

QOLセルフケア イメージワークの絶対効果

= ヒプノセラピーの秘訣からひも解く =

阿知和理子

Contents

- | | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| はじめに | ▼4 ビジョンを持ち続ける |
| ヒプノセラピーのエッセンス | ▼5 イメージがつながる |
| Image Work 1 潜在意識を意識する | Image Work 5 QOLセルフケアによるイメージ・コントロール |
| ▼1 気づき | ▼1 QOLセルフケアの有効性 |
| ▼2 多くをたずさえた存在 | ▼2 セルフ・イメージの重要性 |
| ▼3 自分の世界 | ▼3 好ましい人間関係の構築 |
| ▼4 潜在意識と人生の関係性 | ▼4 絶対的存在をコアに |
| Image Work 2 心の真相 | Image Work 6 オリジナルライフの創造 |
| ▼1 心の扱い方 | ▼1 望ましい世界 |
| ▼2 秘められた領域 | ▼2 マイ・ライフスタイル |
| ▼3 自分を包括する | ▼3 お気に召すまま |
| ▼4 自分を超越る存在に触れる | ▼4 自分だけの世界 |
| ▼5 心は永遠の世界 | Image Work 7 過去も未来も掌握する妙 |
| Image Work 3 人生の青写真 | ▼1 現在こそすべて |
| ▼1 思考の意味 | ▼2 過去を軽くする |
| ▼2 思考に同調する世界 | ▼3 望ましい未来 |
| ▼3 夢や希望 | ▼4 今を基準に過去と未来とつながる |
| ▼4 方向性を抱く | Image Work 8 今をいかに生きるか |
| ▼5 主体的に想像する | ▼1 今しか生きられない事実 |
| Image Work 4 イメージワークの絶対効果 | ▼2 かるやかに生きて |
| ▼1 イメージの持つ意味 | ▼3 絶対に自分を信じて |
| ▼2 楽天的思考のベース | おわりに |
| ▼3 イマジネーションの効力 | (参考)ヒプノセラピーのイメージワーク手法の例 |

ブックレット『QOLセルフケア イメージワークの絶対効果 =ヒプノセラピーの秘訣からひも解く=』(A4版 54p) 頒布ご希望の方へ

ブックレットの頒布をご希望される場合は、当ウェブ「お問い合わせ」ページにて、ご連絡のほどお願いいたします。必要事項をご記入の上、お問い合わせ欄に、以下の内容をご記入ください(または、ファクシミリでお申込みいただいてもかまいません)。

○『QOLセルフケア イメージワークの絶対効果』送付希望 ○希望冊数

○ご送付先 郵便番号・ご住所・ご氏名

ご連絡いただきましたら、頒布代金 1,200 円(×冊数)を下記口座あてにお振込みいただきますようお願いいたします。

振込先 三菱UFJ銀行 名古屋営業部 普通 0392776
いっほんしゃだんほうじん
一般社団法人ユニバーサル・インテリジェンス

ご入金の確認後、ブックレットをご送付先にお送りさせていただきます。

一般社団法人ユニバーサル・インテリジェンス TEL052-265-6567 FAX052-265-6568
〒460-0002 名古屋市中区丸の内 3-20-5 オアシス日向 7F705 号