

フェス限定特典

いつでも誰でもかんたん♡♡あなたを癒す極上の心身リラックス法

この動画では、いつでも誰でもかんたんに、自分であなた自身を癒すことができる「極上の心身リラックス法」です。

あなたはこのようなことで悩んでいませんか？

- ✓ ダイエットが行き詰まって上手く進まない時
- ✓ 行動したいのにできなくてイライラする時
- ✓ 食べたいを我慢できなさそうな時
- ✓ 手放しワークをやってみたけれど上手くできなかった時
- ✓ ストレスが溜まってどうにもならない時
- ✓ 身体の疲れが限界に近い時
- ✓ 心のモチベーションが上がらない時
- ✓ ちょっとしたことによりピリピリしてしまう時
- ✓ 悩みすぎて夜になかなか寝付けない時
- ✓ いろいろなセルフイメージワークを試してみたけれど上手くできなかった時

このような時

実は体に力が入り、ぐっと歯を食いしばって緊張している状態なのです。この緊張状態がずっと続いているせいで、あなたは自分で緊張を緩めることができないままなのです。

このリラックス法は導入音声を聞くだけで、自分であなたを癒すことができます。

ぜひ、毎日の癒しに取り入れてみてくださいね♡♡