

「長年のパニック症状が改善され、本来の自分を取り戻し、もう一度人生を歩き始められました！」 Nさん 40代 女性

25年パニック症状を抱え、年々辛さが増し藁をも縋る思いで葵井美香子さんのオフィシャルサイトを拝見し、セッションを申し込み24回受け現在も継続中です。

初めの頃は、頭も混乱、辛い体の症状、不安を入口にセッションして頂いたのですが正直改善されている実感が無く、私には効果が無いのかと思っていました。7, 8回目位からはほんの少しですが発作が減少し自分を責めることを自然にやめていました。そして、インテグレイテッド心理学講座、EFT プロテクショナーセミナー受講、セルフワークへも取組を開始。

15回目位から大きな発作、不安感が格段に減り予期不安症状も少しずつ改善。20回目以降からはより深いところへ向き合い、パニック障害という病気のこだわりが薄くなり始め、早く癒さなければ無くさなければという思いは症状は私を守るためにあり、私は私のペースで良いんだと思えるように。

セッション回数を重ねるごとに、自己に向き合いゆっくりと新たな気づき、腑に落としていく度に悩みの原因は外に在るのではなく自分の中にあり、苦しみに抗うほど増していことにも気づき始め、自分の気持ちを優先させ、自己を認め、信じられるように自己愛の高まりも実感出来るように変化。

純粹意識、集合意識を体感してからは自我に引っ張られて苦しい時でもどんな私も守られ根底に大丈夫という安心感を感じます。そして非二元の心理が強力にサポートしてくれていて大きな支えがあり流れに身を任せられるようになってきています。

自分に向き合い色々な気づき、変化、癒しを感じられセッションを続けて来られたのも、美香子さんが信じて対等にコントロールせず的確に心の深層に対話させてくれる道を案内して頂けたからだと思います。このスタイルが私にはとっても合っていて心から安心してセッションを受けられています。

OAD セッション、途中で諦めなくて本当に良かった、本来の自分を少しずつ取り戻しもう一度人生を歩き始められ嬉しくとても感謝でいっぱいです。

そして今後の自分の変化をゆっくり自分のペースで噛みしめ楽しみたいと思います。

