼすことができるか

自分の満足度は

周りの満足度は

=====
かけがえのない今をどんな気持ちで過ごすのか

大切なものを強固にするには、さらに何が必要か

どうすればいいのか

幸い人々に受け入れられたとき、
あなたは周りの皆さんに対してどんな気持ちになっているのか

さらにできることは何か

喜びを感じる一瞬とはどんな瞬間か

魂の声を伝えることができるか

これからのあなた

楽しいひときは、夢のように過ぎていく～。
そして、また、楽しいひときがやってくる～。
この繰り返し～。

素敵な瞬間は、どんどん目の前にやってくるのです。

次の瞬間、何がやってくるのかわかりません。
でも、あなたは楽しむ力を持っていますので、
それをしっかり受け止め、余裕で楽しんでいけます、いつも、いつも。
それがあなたです！
もう、信じることのできるあなたです。

さて、これからあなたはあなたをどんなふう楽しんでいきますか？
書いてみましょう。

そのまま、この道を歩いていってください。
心豊かに！意気揚々と！足取り軽く！

さあ、出発です！新しい世界へ！