

# 無抵抗の法則（人生の青写真ワーク・シート）

体験セッション、または申し込み時にお渡し

1. あなたの人生で、インパクトのあった出来事や転機となった出来事、人生を変えた出来事を箇条書きでリストアップして下さい。例) 受験の失敗、挫折や裏切り、出逢いや別れ、事故の目撃など
  
2. 人生であなたに大きく影響を与えた人は？許せない人、あるいは恩人などを思いつく限り、リストアップして下さい。  
※同時にイジメ、暴力、裏切りなどどんな行為が許せなかった、また助けてくれた恩人などとの出来事や言葉など
  
3. あなたの人生に、繰り返し起きる出来事や登場する、似たような性質の人物をリストアップしてください。  
例) 断りにくい依頼がよく来る、苦手な人との縁が多い、束縛するタイプの人近くにいる、など
  
4. ご両親からのあなたに対する影響について感じる事を全てリストアップして下さい。  
例) 親の期待に沿おうと頑張ってきた、親の管理から逃れたいと思っていた、未だに親の反対が気になる、など