

## Nimbusフェス グレートストーリー部門 全エントリー一覧

[伊神平治](#)

[菅ちゃん \(菅野\)](#)

[岩田佳奈](#)

[古賀 英城](#)

[田中 絵美](#)

[YOSHIKA](#)

[A.K.](#)

[M.K](#)

[小松憲一朗](#)

[斉藤歌子](#)

[柏木寛子](#)

[葉月碧](#)

[堀口友希乃](#)

[A.M.](#)

[紗千\(まつばやし さち\)](#)

[team頂workerちこみ](#)

[葵野 詩織](#)

[あかつ なお☆](#)

[おおつ かおり](#)

[いしかわなおみ](#)

[今泉る美](#)

[倉持真知子](#)

[Y.O.](#)

[M.I.](#)

[小野寺 智美](#)

[絹井 淳子](#)

[よーこ♪ \(辻陽子\) \(叶陽子\)](#)

[塚原 亜希子](#)

[yoshie -aroma holic-](#)

[縁花恋](#)

[N.S.](#)

[松田久美子\(くみ\)](#)

[星野 匠](#)

[菅野龍治](#)

[青井理里](#)

[ナカシー](#)

[杉浦由恵 \(よっしー\)](#)

[渡部 丰以那](#)

[田中早紀\(もっちい☆\)今ココ♥マイ°-ス凸凹自由人♀\(◁\),愛=私♥自己受容,自己肯定,自己統合,自分軸マイク-☆](#)

[Eri \(ふじい\)](#)

**伊神平治**

**参加した講座**

IC

## 講座参加前の状態

心理カウンセラーとゴルフレッスンプロ目指して、起業しようと考えていましたが具体的な方法が見つからず、模索してました。

## 講座参加後に得られた変化

「頂ワーク」で天命・使命を知り、ヒプノセラピーでは、未来の自分を創造しながら日々の行動を行います。ダイエット中ですが、人生で、1番の体の状態と心の状態を保ちながら人生を謳歌してます。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

なんでも聴きますのセミナーでは、自己開示を行い、「頂ワーク」にて使命・天命を知りヒプノセラピーでは、「前世療法」・「降霊」・「未来創造」などのワークを受け、セッションスキルで、コーティングの技術も学びました。

## 補足資料（動画やスライド）

自分の開催した、セミナーでは「継続力」のコツを紹介しました。

[https://docs.google.com/presentation/d/1lj7Ypfg9pLSf4YDULxIHbrec72h6oHRla99PKaEOZ4g/edit#slide=id.gf3f088b0e9\\_0\\_17](https://docs.google.com/presentation/d/1lj7Ypfg9pLSf4YDULxIHbrec72h6oHRla99PKaEOZ4g/edit#slide=id.gf3f088b0e9_0_17)

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

うぞ！

箭内さんを知ってから、3年経過してからICに入会しました。偶然の出来事から必然の結果を創造してます。この出会いに感謝してます。ありがとうございます。

## 菅ちゃん(菅野)

### 参加した講座

IC, ミラクル

### 講座参加前の状態

ボクシングのリング脇でぐったりしてる、あしたのジョー的な身も心も空っぽな燃え尽き症候群のサラリーマン。そして顧客・上司・同僚に腰を低く保つほどにメンタルが枯れ果てた状況です。

あしたのジョー 燃え尽きた会社員  
夢も目標も将来までも描けないネガティブ人

毎日残業仕事詰めで心身ボロボロ  
メンタル?なんですかのそれ状態?

過去のトラウマが強く  
笑うという感情が出せなかった  
笑う時は完全に自己不一致でストレスだった

カッコいい目標は抱けるのに3日で無かったことにしてしまっていた

出来るだけ腰を低くして人に知られないように低空飛行で生きようと決めていた

過去のトラウマが強く  
笑うという感情が出せなかった  
笑う時は完全に自己不一致でストレスだった

カッコいい目標は抱けるのに3日で無かったことにしてしまっていた

## 講座参加後に得られた変化

対面形式の頂ワークによって、感動をはるかに超えて放心状態となり、強烈な頂きイメージ体験をしました。

その時のイメージ画像をブログに載せましたので、良ければご覧ください。

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12753061300.html>

自分が生きる使命は地球の一部として幸せエネルギーを発することであり、ネガティブなエネルギーは地球を枯渇させることを知りました。そしてさらに、銀河系の異星人達が、生まれて間もない未熟な太陽系（地球）の成長を見守っているイメージまで連想しました。

この連想をさせた鍵が正に過去の幼少期のトラウマだったことに気づき、今までの辛い過去が一気に感謝の気持ちに変わり、過去のトラウマが鍵だったと気づいた瞬間、ふーっと心が救われ幸せ感で満たされました。

そしてこの頂きワークを対面で行って頂いた星佳さんによるセッション・頂きワークは本当に、本当に、本当に、感謝の気持ちで言葉が見つかりません。

心のエネルギーが満たされて、高校時代の熱血だった自分に戻った。これは凄いことだ

毎日人と話すのが楽しくって仕方がない

仕事とIC活動とやること増えてるのになにこの楽しさ爆発な気持ちは？人生は爆発だの最高メンタルに回復

過去のトラウマが浄化された？！

自然に笑え、しかも夢や希望や目標を描けるようになった。

夢と目標とそこに通じる日々の行動がセットで意識の中に定着できている

自分を愛せるようになり、同時に自信に満ち溢れてきて、気持ちの浮き沈みが無くなった。まじです

## 講座で役立ったところ、活用したところ

SRCF/C：朝am8:00まで起きれなかった自分が、am5:30のワークに参加するために起きる習慣まで身に付けてくれました。おかげで心理学習時間が捻出できたしラッキーです。

頂きワーク：僕にはNLPの集大成であり、最高のメンタル改善ワークだと確信しています。

諸前提16ヶ条・指導者9ヶ条は僕の体に浸透させました。その結果、会社職場での人間関係において大変良い影響を与えることが出来ています。 どういう肯定的な意図がある？とか、あの時は最善の選択をしたんだねなど、日常会話で活用しています。

49年間の赤を落とすべく、初めは1年かけてメンタル改善に取り組むと星野さんに宣言したら、いやもっと早く改善できるでしょと言われ、は？無理っしょと向きになっていたら、あれれ心理学の知識を得て頂きワークとSRCF/Cに3ヶ月ただ興味を持って触れていただけなのに、メンタルが全回復し、周りの景色が幸せに見え、夢や希望が頭の中にブワァーって入ってきて戸惑っています7月時点

頂きワークは僕にとって最強の心理ワーク

頂きワークとSRCF/Cに毎週参加して繰り返しは自己適用していたら徐々に心のブレーキとなっていた何か、多分過去の何かインナーチャイルドが浄化されて消えて無くなっていった感じです。不思議すぎてわからないのが本音

やなゼミオンラインで学んだ心のゴミ掃除の考え方をご教授いただいて、目標が三日坊主になる理由が右脳のゴキブリだと分かった。それを意識して毎日感謝の瞑想をしたり、ミラクルで頂きワークをして頂いた結果、未来イメージが頭の中に定着して、日々の行動が着実に目標に向かう実感を感じながら生きれるようになっていきます。凄し！

頂きワークと最強やなゼミ 人生の意味と目標に気づかせて下さった！感謝しかないでしょマジで

## 補足資料（動画やスライド）

その時のイメージ画像をブログに載せましたので、良ければご覧ください。

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12753061300.html>

やなゼミでの重要な学び

<https://ameblo.jp/37139289/>

 Rikkiの部屋 パイロットと心理職の心構えVer.02一般公開用

頂きワーク体験集

死別体験が僕を強くした

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12731097399.html>

心理職で地球を幸せにする

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12739650878.html>

自己受容とワナネス体験

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12747961567.html>

悩が生きる意味を知る鍵だと気づく

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12753061300.html>

心のブレーキインナーチャイルドさんが浄化された日の記録

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12741673158.html>

頭のゴキブリくんが夢や目標を食べ尽くすイメージ

<https://ameblo.jp/37139289/entry-12745495438.html>

自分を愛し自分を愛してくださる方のために徹底的に自分に出来る応援をすると決めた。

その事例をご紹介！ 言葉が見つからないけれど、皆さん本当に献身的でいい人達で僕は幸せです！

<https://youtu.be/twFzBjJj9Ms>

<https://youtu.be/X1mlrUZOAHl>

<https://youtu.be/S5x39CEZS1o>

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

振り返ると2022年2月11日にICへ入会して直ぐ星佳さんのワークに参加し、わずかるか月で僕のメンタルは高校生の絶頂期だった最強メンタルにまで回復し、将来の夢や達成したい目標の発想が湧き出てきて、それに向けてストイックに取り組む姿勢や行動まで出来るように変化することが出来ました。

僕は今、いばらの道を歩いています。楽しみながら日々の成長を感じながら。

最後にNimbus Creationの皆さまに心から感謝いたします。

そしてこれからも引き続きよろしく願いいたします。

はじめに拝見したオリエンテーションの一言一言に深く感銘を受けました。心理職の産業革命を築くことと、心理学の教育者になる事！努力友情笑い、これが最も突き刺さり、僕の今の行動指針になっています。

Nimbus Creation ICの皆さんが大好きですマジでそして箭内さんあの時、僕にたいまつ授けて下さって本当にありがとうございます。覚醒して決意を固めた瞬間です。

僕の人生を大きく転換してくれた頂きワーク

僕もまた頂きワークの伝道師になるべく日々鍛錬を重ねていきます。こんな自分を愛せるようにして頂きまして感謝以外に何も言葉が見つかりません。あざあーす🙏

心が空っぽだった僕に沢山の幸せエキスを注入して下さいだったコミュニティの皆様にはなんとお礼を言ったらいいか言葉が見つからないので、自分のスキル提供で今度は僕が皆様に幸せエキスをお渡ししますよー🙏

この5ヶ月間は本当に自己改善を実感出来た期間でした。身を持って体験できたことがこんなにも嬉しいことだと知った今、今度は提供側に回りたいという気持ちが溢れ出てきました。これからもICの皆様と楽しく自己成長をしていきたいと思えます。いやー僕ってどこまで高められるのか楽しみで仕方ないですー箭内さんいつもありがとうございます

星佳さん生きる意味に気づかせてくださりありがとうございます。ICの皆さん！いつも感謝です😊

僕は今とても満たされています。Nimbus Creation 運営の皆さま ICの皆さま本当にありがとうございます。そしてたいまつを僕に渡して下さいだった箭内さん いつか世界のどこかでお会いできるように、僕も毎日切磋琢磨しますよー！

## 岩田佳奈

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

まず初めに。ICを作って下さった、箭内ひろきさん。本当にありがとうございます。

ICに入る前、箭内さんの死にたくなかったメルマガ、IC入会のための案内の文（メール無料版）なのに印刷して紙にして、マーカーで必要な所をチェックして手元に置いていました。

今なら、何故そこまで自分がしていたのか、理由が分かります。

ICのお陰で、私も家族も妹もパートナーの人生も変わりました。感謝の気持ちでメッセージさせてください。（とてつもなく長くなりました。お許してください。）

202012

私は息子と主人と3人で暮らしていました。息子は3歳になって、少しずつ自分のことをできるようになってきた年頃でした。主人とは大きな喧嘩もなくいつも穏やかに過ごしていて、この幸せがずっと続いていくものだと思っていました。

私の両親は息子が産まれる前に、事故と癌で亡くしています。(3年間に2人とも)

私は、両親に息子の誕生を祝って貰えなかった悲しさや、甘えられる人がいない辛さの中でした。だけど、何とか、何とか、死んだ両親の分、自分の人生を幸せに生きたいと日々過ごしていました。

そんなある時に、ふと、

「私は幸せになるために、魂が望む仕事をしていくことが必要だ」

「そのためには今いる環境を変えて、この主人と一緒にいるのでは思うように仕事ができない」と思うようになりました。

現に、私は子育てと家事に疲れきって、何も楽しくない、やりがいのない毎日を過ごしていました。

仕事をしていた時は、お客様の喜びと一緒に共感し、生きる喜びを感じていました。

私は体調が優れない、ずっと昼間も寝ている、辛うじて、息子に母乳を与え…家にいるときは魂が死んだような感じでした。

元旦那とも、こんな毎日ですので、息子を授かった時以来、体の関係も持てずにいました。

箭内さんのおっしゃる、枯れた状態でした。

今のままでは主人と別れた時に食べていけない、「顧客なし、商品なし、仲間なし」借金はあるし、貯金なしの崖っぷち状態でした。私がそうさせてしまっていたのですが、孤独で、私は私の人生を生きるために、息子と2人でやって行く。と心に決めました。

どうしよう、と思っている時に「ICの広告」を目にしました。

「これだ!」と思い、すぐ連絡して「池田かおるこさん」に繋がることが出来ました。

初めてお話しした時も、素晴らしい洞察力で私の想いを汲み取ってくださり、すぐにICに入会することを決めました。

「私にはビジネスのノウハウがあれば大丈夫」と強く思いました。

だけど当然、一括支払いはできず。。。恥ずかしながら、分割払いで入会しました。

その日はなんと！記念すべき2021/1/7、箭内さんのお誕生日でした。

それが私の人生の記念日。

なんだか面白いですね。

そして、そこからしばやんのグルコンを受けて～

息子が起きる前に、毎朝4時に起きて、ICの内容をかじり出しました。

保育園に預けていなかったのも、この朝の時間だけが勝負でした。

この通りの生活ですので、夜は眠くなったので、夜のセミナーには参加出来ませんでした。

そうするうちに、1月クラスのメンバーという最高のメンバーが集まり、心のホームのような居場所が私に出来ました。

ICの中は「安心・安全」ですので、少しずつ仲間が増えて、1人じゃない。と思えました。

そして2021/2

「離婚の申し出」をして、元旦那は驚きのあまり声が出ていませんでした。

「何の不満もないんだけど」

「私は仕事をしたいから、別れて欲しい」

と頼みました。

不満と言えば、自営業だった彼の年収がコロナで激減し、1年間ほぼ収入なし、私の貯金を切り崩したり、少し働いて稼ぐ程度。価値観が根本的に違い、ネガティブ思考。不安いっぱいがありましたね。

いつの間にか笑顔の無くなった3人の食卓。息子だけが、お喋りしてご飯をたべていました。

このままでは、息子に申し訳ない。

私は元旦那に、提案することを決めました。

「新しい家族の形を作らない？」と。

離婚じゃなくて、若すぎるけど「卒婚」

離れているけど、お互いに協力して別々の場所でやって行こうと。

その時、喫茶店で話したあの席を、未だに覚えています。

その時も私は、自分の商品になっている「意識のトレーニング」を続けていました。

すると、元旦那は

「別れる条件として、一つだけ」

と切り出しました。

「息子は僕が育てたい」と。

私は一瞬で、涙で前が見えなくなりました。

ここまで必死に愛を注いできた魂の結晶。

息子。

彼の未来に全力を注いできました。

6ヶ月から幼児教育を受けに行ったり、英語もお勉強したり、、、

主人が長期の出張で家を出た時も2人きり。

田舎に住んでいてで周りに友達もいなくて、孤独な中ずっと一緒でした。

どろんこで遊んだこと、彼の自由にやりたい事をさせてあげたこと。

どんなに自分が大変でも、たっぷり遊ばせてあげました。

生まれてから3年間の思い出が、もの凄いスピードで蘇ります。

妊娠中、母が亡くなる前に、お腹を撫でてくれた事。

性別が分からなかったので「チャーちゃん」と呼んで毎晩おやすみを言ってくれていました。（母は安定期に入った当日に旅立ちました）

私のお腹に来てくれたあの日から、ずっと一緒でした。写真もいっぱい撮って、スマホのカメラには息子の写真しかありませんでした。幼稚園も決まっていた。入園希望の半数が落とされ、入園の難しい園でした。この幼稚園に入るために1年間半以上前から、構築してきた努力。

一瞬にして泡のように消えていくのが見えました。これから、この子の成長を傍で見届けられないのか。未来が真っ白になりました。

どうしよう。。

だけど、私は前に進むことが魂の望みだと分かっていました。

「仕事を思いっきりして、自分もお客様も輝く未来を生きたい」

「私の人生の経験を人の役に立てたい」

私は息子を元旦那へ託すことに決めました。

2020/02

IC入会から1ヶ月、それからの日々は3月に息子を引き渡すまでのカウントダウンでした。

いつでも泣きました。（この時期ばかりは、いつでも泣ける！という意味で女優さんになれそうでした。）

そして、その間も辛い気持ちに寄り添ってくれたのは、ICの仲間たちでした。私と似た境遇の仲間が、気持ちを分かってくれました。この支えは私にとってものすごい救いでした。

そしてあれよあれよという間に別れの日。

3歳の息子には、離婚を説明しても分からないので、「おばあちゃんの所へ行くんだよ」と伝えました。たまに泊まりに行っていたので、息子はとても楽しみにしている様子でした。

いつもの様に朝を過ごし、遊んでお昼すぎには「行ってきます」といつもより多い荷物を持って車で出発しました。

私と思い出の家だけ残して。

息子は元旦那の実家へと引っ越しました。大雨の日でした。

私は、見送ってドアを閉めたとたん泣き崩れ、暫く呆然としていました。

残された家具やおもちゃが、今までの生活を喚起させます。だけど息子はもう居ませんでした。

図書館が好きだった息子は、最後に借りた本を返す事はありませんでした。

お別れまでの心の準備は1ヶ月。あっという間でした。

悲しすぎて、元旦那の送ってきてくれる息子の写真を見られず、「送らないで」と頼みました。

そんな日が続く中、「このままではいけない」と思い、どうしたらいいか考えました。

その時思いついたことは「セミナーを開きまくる」事でした。

セミナーをしている間は、とても楽しくて息子の事を忘れられました。仕事に没頭し、寂しさを紛らわす。それが私のIC入会2ヶ月目でした。

あの頃の私のセミナーに来てくださった仲間には、本当に感謝しています。

居場所がなかった私に居場所ができ、

温かいICに人生ごと救われました。

## 講座参加後に得られた変化

「ビジネスだけでなく、ICは私にとって人生の好転換場所」

2021/4

そうして毎日毎日、セミナーのためのスライドショー作りに没頭していました。

だけど、私にとって人生初の自由な時間を得て、とても嬉しい時間になっていきました。

短大卒業後、すぐ就職で小学校教諭を辞めたら、4ヶ月で父が事故死、葬儀は私が取り仕切り、父は事故の被害者で最高裁判所まで何度も通いつめました。

そうしたら母が癌でステージ4。闘病生活を妹と支えました。

日に日に力が弱くなる母。悲しみの毎日でした。

その間結婚、妊娠、そして母の死、出産、サロン経営しながらワンオペ育児、と、人生のシナリオが詰まりすぎていました。

自分の自由な時間を初めて得られ、体調も、気持ちもだんだん楽になってきました。

セミナーとアートの両柱で活動して行くことになりました。

そうしているとICの中である男性と出会いました。

彼と初めて連絡を個人で取った時、雷に打たれた感覚がありました。

(漫画のアレです。本当にあるんだと思いました笑)

それから、彼と共通の仲間として連絡を取るようになり、彼との趣味が共通していたり、思考が似ていたり、目指す在り方、シンクロシティの多さに驚きました。

「こんな人がいるんだなあ」とびっくりしたのを覚えています。

ICのおかげさまで仕事が軌道に乗り出し、どんどん仲間も増えてきて、苦手な事を手伝ってくれる仲間も出来ました。

おかげさまで、みんなの力を合わせ、大きな額の商品も売れていきました。

息子の事はありましたが、胸を張って会える自分へと近づいて行けました。

「お母さん頑張ってるよ」と、毎日息子を想いました。

アートの海外からの注文や、外部へも売れていくようになりました。

私の毎日がIC中心になり、喜びと楽しさ、仕事のやりがいが増していきました。

その私を一番近くで見ていた妹。

私の人生を一番近くでずっと見てきたんです。

あまりにも楽しそうにしている私を見て、「私もICに入りたい」と言い出しました。

そして、ICに入り彼女も沢山の経験をさせて頂いています。

今まで「妹」としてしか見えなかった彼女が、ICの中でどんどん学びを重ねました。

今では私のアドバイスをしてくれるまでに成長して、とても心強いパートナーになっています。

彼女は、ICに入るまでは、私に頼ることしか解決出来なかったと言っていました。

だけど今では自分の力で人生を切り開けています。

自立、自己を輝かせる、前進する、という姿を見せてくれています。

とても遅くなりました。

特に池田かおるさんにはお世話になり、妹をサポートして頂いています。

本当に感謝しています。

一言では言い表せません。

そして、どんどん仕事が進むうちに、プライベートでは彼と会うことが出来ました。

当時、彼は既婚者、車で片道6時間の遠距離でした。

私も彼も運命的なものを感じ、感じたことのない感情が胸に込み上げました。

そしてあっという間に彼も身辺整理をし、一緒に暮らすことになりました。

このスピードは、人の力では出来ないと思いました。

私の離婚も離婚の申し出から、1ヶ月でのスピード円満卒婚でした。

人が聞いたら驚くと思います。

でも実際驚いているのは私です。

そして、今、彼と一緒に暮らしています。

私に「愛すること」の本当の意味を教えてくれる人です。

ちなみに私は「愛」という言葉が大嫌いでした。

(小さい頃からです。「何が愛だよ！」と、かなりひねくれて居ました。両親は私にいっぱい愛を与えてくれました。)

だけど受け取るだけで、上手く表現出来なくて「愛」という言葉を言えない私でした。

息子にも「大好きだよ」とは言えても、「愛してるよ」とは言えませんでした。

今になって「自分の事を愛せていなかったから」だと、分かりました。

どんな私も受け入れ、許し、彼は私より私を愛してくれています。

彼と居ることで、色んな経験を通して「自分を愛せる」ようになってきました。

これからは、私は、「彼より私を愛すること」も目標にしていきたいです。

そして、去年の9月に半年ぶりに息子に会えました。

その時、「愛してるよ」と言うことが出来ました。そう言えた自分に感動が込み上げました。

長くかかりましたが、遠回りで泣いたことも沢山ありましたが、

あの時、ICに入ることを決断していなかったら息子に「愛してるよ」と伝えられなかったかも知れません。

全てを手放して、私の元へ来てくれた彼に心から感謝しています。

今では息子と会える時に会いながら、元旦那とも助け合って息子をサポートしています。

義理のご両親は健在ですので、男の子の孫が出来て喜んでくれています。

(元旦那は婿として来てもらっていました)

仕事は順調、体調も今までで最高です。

ものすごいスピードで現実化出来ていてとても充実しています。

「私の経験を他の人の役に立てる」商品が出来ました。

そして喜びの声もたくさん頂いています。

(あ！余談ですが分割払いだったIC入会金も完済出来ました。笑)

このICの環境は私にとって本当に天国です。

(細かいことを話すともっと長くなるので、この辺で。笑)

(例えば箭内さんの70%ルールなど！)

「現実全て自分が創り出している」

これは私の真実です。

ICを通して人生が激変し、好転し、ものすごい勢いで上昇しています。

本当に心から感謝とお礼を伝えたいです。

私もICのために何か出来ることがあれば、させて頂きたいです。

そして、私は褒めて貰わなくてもいいです。

(企画に反してすみません💦)

その分、箭内さんを褒めて差し上げてください。

ここまで連れて来てくださって、死なずに立ち上がってくださってありがとうございました。

包丁を握りしめていた、あの頃の筋内さんに光を送りたいです。

そして、ICを支えて下さるスタッフメンバーの皆様、そして在籍している多くの仲間の皆様、本当にありがとうございます。

ずっと感謝を伝えなかったので、ものすごくスッキリしました。

この場を作って頂いて、ありがとうございました。

私がICで手に入れたもの、家族、一生の仲間、息子に誇れる自分、愛、学び、豊かさ。

中村博さんのセッションで「ストーリーは泣きながら書け！」と教わったことも今回のエントリーにも生かせました。笑

本当にありがとうございました。

これからもよろしく願いいたします。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

講座で役立ったところ、

オンライン講座作り、商品説明会資料作成

スライドショー、動画づくり

活用したもの↓

ICキャンパス

(パワーラポール、スライド構成、説明会資料、心理トリガー、などなどいっぱい見て、プリントアウトして紙媒体で手元に置いています。)

グルコン、

セミナー開催、

セミナー参加

チャットワークでの仲間との交流

(グルチャ作り)

ICキャンパスの宣伝は私のセミナー内でかなりさせてもらっています。笑

## 補足資料（動画やスライド）

(^^)

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

いつもありがとうございます！

みんな愛しています！

これからもよろしく願いいたします。

## 古賀 英城

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

- ・物心ついた時から自己肯定感が低かった。
- ・父親が浮気した上に騙されて借金を背負い、家庭は安心できる場ではなく殺伐としていた。末っ子であった為、兄弟たちからは叩かれたり、自尊心が傷つけられるような行為をたくさんされた。
- ・ずっと、人と愛着を持たずに生きてきたが、結婚して初めて心の安らぎを感じることができた。しかし、結婚後すぐに妻の病気がわかり、闘病の末亡くす。
- ・その後、うつ病や適応障害になり、仕事もままならなくなり、休職を期にICの門を叩く。

## 講座参加後に得られた変化

まずは、頂きワーク、SRCFC、そしてセミナーに積極的に参加しました。

頂きワークでは、幼少期から抱えていた不安感、トラウマなどが少しずつ剥がれていく感覚がありました。

SRCFCでは、特にステートと柔軟性が心地良く、自分の狭くなっていた視野を広げることができました。

そして、業務研修をはじめ、様々なセミナーを通して新しい価値観や考え方に触れる度に、自分の中で新たな課題、心の癖などを発見したり、除去したり、リフレーミングしたりできています。

愛着の心理テストも、短期間で「不安回避型」から「安定回避型(ほぼ安定型)」に変わりました！

2022年6月からの参加ですが、ICのおかげで人生を再スタートできている感覚があります。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

本当にたくさんのセミナーに参加させていただき、全てにおいて学びがあったのですが、やはり1on1で提供してもらった、頂きワークが大きかったと思います。

それにより、インナーチャイルドを癒し、自分のセルフイメージを根本的に変えることができました。

癒しという意味では、瞑想やヒプノセラピーのセミナーでは、日常では感じられないレベルの心地良さを毎回感じさせていただいております。

また、自分はタロットカードなどが好きなので、そういったセミナーもうまく活用し、自分自身の現状を知り、行動の指針としています。

新しい発見としては、アートセラピーにおいて、非言語表現で気付きや癒しを感じるという経験をし、これも自分に非常に合っていて、毎朝の習慣にしています。

未熟者ではありますが、少しでも恩返ししたいという思いで寄り添い傾聴とオラクルカードを組み合わせたセミナーも開催し、セッションリストとしての貴重な経験も積ませていただいております。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

八方塞がりです。休職してしまった自分でしたが、ICのおかげで本当はかけがえのない時間を過ごさせていだいております。

ICを作ってくれた箭内さんをはじめ、スタッフ、メンバーの皆様、そして、ご縁があって同じ時期にICに登録されている仲間の皆様に、心より感謝しています。この場を借りてお礼申し上げます。

今後とも、宜しくお願い致します！

## 田中 絵美

### 参加した講座

HSPC

### 講座参加前の状態

毒親育ち、8年間の鬱、引きこもり、ほぼ他人軸で生きていました。正直、言ってボロボロでした。

### 講座参加後に得られた変化

8年間、鬱、引きこもりで今年からどうしても、パワハラを受けた職場に復帰しなければならなかった。講座参加前は、自分を知りたい。変えたい何かしたいと思ひ、これでダメなら諦めようと思ひて講座に参加しました。

参加してからは、周りが動き始める感じでした。引きこもっていて、町のコミュニティにも参加出来ていなかった事を心配して、声をかけてくださる方が居たり。

主人との関係性も悩んでいましたが、私も主人もワークするようになりポジティブに物事を捉えるようになりました。

ビジネスをと思って考えていたら、美容師さんから、広告置いていいよと言ってもらったり。

今は、Facebookから知り合った教師の方と不登校のお子さんをもったお母さんに向けての講座を作っています。

この事も、HSPC講座内の方からシェアしていただいた事を実践して直ぐに連絡をいただくなど、受講前の私からは、想像できない出来事の連続です。

本当に感謝ですね。

まだまだ、挫けそうになるけど諦めることは、やめました。

今は、ワクワクしながらビジネスの準備をしています。

牢獄のような職場でも楽しみを見つけて作業出来ています。（パワハラをしていた方も別人のようです。とても優しく接してもらっています）

## 講座で役立ったところ、活用したところ

HSP講座で学んだワークを自分を含めて、家族でワークをして今まで、話せていなかった思いを共有するようになりました。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

NimbusCreationの方々、いつも楽しい事を企画していただきありがとうございます。

これからも、よろしく願います。

コミュニティの皆さんには、いつも元気と勇気をありがとうございます。

皆さんの活動が原動力になっています。ありがとうございます。

これからも、よろしくお願いします。

## YOSHIKA

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

🌸ICに参加するまでは、1) 専業主婦をしており、2) 一番好きな過ごし方 = 「いかに怠惰に生きるか」を追求する日々でした。

🌸2013年3月の結婚を機に、①「自宅がくつろげる場所」と知る。②「怒らない人」が存在することを知る。という経験をしました。

夫や義母から、「レトルトも使っているのよ」「もっと手を抜いていいんだよ」「家ではくつろいでもいいのよ」「もっと休まなくちゃ」「お昼寝してもいいのよ」「手伝わなくていいのよ、休んでなさい」と何度も声をかけてもらった結果、🌸声かけがなくても、くつろぎまくる「タイダマスター」🌸となりました。

🌸自分の実家では、「片づけなくちゃ」「働かなくちゃ」「休んでいてはダメ」と考えてしまい、くつろげないため、広島に帰省した際には、私の実家(広島市南区)から車で一時間のところにある呉市(夫の実家🏠)に多めに宿泊します。

🌸ICに参加する前の私は、一人の時間が好きのため、(ほっとできる家はいいものだなあ🌟)と日々感じながら、専業主婦として、茨城県日立市の自宅で過ごしていました。

🌸①弁当には、ごはんと冷凍食品を詰めるだけ。②「家事は後からやっても良い」と考える。③子どもが家や顔や体に落書きをしても気にならない(むしろ可愛いと感じる)。などをオクケー👍とする自分となったことにより、(とても生きやすくなったなあ)と、感じるが増えました。

🌸(「もっと手を抜いても大丈夫なんだよ」と伝える活動をしようかしら?)という考えがわいたこともあったなあ💡と、この文章を書きながら、思い出しました。

🌸ICには、「価値観を変えるため」に参加しました。

①容易に部屋を美しく保てる自分になりたい②庭の雑草や穴ぼこを何とかしたい。と考え、

→「ICには 怠惰な人は参加できない」というルールがあるため、「怠惰すぎる自分」にはいったんお休みいただいた上で、2022年6月18日に参加いたしました。

## 講座参加後に得られた変化

◎これまでならば、「〇〇さんがきっと受賞するんだ。だから、私は応募は遠慮しよう。」と考えていたと思いますが、→「なんて素敵な企画なの✨✨旅行、行きたい行きたい♥ほめてほしいほしい♥」と、シンプルにそう思って、すぐ応募しました♥

◎参加して5日目(6/23)に、リカコさんのセッション(モニター)に、申し込みをしました。

このセッション(日々の記録もつけるため、自然と、自分と向き合う時間も増えています)により、ますます人生が加速しているのを感じています♥

◎①以前は、(何か失敗しているのではないか)という不安感が、時々押し寄せてくることがあったが、→なくなってきた!

◎②以前は、(なんだかよくわからないけど、こわい)という気持ちが、ふっと湧き起こることがあったが、→なくなってきた!

◎これまでは、対人恐怖を感じていたが、恐怖心が消えてきた。

私は、このことに関して、6/27に、「(二元論より;【人に関心がある。人が好きだ。人と接することに快感を感じる】と思っている自分もいる可能性がある!ということ。)」とメモしておりましたが、(本当だった♥=人が好きになってきている)と感じました💡

怒られるときには恐怖をかんじるけれど、「普段、何も無い場面で恐怖を感じる」ということはなくなって、ICと同時期(6/21)に始めたお好み焼き屋のアルバイトでは、積極的にお客様のご案内をしています。

◎これまでは、「参考書を買ったり、セミナーを受けたら、そこで満足してしまう」タイプでした。

→今は、「アウトプット」が、楽しくて仕方ありません。学んだことを、素直に実践しています。

クラスメイトから、「よしかさんはメモが得意ね」と教えてもらったことで、ますますメモを取るのが楽しみになり、クラスのチャットやおしゃべりチャットに、アウトプットの情報を投稿しています。

◎これまでは、「何かいい言葉」を聞いても、「自分の中で反芻するだけ」でしたが、

7/5頃に教えてもらった、アルバイト先の店長の言葉がきっかけで、「開店準備」が、「先輩に手伝ってもらっても全然間に合わない」状態だったのが、アルバイトを始めて1カ月経った今、開店準備を間に合わせるができるようになりました。

→調理の専門学校の後輩たちが知ったら、とても役に立つ情報だなと感じて、「動画を撮って、学校のメールアドレスに送ろう」と決めました。このようなことを思いついたり、やってみようと思えたのは、ICに入ったからこそ✨だと思っています。

◎リカコさんのセッションを二回受けたのですが、「セッション時以外にも自分と向き合う」を続けていた結果、自動書記ができるようになりました💡

リカコさんのセッションや、その後の心の変化を書き留めるようにしているのですが、

「自分の心」に意識を向けてPCの前に向かうと、「これを書きたい」という事がどんどんわいてくるようになりました。

◎「自己開示をすると、仲良くなりやすい！」とICで習ったので、7/21に、限定公開のYouTube動画を撮ったタイミングで、リアルの友人約20人にURLを送ってみました。意外とみんな好意的に受け取ってくれた様子で、(送ってみてよかったな)と思いました。

→YouTubeは、ICに参加した1年後くらいに始めようかな？という予定だったのですが、参加から12日目の6/30に始めました。

7/6から、同時期に始めたインスタに変なメッセージが届くようになり、(器でないことをしているからかな?)という考えが浮かんだりもしましたが、「スルー&ブロック」を覚え、乗り切りました。これまでなら、「すぐにやめる！」という方法を取っていたと思うので、自分の変化を感じました💡

## 講座で役立ったところ、活用したところ

ICに参加して、35日が経ちました。

ICキャンパスやステップメール、動画などで学んでいます。

これまでは、毎日漠然と時間が過ぎて行っておりましたが、

<毎朝、「今日はこれに取り組もう」ということを決めて、目標達成を目指す>という方法に切り替えたことで、特に、アルバイト先において、日々、できることが増えていっていております。毎日がより豊かになったように感じられています。

ICでは、クラスのチャットやおしゃべりチャットなどに自由に投稿したり、セミナーやグルコンに参加したりすることができるため、(何かあったら相談できる)という安心感を感じることができています。

ICに参加して5日目(6/23)に、リカコさんのセッション(モニター)に、申し込んだことがきっかけで、人生のスピードがより早まったように感じています ✨✨

## 補足資料（動画やスライド）

🌸<調理の専門学校の後輩へ向けて、「作業時間短縮のために必要なこと ✨」という動画を撮って、おくりたい>とっていて、現在作成中です。

<>内の考えは、これまで、「アウトプットしよう」という考えがなかった私には、ICに入らなければ絶対生まれなかった考えです。

まだ完成形ではありませんが、動画と、スライドを資料として提出いたします。

<https://www.youtube.com/watch?v=chVDZnK7GWc>

(今回初めて作成してみたスライドがこちら↓)

[https://www.canva.com/design/DAFHKoDSSPk/JjoRBjhtEvkyUWLWYurRqQ/view?utm\\_content=DAFHKoDSSPk&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFHKoDSSPk/JjoRBjhtEvkyUWLWYurRqQ/view?utm_content=DAFHKoDSSPk&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

天海リカコさんに向けて<ベストパートナー賞の推薦のスライド>を作りました。

私自身が とってもとっても変わった！のですが、私にとっての <ベストパートナー>は、リカコさんなので ✨✨

このスライドは、リカコさんに送る目的で作っていましたが、

自分自身のことも うまくまとめられているなあと感じたので、 補足の資料として、追加で提出させていただきます。 よろしく願いいたします 🍀

[https://www.canva.com/design/DAFISEDDDKl/Fc4hoDNcWFpLucFj45uPJw/watch?utm\\_content=DAFISEDDDKl&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link&utm\\_source=publishsharelink](https://www.canva.com/design/DAFISEDDDKl/Fc4hoDNcWFpLucFj45uPJw/watch?utm_content=DAFISEDDDKl&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=publishsharelink)

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

2022年6月クラスのYOSHIKA(村高淑香)です。 IC参加にあたっては、塚原さんが説明会を担当していただき、夫(=家計管理をしている)を説得するための作戦会議にも付き合ってくださいました。 (あの時 塚原さんに背中を押していただけたから、ここにいるのだなあ)と、時々思い出しております ✨ありがとうございます 🍀

ICでたくさんの方と関わることが、とても楽しいです。

今後とも、どうぞよろしくお願いいたします ✨✨ \ (^o^ ) /

祝賀会のメッセージ：<人生は 青春だ>を皆さんで送っていただき、ありがとうございました 🍀

とっても幸せな気持ちに包まれました \ (^o^ ) / ありがとうございました 🎵

🌸 素晴らしかった！祝賀会！ \ (^o^ ) / サプライズメッセージ ✨ 前編

<https://www.chatwork.com/#/rid121093436-1606198509722181632>

🌸【よーこ🎵さんとコラボあり🎵?!】素晴らしいかった! 祝賀会! \(\^^)/ サプライズメッセージ🌟

後編

<https://www.chatwork.com/#!rid121093436-1606665219390611456>

を、おしゃべりチャットにて、共有させていただきました💡

A.K.

## 参加した講座

HSPC

## 講座参加前の状態

自己愛性パーソナリティ障害傾向が強い夫（専門家診断済）との結婚生活。

いつもどこかマウントを取られる感じで、私が本当の気持ちや考えを伝えると不機嫌になるため、常に夫に合わせて生きていた。

夫の機嫌が悪くならないよう、先回りして動いたり、言葉を選んだり。

夫の顔をうかがいながら生きていると、自分が空っぽになってしまったような気がして、いつもどこか満たされない虚無感がついて回る。

ふと湧いてくる自己喪失感、寂しさ...自分の実態がないような感じで、いつもモヤモヤした思いを抱えていた。

だけど、外に出れば幸せそうに演じる。

一見すると幸せな家庭、上手くいっている夫婦関係。

本当は心の中はボロボロで、何をどうしたらいいのか分からない。

そんな自分を受け入れられなくて、買い物でストレス発散したり、ネット依存したり。

私が自分を我慢していれば、夫婦関係はうまくいく。

そう思って夫に合わせているつもりだけれど、何かのふしにキレられて暴言を吐かれる。

パーソナリティ障害のせいなのかアル中のせいなのか、夫は自分の暴言を覚えていない。  
暴言や脅される恐怖感を伝えても、辞めて欲しいと伝えても「覚えてない」の一言。  
夫に自分の気持ちを伝える時は、夫がキレルんじゃないかと恐怖で震えながらしゃべっていたことも。

その繰り返しに疲れて、私は自分の感情を感じたり、自分の頭で考えることをやめて、形ばかりの夫婦関係を続ける選択をした。

辛くて苦しくて。  
でもどうしたらいいか分からない。

疑問や違和感を見ないようにしながら続けていた生活だったけれど、あることをきっかけに状況に変化が起こった。

2021年の秋に大きなハリケーンがあり、家のガレージが水没、ガレージに止めていた車が廃車に。夫は廃車になったのは私のせいだと言い出し、その時初めて夫に感じた「反発心」をハッキリと伝えた。

「廃車になったのは私のせいじゃない！」

その時の夫は一瞬ひるんでその場を立ち去ったけれど、そのあとに暴言の数々が。

「キレて気持ち悪い」  
「なに怒ってんの？」  
「お前は期待に応えてない」  
「お前はまともじゃない」  
「誰のおかげで生活できてるんだ」  
「お前のせいで俺の金が減る」

これまでに数々の失礼な発言をされてきたけれど、ぐっと堪えて我慢することを選んでいた私。

夫は怖い。  
だけど、もうこれ以上我慢する生活はできない。  
夫に恐怖を感じながらでは、この状況は脱せない。

何とかしてこの状況を脱するために、私はまずは自分を立て直すことにした。

その時に出会ったのが、HSPCだった。

元々、HSPの性質を持っていることを自覚していたけれど、その取扱い方が分からない。

自分のことをよく知ることができれば、自分を立て直せる。

そして、自分が立ち直ることができてこの状況を脱することができれば、同じような思いで苦しんでいる方の手助けができる。

私は自分を取り戻す。

そしてここから前に進むんだ。

その思いでHSPCに申し込んだ。

## 講座参加後に得られた変化

講座に参加してHSPのことを学んだり、色々なワークを体験することで、自分への信頼感が増したことを実感している。

そして、どんなに困難な状況にあったとしてもそこに飲み込まれるのではなく、自分の意志をしっかり持っていられるように。

自分が感じていたことの原点をクリアにすればするほど、木が大地に根を張るように自分の中で確固たるものが育っていく感じがした。

夫が暴言を吐いても脅しても、「失礼な発言は受け取らない」という確固たる姿勢を貫き続けることで、夫との間にしっかりと境界線が引けるようになった。

私が自分を取り戻せば取り戻すほど夫からの圧力が強くなり、ストレスで頻脈となって救急車で運ばれたことも。

例えばどんなに脅されても、経済的DVを受けようとも、私は夫の機嫌は取らない。

私は自分の人生を諦めない強さを持てるようになり、来月には離婚するために日本に帰ることにした。

今までは、

自分には価値がなくて何もできない。

1人で子どもを育てるとかありえない。

私には無理。

そんな思いで人生を諦めていたけれど、今の私はしっかりと前を向いて進めるようになった。

私は自分の本音を大切に生きていくことを、HSPCのおかげで選べるようになりました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

私がこの講座で学んだことの中で一番自分の中に落とし込みやすかったのは、この3つ。

- ①物事にはコインと同じで裏と表がある
- ②感情は自分で選べる
- ③スペースブレスと頂ワーク

①物事にはコインと同じで裏と表がある

今私が経験している辛いことにも裏と表がある。

私はこの状況の辛い場面ばかりにフォーカスしていたけれど、この状況にも良い面があるとしたら、いったい何なのか？

物事を俯瞰して長期的な視点で見ると、今私が認知している状況は私が見たいように見えているということ。

私がこの状況の表をみるならば、それは多分、私が他人との境界線を引く必要があることを学ぶために起こっているのだろう。

## ②感情は自分で選べる

だとしたら、私はどの感情を選ぶのか。どうしてこの感情を選んだのだろうか。

今感じている辛い感情は過去の記憶に紐づいていて、その感情をクリアしていないから同じ感情を繰り返し体験しているということ。

であれば、原初の感情をクリアにしてその肯定的な意図を探ればいい。

## ③スペースブレスと頂ワーク

夫の暴言に心揺さぶられて恐怖を感じる時には、スペースブレスを行って自分を整える。

今ここにいる自分を感じて、安心安全な場所に自分を置く。

意識があちこちに行ってしまうがちな辛い時は、スペースブレスをして自分の中心に立ち返って、自分を感じる。

それだけで十分に落ち着いて状況に振り回されることなく、自分を保てるようになった。

そして、辛い時は頂ワークで感じた頂の臨場感を呼び起こす。

頂きを感じると、「私は大丈夫」という安心感と幸福感が心の中に広がり自分を取り戻せた。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

箭内さんのYouTubeに出会ったおかげで、HSPCに入ることができました。しんどい時に箭内さんの講座の動画を聞くと心が落ち着いて、癒されています。価値ある授業と素晴らしいメソッドを教えてください、ありがとうございます。私はスタート地点に立ったばかりですが、もっと自分をしっかりとケアして同じような思いを抱える方の心が軽くなって前向きになれるようサポートをしたいと考えています。

HSPCのメンバーの方々には、いつも刺激をいただいています。皆さんが前向きにそして貪欲に学びを得て、それを実践されている姿はとても眩しいです。また、GIVEの精神にあふれる方が多く、沢山助けていただき感謝の思いでいっぱいです。

NimbusCreationのみなさま、HSPCのみなさま、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

M.K

## 参加した講座

IC, ミラクル

## 講座参加前の状態

モラハラ、燃え尽き症候群、人間不信で会社へ行けなくなり退職。目標を達成できなかった自分を責めて、家族や応援してくれた人たちに申し訳ないと自己否定に陥り、とても辛い状態でした。

## 講座参加後に得られた変化

誰とも会いたくない、外に出るのが怖いという状況から、お茶会やセミナーに参加したり、Zoomで初めての方とお話をしたりすることで、チャットに感想を投稿、自己開示できるようになり、IC入会から2か月以内にお茶会を開催することができるようになりました。

そしてこれまで仕事を探すことが怖くて不安でできなかったのですが、前向きに考えられるようになってきました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

IC入会の翌週からSRCF/C朝トレに毎日参加し続けています。これからも自分の中で記録を更新していきたいと思っています。

境界線についてのセミナーを受けてから、自分と相手の問題をそれぞれ分けて考えられるようになり、気持ちも楽になりました。もっと深く学んでいきたいと思っています。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

職も居場所も自信も何もないと思い、メンタルどん底で毎日泣いていた私ですが、安心安全の場で、皆さんの優しさに触れ、本来の自分を取り戻せるようになってきました。今は毎日新しい発見・学びがあり、とても楽しく過ごしています。

こうやって振り返ってみると、たった2ヶ月前の自分がもっと前の事のように感じ、気持ちも物の捉え方も全然違っていることに気づきました。ICの皆さんには本当に感謝していますし、あの時参加すると決断した自分を褒めてあげたいと思います。

小松憲一郎

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

集客、セールス経験ゼロで自分でビジネスを行うという自信が無かった。

周りから批判や誹謗中傷を受ける機会が多く、自分には出来ないことなのかと諦めていた。

## 講座参加後に得られた変化

さらなるメンタルの強化で他人に惑わされることが大幅に減った。  
収益としてはまだまだ小さいが、自らでビジネスを1から作り上げ、マネタイズもできた。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

業務研修や同じ受講者の方々の繋がりが自身の成長を促した。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

自分の人生が変わるきっかけとなったので、いつか恩返しをしたいと思います。

齊藤歌子

### 参加した講座

IC, HSPC

### 講座参加前の状態

- \*自分に自信が無く、自分の仕事にも自信が無い状態でした。
- \*仕事に行けない時期、布団で過ごすことがありました。

- \*鬱病で精神科に通った時期もありました。死んだ方が楽になると何度も考えていました。
- \*一方でイライラする事が多くて、旦那さんとも喧嘩してばかりいました。
- \*セッションや勉強会の開催経験ゼロ

## 講座参加後に得られた変化

- \*ストレス耐性がBランクから、Sランクになった
- \*落ち込む事が無くなった
- \*どんな事も楽しめるようになった
- \*もともと質問による対話で、相手の思い込みや思考パターンを探ることが出来ていたが頂きワークを自己適応し、その能力が更に向上したことを実感している。サクッと見つかるようになった。
- \*相手と信頼関係を築くことが、容易になった
- \*自分の行っていることに自信が持てたり、伸び伸びと行うことができるようになった
- \*今までであれば、自信がないと緊張していた仕事にも前向きに取り組むことが出来るようになった
- \*不安な時も「きっと大丈夫」という感覚をすぐに得られるようになった
- \*セールスも怖くなくなった
- \*勉強会を内外でサクッと開催するようになった
- \*セッションを楽しめるようになった。
- \*有料講座を開催出来るようになった。
- \*嫌な仕事、嫌な人がなく仕事が楽になった。
- \*いつも自分を信じて行動出来るようになり、行動力を上げられた。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

<IC>

- \*寄り添う技術

○職場で仲間を作れた

○IC内で勉強会を開催する事が出来るようになり、その後看護師として講座や勉強会の講師の仕事依頼を受ける事が出来るようになった

<HSPC >

#### \*頂きワーク

今までのセッション方法では、変化が得られるまでにたくさんの時間がかかっていたし、変化させることが出来ない事例があったが、そのような事例にも対応出来るようになった。

#### \*HSP診断

ラポールを築きセールスに繋がられた。

#### \*講座全体

運営方法を真似して、自分の講座を運営出来た。

一度に7人の集客は初めてやったし、運営も初めてだったが、不安なく楽しく出来た。

#### \*講座での筋内さんとのやり取り

大勢の人の前で話す事に対する抵抗感、こんな事を質問したら恥ずかしいという気持ちを無くす事が出来た

#### \*無意識の活用

選択に迷っていると無意識ちゃんが私に教えてくれるようになった。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

素敵な企画をありがとうございます♪

5年前からの変化をまとめてみました。

よろしく願い申し上げます。

柏木寛子

### 参加した講座

IC, ミラクル

## 講座参加前の状態

2022年1月から参加。

夫、子供ふたり（男の子6歳と2歳）の4人家族。

ほぼ空き家状態だった杉並区の夫祖父所有の家に8年ほど住んだところで、施設に入っていた祖父が亡くなったため解体して遺産整理をするために転居することとなり、以前からその時＝祖父が亡くなってこの家を出て行く時、には子育てのことを考えて夫の実家近くの神奈川県辻堂に移り住もうと話していたため、義理実家近くで新居を探したり次男の新しい保育園探し、長男の小学校入学に向けての準備、私自身の転職活動、引っ越し準備…と一度にたくさんのことが降りかかっている時でした。

私は3人兄弟の末っ子として生まれ、可愛がられた反面、家族や従兄弟たちの中で常に1番年下で子供扱いをされ、褒めてくれない親、見下す姉に囲まれ、自分は足手まとい、邪魔者、お荷物と感じてしまい、「自分なんていない方がいい、死んだ方がまし」と思ってしまったようです。（以前受けたカウンセリングで自覚）

せめて足を引っ張らないように、迷惑かけないように、と頑張って良い子になろうとし、優等生を演じ、自分の心の声よりも親や先生の目を気にして生きてきました。この状況で私が何をしたら喜ばれるか、褒められるか、そんなことばかり考えて、自分が本当にしたいことが何なのか分からなくなっていました。が、それにも気付かず、自分で選んで決めていると錯覚すらしていたと思います。

そんなみせかけの自分で生きてきたから自信もないし自分が大嫌いだったので、当然恋愛もうまくいかず、好きになった人にはいつの間にか恋人ができていたり、自分からアタックするなんてできないし、したところで玉砕して、「やっぱり自分はダメなんだ…」と落ち込む日々。

恋愛を諦めていた20代半ば。部活指導で週末も仕事をしていた教師時代、その原因を作った元凶の母親と「デートする時間もないし、私このままじゃ一生結婚できないね～笑」と話していたことが悪夢のように思い出されます。

そう考えると今の夫と出逢い、結婚できたことは本当に奇跡でしかない、と今でも思っていますが、夫はちょっと変わっていて、優しいし愛を感じるけれど、自分の思い通りにいかないとキレル、いろんな物事、人のことを否定して回る、無能な人間が嫌いで雑魚呼ばわり、自分大好きでしてやってる感満載だから自分の善意を相手が「ありがとう」と受け取らないとキレル、モラハラ気質がありました。

でも、そんな違和感を持ちながらもそれまでたいした恋愛経験を積んでこなかった私は自尊心の低さから「この人と結婚しなかったら一生結婚できない！」

「こんな私と結婚してくれる人なんてもう現れない」

とあって、嫌なことを嫌と言えないし、違和感のあった夫の言動を甘んじてすべて受け止めて必死に我慢し続けて、結婚式の準備などいろんなタイミングで不満はたくさんあったのに破談になんてできない、と意地になってそのまま自分の心に嘘をつき続けました。

結婚してからも自分の価値観で物を言う夫に否定され続け、自己肯定感はさらに下がり続け、生きた心地がなくなり、心が無になりました。

何も感じない、何もできない、気力が湧かない、生きる意味がわからない。

それでも子供には優しいし、夫なりの優しさや思いやりも感じてはいたし、何よりも自分の世間体や意地から別れるという選択肢はありませんでした。経済的にもできる状態ではなかった。

別れるということは、今までの結婚生活を全否定しているようで、自分の失敗を認めたくなくて、子供から家族を奪ってしまう大罪を背負えなくて、何度も家を出たいと思ったけれど決行はできなかった…

そんなこんなで喧嘩したり不満もありつつ大波小波を越えて結婚生活8年近く経ち、引っ越しという大きな転機を迎え、仕事、家事育児に疲弊しつつ、

「いい加減変わらないと！」と思いICに参加しました。

自分のメンタルを整えて夫婦関係、家族関係、子育ての悩みも解消して、自分のように苦しんでいる人の力になりたい、とずっと思っていたのに、勇気が湧かず、「自分にはできない」と目を背けてきましたが、本当はやりたい、何かしたい、他のことはしたくない、と思っている自分にも気付いていました。

参加前は夫に嫌気がさしていたし、子育てもうまくいかず、自分の人生はどうしてこんなに不幸なんだろう、こんなはずじゃなかったのに（結婚すれば、子供が生まれれば、幸せになれると思ってたのに、全然ならない！）と、悲劇のヒロイン状態でした。どんなに夫が優しくしてくれても、義父母に良くしてもらっても、子供が良い子にしてくれたりそれを人が褒めてくれても、何一つ受け入れられず、「私はそれ（褒め言葉、優しさ、愛情、感謝、思いやり、労い、などなど）を受け取る資格がない」というマインドで生きていました。受け取れないくせに欲していて、何かしてもらっても「もっともっと」と思ってしまう、自分の中に矛盾を感じつつ、なぜそうになってしまうのかもわからない…言動がめっちゃくちゃで一緒にいる人は本当に大変だったと思います←主に夫（汗）

（自分で書いてて相当痛い奴だなあ、境界性パーソナリティ障害だわあと思います汗）

## 講座参加後に得られた変化

まだまだ悩みはありますが、夫との関係というか私自身の夫への見方が劇的に変化しました。

「私は夫のことが大好きなんだ」という、今まで気付けていなかったけれど、心の奥底にしまいこまれた想いに気付きました。

子供がいるから仕方なく別れないとか、経済的に無理だからとか、別れない理由をいくつも並べていたけれど、本当に大嫌いになっていたら、子供がいようがお金がなかろうが離れてるはずで、それを選択しないということは

「あ、なんだやっぱり私、夫のことが好きなんだな」と思ったんです。

以前は「なんでこんなのと結婚しちゃったんだろう…」「もう子供もいるし今更別れられないし仕方ないか…」と諦めの境地でしたが、基礎トレをしたり視点が上がってきたから気付くことができました。

何事にも感謝の気持ちが湧くようになって夫への感謝の気持ちも持てるようになりました。

モラハラ気質なところは夫自身も自信がなかったり義父の上からな態度などやはり親からの影響も大きかったんだろうな、と思えて、そんな傷付いた夫の心を癒すだけの力が私にもなかったからお互いに傷付け合うしかできなくて私だけでなく、夫もずっと辛かっただろうな、と思えるようになりました。私自身が自分を癒せていない状態で誰かを癒すことはできないけれど、だからこそ、夫のためにも自分をまず癒し切ろうと思えるようになりました。

「触られるのももう本当に嫌(´^`)」となってしまうていましたが、少しずつ自分が変化していったら夫の良い面がたくさん見えてきて、「ああ、私は今までずっと愛されていたんだなあ」と今更気付いて、感謝の気持ちが溢れてきて、「自慢の妻になろう！」と自分磨きを頑張り始めた私（笑）

今まで何度もメンタルボロボロで何もできない、生きる気力が湧かない状態のときがありましたが、まさに「健やかなる時も病める時も」ずっとそばにいてくれて、見捨てずにいてくれた夫の大きく深い愛を疑ってしまったのは、自分に自信がなかったからでした。

何もできない状態の私も夫はとっくに受け入れてくれていたのに、感謝しないとバチが当たるな、と謙虚な気持ちになりました。

迷惑ばかりかけて、子育てもうまくいなくてキレ散らかしてしまう私はよく自己嫌悪に陥り、「こんな私と結婚しなきゃよかったのに」と夫に言ってしまいます。それでも夫は「そんなこと思ったことない」

「自分は結婚して子供に恵まれてそれぞれの親とも良い関係を築けていてラッキーだと思ってる」と言わ

れても「そんなわけない」と思ってしまい、こんな私と結婚して失敗だと思ってるに違いないと相手の言葉を受け入れられませんでした。

でもICに入って私自身も感謝の気持ちを持てるようになったり、自分にもたらされている豊かさ、恵みに気付けるようになり、今まで呪っていた自分の人生や過去を否定することなく、自分の大切な財産、経験、学びだと捉えられるようになりました。

辛かった過去も悩んだ日々もきっと同じ経験をしている人を救うためのもので、そのための力をつけるために私はICに入ったし、そのためにはまず自分を癒やし切ること、家族のことも癒して大切にすることから始める、今はそう感じています。

自分の中の愛や豊かさを満タンにして人に分け与えていく、そんな人間になりたいです。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

ミラクルは始めたばかりなので主にICの基礎トレ、頂きワーク、グルコン、個人セッションで自分を癒したり視点を上げられるようになったことが良かったのだと思います。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

まだまだ自分を癒し中ですが、自分のペースで進んでいくのでよろしく願いいたします。

葉月碧

### 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

私がICに入会した時は、心身共に疲れ果て心療内科に通っていました。

パート先の仕事は多忙な接客業で、クレーム処理もあり、お客様にひたすら謝るような仕事でいつも人に振り回され疲れていました。

挙句の果てには、同僚から半年間にわたり嫌がらせを受け、辛い思いをしていました。

一方家庭ではヒステリックな姑との同居を強いられ、毎朝のように怒鳴り声を聞かなければならない生活に苦痛を感じていました。私は嫁いで20年以上、そんな環境から逃げたいという思いを抱えていましたが、いつもその思いを打ち消して我慢していました。

その時の私は、まるで、鳥かごの中の鳥のようで、外の世界をうらやましく思い出入り口の扉は開いているのに、かごから出る術を知るのが怖い。という鳥のようでした。

私は子どもの頃から周りの人の目を気にして、人の気持ちばかりを優先して生きて来ました。

そんな私は「自分らしさ」を完全に見失い、自信をなくし、未来に楽しみを思い描くことが出来ず失望していました。

ずっと孤独でした。誰も私の気持ちを分かってくれない。分かってくれるはずがない。そう信じていました。

きっと心の奥底では仲間が欲しかったのだと思います。

## 講座参加後に得られた変化

ICに参加後、グルコンに参加し自身の悩みを解いていたり、複数の方が提供された個人セッションで話を聞いて貰えたことが、私の心の絡まった糸を徐々にほぐしてくれました。

自己認知ワークで自分の思考癖を認識できたのもメンタル改善につながりました。

自分自身が生まれながらにしてHSPだということに気づき、それまでの生きづらさの理由と対処法を知ることが出来たことも私にとって大きな変化でした。

頂ワークで自分の頂きに出会い、頂ワーク4回目で自身の最高の頂きに出会うことができ、最高の高揚感を体験しました。これは一生大切にしていきたいと思います。

頂ワークを受け始めてから、緊張しながらもIC内でお茶会やセミナーの主催ができるようになって来ました。

これまでに行ったセミナーは

- ・境界線についてのセミナー
- ・自分軸についてのセミナー
- ・心理トリガーについてのセミナー
- ・告知文についてのセミナー
- ・数秘術についてのセミナーです。

IC入会后、3ヶ月で数秘術の占い師を目指して学び始め、モニター鑑定を積極的に行い105名に提供しました。

入会后、9ヶ月目にIC内で数秘術講座の有料商品を販売し、入会后1年以内に3名に販売する事ができました。

初めて有料で自分の商品を販売できたときの喜びと感動は、今思い出しても胸が高鳴ります。

その後、コーチングやヒプノセラピーを学び、ヒプノセラピーを有料商品として販売する事ができました。

専業主婦だった私が、まさかセミナーを開いたりセールスをしたり、占い師として鑑定したり、セラピストとしてクライアントさんの人生に関わらせてもらう日が来るなんて夢にも思っていませんでした。

数秘術やヒプノセラピー、コーチングセッションで人に関わらせてもらう度に、自分自身のメンタル改善が進み、自信が付いていく実感を得ることができました。

ICに入会して1年半経った今、入会時の自分を振り返ると、これまでの人生で、なぜ辛さや苦しみを感じていたのか、客観的に観ることができるようになりました。

これまでは自分の人生を人のせいにして生きてきました。

自分の人生は自分次第であることを心から理解することができ、自分の人生に責任を持ち、自分の想いを言葉にして出し、行動を変えることができるようになりました。その結果、自分軸を持ち楽に生きられるようになりました。

鳥かごの中の鳥は、かごから出られることを奇跡だと感動し、いつでも好きな時に好きな場所に飛んで冒険をする許可を出すことができました。

今の私は、仲間にも恵まれ、これからの人生の可能性を感じるとワクワクとした楽しみばかりです。

これからの人生は、私が誰かの支えになり、悩める人が一人でも多く自分軸を取り戻し、自分らしく人生を楽しんで欲しいと願っています。人々が、自分らしく自然体で光を放ち、輝く世界を目指して行きたいと思います。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

グルコンではジャンルを問わず相談させてもらうことができたり、フィードバックをもらうことができる環境はありがたかったです。

その他、自己認知ワーク、セッション練習会が気軽に行えました。

そして何より貴重なのは、自分のお茶会やセミナー、個人セッションを、たとえ不完全でも行うことができ、参加者にモニターとして感想やフィードバックがもらえ、学ぶことができ、実績を作る事もでき、自信をつけて行くことができました。

また自分自身がモニターとなって様々な心理セッションを受けることができるのも価値ある環境だと思います。

これらは、ICの環境だからこそできたことだと思います。

その他には、普段の生活では会うことのできない仲間に出会えたことが最大の魅力です！

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

ギバーの精神でこれまで皆さまからいただいてきたものを、これから私もお返しして行きたいと思えます！

堀口友希乃

### 参加した講座

IC, ミラクル

## 講座参加前の状態

・状況 パワハラによる適応障害で休職中。会社のハラスメント窓口へ相談したが、対応が完璧な加害者寄り、不満を持ち労災申請をした。

労災申請をしたことにより、人事部から結構な圧力をかけられるが、お世話になっていた社労士にかなり助けて頂き、無事に労災は申請できた

・メンタル

休職に入る前日（2021年11月9日）、我慢が限界に達し、就業中職場で泣き崩れる

翌日精神科で適応障害の診断。

独学で心理学を学び、かなりメンタル改善出来ていたように思った矢先、労災申請による人事部の圧力で、相当な不安に苛まれる。

この時に、自己流の限界を感じ、プロに委ねてみようと思いいCに参加する

## 講座参加後に得られた変化

・講座参加前のメンタル

復職か、転職かで迷っている

日常生活は全く問題なく送れていたが、復職を考えると、不安・恐怖がある状況

・ICに入ってからの変化

参加～1ヶ月

本当に最初に、クラス会の参加の有無をリアクションしようと思ったところ、チャットの使い方がわからず、顔文字を送信してしまった（笑）

あれ、おかしいことになっているなどとクラスチャットに投稿していたら、それに箭内さんが秒で反応！何者？と思うと同時にとても嬉しい😊

SRCF/Cや、頂きワークなどでメンタル改善少しずつ出来ていた頃、精神科の主治医が労災申請について難色を示す。

今までなら、先生を怒らせてはいけない、不機嫌にさせてしまったら、次の受診が行きにくくなるなどと考えてしまいがちだが、その時は『結局のところ仕事が増えて面倒くさいんだな』と思え、先生の不機嫌を受け取らない、自分の中に境界線が出来ているような感覚に、自分自身が一番驚く！

1ヶ月～2ヶ月

個人のセッションなどにも参加するようになり、今までの変化などを語ると、皆さん褒めてくれる！

これが本当に嬉しい😊

得に沖浦由佳さんのセッションは、こんなことが以前と変わったと、報告をするような会になっていて、それを報告すると、めいっぱい褒めてくれるため、それが嬉しくて継続してセッションを受けているそして、由佳さんに誘ってもらって初めて行ったセッションスキル習得会。

これが大きな転機になる！！

そこでもらった、至極真っ当なFB…

今まで理不尽な事しか言われて来なかったので、

脳に染み入る感じで感激する

2ヶ月～3ヶ月

セッション練習会でFBをもらうことにハマり、色々なセッション練習会に出ていた頃、クライアント役の方が、緊張してあまり話さないという場面に出くわす…

それでも何とか質問で話を繋いで後半には、ラポールを築けた感覚があった

それと同時に、これができるなら、質問される事がある程度想定できる復職面談のほうがハードル低いと思え、復職を希望する

・復職面談にて

ICで学んだことを語りまくっていたら、圧をかけてくると噂の産業医がとてもしゃかか、あっという間に復職OKの判断が下る

その後、因縁のパワハラ女上司にも、一言挨拶をすることも出来、現在とても良い状態！！

## 講座で役立ったところ、活用したところ

殆どが、ICの基礎講座のみだと思います

ミラクルはこれから参加という感じです

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

こんな素敵なコミュニティを運営していただき、感謝しかありません！

A.M.

### 参加した講座

IC, ミラクル

### 講座参加前の状態

メンタルが不安定で激しく落ち込んだりしていました。相談できる人もなく、友達も遠くて会えなくて、孤独に苛まれていました。

### 講座参加後に得られた変化

毎日多くの学びがあり、楽しくて楽しくて、色んな仲間が出来て、こんなに有意義な世界があるなんて！もっともっと早く出会いたかったです。仕事も忙しいけれど、それでも毎日ICを楽しんでしまう自分がいます。楽しくて参加したくて仕方がないです。ICの中毒かもしれません（笑）

### 講座で役立ったところ、活用したところ

とにかく一番感動したのがやなゼミです。こんなに素敵な世界があったなんて、今までの人生観が一変したような気分です。箭内さんの心理学にかける情熱、分りやすさ、サービス精神、全てが凝縮されている、一番贅沢な時間だと思いました。あらゆる教え、一瞬一瞬を体感、体現していきたいです。私にとって、心の師匠、メンターだと思っています。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

NimbusCreationには本当に感謝しています。こんなに素晴らしいメンバーで構成されたコミュニティはどこにもないと思います。これが世界に広がったら、世界中が幸せになれると思います。この世界を作ってくださった皆様には感謝してもきれないです。箭内さん、菅原さん、尊敬しています。本当にありがとうございます！

紗千(まつばやし さち)

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

ICに参加する前。ずっと、HSPのことばかり考えて、どのように生きることが私なのか、どのように存在することが正解なのか？ばかり注目してばかり。気持ちは落ち込み、毎朝3時起き。4人の子育てを一人で担い。働き。周りが見えず。会社のルールを守らないとならない心理。

カウンセリングに通いながらも、以前の専業主婦のころに発症していた身体状態にまた逆戻り。周りの人が皆。私の悪口を言っているように聞こえ、ますます悪化していっていました。

### 講座参加後に得られた変化

最初、ICに入ったきっかけはYoutubeの広告。そして、なんとなく『私がカウンセリングに通うのではなく、私が提供する側にならないと完治しない』と考えました。

それから、ICで学んでるうちに。

悪化する身体状態になるのは、『実は相手の存在を認めてるようで認めていなかったこと』の気づきです。そのことに気が付けたことで、徐々にメンタルが強化されていきました。

そのメンタルを強化された学びの理由として、最も影響を与えたこと。

それは、星さんの潜在意識の学校でNLPを学ぶことでした。

ふと思った気づきからのメンタル強化は、本当に強固なものへ進化した気がします。周りで何が起きても冷静に捉えますし。そこには“今、ここ”に注目する世界が存在します。そして、以前は自己肯定感は最低に低く。自身の気持ちを発信するのは一番最後でした。でも、今は別人のように自身を愛し、考えたことや感じたことをできる範囲で話せたり伝えます。そして、一番大きな変化は自身を大切にできるようになったことです。

そのことから、今まで悪口を言ってると思ってた存在たちの私の感覚は変わり、話したい事が話せる人間関係へと変わっていったんです。まだまだ。進化していきます

## 講座で役立ったところ、活用したところ

学校では筋内さんのお話も伺います。そして、念入りに教えて下さるのは…

相手へのラポールとカリブレーションをすることで自身の違和感に気が付き、気づきを得ることで本当に相手が知ってほしい気持ちに繋がる状態を学びます。そうすることで、相手もわかってくれる安心感を気づきコミットメントするので、違和感が限りなくゼロへと近づいていきます。人間の心理とは、目に見えないもの。でも、その心理が大半をコントロールし、その心理をコントロールしているのが脳であること。その脳は誰でも持っているもので皆平等に与えられているもの。しかし、それをコントロールするって本当に難しく。自身の『意識』をコントロールするのではなく『無意識ちゃん』と仲良くなり無意識の存在を知ること、私たちは『幸せ』を感じたり『不幸』を感じたりできる生きものだと思ったことが、本当に人生最大の知ってよかった『学び』なんだと思います。

本番loungeでのワーク練習では、私自身が変わるとワークもまた一段と納得できるものえとかわっていったことがわかる機会になりました。

良いことを言いたいのではなく、ICに出会えたこと学べたことは本当に私の人生を変える“大きなチャンス”と“メンタル強化だった”のだと思います。

そして、今では感謝していることもあります。

『カウンセリングに行ってください。一人で仕事するのは起業しかない』と言った上司。

もう2度と会うことが無い両親と夫。それらは全て私を学びのここへ導く“鍵”であったと考えています。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

箭内さんも星さんも沢山の心理について惜しみなく教えて下さっていつもありがとうございます。本当に私を育てようと心から接して下さいありがとうございます

心を込めて 紗千(まつばやし さち)

team頂workerちこみ

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

自分がない、人に言われることを気にして右往左往してしまう。過去の出来事にとらわれくよくよする。

### 講座参加後に得られた変化

頂ワーク、SRCF/Cをコツコツ続けることでメンタルは安定していて落ち込むことがあっても肯定的にとらえることができている。本業でも成果を発揮することができ、よくわからないが自分は大丈夫という気持ちがいっしょにあります。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

ICキャンパス内の動画、業務研修で自己適用に使用させていただきました。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

感謝の言葉しかありません。あのときYouTubeの広告に出会わなければ私の未来は何も変わることはなかったしか得ようとも思いませんでした。ここからありがとうございます。

### 葵野 詩織

#### 参加した講座

IC, HSPC

#### 講座参加前の状態

パソコン、SNS完全ノータッチ人生。URLとメールアドレスの違いも、コピペの仕方も何もわからない。

SNSは皆都合の良い事しか出さないのだからやる意味がないと思っていました。

ゆえわからないことは避けるか人を頼る為、恐れと回避に囲まれた状態。

夫がゲーム依存。詐欺おじさんの言動に友人含めた家族一同で翻弄される。

その上勤務する飲食店はコロナの影響を受け時短営業、店舗の閉店で先が見えない。

そのような状況でした。

## 講座参加後に得られた変化

入会1年ちょっとでzoomを使っただけのセッションでファーストキャッシュを得られました。

現在Facebookの毎日投稿を目標にしています。

以前の私のITリテラシーを知ってる妹は、私の口からチャットワークという言葉が出た事だけでも「すご！！」と驚きました。

入会時は自分が何をライフワークとするかもわからなかった上「心理学」も初めての状態からのこれは、振り返ってみると自分でも驚きます。

自分が心を開けば、心を開いた人と繋がれる事、

夫や詐欺おじさんへの依存心を手放し、自分のライフワークにフォーカス先を変えた事で、

夫のゲーム依存が終了・夫も自分の人生で取り組む事を見出し、リアルの世界で積み上げていく喜びを感じています。

詐欺おじさんは離れていきました。

勤務する飲食店では「居てくれるだけでいいという存在」と言ってもらえ、希望通りの勤務スケジュールで勤務できています。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

ICにおいて

特に筋内さんが開かれるもので怖がらず自分の思ったことを発言する練習をさせていただきました。おしゃべりチャットへの投稿も同じで、未熟な自分を受け入れて完璧主義を手放すこと、それによりそれまで抱えていたほとんどの恐怖が消えていきました。

自分の意見を外に出さずに生きてきたので、私にとってはこの事が1番大きかったです。

またセミナー表で簡単に主催のものが予定組めるので、にこにこサロンと名をつけ継続的に本番さながらのセッション練習を積む事ができました。

他、やなゼミで実際にビジネスをされている方々とリアルにお会い出来る機会を複数回設けていただき、ビジネスにする事のリアリティを高めていけました。

HSP講座でも、ビジネスにしていくためのグルコン、菅原さんのマーケティングについての講義など、ICにいるだけで私に必要なものが順を追って出現する感覚で、非常に助けられました。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

私が夫・勤務している会社・詐欺おじさんなどへの依存心を手放し、精神的経済的自立へ舵を切ったことは、私1人の人生を大きく変えるものになっただけでなく、夫がゲーム依存から回復し自分の人生の意味を見出せた事、そのゲーム依存と10年闘った夫の両親の心からの平安をも叶え、それぞれが自分の人生へ戻っていきました。ICに入ってから心がけた「お客さんマインドをやめて積極的に人と関わる」ことで、職場にいるリストカット癖のある休みがちな織細さんが今では職場の人気者です。

これら全て自分の内側が世界を作っているという体験で、ひとりひとりに働きかけずとも世界は変えられるという体験です。

このような体験ができたのも、このコミュニティを作ってくださった箭内さん、未熟な私を優しく受け入れてくださった皆様のおかげです。いつもありがとうございます。

あかつ なお☆

### 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

もっと認められたい、もっと高めたい、もっともっと…欲しがりちゃんでした。

子どもにも、もっともっとと、今思えば笑えるくらい、執着し、受験期を過ごしました。

「東大に入らなければ、人ではない。」くらいの勢いでした、笑。

## 講座参加後に得られた変化

私自身のことをちゃんと正対することができるようになりました。

安定しました。怒りがなくなりました。

今の状況を言語化できるようになりました。

相手を思いやり、今、相手は聞き取れることのみをお伝えできるようになりました。

相手に左右されなくなりました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

とにかく、「モテ」ます、笑。

手放すことへも不安が軽減されました。

星佳さんとの出会いで、自分の「モデル」を見出し、

今、ここにいることに自信をもつことができます。

srcf /cの朝トレは、私の心に自信と安定をもたらしてくれました。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

褒めて認めてもらいたい！

なんて、

大きくなってから、言っていないとか

嬉しすぎ、ます！

おおつ かおり

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

自分の話が人に出来ませんでした。自己開示を怖がっていた？  
誰かと話す機会は少なかったと思います。

## 講座参加後に得られた変化

多様性を知る事で、自己開示に抵抗が無くなったように思います。  
自分が案外まとめたりリーダーだったり、そういう役回りも声かけられるんだーと意外でした。今までは参加者でしたが、主催者として何かやっていきたがっているような自分を感じます。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

様々な人と関わる事。それによるコミュニケーションとインスピレーション。

**NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど  
うぞ！**

語りだしたら語れるかもしれません！

よろしくお願いいたします！

## いしかわなおみ

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

コロナを発症し自宅療養をしていた10日間で、今まで目を背けてきた問題とこれからの人生の不安に直面し目に映るもの全てが白黒の世界を生きていました。

### 講座参加後に得られた変化

「とにかく、何かを変えなきゃ！」と考えていた時、箭内さんの穏やかな語り口でICの講座の説明を聞きました。

そして「この人なら私も信頼できるし、私自身も成長できるかも！？」と思いました。

### 講座で役立ったところ、活用したところ

初めて参加した講座は

ゆかり一ぬさん主催の

「セッション実践練習会」でした。

セッションとセミナーの区別もつかない

全くの初心者である私を

ICの皆さんが、本当にあたたかく迎えて下さいました。

私の初めての1歩を、応援するチャットを下さる方。

お仕事中にも関わらず、セッション練習に必要な内容を事前に送って下さる方。

親身に真剣にフィードバックを下さる方。

私は、皆さんのあたたかい想いに触れて

本当にICに出会えて良かったと思いました。

**NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど**

**うぞ！**

今後、よろしくお願いいたします！

## 今泉る美

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

16年勤めた販売の仕事で人と関わる事に疲れて退職。その後、人と合わずに自宅でできる仕事がしたい！とブログアフィリエイトに挑戦するも挫折。貯金が底をつきカスタマーセンターの仕事に就くも肌に合わず色を転々とする。最終的に就いた中国企業のアルバイト先ではアルバイトなのにいきなり管理者となり、こき使われまくった挙句に4ヶ月でクビになる。

一方、思い込みが激しく過干渉な両親とはうまく距離感を掴めず、常日頃から悩み葛藤を繰り返していた。

気力も体力もなく、誰にも相談できず、自分のやりたい事が全くわからず、欠乏感が強く先の不安に押しつぶされそうになるのを必死で自力で立て直そうとしていました。とにかく不安をかき消すように自分が何をやりたいのか、自分には何があるのか？を探すための内観をひたすら行う日々でした。

## 講座参加後に得られた変化

星野さんのグルコンで、両親との関わりについて何度もお話を聞いていただき、情緒不安定な状態から少しずつ落ち着きを取り戻していきました。色々な方との対話の中で「自分軸」「境界線」について知り、両親との関わりを自ら遮断する事を決意し、自分自身の内面の安定を図りました。

その事で当初は相当な罪悪感に苛まれましたが、今はその必要はなく、自分を一番に考える正しい選択だったと思えるようになりました、同時にヒプノセラピーを学び始め、4月からモニター提供を始めました。

行動する事でたまに不安や回避型の傾向が出る事はありますが、情緒不安定になる事はなくなり、心の安定を保ちながら日々穏やかに過ごせるようになりました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

私の中では、グルコン、自己認知ワーク、SRCF/C、頂ワーク、ヒプノセラピー、メタ認知（ICキャンパス、業務研修）が軸になっていると感じています。この流れでメンタル改善や、トランスに入り易くもなっていたと感じています。

講座では、「自分軸と境界線」で両親や他人との、自分が負担にならない距離感を保てるようになりました。

有料では、ヒプノセラピー、セッション習得会、頂きワーク（クライアントとして）を現在進行形でスキルアップとメンタル強化として活用しています。

## 補足資料（動画やスライド）

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

ICに入会して早9ヶ月。安心安全の場を保っていただきありがとうございます。この環境があるからこそ、石橋を叩いて叩いて渡れない私でも、自分の意思で提供する側に立つ事ができています。飽きっぽい私が、ICに関わらない日はないというくらい濃い期間を過ごしています。まだまだメンタル改善中ですが、今後ともよろしく願いいたします。

### 倉持真知子

#### 参加した講座

IC

#### 講座参加前の状態

ICに入る2年前に経営していたレストランを潰しました。

「10年」=企業、会社、店が10年生き残れる可能性はわずか6%。

大枚をはたいて引継いたレストランを僅か2年で潰し、文字通り生き残れない94%の仲間入りをした。

もう笑うしかない。

このレストランはICに入る2年前に経営していたレストランの事です。

7Daysで年間の休みは3日のみ。ランチとディナー営業。

スタッフは最低6名。

根拠のない自信120%を持った私に、やらないという選択肢はなく、

夫の難しいよと言う言葉も耳には入らず・・

どんどん

しかし3か月程したらなぜかキッチンのキーパーソンと話が出来なくなって、とにかく話をしたくないのです、虫が好かないというやつ。

そうすると、連絡事項も最低限でどんどんギクシャクしてくる。

キーパーソンからのフロント（ウエイトレス）スタッフへの嫌がらせ、高圧的な言葉、悪口、悪態、客の前での大声。

オーナーである私への悪口、喧嘩口調などは毎度の事。

そうしている間に、今で言うモラハラを受けているような状態になり、何をされても、文句が言えないオーナーでひたすら我慢する、ナイフを見た時に衝動的に自分が何をするか分からない様な追い詰められた自分に。

ある日、夫が私のレストランというリングにタオルを投げ込んだ。

私の言動がおかしくなっていたからだ。と聞いた。

全てが終わった後、私に残ったのは「トラウマ」と「借金」と「夫のチクチク言葉」

そしてそれらを思い出さないように

100トンの重さの蓋をして、自分は悪くないと言う思いのトラウマを閉じ込めていた。だが寝ても覚めても頭に響く声、映像、顔、自分の内なる声。

それを防ぐために、いつもYoutube で朗読を聞いていた。寝るときも枕元に置いて余計な事を思い出さないようにして過ごしていた。

夜中に目が覚めてもまたYoutube をセットして聞いた。

眠りも浅かった。

私自身はウツにもならずよく耐えたと思っていたのだが、本当はどうなのか分からない。

## 講座参加後に得られた変化

ICに入って1か月程してから、様々なセミナーに参加した。

箱庭、アートセラピー、頂ワーク、コンテンツフリー、リフレーミングワーク、瞑想、自分を解放するためのセミナーを受けまくった。

70%ぐらいまではうまく進んだが100トンの蓋はなかなか厳しい。

だが1年前には思い出したくも、話したくもない、この嫌な話を今は書くことが出来ている。

もう間もなく自分の力で蓋を取ることが出来るのではないかと考えている。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

そして相性診断と言う自分のカードに出会った。

トラウマを解消するのを忘れるぐらい相性診断に引き込まれた。

私の店がなぜ機能しなかったのか、キイパーソンとうまく行かなかった多くの原因の中の一つが「相性」だと分かった。

もしこの相性診断を最初の時点で知っていたら、まずこの店に関わらなかった。

そのくらい人との相性が重要であると今は思っている。

自分の夫、娘、親、姉妹との関係、ICでの活動で遠慮なく話せる関係、なぜだか話しにくいと思う相手。相性診断で理解し改善して来た。そしてセミナーでその有用性を皆に伝えた。

夫との関係もイライラのし通しだった、決断できない、ハッキリものを言わない、気が回らない、言い出せばきりがないくらいある。

おまけに相性診断では相性が悪いと来ている。

相性診断の師匠にすれば、なぜ離婚しないのか理由が分からないとか。

イヤそれは一重に私の我慢でしょう、と思うのだが・・・

それはさておき、夫の考え方や気質が分かったら、イライラしても、彼はそう言う人なのだと理解した、そして彼の持っている良さを見つけることが出来た今では何よりの収穫だと思っている。

あるお母さんが息子との会話がうまく行かない。

子どもが引きこもり一歩手前で何とかならないかと相談された。

生年月日から見れば、お母さんの気質は心配し過ぎ、おまけに相手の話の文脈を無視して自分が思った話を自分のタイミングで話す傾向あり。

要は息子さんの話をゆっくり聴いてないことが分かった。

そこを説明、彼女はわずか1週間ほどで息子さんとの関係改善に至る。

1年以上もやもやしていたものが、わずか1週間で解決。

本当に簡単なんです。分かれば。

私たちの悩みの90%は人間関係なんですよ。

あの人がこう言った、言わなかった、挨拶しなかった、こんな事でも気質が分かれば憂える必要はないわけです。

そして今一緒にいて安心できる仲間も結局は相性でつながっている。

他の占いでは分からない気質と行動の関連性、その人の持つ天才性を見つけられると思っている。

**NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど**

**うぞ！**

私は現在70歳、

活動出来る残り少ない人生を、親の価値観で子供のやりたいことを止めている人たちに向かって

「チョット待って！子どもの気質を知って、一緒にその子の適性を考えましょう、その子にも考える自由をあげて」

と心の底から思っています。

そして最後に私の大きな夢。

来年はブレイクします！

その夢は「情熱大陸」でインタビューされることです。

70歳のピンクおばさんがあなたを救う ってタイトルいいかと思うんですが。ね？

Y.O.

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

私は今年の2月に肺がんで母を亡くしています。去年の10月に肺がんのステージ3と診断され放射線治療後、がん細胞は小さくなり回復に向かいましたが、今年の1月に再発。残りの時間が少ないことを告げられました。母は最期は自宅で過ごしたいと望んでいたため自宅で看取る覚悟をし、自宅に戻って10日で亡くなりました。

母が亡くなった時に私はとても悲しい気持ちと、清々した気持ちがありました。どうして自分の親が亡くなって清々した気持ちになてなるのだろうか？私は自分が人として欠けていると思ってはいたけども、どこかおかしいのではないかと不安になり、ネットやYouTubeで同じような人がいないかを探しました。そこで初めて「毒親」「機能不全家庭」という言葉を知り、私と同じように親に苦しめられている人がいることを知りました。

私が入として欠けていると感じていた理由の1つが、幼少期の記憶がないということでした。一番古い記憶で小学校3年生の時、それ以前の記憶が全く思い出せない。弟には幼稚園の時の記憶があり母と思い出話をしていたので、私に幼少期の記憶がないことがずっと不思議でした。どこか私は人と違うと孤独感のようなものを感じていました。毒親という言葉を知り、自分にはトラウマがあることを知りました。過去の記憶を奥深くにしまい込んでしまうほどの出来事が私にはあったんだと思うと、思い当たることはある。記憶にある範囲でも私は母から「産まなきゃ良かった」「一緒に死んでくれ」「あなた、どちら様？」という言葉、散々言われていた。母にはリウマチという持病があり、6人姉弟の4女で「いらない子」と言われて育ったことが背景にあります。

母は16歳の時にリウマチを発症し、右ひじが90度に曲がったまま硬直してしまいました。その当時はリウマチは若者がかかる病気ではなかったため、病名がわからないまま弟が5歳の時に病名がわかったそうです。リウマチは痛みを伴うため「針の上で寝ているようだ」とよく言っていました。私は物心ついた頃から、母を助けて母を支えることが当たり前でした。それでも、子供の私にできることは少なく「また、何もできなかった」「私は役に立たない」「お母さんが言うように、私は産まれてきちゃダメだったんだ」と思っていました。

辛いことから逃れるために空想してました。考えること、頭の中だけは自由。現実を見ることができませんでした。大好きだけど大嫌いな母でした。

大人になった私は息をするように自己犠牲をしてしまう。そうしないと、その場にはいけないように感じてしまう。他人との人間関係を築くことが難しく、疲れ果てていました。パワハラに合うこともありました。恋愛でも結婚という話になると恐怖心が出てしまい、自分から破談にしてしまう。そんな自分のことが大嫌いでした。どうにかしたいともがいてました。でも、どうにもならない。

そのうち考えることは原因探しになり、空想や妄想もできなくなっていました。

そこで母の死に直面しました。

母の最期の言葉は「気持ち悪い、何とかして・・・」私の目を見て助けを求めてきました。なすすべもなく母の息が徐々になくなっていくのを泣き叫びながら見ているだけ。

私は「また何もできなかった」と後悔、罪悪感、無力感に潰れてしまいそうになりました。どん底を見た気持ちでした。

その中で感じた違和感が「清々した気持ち」でした。その意味を探っていく中で箭内さんのYouTubeに出会い、ICに入会することになりました。

## 講座参加後に得られた変化

ICに入会した3日後に頂ワークに出会いました。視聴参加と一緒にワークをすると悩みが悩みでなくなり驚きました。でも、この時は原初の記憶は思い出せませんでした。

これはスゴイ！1on1で受けてたい！と思い、たまちゃんの頂ワークで原初の記憶に辿り着くことができました。瞬間幼児退行で育て直しを体験し、トラウマを手放す感覚を知りました。子供の私が癒されるのを感じました。

そこからSRCF/Cでは自分の状態を整えることを知り、未来が描けるようになりました。

諦めていたものも、望んでもいいんだと思えるようになりました。

自己認知ワークは100シート以上してます。自分の頭の中と100回以上向き合うことで、選択肢は無限にあり自由に選べる事を知りました。怒ることもなくなり、穏やかにいられることが幸せです。

行動を怖がって躊躇する私をグルコンで星野さんは何度も背中を押してくださいました。応援してもらえることの喜びも知りました。

コマッティーさんのリフレーミングのセミナーで短所は長所であることを知り、嫌いな人がいなくなり自分のことが大好きになりました。

浅井幸さんのセッションで母から宝物をもらっていたことに気づきました。

母の死を哀しんでいることに寄り添ってくださるやまさんの存在は大きく、哀しいことは普通のこと。そのままでもいい。と理解してもらえることで救われました。

やまさんから在り方を学び、学んだことをお渡しすることで、私自身を受け入れてもらえ、頼ってもらえることが増えました。少しずつ、良い人間関係が築けるよになってきたのを実感しています。

私は母との関係に長く長く悩んでいました。母が亡くなってからも、悩んでました。

それがたくさんの方とご縁をいただく中で大きく変わりました。

考えることや自己内観が得意なのは母との関係があったから。

自己犠牲してしまう私は「良くないことをたくさんした経験」と思っていました。同時に「たくさん喜んでもらった経験」だった。

母を選んで産まれてきたのは、ツライ修行のためではなく、深い愛情を知るためだった。

母の最期の言葉の裏には私に最期の言葉を残したかった。私への愛だった。

言葉の奥にある、言葉にならない言葉に目を向ける。

筋内さんから教えていただいた「無意識=私」や無意識で相手の話を聞く。

その視点で見て感じてみる。

母が私に言った言葉の裏側を。

母自身が自分の体が思うようにならない無力感、私に真っすぐな愛情を向けられない罪悪感、私に言ってしまった言葉への後悔。

私が感じていた感情は母も感じていた感情だったのかもしれない。

母との過去の出来事はすべて愛おしいものになりました。

「大好きで大嫌いな母」は「大好きで愛おしい母」になりました。

私は自由を得て、自分の人生を胸を張って歩める。

ICに出会い4ヶ月、最高に幸せです。ありがとうございます。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

ICの全てが役立ちました。

ICキャンパス・グルコン・SRCF/C・業務研修・やなゼミ・みなさんのセミナー

## 補足資料（動画やスライド）

<https://youtu.be/xcGGi1PNh2I>

<https://www.youtube.com/watch?v=Nmht9PBNHdw>

vll0.mp4 (19.68 MB)

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

今回、振り返る機会をいただき、自分の変化を実感できました。

このような機会を作っていただいたことにも感謝ですが、この安心安全が保たれたコミュニティがあることに感謝しております。

また、ご縁をいただいた皆様に改めてお礼をお伝えしたいです。

## 参加した講座

HSPC, ミラクル, ミラクルメンター養成講座

## 講座参加前の状態

とにかくいつもイライラしていた。

## 講座参加後に得られた変化

メタの視点を持つことができ、穏やかな気持ちで過ごせているし、保守的なだけではなくチャレンジもできるようになった。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

ミラクル：頂のステートで過ごす

ミラクルメンター：自己適用で自分を整える

HSPC：催眠誘導スキルアップ

自分の得意なこと、苦手なことを知り、自己理解が深まった

**NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど**

**うぞ！**

これからも素晴らしいコンテンツをどんどんご提供いただきたく、期待しています。

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

何に対してもやる気が起きず無気力だったが毎日、仕事と家事をこなし、将来の夢など描けない、トラウマから抜け出せず死にたくなるほど辛かった、  
だけど死ぬ勇気もない、子ども達を自立させることだけが生きている理由だった

## 講座参加後に得られた変化

自由になれるという夢をみてもいいんだと思えるようになって、生きている意味が分かった  
長年抱えていた親子関係自身のルーツを認め、向き合うことが出来た事から  
何事にも肯定的な意図があることを理解し  
トラウマから解放され手放すことが出来つつある

## 講座で役立ったところ、活用したところ

グルコン→親へのトラウマ解消 書き出しワーク

ICキャンパス諸前提→16か条の意味を理解し、自身に落とし込みワークでメンタル改善

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

うぞ！

自分の決断は正しかったと思う

金銭面に余裕がなく、後悔した日もあったが、今が正に自分にとってタイミングであったと思えるし、学びの中で葛藤で悩むこともあるが、信じたこの会社を選んで参加したことを褒めてやりたい

壁はこえられる、そう信じて前へ進むことが出来る。ありがとうございます

## 絹井淳子

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

6歳、2歳の子供を育てながらカウンセラーとして起業しようとしたのですが、やり方がわからず、自分のメンタルにも自信があるとは言い切れず、ICに入会しました。転勤族で慣れない土地で、なおかつコロナ禍での子育てだったこともあり、自分の友達もいない中でのワンオペの苦しさ、イライラがつのり、子供や夫に感情をぶつけることが月に一回はありました。

### 講座参加後に得られた変化

我が強く神経質な長男の考えていることが理解できず悩んでいたある日、フレキシビリティのワークに取り組みました。

メタで私と長男が向かい合っている様子を見ることができました。その時に長男が私に望んでいることが心にすっと入ってきました。

また私と息子の2人の様子をメタで見えていくと、それは人生の中のほんの一瞬のとても尊い時間に思えて、あー私はなんて幸せな瞬間の中にいるんだろうと、ワークをしながら大泣きをしました。それから時折、自分の子育てしている様子をメタの視点から見るとは今の幸せを噛み締めることができます。ワンオペ育児の辛さが大幅に減った気がします。

### 講座で役立ったところ、活用したところ

複数の講座は利用していません。

ICはビジネスを進めるために入りましたが、自分のメンタル改善、周りとのコミュニケーションにもとても活かしていると思います。

そして、今商品を作り、インスタでの発信を始めたところです。行動力が、IC入会前の自分とは比べ物にならないくらい上がったと思います。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

人のために自分ができたいことをしたい、というギブの精神を持つ人がこんなに集まっているコミュニティは他にないと思います。

みんなで健康で楽しく、世の中を元気にしていけたら幸せだなと思います。

いつもありがとうございます。

## よーこ♪（辻陽子）（叶陽子）

### 参加した講座

IC, HSPC

### 講座参加前の状態

自己肯定感が低く、自己愛、承認欲求が強い割に被害者意識が強く他者依存的なクレクレ星人

幼稚園の頃から自分の思っていることが言えなかった。何をしても、否定されたり、長女ゆえ常に親の不平不満を聞かされては、自分は嫌われている、認められていないという負の感情が大半を占めていた。毎年通信簿に「手を挙げて発言しましょう」と同じことを書かれた。

父の転勤で転校を繰り返し、いじめられたことでどんどん自分の殻に閉じこもった。高校へも無理矢理行っただけで、何も楽しいことがなく、短大では児童劇部での活動だけが唯一打ち込めるものだった。親の敷いたレールを走る以外の選択肢はないと思っていた。

親のコネで入社した保険会社に5年勤務、当時流行の寿退社、永久就職と相成るはずだった。元夫との間に、不妊治療の末、一女が生まれるも経済破綻し離婚。ひとり親でがむしゃらに会社と家の往復。娘に習い事をさせる代わりに、母娘で一緒にミュージカルに参加。自分以外を「演じる」ことが楽しかった。

会社での仕事に慣れてくると、お局様にマウンティングされ、パワハラにあった。失業、休職中に会った「ゴスペル」心の免疫力を上げるワークショップに参加し、お金も時間も心の余裕もない中、魂の声に導かれ入会。感謝、希望、人生の素晴らしさを「歌う」ことで心のオリが涙とともに流れ、洗われる気がした。

将来的な経済の安定と一生懸命になれる仕事を見つけたい。潜在意識の活用セミナーや投資、ネットワークビジネス等チャレンジするも、収入には結びつかず逆に数百万円の支出のみ。その後、他者依存に走り再婚。同居日から、夫のモラハラ、自己愛性パーソナリティが炸裂。毎日否定され続け、心身を病む。娘の家出宣言で目が覚め、調停離婚。

コールセンターの仕事を続けながらも、満員電車通勤とクレーム対応でメンタルが疲弊。難しいお客様対応をしても、処理件数で低評価。契約社員で定年まで務めても自己実現は一生できない。自身のメンタル改善と起業を目指し、IC、HSPC養成講座に入会。

## 講座参加後に得られた変化

嫌われる勇気とメタ視点を持つことができました。無意識と繋がることで心を調えることができる学びを得ました。そのメソッドをより多くの方に伝えたい、お役に立ちたい、と人前に立つチャレンジができるようになりました。人生の舵を大きく切り、大海原に漕ぎ出したような気持ちでいます。

HSP気質を知り、自身の取り扱い方法を学び、頂きワークの相互提供で、生きづらさから徐々に脱却。ICの五本指ルールに則り、埋もれていた自身の中の中指兄さんや小指赤ちゃんが目覚め、アウトプットができるように。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

HSPC講座で、HSP気質の強い仲間と安心安全の場でラポールを築くことで一体感が生まれ、みんなで協力して成功しようという気運ができた。

滝行参加で、HSPカウンセラーになるコミットメントができた。

ICの青山洋子さん主催「夢、理想の未来、あなたの1番の願いをみつけるセミナー」に参加することで洋子さんと繋がり「ダブルようこ」でセミナーをやりたいという夢が生まれ、3ヶ月で夢実現！

HSPC養成講座では、自身の気質とマーケット、ニーズを理解し、頂ワーク&幼児退行交互提供によりトラウマ解消、安心・安全なアウトプットの場と理解。やなゼミにて2日間集中、4te↔4tiの繰り返し、箭内さん菅原さんのリアルなパワー演習にて無意識優位の実感を獲得、ICにてSRCF/C演習、大勢のカウンセラー、ヒーラー、セラピストの仲間たちとのセミナー、グルコン、交流を通じ、すべてのことに肯定的な意図があり、ライトワーカーとしての天命を見いだす。メタルーティンの統合により、日々楽しみながら、現世人間界の修行継続中

## 補足資料

Facebookのコミュニティでセミナー講師としての自己紹介動画を撮りました。編集が間に合わず荒削り状態ですが、動画を撮るなんて考えもつかなかった去年からは飛躍的に成長したと思っています。

<https://photos.app.goo.gl/F4sdRt4jLh6NfCJG7>

菅ちゃん（菅野）さんがご好意で製作してくださったプロモーションビデオ

<https://www.youtube.com/watch?v=bm04s79teJM>

BGMは、Simon & Garfunkelのカバー曲、自身のFirsttake動画より引用

<https://www.youtube.com/watch?v=nCBJzzNoKlw>

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

箭内さん、菅原さん、InstagramのMokoさん、NimbusCreationのスタッフの皆さま、IC、HSPCの皆さま、大好きです💖これからも仲良く、成長しあっていきたいです。よろしくお祈いします🌟  
出会ってくださってありがとうございます。これからもよろしくお祈いします。

## 参加した講座

IC, ソウル・セールス

## 講座参加前の状態

- ・完璧主義、ストレス耐性の低さから仕事（保育所保育士）で他者から認められるために、睡眠時間を削って日々仕事の準備をする。
- ・仕事では子どもの姿＝自分の評価と思い、子どもへのイライラが日々増す。
- ・子どもに対して怒鳴らないように数々の方法を試すものの、自分の体を傷つけるだけで終わる。

2013年

- ・睡眠不足による居眠り運転により交通事故を起こし、廃車分、新車分2台の車のローン返済生活スタート。

2014年

- ・一人暮らし開始。
- ・毎月車2台分のローンを返済し続けることや家賃を払うことなど、「お金がなくなる」ということへの恐怖が大きくなり、暑さや寒さに耐えるなど極端な節約に走る。
- ・家庭内で立て続けに起きた出来事により、弟の婚約者への恨み、母への蔑み、「私は幸せになってはいけない」という思いから生きる意味が見いだせなくなる。
- ・弟が結婚し、実家で同居を始めたことで自分の居場所がなくなったように感じ、ますます生きる意味を感じなくなる。
- ・職場での上司からのパワハラ、片思いの失恋により、生きる希望を失うが、死ぬのが怖いのでただ生きる生活を送る。

2015年

- ・人生の谷底。
- ・「今の自分を変えたい」と思い、カウンセリングやコーチングを受ける。

2016年

- ・車のローンを一括返済し、貯金を始めたことで気持ちに余裕が生まれてくる。とはいえ、生きる意味はまだ見いだせない。
- ・コーチングを通し、保育士のサポートをしたいと思うようになり、方法を探す中でICに出会う。

## 講座参加後に得られた変化

(Before)

- ・自分が人と親しくなれないのは、性格、親の育て方、何より自分の容姿に問題があると思っていた。

(After)

- ・自分のメンタルの状態、コミュニケーションパターンに課題があるからであり、トレーニングにより改善可能であることを知った。

(Before)

- ・人が自分に声を掛けるのは同情からだと思っていた。

(After)

- ・人の純粋な優しさにふれた。損得なく付き合うことのできる関係はあるんだと知った。

(Before)

- ・多少ピアノが弾ける、多少リズム感があることぐらいしか取り柄がなく、保育士という世界でしか生きられないと思っていた。また、保育士の世界の中でもできないことだらけの劣った存在であると思っていた。

(After)

- ・自分が本来持っている強みに気づいて、自分で認められるようになった。

(Before)

- ・心を開いて話すことができる友達は保育園からの友達3名のみ。（うち1名音信不通になる）

(After)

- ・毎日のように楽しく話すことのできる人ができた。

(Before)

- ・自分の容姿についてコンプレックスがあった。

(After)

・自分の魅力に目を向けられるようになった。

↑

全てICでの人との出会いにより得られました！

-----

その他の変化

< 講座内 >

- ・ ICアシスタントコーチになり、ガイダンスセッション担当、各種資料作成を行う
- ・ 自己認知ワークインストラクターとして活動（2017年～2021年）
- ・ 2019年～ セールス担当として活動

< 仕事面 >

- ・ 仕事量 = 貢献という考えを手放し、残業をしなくなる。
- ・ 職務遂行上重要な部分にフォーカスできるようになり、作業スピードが上がる。
- ・ 新たな職場でも同僚と打ち解けて話せるようになる。
- ・ 子育て支援担当時、電話による子育て相談件数が前年度の4倍になる。
- ・ 子育て支援担当時、セミナー、園庭解放参加者のリピート率がそれぞれ前年度の3倍、2.5倍になる。
- ・ 2020年 自分の仕事の方向性に悩むが、頂ワーク、Center-Codeにて自分の大切にしたいことに立ち戻る。
- ・ 2022年3月 17年の保育士生活卒業。退職届提出直後に、公立保育園の正規保育士、児童発達支援事業所の園長のオファーが来る。
- ・ 2022年4月 販売代行にて220万円の売り上げを上げる。
- ・ 2022年6月 BATNAを駆使し、好条件で保育園での仕事スタート。

< プライベート >

- ・ 2020年 現在のパートナーと交際スタート  
(パートナーがほしい、がIC参加時の目標のひとつ！)
- ・ 2022年2月 入籍
- ・ 2022年5月 各所でBATNAを駆使した結果、住んでいる地にてオリジナルウエディングを挙げる(想定予算内におさめる)
- ・ 2023年2月 出産予定

## 講座で役立ったところ、活用したところ

<IC>

- ・メンタル改善の場、コミュニケーションのトレーニングの場として
- ・セッションスキル、セールススキル向上の場として
- ・リーダーシップ発揮の場として
- ・自分の生きたい生き方を選び、取り入れて学んでいく場として
- ・困ったとき、落ち込んだ時の心の拠り所として
- ・自身の行動スピードを上げる場として

<ソウル・セールス>

- ・セールススキル向上の場として
- ・人生についてのマインドセットを変えていく場として
- ・自分の可能性に目を向けていく場として

<IC、ソウル・セールス>

自分の人生を自分の手で変えていく場として

## 補足資料

アイディアはあったものの、体調が安定せず休息優先しました。

**NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど**

**うぞ！**

※チームメンバーのため、対象にはならないものの、Nimbusちゃんへの感謝の気持ちを伝えたくて送りました。

そのため、応募期間後に送っています。

Nimbusちゃんとの年月が長くなり、この環境が当たり前になっているけれど、実はそうではないんだなと改めて気づきました。

ひとつひとつの出来事がある、今があるんだなーと強く感じています。

メンタル改善により、見える世界が変わったこと。

見える世界が変わると次の一歩もまたその次の一歩も、違う景色が見えること。

違う景色を見続けてきて今があり、これからもきっと今まで想像もしなかった景色が広がっていくこと。

Nimbusちゃんに出会って、自分の人生が彩を持っていく感覚を何回、何十回、何百回と体験してきました。

私の人生をCreateするきっかけをくれて、Createする楽しさを教えてくれて、ありがとうございます！

Nimbusメンバーのみなさま、愛しています。

いつかお会いしたいです！

コミュニティメンバーのみなさま、これからもともに成長していけたら嬉しいです！

yoshie -aroma holic-

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

仕事量と収入が釣り合っていない状況への不満。感情的には揺らぐこと無く淡々と過ごしている。と思っていました。元々、俯瞰傾向でもあるので、感情に溺れるようなことはありませんでした。一方で、夢、目標、趣味、など何も無い。人から見ても他人軸だったが、自分ではわかっていなかった。

## 講座参加後に得られた変化

自分の感情や想いなどを、思ってもいないほど、相当、かなりかなりかなり、押し込めていた、閉じ込めていた事に気がつくことができました。気付きに次ぐ気付き、気付きまくりで、殻を脱いでも脱いでもまだ脱げる!!!これは面白いし楽しい!!!!自分の中の黒〜い部分の意味もわかるようになってきているし、そうすることで他人を同じ様に見る事ができるようになりました。自分と自分の関係、自分と他人の関係など、どんどん変化し続けています。

☆以下、変化の箇条書きです

自分の思ったこと、感じたことを出せる様になったこと

男性に対する苦手意識の改善

閉じ込めまくっていた想いの多さに気がつけたこと

自分軸であることがわかってき始めた。

考え方捉え方の柔軟性と受け容れる範囲が広がった

固定観念、既成概念にいかにも縛られていたか思い知った。

人の目が気になることがなくなってきた。

本当の望みを遠慮せず描けるようになった、夢、目標が持てた。

子供の頃からの「謎」「疑問」などがどんどん解決している

宇宙理論が聞けたのでより一層安心感を得ている

体感覚が変わってきた。体感覚による導き。

直感ってコレか！という気付き。

見えないものが見える時がある。

何も無いところで香りを感じることもある。

手足の感覚の変化

実際のトリートメント中の体感も変化

エネルギーの流れの変化がスムーズになった

潜在意識の理解が深まった

トランス苦手、自動思考ゴチャゴチャだった私がヒプノセラピーを学んで提供し始めている。

自分の「できること」に気がつけた。

いろんな価値観を付ける前の自分に会えた（ワンダーチャイルド）

本当に全てをさらけ出せる仲間に出会えた!!!!

人に頼めるようになった。

自分を愛せるようになった

日常に感謝できる様になった

無いものへのフォーカスが激減した。

180度変わったところではなくスパイラル状に上がっている感じなので、360度、720度、1,800度くらい変わっていると思っています。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

コミュニティの中での事は全て活用できていると感じています。セミナーに限らず、その場、その時出会う人、人から人への繋がり、全てに意味がある。出会ってくださった全てに、ひとつひとつに本当に意味がある。それが本当に自分にジャストタイミングで訪れる。先ず安心安全が確立されている事、コレは自分が思った以上に本当に安心安全でした。

その安心安全があるからこそ、自分を思い切り内観することができ、恥や失敗をそうは思わずに学んでこれました。暖かい場所で、暖かい想いを存分に浴びる事ができ、それによって変化変容も恐れずに脱皮できています。

## 補足資料

手伝っていただきながら、まだ未完成のプロフィールスライドです。

[https://www.canva.com/design/DAFGbwGpCbA/dtk149VOhW5bWMCh9Kx2rw/edit?utm\\_content=DAFGbwGpCbA&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFGbwGpCbA/dtk149VOhW5bWMCh9Kx2rw/edit?utm_content=DAFGbwGpCbA&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

いつもありがとうございます。大きくなっていくコミュニティを変化、維持させていくのは大変なことだと推察いたします。ありがとうございます。みんな違ってみんな良い。みんな違って当たり前。そんな社会になれば良いなと思います。

これからもよろしくおねがいしますm(\_ \_)m

## 縁花恋

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

最愛の兄を亡くし、境界線を越えた他人軸で生きてきた中で母とは生まれつき共依存、、、奈落の底におりました。

### 講座参加後に得られた変化

いつでも誰かしらとすぐに繋がれ、話を聴いてくださる方々がいる。その中で少しずつ、日々、筋トレを繰り返してきた毎日毎日の中で、葛藤しながら自分軸になれ母とは境界線を58年掛かりながら外せ、180°変化した現状の今があります。

### 講座で役立ったところ、活用したところ

未熟ながらの等身大の自分をアウトプットし、フィードバックいただき、改善し又新たにアウトプット繰り返す中で、螺旋階段を一段一段昇るような景色や感覚を自己実現し回りにも感化する影響を与えられ相互作用でミラクル展開中です。

### NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

### うぞ！

私のビフォーアフターが、多くの悩む方々に勇気や希望やワクワクを感じていただけたなら私はそれがこれまで私を支えてくださった方々への感謝と想っております。ありがとうございました。

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

独身でパートナーがいませんでした。

「結婚＝苦しみ」というイメージが強く、結婚について真剣に考えていなかった。

## 講座参加後に得られた変化

ICに参加→おしゃべりチャットでclubhouseを知る→clubhouseで彼氏と出会う

結婚に対する最悪なイメージ→セミナーに参加→「結婚、何だかいいかもね」に変わる→婚約

一時期、おしゃべりチャットでclubhouseがすごく盛り上がっていた頃がありましたが、あんまり興味がなかったんです。

でも何かのきっかけで（確かICメンバーの方が朗読されてるのを聴きに行こうかな…とか、だったと思います）clubhouseを始めてみました。

そしたらなんとclubhouse内で婚約者と出会いました！

以前より「結婚＝苦しみ」というイメージがとても強く、彼が結婚を考えてくれていてもなかなか一歩踏み出せない自分がいて、夫婦関係に関するセミナーに参加してみたんです。

そこで聞いた「自分にとって、一人、最大の味方がいてくれるって、そんな心強いことはないんだよ！」との一言が背中を押してくれました。

この秋、入籍の予定です。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

多分ICに参加してなければ知らなかったことを知れた。

新しいことを始めるきっかけを掴めた。

セミナーに参加したり、色々な人とお話をしたりする中で、結婚に対する最悪なイメージが変わった。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

このコミュニティがあってこそのお出逢いです。

皆さん、ありがとうございます！！

### 松田久美子(くみ)

#### 参加した講座

IC, HSPC, ソウル・セールス

#### 講座参加前の状態

- ・自己肯定感が低い
- ・母との関係が悪く、トラウマもある。正直、好きではなかった
- ・自分の思い通りにならないと、イラっとしてしまふ感情が多かった
- ・言いたい事がなかなか言えない
- ・周りの人の感情に左右されて疲れる
- ・周りの人と自分を比べては、自分はダメだ・・・と思っていた
- ・自分の限界が分からない。ゆえに自分を追い詰めてしまう
- ・自分は凡人で特別なことは出来ない

#### 講座参加後に得られた変化

講座前の自分のメンタル面からは大きく変わり「人を変えるな自分を変えよ」

本当にその通りでした！！

自分の心のコップが満たされる！

そして自分を満たして、自分が整ってくると、見えるもの、感じ方が全てが変わってくる！

状況は変わらなくとも、感情が選択できるようになっている！

それが出来るようになって、とっても楽になりました。

今は必要のないものを、どれだけ大切に抱きしめていたのかが分かり、

それを手放した解放感を感じています

## 講座で役立ったところ、活用したところ

IC内では、コミュニティに入らなければ会えない方々との縁をいただき、心理職初心者の私に沢山の知識や知恵を教えて下さったからこそ、自分が進みたい方向が見えてきました。

そして、寄り添う技術であったり、セッションスキルであったり、初めて聞くものばかりでしたが、習得させて頂き、今は、安心・安全の中で、頂ワークセッションの練習をさせて頂いています。特に寄り添う事を大事にセッションをしています。

HSPを知ったのは、ICに入ってからでした。

自分の性格って「面倒くさいな」って思っていたのですが、

それがHSPの気質だったとは・・・

それを知ることによって、納得できて、腑に落とす事ができ・・・

そうすることで、自分を受け入れる事ができ、自分に優しくできるようになりました。

そして、HSPの気質がある事によって、生きにくさを感じている方達に向けて、

自分らしく生きることをサポートをして行きたい！！そう思うようになりました。

今は、その思いを胸に、IC内で頂ワークの練習に励んでいます。

ヒプノセラピーのエッセンスを織り交ぜたワークにしています。

講座に入る前は、自分が人を癒したり、セッションを提供するなんて、想像もできませんでした。

しかし、今ではIC、HSPC内で40人程の方に頂ワークを提供させて頂き、それなりの成果をお渡し出来ている実感を持てるようになってきました。（まだまだ続けます！）

また、お陰様で、リピートをしてくださる方、「受けてみて良かったから」とご紹介してくださる方も数人いらっしゃいます(\*'艸`)

とってもありがたいです♡

講座参加前の自分が見たら、驚く状況だと思います！！

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

いつも安心・安全をありがとうございます！

おかげさまで、安心して活動ができています。感謝しております♡

ベストパートナー部門にもエントリーさせて頂きました。

## 星野 匠

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

地方公務員として北海道庁に勤務。

嫌な仕事を何としてでも辞めたい！ の一心で色々取り組んでいたけれどうまくいわずに焦っていた時にICと出会いました。

メンタルボロボロ、心理学のスキルも知識もゼロ、感情の起伏が激しく、人間関係もうまくいっていない状態でした。

## 講座参加後に得られた変化

まずはメンタルが安定して、怒りや落ち込みが長引かなくなりました。

また、それに伴って人間関係も改善して、あれほど嫌だった仕事もそれほど嫌でなくなっていました。

IC内でセミナーやセッションをしていくにつれ、スキルアップや実績の蓄積が進み、「世の中に幸せの輪を広げていく」という使命を覚え、カウンセラーとして独立起業しました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

安心安全な場で、好きなだけアウトプットできて、いろんなことを試して、自分自身のスキルアップと共に、コンテンツのブラッシュアップができたところ。

## 補足資料

<https://mental-design-fg.com/page-226/>

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

IC内でセミナーやグルコンをやっていますので、お気軽にご参加ください。

また、安心安全なICをどのように活用していいかわからない方は、「何をすればいいですか？」などと、遠慮なく聞いてくださいね。

菅野龍治

## 参加した講座

IC, ミラクル

## 講座参加前の状態

空っぽメンタル

## 講座参加後に得られた変化

満ち溢れるメンタル回復感

## 講座で役立ったところ、活用したところ

頂きワーク

## 補足資料

ありがとう佳さん(bow)

頂きワーク愛が止まらない編

[https://youtu.be/XEYBs\\_guE4c](https://youtu.be/XEYBs_guE4c)

NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればど

うぞ！

ただのその辺で働く会社員が、こんな動画まで作っちゃうなんて自分自身信じられないほど心が満たされています。 皆さん本当に感謝いたします ただそれが言いたかっただけ

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

2018. 離婚、8歳の息子と6歳の娘抱えて地元に出戻り

がむしゃらに生きるしかない、

正規雇用 土日祝休み・福利厚生しっかりしている社会福祉法人 障害者就労支援施設に履歴書を送り、  
中途採用で2019. 4. 1採用

美容師・パチンコ屋・警備員・自動車工場夜勤・老人介護・障害者支援員を経て

どんなこともすぐに習得できる能力はあった・・・

それがあだとなり、シングルマザー（強い女イメージ）職をたくさん変えている（飽き性・長続きしない）

今までもめ事ばかり起こしていそう・・・といったイメージを自分で勝手に作り上げていた。

職場の仕事内容はすぐに習得、、、しかし、それが周りは面白くない。アウェイな空気感が一年  
続く・・・しかし、負けず嫌い発動。会議やイベント等でガンガン発言。一部には「新しい風」と

評価される。上層部からも高評価・・・それがさらに直属上司との折り合いに悪化。

何を企画しても、仕事がうまくいっても褒められることは一切ない。嫌みの連発。次第にストレスで拒食  
症になる。

不眠症・不安神経症・・・元夫からのモラハラ・DVがフラッシュバック。過呼吸・めまい・重症貧血など

2021. 8月 工作中倒れる 顔面蒼白、救急搬送・検査結果：子宮に癌の恐れがあり。

10歳長男・8歳長女を置いて私死ぬの?????????

これはまずい！がむしゃらに生き過ぎた💧

ここで、メンター現る。取引先の会社のトップに「生き方を変えろ」とFBされる。

とにかくダメな私も、頑張る私も、また凹んで泣いてる私も一日も欠かさず

毎日、チャットか電話か直接会うかでFB頂いた。

今年に入って・・・「そろそろ前に進め」

・メンタルが改善されてきた！会社を辞めて転職するのか？開業するのか？

自問自答の日々が始まる。

障害者就労支援施設で就職者を数名出せる実績もあり、いよいよ年度末。

人事異動の話が出る。モラハラ上司のにんまりした顔で「青井さん、二年居てどうでしたか？ 私の元で働くの嫌でしょ？もっと他の管理者の方がいいでしょ？」

意味不明な理由で私の担当の利用者さんと離れる羽目に？学校や市役所、公務員は3年に一回くらいで転勤もありますよ！営業とかも良くありますよね？分かります。

けどね、理由が・・・

私とその事業所に希望した理由が、シングルで子供がまだ転校してから、なじめない

自宅から一番近い距離のここにしたい。動機は弱いけど、子供最優先。そして、私の今抱えているケースがとて中途半端。3月に企業実習していて、今一番フォローが必要

『なぜ、私なんですか？私はまだ来たばかり・・・他の方は7年以上も居るじゃないですか？』と問いたですと

「みんなは異動の意思がないので、ここが好きなので、けど、青井さんは居心地悪そうだから…聞いてください」

愕然とする私・私の意思は配慮されないのか？・私の仕事は誰でも出来るのか？

上司に見捨てられた感覚で

私は初めて、職場で号泣しました。今まで、大概のことは耐えれた。

子どもの為、生きるため、いつかは認めてもらえるだろう。と

返事の期限は明日！！ さすがに堪えました・・・パートさんの前でも

主任の前でもワンワン泣きました。初めてみんなの前で心開きました。

私はいい加減な気持ちで働いているわけではない！信念持ってやっている。

それでも、辞令を受けるべきか・・・取引先のメンターに直ぐに相談。

「それはね～りりが邪魔なんだよ（笑）君の存在が怖いんだよ、なんでもこなすから、魅力的だから、つまり嫉妬だ！」

「1管理者ごときが、異動の権限無いからね～ただの脅しだよ（笑）」

「いい？あなた、このままここにいたいなら私のいう事聞いて大人しく犬になりなさい」って意味。「それが、嫌なら這い上がれ！異動がなんだ！見返すチャンスだし、残ってまでやりたいことが明確なんだったら、堂々としている！私の仕事を他の誰かに引き継いで異動・・・面白いね！やってみなさい」とねこのメンターの手助けもあり

私の実績で請負の作業も増えた・就職者も挙げれた。

このまま他の事業所に異動なって、他の担当に変わったら、その時は

けちゃんけちゃんにしたるよ！青井さんならレスポンス早かったな～とか

青井さんなら諦めなかったな～とか、で、最終的には請負打ち切るよ！  
で、改めてリリの異動先の事業所と契約結ぶよ。何も変わらないよ君の仕事は！  
この言葉で、私の自信はずいぶん回復・・・  
しかし、更なる困難が待ち受けていました。

そんな不安定な精神状態の中、ご飯も食べれないが再発。不眠・不安症再発  
そんな中、高校卒業して18歳から私を慕って、息子のように「早く働きたい！」と  
頑張ってきた担当君が、私が不安定なことも影響して、上司へのイライラが  
きつと彼に負の波動を与えたのでしょうか。彼を捨てた母のような口調で  
「就職したいなら、眠いとか、だるいとかいってちゃあかんよ～しっかりしなさい。  
私もいつまでいられるかわかんないし・・・」  
と、言った瞬間

私の背後に回って物凄い力で押し倒してきました「このくそアマ～俺を捨てるのか？  
俺をまた、捨てるのか？殺してやる！」と言いながら私の首を絞め、足を折ろうとしてきました。

何とか、男性職員に彼をはぎ取ってもらい、ギリギリ足は折れませんでした。  
が、パニック発作が出る羽目に・・・過呼吸をみんなの前でさらすことに・・・  
身体がガタガタ震えが止まらず、元夫が近くにいるような恐怖に陥る。

ちょうど、通所時の出来事で送り迎えをしていた、70代と60代の保護者が  
私が馬乗りになされてボコボコにされているのを目の当たりにして  
直ぐにかけつけてくれ、震える私を抱きしめ、さすってくれた。呼吸の誘導も  
「何も言わなくていい・・・とにかく怖かったね、もう大丈夫私たちがいるから」  
上司がスタスタ来る。「青井さん何があったの？どんなやりとりしたの？  
彼が襲い掛かるなんて、あなたの声掛けの仕方がまずかったんじゃないの？」  
そして、私が居ることによって暴行してきた彼がまた暴れると困るから  
有休使ってとりあえず帰りなさい。と命令。

有休使って私が返される理由・・・すごく考えても腑に落ちない  
誰も、通院とか、一緒に行ってくれないの？ポーっと歩く私に上司は  
「労災使うなら必ず連絡ください！」それだけ・・・  
運転の記憶がありません。

案の定、警察に捕まる。一旦停止が出来ていなかった。とゴールド免許に傷まで。

これは、私、死ぬな。いや、殺されるな！施設に！上司の心無い言動に。  
帰宅して真っ先にメンタルクリニック・心療内科にかたっぱしから電話を掛けた。  
泣きながらかけた・・・どこも予約いっぱい。「最短で二週間後になります・・・」  
受付の無情な声が「紹介状ないと難しいです」  
職場の病院も私を見捨てた。

あっ！身体が痛い！数時間経ってようやく気付く。  
電話をかけても、かけても駄目だったメンタルクリニックと打って変わって  
近所の整形外科に駆け込んだら「ほいほ～レントゲン撮るね～」と和尚さんみたいなドクターに明るく  
言われて拍子抜け。  
「あ～首と腰と足首！いちゃってるね～労災だね～！もう引き返せないよ」  
「しっかり治していくよ～痛かったね～治るまで通い続けてね～」  
診断の結果、頸椎挫傷・腰椎強打・右肩強打・右足首打撲・ひび 全治三か月  
もう、辞令とかどうでもええわ～私休めるんだ～安堵で爆睡  
施設長から心配の電話が鳴る。

結局、療養中に辞令発表。現在の事業所に存続。  
ただし、暴行男子がまだいるので、安心・安全ではない職場のまま  
こんな環境にいたら、いくら前向きに生きていても陰の力が強すぎてあかんわ。  
メンタルクリニックも職場のあてにならない。信じる者が何も無い。  
そうだ！自分で治そう！身体は診断名ついて労災使って10日間の療養休暇もらえたから  
ここでカラダを治しつつ、メンタルは自分で治すことに集中  
あらゆる心理カウンセラーの通信講座やYouTubeを見ては、資料も大量に取り寄せた。  
どれも、ピンとこない。心理カウンセラーの資格取ってどうなるんだ？  
そのあとは？フリーランスなってどこにも属さない、自分らしく居られる環境無いかな？  
ようやく筋内さんのYouTube動画と出会う。これだ！この空気感！私も似てる？かな？

子宮全摘のオペも7/26と決まっていたので・・・

一年前から治療してきた子宮の病気にピリオドもつけたい。2週間の療養休暇がまたもらえる。そこで休もう・・・

入院中PCかスマホがあれば、Zoom使えるなら何とかかなりそう！という経緯。

## 講座参加後に得られた変化

6/9 PC購入→6/10 IC説明会申し込み→6/11 モック奈央子さんの説明会 (in NY)

6/12 入金・入会\(^o^)/

6/25 箭内さんのメタルレーティン会初参加！8つの目標すっげ〜！

6/26 ★業務研修 初参加★事前にアンケートで「やりたいこと・計画」書いといて

「あっ！PC代回収したいな〜IC代は30万円の商品二人に売ることクリア・・・

これは今すぐではないな・・・まずは11万円かかったPC代を・・・

きっかけは たったそれだけ（笑）

初めて受けた業務研修で

箭内さん：「研修の前にこちらサクッと終わらせちゃいましょう」

な・な・な・なんと私のコメントにフォーカス

「ビジネスのお話なんでね〜はい！じゃありりさん〜何やります？」

頭真っ白・・・Σ(□□□)

「じゃあ期限決めちゃいましょう〜一週間以内にりりさんのファンを3人〜5人作ってください」

へっ(・・・？ ファン？

「誰か〜三人くらいの仲間・・・武将みたいな方いないかな？」

「はい👍」「はい♡」「はい☆彡」あっという間に三人get

研修終了後には9人もの素敵なかたから応援申請あり。

研修翌日・・・治療中の通院を控えていた。

今年、7/26に子宮全摘手術のオペの予定でした！

一年間うじうじ悩んで、このまま子供残して死んでしまうのか？

いや！このままでは終わりたくない！終われない！

ICで生き方を変えたい！

一週間で変わった・・・すると、身体にも変化が

術前検査で最終チェック・・・な・な・な・なんと悪性腫瘍らしきものが無くなっていました！

良性の子宮腺筋症・内膜症（実際には取って細胞を検査しないと分からないが）

7/26（今月の業務研修後）に子宮全摘手術をして新しい自分になります♥きっと更にパワーアップだったのが、

\*7月11日の誕生日にオペを取りやめる決心に変わる

ICに来て自己肯定感がアップしたから？無意識ちゃんの声が聞けたから？

私の身体の痛みに気づかせてくれてありがとう。

\*自分開催のお茶会に来てくださった福助さんの一言「子宮取らない方がいいんじゃない？」と

とにかく業務研修後、とりあえず一週間、あらゆるセミナー受けてみて

・受けるセミナー開催者の方から「あ～あの理里さんね」「初めてのわりに上手」

「あなたの気質は地の土性の気質。ずばり、社長気質です。だから、あの時

業務研修でああなるのもごく普通のこと、

ちなみに箭内さんも同じ気質なんですよ」byとうきるみこさん \*これは凄い強み

・「青井さんなら、今すぐにでもセミナー開催できますよ～」by沖浦由佳さん

・「あの研修で与えた影響はおそらく数万人いるよ」 by横山城二さん

え？どうということ？

私の姿を見て、手を挙げた方。それを見て勇気わいた方。その家族、周りがなんか

いい波動受け取り、コンビニの店員にまで笑顔になれる。店員が嬉しくなるといった

波紋のように広がる・・・

・ICってめっちゃすごい世界だな～

いい波動が 波紋のように広がる

何のために・・・箭内さんのメタルーティン会で

・私のお金が必要な理由

・何のために・・・×5回

・子宮無くなる。二人の子供いるが、もう産めない

↓↓↓ (IC入る前のネガな私)

・全ての母になれる。我が子だけでなく、無限の母親

精神を

手に入れられる

(無意識ちゃんと仲良くなる瞑想&トランスロジック

で手に入れたメタ)

沖浦 由佳さんありがとう

・私のお金が必要な理由

いきついた先には究極の愛。

・世界中のお母さん

・理想 マザーテレサ そのためにはまず、自分の環境を  
豊かになるべし！！

10年後は世界中を旅しながら マイホームは平屋の自宅兼オフィス

6/12入会して一週間はICキャンパスのみ ようやくセミナー表に参加表明が出来た・・・

それからひたすらセミナーを受けたものを紹介します。

帰ってきた『RAD I おじさん』 モリちゃん復活！！ 6/21

タカヒロのワクワクウォッチング第38回

ゲストの方の専門分野、特技、個性などを紹介していただき、みなさんに知っていただき、新たな出会いのきっかけに。

視聴参加型お茶会（質問できます）

第38回目は『堀口 友希乃』さんです。6/22

ストレスフリーお茶会 ～木村祥子さんに向けた ゆっくりお茶会～

木村祥子さんからリクエストを頂き、お茶会をすることにしました！

テーマは私の人生そのもの「ストレスフリー」です。6/24

箭内さんメタルーティンの会 ・トランスロジック・ゴール達成・統合！

業務研修で「10万円チャレンジ」を告知！6/25

オンラインセッション練習会（傾聴中心・初級編）主催者：川村 すみ子

開催日時：2022-06-28 (火) 21：00～

・新月の陰陽会（ゆるお茶会）

新月のころに開催している 陰陽六行にまつわるおしゃべりの会です

トランスロジック

皆さま、こんにちは

2022年3月クラスの沖浦由佳です(\*∇`\*)

トランスロジックでトラウマや悩みを一気に解消しませんか？

3つのトラウマや悩みを短時間で解消できるなんて夢のようですよ！

過去の感情にも、現在進行形のストレスにもOKです！ 7/2

無意識ちゃんと仲良くなる瞑想

2022年3月クラスの沖浦由佳です(^^♪ 7/3 (すでに由佳さんファン)

自己肯定感を上げよう↑「たけちゃん」

自分は周りに比べて、能力が低い

失敗ばかりで落ち込み続けてきた

苦手なことが多くて、何でもしり込みしてしまう

失敗するかもしれない不安で、一歩が踏み出せない 7/3

ついに！参加者から提供者へ

10万円チャレンジって何？一緒に宇宙まで行きましょうの会

こんにちは！初めまして2020・6月クラスの青井理里です★

初セミナー開催です👏 記念すべき第一回7/3

・10万円チャレンジって何？一緒に宇宙まで行きましょうの会

頑張ってたったのスライドが共有出来ず、悔しくてリベンジ！

セミナー2回目 開催です👏 7/4

心のメンテサロンwell-being

【心のメンテサロンwell-being】オープンします🎉

♡menu♡

◇自身の内面とじっくり向き合う

◇モヤモヤ・イライラ解消

◇自己受容

◇話してスッキリ

◇思考整理

◇視野を広げる

◇思考のクセ発見

◇癒し

傾聴中心50分のセッションタイムです。 三原ゆかりさん 7/5

みつめなおす会

2022年6月入会した青井理里です

心地よい空間で皆さんと共有したいです🍀

業務研修で10万円チャレンジ💰を

皆さんの前で告知した形になりましたが

改めてみつめなおす会 7月7日 三回目開催

癖になっている

### ★出逢いが広がる朝活★

現在ICと同時進行でダイエット(生活習慣)

指導を学んでいる圭以那と「Good&New」

を皮切りに楽しくお話しませんか😊? (けいなさん 7/8)

☆今日も素敵な1日に～イメージ瞑想10分間☆ 海バージョン

今回は、7月だ！夏だ！海だ！笑

大地と太陽からたっぷりエネルギーをいただきましょう！

イメージでもエネルギーは、たとわりと注がれます。

そのイメージで十分に自分を満たしていきます。7/8 たまちゃんさん

喜びの輪～楽しいセールス5つの柱～

4月、池田かおるこさんの相談会を経て、翌月に100万円の商品が2本売れました！

主催者：岩田 佳奈さん 7/8

・お金のセミナー ～あなたの知らない投資の世界～

IC3年目を迎える私、横山がICの皆様だけに開くセミナー

『あなたの知らない投資の世界』 主催者：横山 城二さん

同日7/8

チャクラを整えるヒプノセラピー

青山洋子さんと貝原ナミさんの「満月のい近くにチャクラを整えるヒプノセラピー」 7/15

内側を癒し心身ともにエネルギーが満ちて健康的になれる

な・な・なんと自分がSRCF/Cの提供側になるなんて♥

7月にSRCF/Cのアップグレードが行われ、ちこみさんの朝活が祝日でお休みなのを残念と思う事から

チャンスに切り替えた!!!

自分が提供者側に回れるチャンス？練習しちゃえ！と思い、気付いたら第一回SRCF/CのSを開催していました。7/18

そして本日8/6 第6回目の開催です。2か月未満でここまで成長しました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

あらゆるセミナーを活用。特にSRCF/Cの朝トレや沖浦由佳さんの無意識ちゃんと仲良くなれる瞑想・トランスロジックは私の商品化への基礎となる。

## 補足資料

<https://onedrive.live.com/view.aspx?resid=55C4902067C67F1A!472&ithint=file%2cpptx&authkey=!AiAx79dpmINXC3c>

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

このような自己開示が出来る機会を持たせて下さったことに、ただただ感謝です。ありがとうございました。

## ナカシー

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

15年前鬱になりカウンセリングを受けており、その時にカウンセリングに興味があったがどうしてよいか分からず諦めていました。そして2年前、たまたま行った鍼灸の先生に「話を聴く仕事があるよ。」といわれたことから始まり、そこで漢方と出会い勉強を始め資格を取り始め、今年2月にICと出会いこれならカウンセリングが学べると思い、思い切って入会参加しました。

メンタル的にも工場勤務という事もあり話す人が限定され、さらにコロナでさらに話す機会が無くなっていったこともあり、閉鎖できなところがありました。もともと自己肯定感も低く何事にも1歩後ろから行動するところがあるので人間関係もうまくいかず不安との闘いで自分の意見があってもい言えずコミュニケーションもうまく取れない状態でした。

## 講座参加後に得られた変化

ICに参加して、ZOOMを使用して話すこと自体初めてでしたし、他人と話すことじたい久しぶりで最初は体を震わしながら話していました。回数を重ねていくとこで震えが無くなり頂きワークやヒプノセラピー・セッションを受け、さらにいろんな方の縁をいただいていくと自分のやりたいことをしたいと思うようになり、今はセッション練習・漢方セミナー開催・おしゃべりチャット薬膳投稿を始めることが出来るようになりました。

メンタルも難しく考えすぎていたんだと思い、「なんとかなる」笑うなど前向きな行動・思いをしていく中で、何に対しても「楽しもう」と思うことが今一番メンタル的にあっていると思い行動しています。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

頂きワーク・ヒプノセラピーはイメージすることの重要性を教えてくださいました。

今のセミナー・おしゃべりチャット投稿では書いてある文が少しでも参加者や読者にイメージしてもらえ文を書けないか模索しながらかいています。

言葉で覚えるよりイメージで覚えた方が記憶に残りやすいかなと感じているので今後もイメージできる分を書けるよう行動していきます。

セミナーの参加型をいかに取り入れるか

セミナーを受けていて参加したと思うか、話が長くてよく分からなかったでは、間違いなく参加したと思えることが重要で、クライアントとのキャッチボールをいかにセミナー内で作っていくかを、セミナーを受けて分かりました。

なので漢方とメンタルセッションを組み合わせたセミナー・セッションという形が作れないか模索中です。

今月IC内で試してみようと思っています。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

今回このような企画をしていただきありがとうございます。

当初は投稿するつもりがなく、ある方に投稿したらって言って頂いたのですが、自分には早いとお断りしました。

でも、時間が立つとICに入会した理由はやったことのないことをするためだったことを思い出し投稿しました。

実際投稿して、私の中にある今の思いをアウトプットでき良かったと感じています。

このアウトプットしたことを次のステージの足掛かりにで出来ればと思います。

### 杉浦由恵（よっしー）

#### 参加した講座

私は2年前の8月にICに入会しました。

その事の私は、職場での高圧的な人からの攻撃でメンタルがとても不安定になり、パニック障害からの休職中。心療内科で適応障害と診断されて、精神安定剤、眠剤を処方されていました。

過去にもここまで酷くはないけど、軽いイジメや攻撃を受ける事は何度かありました。

・なんでいつもこんな状況になるんだろう？

私の何がいけないのか？

・人の顔色を伺い生きるのはもうやめたい！

もっともっと自分に自信が持てるようになりたい

こんな状況になるたびに、そう思っていました。

でも、中には私を心配し寄り添い励ましてくれる人もいて、何かあるたびに助けてくれ、その人たちへの感謝を常に持っていました。

そんな暖かい人の影響もあり心理職に興味を抱くようになりました。

そんな状況でICに入会。

入会し右往左往したた私に、アドバイス。

星野さんから、おしゃべりチャットで自己開示してみたら？と言われ、凄く勇気がいりましたが投稿してみました。

すると、一度も関わった事のない私に複数の方からとてもとても暖かい励ましがきました。

中には菓の怖さを教えてくれて飲まないように言ってくださるかたもいて。

今でもその方とは個人的にもずっとご縁が繋がっています(^^)

みなさんからの暖かいチャットを読みながら涙が止まらなくなった事を覚えています。

ここICはなんて愛が溢れた場所だんだろう！

見ず知らずの私に心から心配したり励ましのエールが届き、思えば、あの日から私の人生の逆転劇がスタートしたんだと思います ✨✨

## 講座参加前の状態

IC内では、初めの頃は何をしたいのか分からなくてグルコンに参加し、丁寧に活動へのアドバイスをもらいながら、ゆっくりマイペースで進めていきました。

まずは自身のメンタルを整える事に専念しました。

自己認知ワーク、頂きワーク、セッションスキル、ヒーリングセミナー、いろんな方のお茶会、HSPのセミナーなどなど。

IC内でいろんな方と出会いながら、心理学を学びながら、少しずつメンタルを改善する事ができました。そんな中で、出会ったセミナーで私の心を驚掴みにしたのは、積田千恵さん開催のワークショップでした。

私はもともとフラワーアレンジメントの更新を20年程していたり、昔から芸術系は好きなので、千恵さんのやられているアートフルネスに出会い、それは私にドンピシャなものでした。

なので、直ぐに千恵さんのアートフルネス養成講座に申し込みをしました。

## 講座参加後に得られた変化

千恵さんのアートフルネス養成講座は、とにかく楽しくて、毎日がワクワクな時間でした。

ICに入会して、半年ぐらい経った頃でした。

メンタル改善も不完全な私だったので、毎回の講座でワンワン泣いたり、新しい自分を発見してアハ体験をしたりと、心がとても忙しい時間でしたが、とにかく充実した貴重な体験でした。

そんな、アートに触れ自分の心の内側にアクセスし続けていく事で、私のなかの凝り固まったものがだんだん緩まり、解けていく感覚を全身で感じメンタルが気が付いたらクリアになれていました。

養成講座を終了し、その後は少しずつアウトプットし、更に学んでいきました。

インプットだけでは自分のものにならない事、人に提供することでの体験こそが大切だと、この時感じさせてもらったから、現在の自分に繋がっています。

今は、アートフルネスクラス5期生のサポーター役として、千恵さんの講座に参加し更に学びを深めるとともに、セッションリストとしても新たな一歩を踏み出す場所に、立つことができました。

また、オフラインでリアルでもワークショップを開催する行動ができ、アートワークショップ、フラワーセラピーワークショップなどを3回開きました。

またアートやお花を扱った個別セッションもリアルで20回以上経験する事ができました。

現在ICに入会し、ちょうど二年が経とうとする今…二年の節目に、先日お茶会を開催しました。

久しぶりのIC内での活動でど緊張でしたが、15名ほど参加して下さり本当に良かったです。

ICに入ってから2年間の私の心の変化をもとに、今まで200枚以上描いたアートが私を支えてくれた事、インナーチャイルドを頂きワークから癒す事ができた事など、今までの私のこの2年の歴史をお茶会で伝えていきました。

後半は、「今ここ」を感じアートするワークを提供しました。

中には涙してくれた方もいらして…心から向き合ってくれていくとちゃんと思いが伝わる事にも喜びを感じられたお茶会でした。

このお茶会を皮切りに、現在は「心と繋がるフラワーセラピー」をIC内で提供中です。

- ・重たい気持ちが軽くなれた
- ・自然の持つエネルギーに包まれ、心の内側と繋がって涙が溢れてきた
- ・未来に向かう自分にお花から必要なメッセージを受け取れた
- ・お花が本当に笑ってくれてるような、おしゃべりしているような、不思議な体験だった

などなど、たくさんの嬉しい感想を頂いています。

そして今後は、フラワーセラピーセッション習得講座を提供していきたいと思っています。

私の体験した事を、全てお渡しできるような、そして私と同じ思いで悩んでいる人が前向きにイキイキした人生を過ごせるような、生きたお花のパワーを最大限に活かした講座を作り、提供していきます



まだまだビジネスとしてはこれからです。

失敗したり、挫折したり、そんな事も繰り返して

私は前に進みます。

失敗も挫折も、必ず肯定的意図がある！

「何のために？」

こんな捉え方ができるようになれたのは

ICのおかげです❤️❤️❤️

## 講座で役立ったところ、活用したところ

千恵さんのアートフルネス養成講座は、とにかく楽しくて、毎日がワクワクな時間でした。

ICに入会して、半年ぐらい経った頃でした。

メンタル改善も不完全な私だったので、毎回の講座でワンワン泣いたり、新しい自分を発見してアハ体験をしたりと、心がとても忙しい時間でしたが、とにかく充実した貴重な体験でした。

そんな、アートに触れ自分の心の内側にアクセスし続けていく事で、私のなかの凝り固まったものがだんだん緩まり、解けていく感覚を全身で感じメンタルが気が付いたらクリアになっていました。

養成講座を終了し、その後は少しずつアウトプットし、更に学んでいきました。

インプットだけでは自分のものにならない事、人に提供することでの体験こそが大切だと、この時感じさせてもらったから、現在の自分に繋がっています。

今は、アートフルネスクラス5期生のサポーター役として、千恵さんの講座に参加し更に学びを深めるとともに、セッションリストとしても新たな一歩を踏み出す場所に、立つことができました。

また、オフラインでリアルでもワークショップを開催する行動ができ、アートワークショップ、フラワーセラピーワークショップなどを3回開きました。

またアートやお花を扱った個別セッションもリアルで20回以上経験する事ができました。

現在ICに入会し、ちょうど二年が経とうとする今…二年の節目に、先日お茶会を開催しました。

久しぶりのIC内での活動でど緊張でしたが、15名ほど参加して下さり本当に良かったです。

ICに入ってから2年間の私の心の変化をもとに、今まで200枚以上描いたアートが私を支えてくれた事、インナーチャイルドを頂きワークから癒す事ができた事など、今までの私のこの2年の歴史をお茶会で伝えていきました。

後半は、「今ここ」を感じアートするワークを提供しました。

中には涙してくれた方もいらして…心から向き合って伝えていくとちゃんと思いが伝わる事にも喜びを感じられたお茶会でした。

このお茶会を皮切りに、現在は「心と繋がるフラワーセラピー」をIC内で提供中です。

- ・重たい気持ちが軽くなれた
- ・自然の持つエネルギーに包まれ、心の内側と繋がって涙が溢れてきた
- ・未来に向かう自分にお花から必要なメッセージを受け取れた
- ・お花が本当に笑ってくれてるような、おしゃべりしているような、不思議な体験だった

などなど、たくさんの嬉しい感想を頂いています。

そして今後は、フラワーセラピーセッションist習得講座を提供していきたいと思ってます。

私の体験した事を、全てお渡しできるような、そして私と同じ思いで悩んでいる人が前向きにイキイキした人生を過ごせるような、生きたお花のパワーを最大限に活かした講座を作り、提供していきます



まだまだビジネスとしてはこれからです。

失敗したり、挫折したり、そんな事も繰り返して

私は前に進みます。

失敗も挫折も、必ず肯定的意図がある！

「何のために？」

こんな捉え方ができるようになれたのは

ICのおかげです❤️❤️❤️

## 補足資料

フラワーセラピーを受けてくれたクライアントさんのブログです。とってもありがたい感想を頂きました。

<https://believedmb.hatenablog.com/entry/2022/07/15/133052>

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

10年前に1度、仕事を辞めヨガインストラクターとして独立しました。自分で教室を持ったり複数のヨガスタジオ、複数のスポーツクラブ、様々な所で活動をし、小さいお子様からシニアの方まで...幅広い年齢層の方々にヨガを伝えていました。

人前に立ち「どうしたら相手に上手く伝わるレッスンが作れるか...」この事を考えるのがとても楽しく、また生徒さんからの「先生また来週もお願いします！」の声嬉しくてたまらず、夢中になって指導をしていました。ですがその反面、受け持つクラスが増える程に仕事量と収入への差が大きく広がり、自分の時間が全くとれず、休む暇もなく、ストレスと栄養不足による過食症状が頻繁に起こる様になり、どんどん体調を崩していきました。

そしていつしか人前に立つ事が怖くなり、僅か1年で契約していた全てのレッスン先を辞め、自分が立ち上げた教室もcloseしてしまいました。

教室最後の日、一番私の事を慕って下さっていた生徒さんから「先生とっても勝手ですよ...?私これからどうすれば良いですか...?」と目にいっぱい涙を浮かべながら言われ、その言葉と表情が深く深く胸に突き刺さり「私は指導者として向いてない。もう二度と人前に立ち、何かを伝える事はしない!」と決め、この10年間ひっそりと生きてきました。

ですが、同世代の方が指導者として活動しているのを見ると激しく嫉妬。「私だったらもっとうちで教えるのに...私だったらもっと寄り添えるのに...」ずっと悶々としながら自分本来の気持ちを抑えてきました。

### 講座参加後に得られた変化

もう10年近く...人前での発言を避けてきた私は、最初こそ不安でたまりませんでした。徐々にヨガインストラ時代の感覚がよみがえり「やっぱり人に伝える、教えるって楽しい...!」そんな気持ちが"ブワァツ"と全身を駆け抜け、ICに入って2ヶ月の間にお茶会、セミナー合わせ計15回...経験する事が出来ました。

また、完璧主義だった性格も「6.7割ぐらいの出来でセミナーをやってしまおう！」と思える様になったり、周りの成功にも全く嫉妬しなくなり、むしろ心の底から祝福出来る様になり、自分ごとの様に喜べる様になりました。

一番大きいのは、あまり人目を気にしなくなった所です。私は私。渡部 圭以那を一番愛せれるのは私自身。自分の機嫌は自分で取る！この感覚を身につけてからは行動が加速した様です。そして再び「指導者への道」へと歩みを始める事が出来ました。

## 講座で役立ったところ、活用したところ

リアル参加は1回だけですがteam頂worker☆の方々がやられているSRCF/Cの「ラポール演習」動画視聴で学んでいます。それから星野さんの「寄り添う技術」この2つを学び始めてから、以前と比べ、お客様を見る視点が変わり、より一層、お客様の反応が良くなったと感じております。

それから講座ではないですが、箭内さんのメルマガは私の指針となっております。・コミュニケーションコストを低くする・常に身だしなみを整える・チャットでの立ち居振る舞いに気をつける・20代30代は特に言葉遣いに気をつける...等、まだまだ上げればキリがないですが、毎回ハッと気づかされ、いつも背筋が伸びる様な気持ちで読ませて頂いています。ありがとうございます。

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

この数ヶ月の間に、私はIC内で沢山の方々と出会い、沢山の方々から勇気を頂き、そのお陰で確実に成長する事が出来ました。怖気付いてしまう事もありますが、覚悟を決め、喉と喉で鉄の棒を折り曲げる事が出来た経験も、私の大切な宝物です。

一度は叶ったけれど、スグに諦めてしまった指導者への道...ICと出会えたからこそ、私は再びまた歩き出す事が出来ました。ICと言う環境があったからこそ...ICの皆さんから刺激を受けたからこそ...です。本当に皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。

言葉だけでなく、行動で...今後もそれを示していきます！

そして今回、この様な振り返りの場を設けて下さったNimbus運営の方々には、お礼をお伝えしたいです。いつもIC内の環境をより良く整えて下さっているお陰で、私は精一杯活動する事が出来ています。本当にありがとうございます。

最後になりましたが...皆さん、私のつたない文章をここまで読んで下さり、ありがとうございました。心から感謝を申し上げます。

渡部 圭以那

田中早紀(もっちい☆)今ココ♥マイハ°-ス凸凹自由人°(◁),愛=私♥自己受容,自己肯定,自己統合,自分軸マイスター☆

## 参加した講座

IC

## 講座参加前の状態

様々なコミュニティに参加しても仲間や居場所を感じられず、自分不信、人間不信、アウトプット出来なかった

## 講座参加後に得られた変化

自己理解が深まり、自己受容、自己肯定出来て、自他を信頼、自分の居場所を得られた☆

## 講座で役立ったところ、活用したところ

多くのセミナーに参加し、様々な方と交流することで自己理解、自己受容、自己肯定出来た

## NimbusCreationのメンバーやコミュニティのメンバーへメッセージがあればどうぞ！

この度はICライフを振り返る機会をありがとうございます！ICの皆さまが大好きです☆

Eri（ふじい）

### 参加した講座

IC

### 講座参加前の状態

人前に立つことが大の苦手な緊張しないように努力すれば努力するほど緊張してました

### 講座参加後に得られた変化

自分でコントロールできる事と出来ない事に着目し、俯瞰的に自分を観察する事により今までの自分が嘘のように緊張しなくなりました

### 講座で役立ったところ、活用したところ

寄り添う技術練習会（実践編）を習った直後に、丁度自閉症の息子が調子が悪くなったと言い出し来週の施設は休むと行って来ました。

いつもだったら何回も何回も同じことをしつこく言ってきてこっちも痺れを切らせて「うるさい！」と言ってしまい喧嘩になってた所ですが、何で行きたくなくなったのか理由を聞きだし、言っている事が間違っていたとしても（ぐっとこらえて）理解するように質問を繰り返す事に努めたところ、息子の顔が急に晴れやかになりニコニコしながら自分の部屋に戻って行きました。