

## ★夢プレートドリル①

夢を100個書いてみよう！

1		34		67	
2		35		68	
3		36		69	
4		37		70	
5		38		71	
6		39		72	
7		40		73	
8		41		74	
9		42		75	
10		43		76	
11		44		77	
12		45		78	
13		46		79	
14		47		80	
15		48		81	
16		49		82	
17		50		83	
18		51		84	
19		52		85	
20		53		86	
21		54		87	
22		55		88	
23		56		89	
24		57		90	
25		58		91	
26		59		92	
27		60		93	
28		61		94	
29		62		95	
30		63		96	
31		64		97	
32		65		98	
33		66		99	
100					

一つ一つ親しみを持って本当になつた自分をイメージしながら書きましょう。やりたいこと、欲しいモノ、なりたいモノなんでもOKです。

100個ひねり出すと普段使っていない脳の回路に血が通い始めます。夢は文字にした瞬間から、自分に吸い寄せられてきます。

たまにこの夢100をぼんやりながめる癖をつけると効果倍増です！ながめるだけで潜在意識は勝手に夢への糸口を探し始めます。