ではどんな風に自分を知るか。人によっては瞑想によって自我に気づくことができます。高額なメンタルセッションによって知る人もいます。生きていく中で上手に見つけられる人もいます。そういった人は、早い段階で生き生きとした人生を送っています。

しかし、瞑想もちょっとコツがいります。セッションなどは高額、しかも施術者との相性によってうまくいかないこともあります。タイミングを上手につかめない人も結構います。

まずはとっかかりだけでも！という時にとてもおすすめなのが「B-BRAIN」です。直感で質問に答えるだけで自分の思考癖がわかるので、得意なことや不得意なことも予想できるようになります。これまでいつも「なんで自分だけ」と思い悩んでいた理由は、その思考の癖にあるかもしれません。

思考タイプを知ると？

自分の得意と不得意を知ることで、ストレス回避だけでなく　得意分野や自分にあっている方法を知ることができます。たとえば、事業を起こそうと思った時、その内容については自信があるんだけどどうしても営業が苦手、とか。計算が苦手、とかがあると思います。世の中には、自分が苦手なことを得意とか「大好き！」という人もいるのです。信じられないかもしれませんが。
自分の苦手を得意とする人と意図的に出会ってお願いすると、自分は得意分野に打ち込めるし、頼まれた相手もやることの喜びやサポートの喜びを感じ、幸せが倍になります。これってとてもいいと思いませんか？

わたしのセッションではこの B-BRAIN で出た結果をまず読み解き、具体的な質問があればそれに答えます。そして、あなたをサポートするアロマをご紹介し、ご希望であればそのブレンドまで対応させていただきます。対面や予約時間が面倒、という方も大丈夫。全てメールなどを使ったオンラインでおこないますので、あなたの都合のいい時に、受けたいタイミングで受けることができます。（実際そういう方が結構いらっしゃいます）