



質問が答えを創ります。

リラックスして質問に答えてみてください。

あなたは既に持っています。

そのエピソードを思い出すだけ。

それは自分の中ではあまりにも当たり前すぎて、透明になっている。

自分の一部になりすぎているから。

だからこそ、他者を通してそれを思い出していきましょう。

外側から教え込まれたものじゃなく、自分の内にあるものを丁寧に拾い集めて。

気づきをmemoしてみましょう。

- 1.小さい頃、どんな大人になりたいと思っていましたか？
- 2.夢中になって没頭していた遊びは何ですか？
- 3.なぜその遊びが好きでしたか？
- 4.両親に言われて嬉しかったことは何ですか？
- 5.幼い頃お父さんはどんな存在でしたか？
- 6.両親に言われて悲しかったこと、寂しかったことは？
- 7.幼少期、なぜか印象に残っているエピソードは？
- 8.両親に言いたかったけど、言えなくて蓋をしてしまった気持ちは？
- 9.幼い頃お母さんはどんな存在でしたか？
- 10.両親に本当は伝えたかったのに伝えられなかったことは？

