

繊細すぎるエンパスさんだからわかった幸せの法則

“繊細すぎる”を才能に変えて幸せになる方法

にじのなおり・著



★5000人以上の人生を変えた独自エンパスメソッド★

繊細すぎてつらい、苦しい、生きづらい……？

「HSP」などの心理学的な視点では、繊細さとうまく付き合うことでなんとか生きづらさを解消していく方法が述べられがちですが、本書はそうではありません！

共感力が高いがゆえに繊細すぎる「エンパス」に着目をし、その繊細さを武器に変える方法が述べられています。

「繊細力」を輝かせる5つのステップ

- 【ステップ1】ベース・エネルギーを整える
- 【ステップ2】エネルギーのカタチを知る
- 【ステップ3】現実を動かす美意識を覚醒させる
- 【ステップ4】感情ではなくエネルギーを読む
- 【ステップ5】エネルギーを統合させる

を通して繊細力を開花させ、幸せになるための1冊です。

《主要目次》

- 第1章 「豊かさ」へ導いてくれる
エンパシー・メソッド
- 第2章 美意識を覚醒させて
「確信力」を高める
- 第3章 「繊細力」を輝かせる
5つのステップ
- 第4章 人生は「繊細力」で
こんなにうまくいく
- 第5章 「繊細力」に宿るチカラを感じよう

《書誌情報》

本体価格-----1650 円
 ISBN-----978-4-86680-281-7
 ページ数-----188 頁
 判型-----四六判並製

《著者プロフィール》

エンパス研究家

大阪府出身。高校卒業後に渡米し米国州立ニュー・メキシコ大学経営学部を卒業。グローバル企業のトレーニング部門にて、アジア・パシフィックエリアのプロジェクト・リーダーとして国内外で幅広く活躍。東日本大震災後は九州に移住。国際交流財団理事や英会話教室運営と並行して、国際イベントの企画・通訳の実績多数。ビジネスにおいてキャリアを積む傍ら、自身が強度エンパス／HSPによって長年さまざまな悩みを抱えていたため、どうすれば生きやすくなれるかを探求してきた。臨死体験者のアニータ・ムアジャーニ氏らの最先端のエンパス研究の知見を取り入れ、独自のエネルギー理論を確立。現在は、エンパス研究家として「エンパシー・メソッド」を主軸とした講座やコーチングを提供。感じる力が強い方の新しい成功法則を提唱し、これまで約5000人以上の生きづらさの解消に貢献している。

初版 6000 部