

「開運・自己啓発・能力開発・願望達成！」道場 カリキュラム

イメージ・トレーニングによるマインド（心）のコントロールは、超能力的なパワーを発揮し、美容・性格改善・集中力・自信と信念・想像力・決断力・対人能力・協調性・意志などの強化に役立ちます。

心が美しく明るく楽しい内面であるためには現実には毎日が楽しくあらねばなりません。

毎日が楽しい気持ちで過ごせるよう、心から美しい自分を発見できるよう、ごく簡単なリラックス法から学び、有害なストレスを排除し精神的なやすらぎを得る方法を身につけます。

この道場は、「幸せ多く、喜びに満ちあふれた心のコントロール法」を学ぶ場なのです。



あなたを磨く9のカリキュラム

1. ストレスに強くなるための トレーニングコース

- ① ストレスは必要な場合がある
- ② ストレス度チェック 30 問
- ③ 不安と不満の解決法
- ④ セルフコントロールの実践
- ⑤ リラックステクニック
- ⑥ ストレスがほぐれると美しくなる
- ⑦ ストレス発散のコツと方法
- ⑧ あなたに合ったストレス解消法
- ⑨ ストレスを克服
- ⑩ ストレスをものともしない幸せライフ

2. 恋愛と結婚のための トレーニングコース

- ① 良い恋愛・悪い恋愛
- ② 良い結婚・悪い結婚
- ③ 無知は悲劇の原因
- ④ 性生活を大切に
- ⑤ 相性チェック 10 項目
- ⑥ 自分の魅力に自信を持つ
- ⑦ 理想と現実の差を理解
- ⑧ あなたの恋愛は成功か
- ⑨ あなたの結婚は成功か
- ⑩ あなたの今後の課題

3. 美しくスリムになるための トレーニングコース

- ① 感情を穏やかにする自立訓練イメージ法
- ② 自律神経のバランスを良くする音楽療法
- ③ 精神安定で血行回復
- ④ 恋をしてホルモンバランス回復
- ⑤ 規則正しくおいしい食事
- ⑥ 情熱で無駄な脂肪をどんどん排出
- ⑦ イメージスクリーンで美しく変身する
- ⑧ 異性の目で自信回復
- ⑨ 心のバランス、適度な運動
- ⑩ 自分の美しさを確認する

4. 安眠美容のための トレーニングコース

- ① 眠りのサイエンス
- ② 美人は夜作られる
- ③ 眠る前のセルフコントロール
- ④ 眠りながらの性格改善
- ⑤ 夢は未来予知か
- ⑥ 夢占い（夢占い早見表付）
- ⑦ 睡眠と夢のコントロール
- ⑧ 目覚めた時のイメージコントロール
- ⑨ 夢日記（夢日記記入例）

5. 性格改善のための トレーニングコース

- ① 自分の性格の良い面・悪い面
- ② 性格の良し悪しは紙一重
- ③ 嫌な性格とはどういう性格か
- ④ 嫉妬心には問題が多い
- ⑤ 否定的な思考と言葉を切り捨てる
- ⑥ 人の悪口・噂話には乗らない・乗らせない
- ⑦ にせもの友人がお互いの性格を歪める
- ⑧ 目標に対しては素直になる
- ⑨ 願いが叶えば明るくなる
- ⑩ 性格改善で仕事・対人・愛情全てハッピー

6. 対人関係が良くなるための トレーニングコース

- ① 友人と親友の違い
- ② 付き合いは一人ずつパターンを変える
- ③ 相手の性格を知る方法
- ④ 相性は悪くても相手に合わせるコツ
- ⑤ あれこれ多くを求めない
- ⑥ 交際は相互理解が基本
- ⑦ 好きと嫌いは紙一重
- ⑧ 聞き上手こそ人に好かれる
- ⑨ あいさつ・電話・メールで実践
- ⑩ 正しいマナーでパーフェクト

7. ツキを呼び運勢を良くする ためのトレーニングコース

- ① あなたの一年間の運勢
- ② 占星術からみたあなたの運勢
- ③ 手相からみたあなたの運勢
- ④ 対人相性からみたあなたの運勢
- ⑤ 姓名判断からみたあなたの運勢
- ⑥ 気学からみたあなたの性格
- ⑦ 気学からみたあなたの愛情運
- ⑧ 気学からみたあなたの健康運
- ⑨ 気学からみたあなたの社会運
- ⑩ 気学からみたあなたの将来運

8. 潜在能力を引き出すための トレーニングコース

- ① 自己評価より自己分析からスタート
- ② 人間関係こそ能力開発の第一歩
- ③ “脳力”を使って能力開発
- ④ 自己実現スケジュール計画表
- ⑤ 意志と行動力を強くする方法
- ⑥ 気分転換で創造力開発
- ⑦ 集中力を強化し右左脳のバランスを整える
- ⑧ 日記が絶対欠かせない理由
- ⑨ 一つの自信が多くの自信を生む
- ⑩ あなたの眠っていた能力が目覚める

9. 必ず幸せになる プライベート ・トレーニングコース

◆個人的な悩み・目標について
お問い合わせください。

例

歌手になりたい
小説家になりたい
自分の才能を磨きたい etc.