

-引き寄せの法則、自己啓発、スピリチュアル、人間関係の悩み-  
上手くいかない原因を全て教えます

あなたの人生が上手くいかない理由がわかる

# 悩みの教科書

CRITICAL FACT

NO ポジティブ  
NO ワクワクのススめ



はじめに

**「金の無い奴は死ね、助かる道はほとんどない」**

---

ある成功者がいた、その成功者は多くの人から支持され人々を幸せにする成功法則を届ける人だった

ある時、その成功者が語った内容は衝撃的な言葉だった

「金の無い奴は死ね、助かる道はほとんどない」

---

この言葉を、そのまま言ったわけではなく、言い方はこの 1000 倍マイルドな言葉でしたが、よくよく話している内容を客観的に聞いて

ているとまさしくこんな内容でした。

もちろん、私もビジネスをしていますし、提供したサービスによって対価を得ていますから

お金儲けを否定はしませんし、高額な商品もあるので、それを安易に安売りするということもしません。

しかし、何のために生きているのか？その使

命を考えた時に少なくとも、この成功者のようになりたいとは思っていませんでした、それが本書を書いた目的の一つでした。

## ※お知らせ

この本の内容を音声で聞きたい方へ、以下にご紹介するページにて、この内容を音声で語ったものを無料で手に入れることができます。

他にもこの本では語られなかった詳細な悩み解決の方法を語った無料動画ありますの

で以下のページにアクセスしてプレゼントを  
もらって頂ければと思います

## プレゼント内容

- ・**悩みの教科書 特別音声版プレゼント**
- ・過去に実際に 3,000 円で販売していた引き寄せの法則のビデオ
- ・スピリチュアルメンターや成功者の教え「願望達成マニュアル」
- ・あなたの悩みを解決し本当の幸せを引き寄

せる潜在意識を使ったコーチング秘密を公開

詳細はこちら



<https://jibunkakumei.net/lp/freeefdc>

# 「世界は益々混乱していくファンタジーだけでは生きてはいけない」

ワクワク、ポジティブこういった方法は平和時代なら通用しますが、世界が混乱した時には、それほど大きな力は持たず、ノウハウやテクニックでは乗り越えられない時代がやってきます。

そんな混乱の時代を迎える時に、その苦しみを乗り越える力を伝えることが必要だと私



は思いました。

本書は現代に蔓延している安易な成功法則  
や自己啓発によって力を奪われてしまう被害  
者を減らし

本当に強く未来を切り開く方法を伝えたい、  
そう思って書き始めたものです。

この本を通じて多くの人が本当の力に目覚

め、そしてより良い未来を想像できる助けになればこれほど嬉しいことはありません。

# 目次

NO ワクワク、NO ポジティブのススメ .....	15
悩んでいる人ほど今の学びが 逆に悩みを深刻にする .....	21
2割の成功例が、あなたに劣等感を植え付ける .....	27
救いの学びか、自立の学びかによって人生の幸福度は違う .....	33
人生が上手くいかない 本当の理由とは？ .....	45
人生が上手くいかない理由は人生の目的に沿っていないから .....	46
ミッションを見つけることが大事な理由とは？ .....	52
ミッションを作る最も大事な要素とは？ .....	56
ミッションを持つことのメリット .....	66
自分探しの旅を終えるには？ .....	70
人生が上手くいなくなる 思考や習慣 .....	78
ポジティブやワクワクの弊害 .....	81

辛くて苦しいのに幸せというのは不自然じゃないですか？.....	87
頭は騙せても心は騙すことは出来ない.....	92
ワクワクすると本当に幸せになれる？.....	98
ワガママとありのままの誤解.....	103
あなたの人生をダメにする超越者思想.....	113
選択肢が少ないと悩みが深くなる.....	134
悩みを避ける人生が悩みを深くする.....	142
<b>引き寄せの法則をやっても幸せになれない理由.....</b>	<b>149</b>
一部のエリートにしかできない引き寄せの法則.....	153
引き寄せエリート、引き寄せ体質とは？.....	155
引き寄せの法則は万能ではない.....	164
引き寄せの法則の講師の多くはティーチャーである.....	167
引き寄せの法則をやる前にやるべきことがある.....	176
引き寄せの法則の本質.....	184



引き寄せで力を奪われていく人達 .....	198
本質ではない引き寄せをやれば自分には力がないことを植え付けられ洗脳されてしまう .....	199
効果があると錯覚してしまう引き寄せブラシーボ効果 .....	208
引き寄せノートやイメージングやアファメーションをやっても結果が出ない理由 .....	217
イメージングの本当の効果とは？ .....	224
引き寄せの法則は願いが叶うからやるのではなく、いい気分になるからやる .....	230
脳科学的引き寄せとは？ .....	240
悩み解決と願望達成で使う手法が変わる .....	251
願望は自分の真の願望を知るための手がかり .....	261
意図しない引き寄せが最強の引き寄せ .....	271
<b>悩みは望んで引き寄せしている .....</b>	<b>281</b>
<b>悩みの解決を本当は望んでいない人がいる？ .....</b>	<b>297</b>
<b>潜在意識が悩み解決のカギになる .....</b>	<b>310</b>
潜在意識とは何か？ .....	311

潜在意識の謎を解く意識の三階層モデル.....	316
潜在意識の深さによって解決の質が変わる.....	335
潜在意識を変えるのには深すぎてもダメ.....	341
<b>悩みの根っこは一緒 .....</b>	<b>347</b>
<b>悩みを増やさない習慣 .....</b>	<b>362</b>
自己否定をやめる.....	366
自己受容をする.....	370
自分の感じているありのままの感情を大切にする.....	382
<b>解決策は外に無く常に内側にある.....</b>	<b>388</b>
<b>世界は私達の意識次第で変わる .....</b>	<b>397</b>
<b>父親と潜在意識の不思議な話 .....</b>	<b>406</b>

**NO ワクワク、NO ポジティブのススメ**

**「ワクワクすることは素晴らしい、ポジティブになることは素晴らしい、それは本当でしょうか？悩みが深い人ほど、それは悩みを深刻にすることがあるのです。」**

悩んでいる時に解決法を本やネットで調べると色々な解決法が示されています。

そんな中で引き寄せの法則やスピリチュアルや自己啓発で言われていることを物凄く乱暴に言ってしまうと



「ワクワクしましょう、ポジティブになりましょう」  
という内容です。

もちろん、これだけを言っているわけではな  
いのですが乱暴に極限までシンプルにする  
と言っている事の多くはこんな内容です。

ただし、これまで悩みを抱えて色々な人の悩  
み解決をしてきた私からの意見を言わせて  
頂くなら

ワクワクやポジティブは自然になるものであって、不自然にワクワクやポジティブになろうとするほど逆に問題を作ってしまう恐れがあります。

これまでのコーチングの経験から言えるのはワクワク出来ない、ポジティブになれない理由を取り除けば人は自然とワクワクにもなれるし、ポジティブになれます。

ワクワクやポジティブはこれまでの悩み解決

で言われてきた象徴的な問題解決の方法です、それ以外にもこれまで常識だと思われていた方法が実は間違っていたというのはたくさんあります。

本書では、間違った悩み解決の方法を多くの人に知ってもらうことで、その手法をやめ正しい道に進むための手助けになればと思っています。

「NO ワクワク、NO ポジティブ」この言葉を記

憶の片隅に置きながら本書を読み進めて頂ければ幸いです。



**悩んでいる人ほど今の学びが  
逆に悩みを深刻にする**

はじめまして、私は「自分革命」という名前でSNS やブログ等では情報を発信しています。しかし実は、私の本業はコーチです。

コーチングを通して様々な人の悩みを解決するお手伝いをしてきました。

そのコーチングの過程で長年悩みを解決したいと思っても解決が出来ないと悩んでいる人の原因がわかってくるようになりました。

本書ではこれまでのコーチングで蓄積された  
悩みの原因を解明していきたいと思っています。  
す。

この本書を通じて「どうして、私の人生は良  
くならないのだろうか？」という悩みの答えを全  
て出していきたいと思っています。

まず、はじめにお伝えしたいのが「悩んで  
いる人ほど今の学びが逆に悩みを深刻にする」  
というものです。

悩みを抱えている人は、その悩みを解決したいと思って本やブログや動画や SNS や時にはセミナー等に参加して悩みを解決しようと思います。

しかし良かれと思ってやっている、その学びが逆にあなたの悩みをより深刻なものにし、あなたをさらに苦しめている可能性があるということです。

真面目な人ほど学んでも成果が出ないのは



自分のせいだと思ってしまいます、しかし私がこれまで多くの人をコーチングしてきた思うのは、あなたが悪いのではなく教えている講師の問題だと思っています。

本を書いているから、ブログや SNS で人気だから TV に出ているから優秀な講師とはかぎりません

またマーケティング等で、あたかも有能だと演出されている人もいますし、いずれにして

も、その講師があなたにとってベストな人ではないというだけの話です。

## **2割の成功例が、あなたに劣等感を植え付ける**

**「あなたが色々な解決方法を学んだり、実践しても結果が出ないのは2割の成功例だけを見ている可能性が高いからです、それだけを見て自分を責める必要はどこにもありません」**

パレートの法則というものを、あなたも聞いたことがあるかもしれません。

ある結果において成果を生み出している要素は全体の2割から生まれているというものです。

例えば会社の業績において、その業績の結果は2割の人達の成果によって生み出されているとか

全世界で見た場合に2割のお金持ちと、そうではない8割の人達に分かれる等、この話がどこまで本当なのかはわかりませんが、あ

る程度はこの法則が当てはまるケースは多々あると思います。

例えば自己啓発や引き寄せの法則等のブログや動画や SNS 等で情報発信してたくさん  
のファンを獲得している人は

そういった成功法則を同じように学び失敗している人達の中から飛び抜けた2割の人ですし

その情報発信をしている人の内容にコメントしている人で「実践したら結果が出ました」と言っている人も、情報発信者と同じようにやって失敗している8割の人ではない2割の成功者です。

つまり悩みを解決しよう、幸せになろうと色々学んでも結果が出ない人にとっては、2割の成功者ばかりをみてしまい

あたかも自分がダメな人間ではないかという

劣等感を植え付けられることになりかねない  
のです。

人には様々なタイプがあり、そのタイプにあ  
った成功法則があります。

2割の成功者と、その2割の成功者を真似し  
て結果が出た2割の実践者を見て劣等感を  
感じる必要も焦る必要はありません。

言われたことを忠実にやっても結果が出ない  
のなら、それはあなたのタイプにあっていない  
ので

それ以上やっても時間とお金の無駄ですから  
自分にあった成功法則を見つけることが大  
切です。



## **救いの学びか、自立の学びかによって人生の幸福度は違う**

**「学びには2種類あります、救いの学びと自立の学びです、悩みが深い人ほど、救いの学びを実践するとさらに悩みが深刻になる可能性があります」**

特に間違った引き寄せの法則やスピリチュアルに多いのですが、それらの多くが「信じていれば救われる」という「救いの学び」です。

「瞑想をすれば大金が入る」「引き寄せノートを書けば願いが叶う」「アファメーションを聞き続けるだけで人生は好転する」「天使や高い次元の存在があなたを悩みから解放する」等

講師の言うことを信じ素直にやっていたら見えない不思議な力があなたを助けてくれるという内容のものです。

こういったものが「救いの学び」で、その延長

線上には開運する不思議な画像、お守り、時にはツイッターで不思議なパワーを注入したのでリツイートするだけで、あなたの人生は好転するというような内容まで

とにかく深刻で苦しい悩みを早く無くしたいという人の気持ちに付け込んで全く効果がないものを売り込んでいます。

悪意をもってやっているのは論外ですがタチが悪いのは、提供している本人は自分に力

があると信じてやっている場合です。

騙す意図も悪意もなく純粹に自分に力があると信じて宣伝している人もいます。

いずれにしてもこういった「救いの学び」は受け身で依存的になりやすく、あなたがそういった道に進めば進むほど、あなたから力を奪います

なぜなら、それらの救いの学びの多くは、あなたではなく目には見えない不思議なものに力があり、それを教えている講師が素晴らしいのだと盲信させてしまうからです。

そうやって悩みから抜け出せない負のループにハマりこんでしまいます。

例えば「救いの学び」でよくあるのが、講師がつぶやく人生が好転する魔法の言葉をずっと聞き続けるだけで、あなたの運が良くなり

幸せが引き寄せられますといったものです。

そういったものが YouTube 等でもたくさんありますが、それらは、あなたに幸せは訪れませんが講師の懐は潤います。

あなたは講師の収入にせっせと貢献しているだけで、あなたの人生には何ももたらしていないのです。

一方で私が重視していて、さらにこれまでの  
コーチングのクライアントの中でも飛び抜けて  
成果を出している人ほどやっているのが  
「自立の学び」です。

自立の学びとは自分が変わることで人生が  
良くなり道が開けていくというものです。

自分の考え方、行動、習慣を変えることで人  
生が良くなっていくというものです。

その過程は時には厳しく苦しいこともあるかもしれませんが、自分が変わっていくことで自分の人生を自分でコントロールしているという実感があるので幸福度が違います。

私は過去に自殺しようと思ったほど重度の鬱鬱になったので気持ちがわかるのですが

自殺しようとする人の心境というのは全ての人ではありませんが人生に不運が続き、自分の人生を良くしようと思ってもどうにもなら



ない、コントロールが出来ないと思った時に  
唯一自分でコントロールできるのが自分の命  
を絶つという行為です。

つまり「救いの学び」をやっている人ほど見え  
ない力に頼らないといけない状態が続き自  
分で人生をコントロールしているという実感  
が得られません。

たまたま結果が出れば、その時は幸福です  
が結果がでなければ見えない力にますます

頼るようになり、ますます自らの力を奪われ  
講師に依存するようになり不幸になります。

一方で自立の学びをしている人は自らに起  
きている幸せも不幸も自分から作り出した結  
果だと自覚しています。

自らの態度や行動による結果だとわかって  
いれば自らを変えればいいだけです。

そこには自分で自分の人生をコントロールしているという実感があり、それが自分の人生を作っているという幸福感をもたらしてくれるのです。

あなたが今取り組んでいるのは「救いの学び」でしょうか？「自立の学び」でしょうか？

どちらを選んでもあなたの自由ですが今悩んでいて結果が出ずに苦しんでいて「救いの学び」しかやっていないのなら、私は「自立の学

び」をオススメします。

私と、コーチングしたクライアントの体験で言えば、長期的に見て遥かに高い幸福度を感じられるのは「自立の学び」だからです。

**人生が上手くいかない  
本当の理由とは？**

# 人生が上手くいかない理由は人生の目的に沿っていないから

**「人にはそれぞれ生まれてきた目的や理由があります、それに沿って生きている人ほど人生は上手くいき、目的から逸れた生き方をしていく人ほど悩みが深くなります」**

私のコーチングを受けて頂いているクライアントの中にも、今まで様々な本やブログや動画やセミナー等に参加して、それでも結果が

出なかったという人がいます。

そういった経験をされている人の多くが「なぜ、人生が上手くいかないのか理由を知りたい」と言います。

潜在意識の深い部分までコーチングをしていくとその答えが出てくるのですが

数多くのコーチングからわかっている事実は

人生が上手くいかない理由の大半は「人生の目的に沿っていない」というものです。

なぜ人生の目的に沿っていないと人生が上手くいかない、悩みが深くなるのかというと

それはあなたの潜在意識が、どのような生き方をすれば幸せになれるのかを知っていて

それからズレた行動をあなたがしていると、



それを気づかせるために悩みという現象を使って知らせようとしているということです。

例えるなら、建物の中で小さな火事につながるような煙が発生したら火災報知器がそれを探知し火事にならないように知らせてくれます。

ちょうどそれと同じで悩みというのは、あなたに「人生の目的からズレてますよ」というお知らせなのです。

「別に悩みという方法で知らせてくれなくてもいいじゃないか」

と思う人もいるかもしれませんが、人は悩みのようなことが起きないと立ち止まり人生を振り返ろう、考えようとしなないことが多いのです。

だから悩みが苦しければ苦しいほど人は考え立ち止まります、もしあなたの悩みが深く苦しいものなら、もしかするとそれだけ、あな

たは人生からの気づいて欲しいというメッセージを無視していたのかもしれない。

## ミッションを見つけることが大事な理由とは？

「あなたはミッション(使命)を持っていますか？明確にしていますか？ミッションを持って明確にしている人ほど人生は想像以上に上手くいきます」

先程の説明の中で人生が上手くいかない理由は人生の目的に沿っていないからだというお話をしました。

人生の目的とは言い換えるとミッションです、  
ミッションとは日本語で言えば使命だと私は  
思っています。

使命とは「命を使う」と書きますが、つまり何  
の為に生まれてきたのか？何のために命を  
使うのか？ということが大事なのです。

少しスピリチュアル的に聞こえてしまうかもし  
れませんが、ミッションに沿って生きている人  
は常にエネルギーに溢れ人生が良い方向に

展開していきます。

一方でミッションから外れた生き方をしている人ほど悩みや苦しみを常に感じながら生きています。

悩みから解放されより良い充実した人生にしたいと思う人ほど何よりも先に大事ななのは自分のミッションを見つけることなのです。

これまでコーチングをしたクライアントの多くも上手くいっている人ほど、言語化しているか、していないかの違いはありますがミッションを持っていました。

あなたはミッションを持っていますか？持っていないならばまずそれを見つけることが大事です。

## ミッションを作る最も大事な要素とは？

**「ミッションを作る最も大事な要素が欠けている人は人生でも仕事でも失敗します、でも多くの人はその重要性に気づいていません」**

ミッションを作る要素は色々あります、例えばミッションは人から求められるものでなければならぬとか、ミッションにはそれをなし得るだけの技術が必要だとか



しかし私がミッションの中でも最も大事な要素だと思っているのが「情熱」です。

情熱を持っている人が人生を豊かにそして望まない悩みを引き寄せずに生きることができます。

ただし情熱と言っても燃え上がるようなものとは限りません、静かにジワジワと湧き上がるような情熱もあります。

いずれにしても、そういった動きたくてたまらない程の情熱を持っている人が上手くいきますし、それが何のために生きているのかという使命を形作っていくのです。

情熱があるとないとでは、その後の成果がまるで違います。

だいぶ昔になりますが、起業をしたいと考えている人をコーチングしたことがあります。その目的は起業をしてお金を稼ぎたいという

ものでした。

その人が今やっているビジネスについて、どうすれば成功するかをコーチングし 1 回目は終了しました。

次にコーチングした時に前回の決めたことについて、どれだけ進捗があったのか聞こうとしましたが、その人は

「あっ、それは自分には合わないと思ったので別の方法で起業することにしました」

と言い、2 回目は、その新しく見つけたビジネスについて、どうすれば成功するかをコーチングし終了しました。

そして 3 回目になった時に前回決めたビジネスでの進捗を聞いてみると、前回と同じく

「あっ、それは自分には合わないと思ったので別の方法で起業することにしました」

と言っていました、そして4回目5回目と続くのですが、お気づきだと思いますが、同じく自分に合わないと言って、また次の新しい起業法を探していました。

自分の適正を見極めることは重要で必ずしも、この例が悪いとは言えない側面もありますが、ビジネスをする上での困難や成果が

出ないことに対して不満があっても情熱がある人は、それを乗り越えて成果を出します。

極端な話で言えば仮に自分にあっていないビジネスだったとしても情熱がある人はそれを乗り越えて成果を出します。

もう一つ別の例を考えてみましょう。

あるラーメンのチェーン店の店長が独立した

いと考えていたとします。

ラーメンを作る技術はもちろん、お金の管理、  
スタッフの教育も全て成果が出ています。

「これだけの成果が出ているから、独立して  
自分のお店を持ってもいいだろう」と思って独  
立します。

ただ独立してしばらくして、その人のお店は

売上が伸びずにお店をたたむ事になりました。

技術も、お金の管理も、スタッフも教育もできる能力があったのに何がダメだったのかというと、その人には情熱が欠けていたからです。

ビジネスというのは特にそうですが全員が起業をすれば成功するわけではありませんし、やっていくほど困難な事が次々やってくるものです。



そんな時に情熱がない人ほどすぐに挫折してしまいます。

どんな仕事をするにしても情熱があるということはとても大切なのです。

## ミッションを持つことのメリット

**「ミッションなんて何の役にも立たない、それよりも手っ取り早く幸せになる方法を教えてと考えている人は損をしています、ミッションを持つことには様々なメリットがあるので、それを持たないことは人生で大きな損失なのです」**

ミッションを持ちミッションに沿って生きていくことで望まない悩みを避け、人生が上手くいくとお伝えしました。

ミッションを持つことのメリットは他にもあります、いわゆる引き寄せが起きやすくなるということです。

引き寄せの法則に関しては、また後ほどお話しますが巷の引き寄せの法則をやっている人で結果が出ていない人ほど、やればやるほど失敗するという悪循環が起きます。

一方でミッションを明確にした上で、ミッションに沿って生きている人は特別に引き寄せの

法則のテクニックを使わなくても自然といいことが引き寄せられてくるというメリットがあります。

そしてミッションに沿って生きている人は時間の使い方が変わります。

やらなければいけないという苦痛で時間を過ごすのではなく、やりたいことをやっている感覚で時間を過ごしているので充実した時間の使い方ができるようになります。

そしてミッションに沿って生きていると集中力も知性も高まります。

それによって良い循環が起こり、人生が充実したものに変わっていくのです。

## 自分探しの旅を終えるには？

**「自分探しの旅の答えは外にあるのではなく、常に内側にあります。外側に答えを求めれば常に遠回りをするかもしれません」**

よく自分探しをする為に旅に出たり、そういった内容の本を読んだり、セミナーに出て自分探しの答えを見つけようとする人がいます。

自分探しをしている人は、その答えが何かしらの職業とか活動を見つけることがゴールだと思っています。

しかし実際にはそれが重要ではありません

そしてミッションを見つけるということにおいても本やセミナー、あるいは占い等で見つけようとする人もいますが必ずしも正解にたどり着けるわけではありません。

自分探しも、そしてミッションを見つけることも大切なのは本質です。

自分探しやミッションを見つけるということを通じて人は何を得たいのか？を理解できれば自分探しの旅も、ミッションを見つけるための本やセミナーも必要ないかもしれません。

2つに共通して言えるのは人が最終的に求めているのは「感情」だということです。



人は自分探しやミッションを見つけることによって何かしらの職業に出会うとか

何かしらの結果や偉業を残すとか、それが大事なのではなく、その過程や結果を通じて感情を得ることが目的です。

仮に旅や本やセミナーや占いを通じて自分の探しの答えやミッションがわかったとしても

そこで自分が求めている感情を味わうことが  
できなければ、何か違うということになり、ま  
た自分探しやミッション探しの旅に出かける  
ことになります。

自分探しの答えやミッションを見つけない人  
にお伝えしたいのは、遠くや外に働きかけて  
探すのではなく自分の内面を見つめるという  
ことです。

何をしている時が楽しいのか？何に充実感

を感じるのか？あなたは毎日の生活の中で、その感情を求め、それに沿った行動をしています。

例えば食えることが楽しいという人がいたとします、その人のミッションは食えることだと思いかもしれませんが、そうではありません。

食えることによって満たされた感情を感じているのであれば、その人にとって大事な感情というのは「満足感」であったり「充実感」だと

ということです。

ということは、その人にとって「満足感」や「充実感」を感じられる活動ができれば人生が楽しくなるのです。

その感情を感じられる活動を多くし行動すれば自然とあなたにとって必要な人や情報が引き寄せられて、それによって自分探しの答えが見つかったり、ミッションが見つかったりします。

大切なのは外ではなく常に内、それを意識することなのです。

# **人生が上手いかなくなる 思考や習慣**

これまでのコーチングを通して気づいたのは、  
悩んで人生が上手くいかないと思っている人  
ほど、悩みが逆に深くなってしまふ思考や習  
慣があったということです。

しかも切ないのはこれまでの自己啓発や引  
き寄せやスピリチュアルを教えている講師が  
良いと言っていた方法が逆に悩みを深くして  
いたという事実です。

そういった講師と同じタイプの人には全く問

題ありませんが、違うタイプの人が真似をすれば逆に悩みを深くしてしまいます。

ここではそんな人生が上手いかなくなる思考や習慣について解説をします。



## **ポジティブやワクワクの弊害**

**「ポジティブやワクワクすれば人生は本当に幸せになれると思っていますか？本を書いたりフォロワーが何万人もいる講師が言っているからと言ってそれが正解とは限りません**

**人によってはポジティブになったりワクワクするほど悩みを深くすることだってあるのです。」**

自己啓発や引き寄せの法則では、とにかくポジティブにいることやワクワクすることは良いことだと教えています。

特にそういった方法を教えている講師の話している姿などを見ているとテンションが異常に高く明るく、早口でまくしたてて

「ポジティブ！！ ポジティブ！！ ポジティブ！！」

「ワクワク！！　ワクワク！！　ワクワク！！」

とその重要性を説いています。

しかし、こういった古いノウハウに基づいた成功哲学は、ほころびを見せ始めています。

言われたとおりにやっているのに、どこかしんどいし、苦しい、それだけでなく人生は一向に良くなならないという人が多いのではないかと思います。

これは今までいいとされていたポジティブや  
ワクワクには弊害があることを教えている講  
師自体も知らないからです。

教えている人がわからないのに学んでいる  
人は何故、それが悪いのかを知ることは難し  
いと思います。

世界や宇宙は全てバランスで出来ています、  
そのバランスを無視して極端に光だけを求め  
て生きていくというのは不自然なのです。

不自然なことをずっとやっていれば、どこかでしっぺ返しを食らうことになります。

ここで大切なのはワクワクしてはいけない、ポジティブになってはいけないという意味ではなく、ワクワクやポジティブというのは無理に感じようと努力するものではなく自然と感じられるものだということです。

私がやっているコーチングの中では、そのコーチングの過程でワクワクやポジティブを感

じる方はいますが、巷の引き寄せの法則のように毎日無理してポジティブになろうとしたり、ワクワクを感じようとしたりするのは不自然だということです。

ワクワク出来ないこと、ポジティブになれない理由を取り除けば人は自然とワクワクやポジティブを感じられるものなのです。

**辛くて苦しいのに幸せというのは不自然じゃないですか？**

**「あなたは、あきらかに不幸のど真ん中にいるのに「幸せ」と言っている人を見たらおかしい人だと思いませんか？**

**自然に感じていることを曲げてまでもやる成功法則は、あなたを不幸にする可能性だってあります」**

自己啓発や引き寄せを学ぶと辛くて苦しい時でも「幸せ」と言いなさいとか、不運でトラブル続きでも「運がいい」と言いなさいという教えがあったりします。

でも、それって不自然じゃないですか？実際に辛いと感じていたり、不運だという認識があるのに、それを良いことだと考えようとする事ほど、おかしい話はありません。

本に書いている成功者がそう言っているから



間違いないと妄信的にならずに、自分の心に聞いて欲しいのです、本当はどう感じているのか？

最近ではブログや SNS や Youtube 等を通して情報発信をしている人も多いですが

そういった人の多くは自分の実体験のシェアや旧来の成功者の書いた本や情報の知識の受け売りでシェアしているだけで情報を受け取っている人には様々なタイプの人がいる

ということをあまり考慮していません。

不幸でも幸せ、不運でも運が良いと素直に  
思える人は成功するでしょう、でも何度言っ  
てもそう思えない人もいますのです。

もしくはそれでも無理やり自分を説得して長  
年かけて自分を洗脳して、そう思えるようにな  
ったとしても自分の心の奥は 1 ミリも幸せ  
だとは思っていません。

そうやって積み重ねてきた自分への嘘が、やがて悩みとなってその人の前に現れるなど悩んでいて、そういった旧来のノウハウを信じている人には知る由もないのです。

## **頭は騙せても心は騙すことは出来ない**

**「従来のポジティブシンキングやワクワクをやればやるほど、本音を押し殺して生きる事になります、それが後々に悩みを深刻化させる原因にもなるのです」**

悩みが深くて苦しい人ほど、頭で思っていることと心で思っていることは乖離しています。

そして従来のポジティブシンキングをやればやるほど、心の声は抑圧され分厚く閉ざされてしまいます。

それが爆発した時に悩みとなって顕在化します。

たくさんの成功哲学やポジティブシンキングを学んでいる人ほど陥りやすい罠で、そういった情報を学んで上手に自分の頭は騙せても心はそう思っていないわけですから騙すこ

とはできません。

そして頭で考えていることよりも心で感じていることの方が人生で現実化をします。

例えば、頭ではお金持ちになりたいと思っても心の奥底ではお金持ちになりたくないと思っていれば、それが現実化するということです。

あなたが今人生で上手くいかないと思うことがあるのであれば、それはあなたが本音で生きていない人生に嘘をつきながら生きているよというサインだったりするのです。

悩みを深くしないようにするには、普段から頭だけで考えずに心の声に耳を傾けるということを意識して習慣にすることが大切なのです。

しかし、この心の声は社会的な価値観や慣

習によっても抑圧される場合がありますが、その抑圧の教育を一番しているのが親だったりします。

例えば男性にありがちなのですが「男は簡単に泣くものじゃない」という教育を受けていると泣きたいと思うほど苦しい時でも

子供の頃の「男は簡単に泣くものじゃない」というメッセージが無意識に刷り込まれて本音を言えない人になります。



その結果として本当は苦しいのだけど我慢してしまい、それが原因で心の病を患ったり潜在意識的な問題を引き寄せる原因になる可能性があるということです。

## ワクワクすると本当に幸せになれる？

**「ワクワクというのは無理になろうとするもの  
ではありません、巷にあるようなノウハウで無  
理にワクワクしようとするれば、その反動でワク  
ワクできない悩みを引き寄せてしまいます」**

これは、特に引き寄せの法則やスピリチュアルの講師が最近良く言うようになったことですが、ワクワクすると幸せになれるというものです。

そういったことを教えている人ほどワクワクのやり方や方法を教えています。

ただし注意して頂きたいのは、ワクワクというのは自然に湧き上がってくるもので無理にワクワクを上げようとするものではないのです。

大事なのはワクワク出来ない理由や原因を取り除くことです。

ワクワク出来ない思考や環境やあり方があるのなら、それを取り除くことができれば自然とワクワクして生きることが出来ます。

巷の講師が言うような方法で無理にワクワクしようというのは不自然であり、バランスに欠ける行為です。

ワクワクすれば全てがバラ色で幸せになれるかということ、そうではありません。

特に不自然に作られたワクワクほど弊害があります、ワクワクはテンションが高い状態とも違います。

高いワクワクの状態というのは、その状態を維持するほど、その対極のワクワク出来ない状態も作り出します。

振り子の法則というのは聞いたことがありますでしょうか？振り子のように片方に振り子が動けば、その動いた分だけ反動で逆の方が

向へ力強く動くわけです。

あなたが幸せになるためにと信じていたワクワクすることが実は不幸を引き寄せる悪習慣になっている可能性もあるわけです。

繰り返しになりますが、ワクワクというのは自然に湧き上がってくるもので、巷にある方法を信じて不自然にワクワクをしようと努力すればするほど悩みが深くなる可能性があることを覚えておいて下さい。

## **ワガママとありのままの誤解**

**「ありのままをワガママでいいと勘違いすると社会に適用できない人になってしまいます、あなたも誤解して痛い目にあったことはありませんか？本当のありのままを理解する事が大切です」**

これも引き寄せの法則やスピリチュアルの講師が発信している内容で最も多く、そしてそれを真に受けた人の人生がおかしくなる悪い

思考の一つです。

ありのままに生きよう、自分に素直に生きよう、教えられている内容は大体こんな感じですよ。

ですが、これはワガママでいなさいという意味とは違います、例えば自分に素直でありのままにしていることを理由に人との約束を破ったり、大人として人との信頼を欠く行為をする人がいます。



それを良しとする講師もいるぐらいです、しかしこれは、ありのままの正しい姿ではなく単なるワガママで自己中心的な考え方です。

大人になれば自分の欲求と社会との関わり方とのバランスを取らなくてははいけません。

バランスがとれてはじめて大人として社会に適合出来る人になります。

教えている講師のようにたくさんのお金を稼ぎ有名になり自由に振る舞える立場になれば、そういったワガママも許されるのかもかもしれません

しかしそれを真に受けて信じた人は社会からすれば単なる身勝手に自己中心的な人となり社会からはじかれます。

さらに深刻なのは、大人がそういった振る舞いをする事で子供が真似をしてしまうことで

す。

つまり人との約束や破ったり信頼を欠く行動を良しとすることを学習してしまうということです。

そして次第に成長するにつれて周りとの協調性のない人になってしまいます。

引き寄せの法則やスピリチュアルを間違っ

学んだ人の中には大人になりきれていない少年のような心を持っている人が多い傾向にあります。

子供のように大きな夢を描き、子供のような無邪気さを持っている、それだけ見れば良いことですし

大成功している経営者や成功者の中にはそのような感性を持っている人も多数います。

しかし、それらの成功している人と、悩みが深く苦しくなるような状態にいる人で間違った引き寄せの法則やスピリチュアルに傾倒している人との違いは大人として理性やバランスや現実性を持っているかという点です。

つまり間違った引き寄せの法則やスピリチュアルを信じてしまって

ありのままをワガママでいいと勘違いして学んでしまった人は極端に子供の部分だけが

突出して肥大化した人になってしまっている  
のです。

そのような少年のような心を持つ人は魔法や  
奇跡を好みます。

それ自体は悪くないと私は思っていますが、  
ただそこに現実的な行動が伴わなかったり、  
社会性の欠如が目立つ振る舞いをするよう  
になります。

そうやって自ら悩みや苦しみを深くしている  
のです、この間違った洗脳が解けない限り、  
悩みや苦しみを引き寄せ続けます。

何事もバランスなのです、光と影があるよう  
に一人の人間にも無邪気な部分と理性的な  
部分があってはじめてバランスの取れた大  
人になります。

社会と上手く適合し表面的な願望が叶うだけ  
の幸せではなく深いレベルでの幸せを手に

入れたいと願うなら、ありのままとワガママを  
間違えないことがとても大切です。



## あなたの人生をダメにする超越者思想

**「特別な力がある事が素晴らしいとは限りません、そして、それを目指すことが幸せになるとは限らない事だってあるのです」**

引き寄せの法則やスピリチュアルや分野で本を書いたり情報発信をしたりしている人の中には見えないものが見えたり聞こえたり

あるいはそれ以外の特別な力を持っている  
事 PR する人がいます。

一部の人はずういった特別な力や知識を持  
っている人に憧れ心酔して、その人の教えを  
守ったり真似したりする人もいます。

これは私のスピリチュアルの分野のメンター  
が言っていた言葉なのですが「見えないもの  
が見えるから、聞こえないものが聞こえるか

ら素晴らしいとは限らない」というものでした。

私も潜在意識を扱うコーチングをするようになり、色々な人のご相談を受けてから益々そのメンターの言葉が真実だと思うようになりました。

そういった特別な力を持っている人が全て素晴らしい人格者であったり、愛を持っている人とは限らないという事です。

表面上はそう見えたとしても実際はそれとは真逆のあり方だったりするのです。

見えないものが見えたり聞こえたり、もしくはそういった不思議な世界の分野に対して特別な知識を持っている人

そういう通常の人とは違う力や能力を持っている人、わたしは超越者と呼びますが超越者が全て正しいとは限らないのです。

そして超越者と呼ばれる人の中には私達が考える社会のルールとは逸脱した考え方や態度を持っている人も多いという事です。

例えば超越者と呼ばれる人の中には「この世は全て幻想で意味がない」という人もいます。

こういった人の中には人もプラスチックも全て等しい存在だと考える人もいます。

これが究極的に間違った方向へいくと事件や社会に対しての大きな被害をもたらす存在になりうる場合もあります。

また煩悩を捨てるために学んだり、その学んだ事を情報発信している人の中には、発信している内容とは裏腹に損得勘定で動き、利益だけを追求し煩悩まみれで生きている人もいます。

つまり、どちらの生き方も一般的な人の思う、思いやりや愛や道徳心という生き方からは大きくズレているわけです。

問題なのはそれらの力を使い影響力を持っている人は社会から逸脱しても、その力を武器に食べていくことは出来ますが、問題なのはそれに心酔して影響されている人達です。

ワガママとありのままの誤解ところでも、言いましたが社会の感覚とはズレた生き方は、そ

の講師だから出来るのであって普通の人  
が真似をすれば単なるワガママな人にな  
ります。

そして真似るほどに社会的には生きづ  
らい人になり悩みを逆に深刻にしてし  
まう恐れがあります。

そして、さらに問題なのはこういった  
超越者になりたいという思想の動機  
が劣等感を隠し



たり自己顕示欲の為にやっている可能性がある  
あるということです。

これは無自覚にやっている場合もあります、  
本人としては学んだ事をシェアをしたいと思  
ってやっているかもしれません。

しかし、そういった劣等感や自己顕示欲や本  
人でも気づいていない無自覚の恐れを持つ  
人ほど表面を着飾って華やかに見せようとし

たり、見えないものが見える聞こえることが出来たと錯覚してそれをPRしたりします。

そういった特殊な超越した力や知識を獲得した事によって自分の内面にある、恐れや不安を見ないように偏ったポジティブシンキングに走る傾向にあります。

超越者に心酔し間違ったポジティブへと舵を切った人達は一時的には成功するように見えますが、私がこれまで見てきたそういった

方向へ進んだ人達は結局は上手いかな  
い、しくじった人生を歩んでいる人が傾向的  
には多いと感じています。

なぜそういった人達が上手いかない、しくじ  
った人生を歩むようになるのかというと

それは自分の内面の恐れや人生で気づかな  
いといけないメッセージを無視して、ひたすら  
ポジティブな方向に進んだ事が振り子の法

則のように、いつか反動で問題が大きくなって本人返ってくるからです。

全ての超越者と言って情報発信している人が問題があるわけではありません

本当に素晴らしい人達はたくさんいると私は思いますが、ただ情報を受け取る人が、そういった本当の意味での素晴らしい講師に出会うとは限らないという事です。

これからの時代は何を学ぶのかに加えて誰から学ぶのかもより重要になるのではないかと思います。

では、そういった間違っただけの教えを受け取らないようにするには、どうしたらいいかということ、その講師の教えている話だけを鵜呑みにしてはいけないということです。

様々な講師や知識に触れて、その上でその講師の情報を受け取るかどうかを決めることが重要です。

あなたが社会から逸脱した非常識な人になりたいのであれば、それは構いません。

非常識であることは素晴らしいという主張もする人もいますが

それはある程度のモラルや倫理観があった  
上での型を破るという意味での非常識であ  
れば、それは素晴らしいと思いますが

愛や思いやりや道德等から逸脱し、ただ自  
分のエゴだけ押し通す生き方は一時的な成  
功はあっても長期的な成功は望めないとい  
うことです。

それでも、そういった超越者の言葉に惑わされる人もいますので、ここで私のエピソードをお話します。

私はある時に人の紹介で霊視と占いが出来る人を紹介してもらいました。

その人は私の過去を言い当て、その言葉にはすごく真実味がありました。



そしてその霊視が出来る人が言ったのは「先祖供養しなければあなたの成功はない」意味としてはこんな言葉を言われました。

その霊視の後から、私には信じられなくらいのトラブルが次々と訪れました。

私はその霊能者に言われた先祖供養ができていながらだと思って、とても不安になりました。

その後知り合いから別の霊能者を紹介頂き、私に起きた事や、先祖供養についても話しました。

そうすると、その霊能者が言っていたのは

「それは、あなたが先祖供養をしないと幸せになれないと信じ込んでしまったので、それで次々と不幸を引き寄せただけです

あなたの成功と先祖供養とは今回の場合は  
全く関係ありませんよ」

と私は言われました。

最初の霊能者に言われた時には、ただ不安  
と恐怖しかなかったのですが、その後の霊能  
者の言葉には凄い安心感を感じました。

その言葉を言われた後から一切トラブルは  
起きなくなりました。

何かが見えるから聞こえるから全て正しいと  
は限らないのです。

あなたが今、そういった超越者の言葉を信じ  
実践しても思ったように幸せになれていない  
のなら学ぶ対象を間違えているだけです。

だからこそ何を学ぶのかに加えて誰か学ぶのかを大切にしてください。

## **選択肢が少ないと悩みが深くなる**

**「あなたの悩みがもし深刻で苦しいのなら、それは選択肢が少ないことが原因かもしれません、あなたも気づかずに選択を少なくしている生き方をしていませんか？」**

悩みが深く苦しい人ほど選択肢を自ら狭めて苦しんでいます。

選択肢が少ないと悩みが深くなるとはどういうことか、ここでは例として、ジョギングが続かないという悩みを持った人がいたとします。

この人はジョギングが続くためのノウハウを探し学び実践をするわけですが、それでも長続きしません。

結果が出ないのでまた次の方法やノウハウを探します、それでも改善はできず悩みのループに入ってしまうという状態です。

この人の場合、ジョギングを続けたいけど続けられないという 2 択で悩んでいるわけです。

例えばこういった人にコーチングをした時に、「何のためにジョギングをはじめたのですか？」というジョギングを始めたきっかけを聞くと「ダイエットのためだ」と言ったりします。

この人にとってダイエットができれば成功なので、別にジョギングでダイエットしなくてもいいわけです。



そうするとジョングングだけしかないと思って  
いた状態に別の方法でもいいという選択肢  
があることに気づきます。

さらに質問をして「何のためにダイエットした  
いのですか？」と聞いたら「健康のためだ」  
と答えたとします。

ということは、この人にとって大切なのは「健  
康になる」ことであって必ずしもダイエットだ  
けが選択肢ではないわけです。

食事を変えたり工夫することで健康になることも出来ます。

このように選択肢が増えていくと悩みは軽くなります、一方で選択肢が少なくなり、究極の 2 択の状態になると悩みは深く苦しくなります。

あなたの悩みも、もしかするとこの選択肢が極端に少ない状態になっていることが原因かもしれません

その場合に常に目的を思い出して選択肢を増やしていくことが幸せを引き寄せるコツなのです。

あなたが信じている自己啓発や引き寄せの法則やスピリチュアルを教えている講師が絶対だと思って信じていると他の選択肢が見えなくなります。

そして選択を狭めたが故に悩みが深くなっているかもしれないのです

あなたの真の目的が幸せになることであれば、別にその講師から学ぶ必要もなく自己啓発でも引き寄せでもスピリチュアルでなくても本当はいいはずですよ。

世の中にはあなたの悩みを解決するための方法は無数にあります。

今学んでいても成果が出ずに悩んでいることがあれば、今一度

「何のために学んでいるのか？」という目的を思い出して選択を増やしていくことが目の前にある悩みを軽くしていく秘訣だと私は思います。

## 悩みを避ける人生が悩みを深くする

**「悩みを避けて生きようとするほど逆に悩みが深くなるって知っていましたか？特に今悩みが深くて苦しい人ほど、あなたの悩みはもっと深くなってしまいう可能性があるのです」**

悩みを抱えている時に多く人は1秒でも早くその状況から抜け出したいと思うと思います。

それは自然な感情だと思いますが大切なのは、その悩みを抱えた時にどうやって抜け出すかという抜け出し方が大事なのです。

悩みを避けることを常に考えて生きていると逆に悩みを深くする恐れがあります、ここではその理由について解説をします。

そもそも悩みとは何故生まれるのでしょうか？人生が上手くいかないのは人生の目的に沿っていないからだという説明は最初にし

ました。

悩みは理由があって存在しています、理由なしに悩みが存在することは考えられません。

その悩みを通して気づいて欲しいこと考えて欲しいことがあるから悩みは存在するわけです。

巷にある本質に沿っていない安易な引き寄



せの法則や自己啓発におけるポジティブシンキングは、これらの問題が起きた時に一刻も早くその苦しみから逃れる方法を提示したりします。

そこで教えられている方法を使えば確かに一瞬気持ちも楽になり悩みから抜け出せたように感じることもあります。

しかし繰り返しになります。が悩みというのは理由があって存在しています、にも関わらず

これらの方法を使って悩みを避けようとする行為はかえって悩みを深くします。

なぜならば悩みは理由があって存在しているのに、それを無視するかのようにポジティブに振り切って逃げようとするからです。

潜在意識は、そのように安易な方法で悩みが存在する理由を考えずにポジティブに乗り切ろうとすると手を変え品を変え悩みをつくり出し続けます。

例えば人間関係の悩みがある場合に、何らかのコミュニケーションテクニックや思考法

あるいは心理テクニックで乗り切ると目の前の相手との問題は片付いたとしても、今度は別の人が新たに悩みを持ってくるということがあります。

表面的に逃げ切れても潜在意識はあなたが真の理由に気づくまで何度も問題をつくり、更に大きくして気づかせようとしています。

だからこそ問題が大きくなる前に、小さいうちに対処することが大事です。

そしてそれらを巷の安易な悩み解決法で乗り切ろうとすると返って悩みが深くなるということも覚えておきましょう。

# **引き寄せの法則をやっても幸せになれない理由**

SNS やブログで引き寄せの法則について多く発信をしています、しかし私が発信している内容は巷にあるような引き寄せの法則内容と印象が違うと言われます。

私はこれまで引き寄せの法則を実践したけども結果が出なかったというクライアントの話を多く聞いてきました。

そして、その理由や原因を分析し、今ある引き寄せの本や SNS やブログや YouTube で発

信されているような引き寄せの法則には大きな問題点や欠点があることに気づきました。

そのため、私の発信している内容は、巷に溢れた引き寄せの法則とは違う印象を与えているでしょう。

ここではこれまでのコーチングから得た経験と、巷の引き寄せの法則を分析した結果をもとに、引き寄せの法則をやってもなぜ結果がでないのかという理由に気づきました。

ここではそれについて解説したいと思います。



# **一部のエリートにしかできない引き寄せの法則**

**「引き寄せの法則」というと法則というだけあって、本来ならどんな人にも等しく同じ結果が出るはずですよ。**

**それにも関わらず実践をしても結果が出る人と出ない人の差が出るのは何故でしょうか？」**

巷にある引き寄せの法則が効果がないのか？それは私が言っている一部の引き寄せエリートや引き寄せ体質の人にしか力を発揮しないからです。

その理由について解説します。

## 引き寄せエリート、引き寄せ体質とは？

**「あなたが引き寄せの法則をやって、もし結果が出ていないのだとしたら、それは一部の人にしか使えない引き寄せの法則をやっているからかもしれません、あなたは自分にあった引き寄せの法則をやっていますか？」**

引き寄せの法則の本や SNS やブログや動画を見ていると、そこで情報発信をしている講師は引き寄せの法則と出会い大きく人生を

変えたと言っています。

そういった話を聞くと多くの人は講師の人と同じ真似をすれば、講師の言っていることを実践すれば結果が出ると信じてしまいます。

そして実際に結果が出ている人もいます。

しかし私から言わせれば教えている講師やその講師の真似をしたり、言われたことを実

践して結果が出た人というのは引き寄せエリートもしくは引き寄せ体質だと考えています。

過去の人生において上手くいかない時期があったにしろ、引き寄せの法則のやり方を知らなかっただけで、知ったことで上手く使えるようになったのだと考えています。

そして、そうした講師を調べてみると引き寄せの法則で結果が出るまでに何百万円も自己投資をして勉強していたり長い時間かけて

研究したり実践したり等の積み重ねがあって  
成果が出ているという例もあります。

つまり本や SNS やブログや YouTube で言っ  
ているような成果というは一瞬で出た成果で  
はなく

それまでの長い時間の実践と思考や行動の  
修正と、その人の環境要因と様々な要素が  
積み重なって得られた結果だということです。

しかし実際に発信している内容を見ていると、あたかも一瞬で成果が出たかのように錯覚してしまいます。

しかし引き寄せられたのには、それを支えるだけの積み重ねという原因があり、その上での成果だと言うことを理解しておかなければ幻想に振り回されることになります。

私のコーチングのクライアントであったり、メ

ルマガや他の情報発信している中で良く言っているのですが、例えば引き寄せの法則と  
言えば、よく教えられるテクニックの中にアフ  
アメーションというものがあります。

潜在意識に深く浸透させる為には朝、最低で  
も 20 分、夜寝る前に 20 分など、毎日欠かさ  
ず声に出して読み上げるというものです。

しかし、それだけのことを毎日欠かさず続け  
られる精神力がある人なら、別に引き寄せの



法則でなくても、その人は成功できる人だと思ふのです。

つまり引き寄せの法則という言葉だけに踊らされると何もしなくても不思議な力に頼れば幸せになれるという幻想に囚われてしまう可能性が高いということです。

そういった幻想に囚われる人が増える恐れがあるのに、それでも巷にある引き寄せの法則を教えている講師は幻想を売り続けます。

そして結果が出ないという批判を受けると「それは、あなたが疑っていたり、素直になりきれていないからですよ、もっと素直になりましょう、批判的な考えはやめましょう」という反論をします。

あなたは、そういった講師の話を聞いてまたやってみようと思い実践するかもしれませんが、それでも結果が出ずに落ち込むかもしれません。

もし、あなたが引き寄せの法則を試しても結果が出なかったということであれば、あなたが単にその教えている講師の人とは違うタイプであり、やり方があっていなかったというだけです。

自分のやり方に合わないやり方を一生懸命やり続けても結果は出ません、一部の引き寄せエリートや引き寄せ体質の人の話に惑わされると時間とお金を無駄に費やすことになってしまうのです。

## 引き寄せの法則は万能ではない

**「引き寄せの法則をやれば人生は全てバラ色と主張している引き寄せの講師に踊らされていませんか？引き寄せの法則と言えども万能ではないのです」**

引き寄せの法則を教えている講師の発信している内容を見ていると、あたかも万事成功で全て狙った願望が引き寄せているという印象を受けます

しかし人間である以上、光があれば影もあります。

引き寄せの法則で有名になった後でも離婚を経験したり、あるいはお金の問題を抱えていたり、裁判になったり、権利関係で揉めたりしている例はたくさんあります。

引き寄せの法則をやればオールハッピーというわけではないのです、引き寄せの法則と言えども万能ではないのです。

しかし、商品やサービスを売るためには万能感を見せなければなりません、そして人はその万能な部分だけを見て成功を夢見ます。

引き寄せの法則は人生を幸せに豊かにするツールではありますが、それが人生の全てではないということです。

幻想を持ち続けると引き寄せの法則や教えている講師に依存するようになってしまうので注意が必要です。

**引き寄せの法則の講師の多くはティーチャーである**

**「引き寄せの法則の講師が良いティーチャーなのか悪いティーチャーなのかを見極めることが大事です。**

**結構な確率で引き寄せの法則を教えている講師ほど自分の実体験と外国の引き寄せの知識を切り売りしている悪い意味でのティーチャーが多いのです」**

今現在、引き寄せの法則の本やブログ、SNS、YouTube で活躍している講師の多くが、大きく分類すると「ティーチャー」にあたると思っています。

日本の引き寄せの法則の講師の多くは、源流の引き寄せの法則と出会い学び自身の体験した成功の秘訣、そして海外の源流となる引き寄せの法則の本やセミナーで得た知識の受け売りでノウハウを伝えています。



教えている講師本人には効果があっても、それが万人に通用するとは限りません。

良い意味でのティーチャーではなく、悪い意味のティーチャーとは、単に自分の実体験や知識等の情報を伝える人という意味で私は考えています。

逆に良いティーチャーとは単に個人的な実体験や外国の引き寄せの法則の知識の受け売りではなく、多くの人をサポートし様々なタ

イプの人に教えて、そのフィードバックから結果があった再現性の高い智慧を伝えているのが良い講師だと考えます。

私が考える日本の引き寄せの法則の講師の多くは、その悪い意味でのティーチャーということです。

その講師が教えている内容に個人差というのは考慮されていません、人には様々なタイプがあり、そのタイプに合わせたやり方が重

要です。

全てを網羅して情報を発信するというのは難しいとは思いますが、この本の中で繰り返し伝えているように2:8の法則で考えれば

全体の中の2割の引き寄せエリート、引き寄せ体質の講師と、それと同じ体質の人には効果があるかもしれませんが

発信されている内容が挫折している 8 割の人が考慮されていないということです。

私自身がコーチングを学び、そしてコーチとして活動して良かったと思うのは、コーチングというのは基本的にはテーラーメイドです。

一人一人、タイプに合わせてコーチングをしなければ成果が出ません。

だからこそ 2 割の成功法則や引き寄せの法則で挫折したクライアントのご相談を受けた時に、何が機能して何が機能しなかったのかという事実がわかるのです。

悪い意味でのティーチャーの行うティーチングは一方通行です、逆にコーチが行うコーチングは双方向です。

その違いが大きな成果の違いになると思いますし、それがコーチングが多くの人に支持

される理由だとも考えています。

ただし今現在、引き寄せの法則を教えている講師の中には悪い意味のティーチャーではなく

様々な人の相談を受けて、それを元に引き寄せの法則を教えている良い意味でのティーチャーもいます。

なので、あなたがもし従来の引き寄せの法則を学んでも効果が出なければ、学ぶティーチャーを変えることをオススメします。

ただし、あなたが引き寄せの法則の講師と同じ2割の引き寄せエリートや引き寄せ体質の人であれば講師を変える必要はありません

きっと講師と同じように成果が出るので引き続きその人から学ぶことをオススメします。

**引き寄せの法則をやる前にやるべきことがある**

**「引き寄せの法則を実践する前にやるべきことがあります。**

**でも引き寄せの法則で結果が出ていない人ほど、引き寄せの法則をやる前にやるべき事がある事を知りませんし**

**引き寄せの法則を教えている講師も実際のと**



**ころわかっていません、あなたは引き寄せの法則の実践の前にやるべきこと知っていますか？」**

引き寄せの法則を実践しても効果が出ない人は、実は引き寄せの法則をやる前にやるべきことがあることに気づいていません。

その引き寄せの法則をやる前にやるべきことについてここでは解説します。

「願望を叶える前に、願望を叶えてはいけない理由があることを知ること」

これが重要です。

2割の引き寄せエリートや引き寄せ体質の人は願望を叶えることに対してのブレーキがありません。

それは意識的にも無意識的にも、です。

一方で従来の引き寄せの法則をやっても結果が出ない人は自覚できるレベルでも、無意識的にも願いが叶ってはマズい理由が存在しています。

それをクリアにしないまま、引き寄せの法則を実践しても効果が出ません。

例えばお金が欲しいと思って引き寄せの法則を実践しても、心ではそれを願っていないことだってあります。

私はこれまでのコーチング経験から、そのブレーキとなる要因は潜在意識にあることがわかってきました。

潜在意識については後ほどの章で詳しく解説しますが、そういった願いを叶えることを妨げている要因があることを理解しておいて下さい。

そして引き寄せの法則をやる前にやるべきもう一つことは、ポジティブになる前にネガティ

ブを受け入れることです。

今、巷にある引き寄せの法則の多くはポジティブシンキングです。

願いはもちろんのこと、悩みや苦しみを感じている状況でもとにかくポジティブになることをおすすめしています。

しかし、ネガティブな出来事というのは理由

があって起きています。

その理由を知ることが重要だと言うことと、心理的なメカニズムから考えるとネガティブな感情を感じているのに無理矢理にポジティブな方向に切り替えるのは

緊急事態であれば応急処置的にはいいと思いますが、長期的な視点で見るとネガティブな感情は処理されず未完了なまま残ります。

そうすることによってネガティブな感情はくすぶったまま残り、それがあがるが故にポジティブになろうと思っても切り替えにくいという状態を作ってしまうのです。

引き寄せの法則を実践するにも、いきなりポジティブに切り替えずに、まずはネガティブな感情を認め受け入れてからポジティブになることをオススメします。

## 引き寄せの法則の本質

**「引き寄せの法則の本質って知っていますか？引き寄せの法則の講師の多くは本質を語らず夢だけ語りテクニックを売っています、しかし本質を知らなければ引き寄せ迷子から脱出できません」**

引き寄せの法則に関する情報は世の中にたくさん出ています、そんな中で引き寄せの法則の本質についてあまり語られている機会



が少ないと思います。

とくに引き寄せの法則を実践していても結果が出ていない人ほど、本質について理解することが重要です。

ここでは引き寄せの法則の本質について解説します。

多くの人引き寄せの法則のイメージについ

て聞くと、引き寄せの法則は願望達成の法則だと思っています。

しかし、引き寄せの法則の本質は願望達成の法則ではありません。

これは教えている講師によって定義が違うので、別の講師から言わせれば引き寄せの法則は願望達成の法則だと言うでしょう。

特に巷で人気な引き寄せの法則で情報発信している人の多くは願望達成の法則だと謳っています。

そう言えば人気が出ますし、本や講座も売れていいのかもしれませんが。

しかし私のこれまでのコーチングの経験から言えるのは引き寄せの法則の本質というのは今感じている気分と同じ気分のものを引き寄せるといのが引き寄せの法則の本質で

す。

決して巷で言われているような特定の願望を引き寄せる法則ではないのです。

後ほど解説もしますが脳科学的引き寄せと言われる方法と組み合わせれば特定の願望を引き寄せる確率も高くはなりますが、あくまでも本質は同じ気分の出来事を引き寄せる法則です。

もし、あなたが今学んでいる引き寄せの法則が特定の願望を引き寄せる法則だと謳っているなら注意が必要です。

例えば「瞑想すれば大金が手に入る」

「引き寄せノートを書けば復縁や恋愛が成功する」

「アファメーションをすれば仕事で出世する」

等、「●●やれば●●が手に入る」というような謳い文句の引き寄せの法則ほど注意が必要です。

繰り返しになりますが、引き寄せエリートや引き寄せ体質の人はその方法でいいのです。

しかし、これまで引き寄せの法則を試しても結果が出なかったという人ほど、こういった特定の願望が叶うかのようなニュアンスで情報発信されている引き寄せの法則を学ぶほ

ど結果はでなくて時間とお金を無駄にする恐れがあります。

自分にあったタイプの引き寄せの法則をやる  
ことが大事なのです。

繰り返しになりますが引き寄せの法則は特  
定の願望を叶える法則ではなく、今感じてい  
る気分と同じことを引き寄せる法則です。

例えば、あなたがお金を引き寄せたいと願い、それを現実化するために引き寄せ法則を実践したとしても、必ずしもお金が手に入るわけではありません。

例えばあなたは、その引き寄せの法則の実践過程において感じている気分が安心感なら、安心感を感じさせる出来事が引き寄せられます。

それがたまたまお金の場合もありますし、安



心感を感じさせる人が引き寄せられるかもしれませんが。

しかし、本質に基づいて考えれば、それは引き寄せの法則に成功しているのです。

「●●をやって●●を引き寄せた」と教えている人でも自分では特定の願望を狙って引き寄せたと思っていますが

実はそれは感じている気分の延長線上にたまたま願望がマッチしただけかもしれないということです。

引き寄せの法則は願望達成の法則ではなく今感じている気分と同じことを引き寄せる法則だという本質をちゃんと理解していれば逆に願望も叶いやすくなります。

なぜなら願望達成の法則だとおもってやるほどに、思ったように叶わないと葛藤や執着が

強くなるからです。

特に今まで引き寄せの法則をやっても結果が出なかった人の多くが引き寄せの法則を願望達成の法則だと思ってやっていた人が多いともいます。

引き寄せの法則の成功率を上げるには一度、願望達成の法則であるという考えを手放してみましよう。

引き寄せの法則の実践過程の中でいい気分を感じることができ、そのいい気分と同じいい気分を感じることができたら成功だ、ということに意識を変えてみましょう。

特定の願望はその実践過程の延長線上で叶うこともあります、しかし叶わなかったとしても本当の引き寄せの法則を理解して実践ができれば、実はそれ以上の幸せが引き寄せられるのです。

それは「意図しない引き寄せの法則」と呼ばれるものですが、これについてもまた後ほど解説をします。

## 引き寄せで力を奪われていく人達

**「引き寄せの法則で幸せになる人、引き寄せの法則をやることで力を奪われ不幸せになる人もいます、あなたはどちらですか？」**

引き寄せの法則を使う多くの人には、その引き寄せの法則を使って幸せになろうとやっているとと思います。

しかし、これまでの引き寄せの法則で、もっと正確に言えば自分に合わない引き寄せの法則をやればやるほど力を奪われているということが、これまでコーチングでご相談頂いたクライアントからの情報でわかりました。

ここでは自分に合わない引き寄せの法則をやるとなぜ力が奪われていくのかを解説をします。

本質ではない引き寄せをやれば自分には力

がないことを植え付けられ洗脳されてしまう

「気をつけないと引き寄せの法則によって力を奪われ、あなたが幸せになるのではなく、それを教えている講師の懐を豊かにするだけという真実に気づかなければなりません」

前述した「本質ではない引き寄せの法則」の問題点は、やればやるほどあなたから力を奪うというものです。



では、なぜ本質に沿っていない引き寄せの法則をやると力を奪われるのか、その理由について解説します。

巻にある引き寄せの法則の多くは「願望が叶う」と伝えていきます。

それはいいのですが、その願望を叶える力は、あなた自身ではなく、引き寄せの法則という見えない力や、時には教えている講師の不思議な力によって願いが叶うとされている

点です。

教えている講師にとっては、そんな意図がなかったとしても発信しているメッセージの多くが「●●さえすれば●●の願いが叶う」というように

あたかも引き寄せの法則という見えない力があなたを救ってくれるというような印象を持たせます。

時にはそこに波動やエネルギーという理論を持ち込み、そこにエネルギーが封入されているので、あなたの願いは叶うのですねと言っている人さえいます。

波動やエネルギーは確かにあると私は思っていますが、ただし、それらの波動やエネルギーの源はあなた自身であり

それは決してその不思議なエネルギーが注入された画像や音源にあるわけではないの

です。

ただし全てのものを否定するわけではありません、確かに波動の高いものや音源も存在はするでしょう。

ただし YouTube やその他の媒体で無料で手に入るものには期待することは危険ですし

ましてや特殊な能力や訓練を積んでいない

人が繰り返し吹き込んだアフメーションには何の効果もありません。

少なくともアフメーションはあなた自身が言うのが効果的です。

特に YouTube では波動を高める不思議な音源とか、講師が吹き込んだアフメーション音源等がありますが

そこには何の力もなく、その音源があなたを  
幸せにするのではなく、その音源を何回も再  
生されることで講師の懐が潤うだけです。

こうした引き寄せの法則を目には見えない不  
思議な力、そして講師のありがたい音源、と  
いう外側に力があるというような方法をばか  
りを好んでやっていると

知らない内にあなた自身には力がないという  
ことを植え付けられ洗脳されてしまいます。

つまり、そういった不思議な力や、講師がいなければあなたは幸せになれないという依存体質になってしまう恐れがあるということです。

# 効果があると錯覚してしまう引き寄せプラシーボ効果

**「引き寄せの法則による効果は、実はその講師が教える方法やグッズに力があるのではなく、あなた自身の信じる力が生み出した奇跡なのかもしれません」**

インターネットを見ていると画像に不思議なパワーを封入したという投稿やリツイートすると運気が上がるというという投稿、あるい



は引き寄せ講師が紹介した方法によって、それを実践した人が「願いが叶いました！」と言っている投稿をよく見かけます。

そういった投稿を見て効果があるものだと信じてしまい、そういった画像を買ったり、リツイートをしたり、動画で紹介された方法を試してみたりする人もいると思います。

しかし買っては見たものの、やってはみたものの効果がないという体験をした人はいない

でしょうか？でも実際に効果が出ている人がいる、その違いは何だろうと思う人もいるかもしれません。

これは引き寄せプラシーボ効果と私が勝手に名付けた現象ですが、その画像やリツイートや紹介された方法に何の効果や根拠がなくても、それで結果が出ると信じてしまえば本当に効果が出てしまうというものです。

例えば、一般的なプラシーボ効果で説明す

ると何の薬効成分のない砂糖の錠剤を固めたようなものでも、患者が効果のある薬だと信じてしまうと薬のような効果を発揮してしまうのです。

また「予言の自己成就」というものがありますが、これは根拠の無いことでも本当にそれが起きると信じてしまうと、その予言が実現してしまうというものです。

実際に、あるアメリカの銀行が支払不能にな

るかもしれないという噂が広まり実際にはそんな根拠はなかったのに皆がその噂を信じて預金を引き出した為に倒産してしまったという事例があります。

引き寄せの法則の講師が発信した情報やアイテムによって結果が出たという投稿する人が一定層いると、皆が次々と実践し結果が出る場合があります。

そういった多数の実践の証明が、その方法

等に効果があるという社会的な証明を作ってしまうと益々信頼性を高めるという循環が生まれてしまいます。

しかし繰り返し説明をしていますが、そういった方法で成功しているのは講師と同じ引き寄せのエリートや引き寄せ体質の人です。

しかし、そういった投稿による社会的証明が出来てしまうと、本当に効果があるのではと信じ込んだ結果、薬のプラシーボ効果のよう

に何の力の無いものでも実際に結果が出て  
しまうということです。

それはその方法やアイテムに力があるの  
ではなく、それを信じたあなた自身、もっと言え  
ばあなたの潜在意識に力があるのです。

つまり力の源はあなたであり、そういった方  
法にはないのです。

こういった引き寄せプラシーボ効果は、ビギナーズラック的に 1 回は結果が出るかもしれませんが

そもそも、そのやり方には効果がないので同じやり方やアイテムを違う願いで試しても全く効果がないということになってしまいます。

気をつけて欲しいのは、あなたが取り組もうとしていて成果が出ていると言われているものは本当に効果がある再現性があるものな

のか？単純にその効果が引き寄せプラシーボによって効果が出ているのかを見極める必要があるということです。



# **引き寄せノートやイメージングやアファメーションをやっても結果が出ない理由**

**「引き寄せノートやイメージングやアファメーションが何故効果があるのか？その本質的な理由を知らないと、いくらやっても効果が出ないという現象が起きてしまいます」**

引き寄せの法則のテクニックといえはよく言われるのが引き寄せノートやイメージング、アファメーションです。

実際にはこれらの方法を試したけども結果が出なかったという人もいるのではないのでしょうか？では、なぜこれらの方法を試しても結果がでないのか？その理由について解説します。

多くの人は引き寄せの法則のこうしたテクニックを学んだ時に、そのテクニック自体に不思議な力があると考えがちです。

例えば引き寄せノートを書けば、お金や恋愛

を引き寄せることが出来ると信じている人がいますが、その引き寄せノート自体に効果があるわけではありません。

引き寄せの法則において大事なものは感情です、引き寄せの法則の本質は今感じている気分と同じものを引き寄せるというものです。

その為、引き寄せノートを書いているにもかかわらず結果が出ないのだとしたら、それは引き寄せノートを書く際に十分な感情を感じていないから

です。

これはイメージングやアフメーションでも同じです。

引き寄せの法則のテクニックを学んでいる人で陥りがちなのは、その講師が教える引き寄せのテクニックが凄いと思ってしまうことです。

本質を理解していれば、そのテクニックよりも、

その時にどんな感情を感じているかが重要なのかというのがわかるはずです。

そして人には得意な感覚タイプというのがあります、これはV・A・Kと呼ばれるものでVは映像、Aは言葉や音、そしてKは触覚です。

もし映像が得意な感覚の人であれば引き寄せノートを書くよりも、イメージングをしたほうがいいですし、言葉や音が優位な感覚であればアファメーションがいいでしょう。

「でも自分はどのタイプか、わからない」

という人がいれば 3 つ同時にやればいいの  
です。

いずれにしても引き寄せノートやイメージン  
グやアファメーションに力があるのではなく引  
き寄せの法則的に言えば、その時の感情に  
力があるわけです。

今まで実践しても結果が出なかった人は、特にその感情に意識を向けながら実践をすることをオススメします。

## イメージングの本当の効果とは？

**「イメージングの本当の効果はイメージしたことが叶う事にあるのではありません、イメージングの本当の効果を知ること、より効果的に引き寄せの法則を使うことができます」**

引き寄せの法則と言えばイメージングと思う人が多いと思います。



そして多くの人が思っているのはイメージングの効果はイメージングした事が叶うことにあると思っています。

しかし、イメージングの本当の効果というのは願望が叶っていることを当たり前にするという点にあります。

引き寄せの法則を実践しても結果が出ない場合の理由の一つとして考えられるのが願望に対しての執着です。

執着が強いほど願望が叶わない傾向にあります、それは執着がストレスを作り、次はそのストレスを引き寄せるようになるからです。

引き寄せの法則は感じている気分にあった現実を引き寄せる法則ですから、いい気分である事が大切です

そういった点でいうと夢がもう叶っている状態だと思えるほど平常心になるのが大切です。

究極は叶っても、叶わなくてもどちらでもいい、というくらいの心境になれば理想的です。

そういった状態にする一つの方法がイメージングです。

イメージングを何度もして、それが実現出来ていることが当たり前だという感覚になれば葛藤や執着はなくなります。

願望を叶える時に緊張や不安を感じていれば叶いにくくなるのです、だからこそイメージングで、もう夢が叶っている事が当たり前にするということが大切なのです。

ただし注意しないといけないのは、お金や恋愛や復縁の場合だと人によっては逆に執着が強くなる場合もあります。

つまり効果には個人差があるということです、まずはイメージングを試してみてもやるほ

ど執着が強くなるのなら、その願望に対してはイメージングはあっていないので無理にやることはオススメしません。

自分のタイプを知ることが大切です。

**引き寄せの法則は願いが叶うからやるのではなく、いい気分になるからやる**

**「今やっている引き寄せの法則で効果が出ていない人ほど願いを叶えるという前提でやると失敗します、失敗しない為には目的を変えていい気分になるからやるという前提が大事です」**

これまで引き寄せの法則をやっても結果が出なかった人ほど考え方を変えて欲しいの

は、引き寄せの法則は願いが叶うからやるのではなく、いい気分になるからやるという考え方です。

引き寄せの法則のエリートや引き寄せ体質の人なら、願いを叶えようとしてやってもいいかもしれません。

しかし、これまで引き寄せの法則をやっても結果がでなかった人ほど、願いを叶えたいという前提でやればやるほど失敗します。

「願いを叶える目的でやらない引き寄せの法則に意味があるのか？」

と思う人もいるかも知れませんが、願いを叶える前提で引き寄せの方法をやるほど潜在意識の抵抗を受けやすいのです。

人は考えて意思決定をしているようで、実はその前にすでに意識決定をしていると言われています。



それは感情や感覚レベルでやることを決めているのです。

願いを叶えるつもりで今まで試して叶っていないのなら、あなたの無意識のレベルでは願いを叶える前提にはなっていないのです。

無意識が願いを叶える前提になっていないなら、意識上で願いを叶えるためにやればやるほど失敗します。

だからこそ意識レベルでは願いを叶える前提ではやらずに、気分が良くなることを目的としてやるのです。

今からご紹介するのは私がやっている方法の一つで、目的をズラすという方法があります

私は一時期、断食をやっていたことがありました。

目的は痩せることではなく断食をすると睡眠時間を減らすことが出来るということを知ったからです。

※断食は素人判断でやるのは危険なので必ずプロの指導の下やって下さい。

実際に断食をやって睡眠時間を減らすことが出来ました。

そして体重はどうなったかというと 17Kg ぐらいは痩せました。

ただ元々痩せるつもりでやったわけではなかったのですが、それにしても体重が落ちたなという印象でした。

その後しばらくして、今度は痩せることを目的として断食を始めました。その結果どうなったかということ、あまり体重が落ちずに、しかもすぐリバウンドしてしまいました。

つまり痩せる目的ではない理由でやったら体重が落ち、痩せる目的でやったら体重が落ち

たのです。

体重を落とすということに対しては自分でも自覚できてない潜在意識の抵抗があったのです。

目的をズラしたおかげで体重が落ちたのです。

引き寄せの法則も今結果が出ていない人ほ

ど、願いを叶えようという前提でやると失敗する可能性があります。

やればやるほど結果が出ないという状態になります。

これは、いわゆる努力逆転の法則という状態で、緊張してはいけないと思うほど逆に緊張するように、引き寄せの法則で願いを叶えようとするほど叶わなくなる状態になるということです。

なので、引き寄せの法則をやっても結果が出ない人ほど願いを叶えたいから引き寄せの法則をやるのではなく

引き寄せの法則をやっていると気分が良くなるから気分を良くするために引き寄せの法則をやるという感じで目的を変えてやることが逆に成功する秘訣だと私は考えています。

## 脳科学的引き寄せとは？

**「引き寄せの法則の本質は特定の願望を叶えるというものではありません、しかし脳科学的引き寄せと組み合わせて使うことによって叶う可能性が高まります。」**

特定の願望を引き寄せることは引き寄せの法則の本質ではないと説明をしましたが、それでも特定の願望を叶えたいと思う人もいる



でしょう。

その場合に本質を理解して引き寄せの法則を実践し、かつ脳科学的引き寄せというものを組み合わせて使えば特定の願望が叶う確率を上げることができます。

脳科学的引き寄せとはどういうものかという  
と、これは脳のある機能を使った引き寄せと  
いうものです。

脳には自分にとって重要だと判断した情報だけを取捨選択するという機能があると言われて  
います。

例えば朝のテレビ番組の占いのコーナーで、  
今日のラッキーカラーはオレンジ色と言われ  
ると急に街中でオレンジ色のものを見かける  
ようになる。

これはラッキーカラーがオレンジ色という情  
報が自分にとって重要だと脳が判断したの

で、その情報だけを脳が拾うようになったと  
いうことです。

ここで大切なことは、ラッキーカラーがオレンジ色と言われたからオレンジ色を見るようになったのですが、元々オレンジ色の物は街にあったのです、意識したから見えるようになったということです。

これは脳科学的にみれば脳の機能による特性だと言われていますが、私は脳科学者で

はないので、これを学術的には証明できません。

しかし、こういった人間の特性は昔からカクテルパーティー効果とか、カラーバス効果と言われる現象として確認されています。

この脳の機能を利用したのが脳科学的引き寄せというものです。

つまり、あなたにとって願望を明確にしてそれが重要だと大切だとわかったら、それに関する情報やチャンスに気づきやすくなり、結果として最終的には願望につながっていくということです。

では、この脳科学的引き寄せを効果的に使うにはどうしたらいいか？ということですが、それは「明確にする」ということです。

曖昧ではいけないということです。

例えばお金がほしいと思っても、その金額がいくらなのかを明確にしなければなりません。

100 万円欲しいと数字にすれば明確ですが、100 万円と設定した途端に 100 万円に関する情報は拾うことができますが

同じところに 1000 万円を手に入れられる情報があったとしてもキャッチできないかもしれません。

だからこそ明確にすることが重要です、これがパートナーならパートナーの理想的な条件を思いつく限り明確にしておく必要があります。

こういった願望を明確にすることをしつつ、引き寄せの法則の実践を並行してやれば成功率は上がります。

ただし注意しなければならないのは明確にしたのはいいけども、それによって葛藤が生ま

れるなら、毎日願望について考えるのはよくありません。

叶っていないという焦りによってストレスを感じ、そのストレスが次のストレスを引き寄せます。

繰り返しになりますが、引き寄せの法則というのは今感じている気分と同じ気分の出来事を引き寄せる法則です。



ということは叶っていない時に感じる悪い感情は、次の悪い感情を感じる出来事を引き寄せるということになります。

願望に対して執着無く考えることが出来るなら、脳科学的引き寄せを使い意識的に特定の願望を引き寄せる為に実践するのはいいのですが

葛藤が生まれるなら一度、願望は忘れてとにかく自分がいい気分を感じることに集中す

る、これが重要になります。

## **悩み解決と願望達成で使う手法が変わる**

**「悩み解決の引き寄せの法則と願望達成の  
為の引き寄せの法則では使う手法が違いま  
す、その違いを理解した上で実践することが  
重要です」**

引き寄せの法則と一言で言っても、その手法  
やプロセスによって得られる成果が違います。

もし、あなたが引き寄せの法則を実践しても結果が出ていないのなら、取り組んでいる手法が、その望む結果に対して成果が出にくい方法で取り組んでいるのかもしれませんが。

悩み解決と願望達成では使う手法が違うということについてここでは解説したいと思います。

当たり前と言えば当たり前ですが、悩みがあるという状態は悩みのない状態から比べると

正常ではない状態です。

この悩みに対して引き寄せの法則を使うのであれば、その手法は元に戻す手法が大事です。

つまり悩みがなかった前の状態に戻すわけです。

この悩みが無かった前の状態に戻すという

のは悩みの種類にもよりますが一瞬で解決できる可能性があります。

例えば精神的な不安な状態、憂鬱な気分とか精神的なショックの状態というのは本来そういった不安な状態がないのが正常なので

それを元に戻すのはこれまでのコーチングの経験から言うとそれほど時間がかかりません。

一般的なカウンセリングとか心理学の観点で言えば、一度精神的な病になってしまうと相当時間がかかると思われていますが、私のコーチングの経験で言えば、1回から2回で解決します。

また人間関係も同じです。本来、人間関係は良好な状態であることが望ましい状態です。

それがある時期、急に人間関係が悪くなったり、例えば仕事で言えば入社したり部署異動

をして配属先の上司がとても怖くて威圧的な人で、それが原因で精神的な強いストレスを感じるようになったというのは理想的な人間関係から比べると正常な状態ではありません。

これらの正常ではない状態を正常に戻すということに関して言えば、本当に一瞬で叶う可能性があります。

例えば私のコーチングの経験で言えば人間



関係で悩んでいたクライアントがコーチングを受けた後に、クライアントを悩ませていた相手の態度が急に変わったということはよくあります。

これは時間がかかっていません、一瞬です。

一方で願望は時間がかかる可能性があります。

例えば、現在の年収が 300 万円だけど 1 億円欲しいとか、パートナーがいないから欲しいとか、今持っていないものを手に入れるという願望に関しては時間がかかる可能性があります。

その為、あなたが今やっているやり方が、どのタイプの引き寄せの法則の手法なのかを見極める必要があります。

例えば、あなたの目的が悩みを解決したいと

思っているのに取り組んでいる手法が願望達成型の引き寄せの手法であれば、いつまで経っても解決しないということになります。

一方、あなたの目的が願望達成なのに取り組んでいる手法が悩み解決の手法だった場合には、これもまた結果が出ません。

もし、あなたが引き寄せの法則をやっても結果が出ていないとしたら、今取り組んでいる手法がどのタイプかを見極め、間違った手法

で取り組んでいるのなら手法を変えるだけで  
すぐに結果が出るということは容易に起こり  
えます。

**願望は自分の真の願望を知るための手がかり**

**「引き寄せの法則の本当の価値は頭で思う願いを叶えることではなく、心から望んでいる真の願望を叶えることが本当の価値だと思います」**

本質的な引き寄せの法則の視点で考えると、頭で考える願望は真の願望を知るための手がかりだと言えます。

例えば、頭で欲しいと願っているもの、お金やパートナーや仕事等は人間が本当に欲しいものではありません。

人間が欲しいと思っているのは、それらの願望を通じて得られる感情です、それが真の願望なのです。

例えばお金が欲しいと思っている人がいるとして、本当はお金が欲しいではありません。

お金を持つことで得られる感情が欲しいのです

例えば、お金をたくさん持っている人と安心を感じる人もいるかもしれませんが、あるいはお金がたくさんあることで変化という感情を感じられる人もいるかもしれません。

このように人は願望を通じて最終的にはその願望から得られる感情が欲しいと思っているのです。

これまで引き寄せの法則を実践しても結果が出なかった人ほど、願望に集中しすぎているのが主な原因だと考えられます。

願望に集中しすぎて引き寄せの法則の本質である感情にフォーカスする事が出来なかったのが原因かもしれません。

しかし、それはある意味、仕方のないことかもしれません。



それは現在、引き寄せの法則を教えている多くの講師が引き寄せの法則を使って願いが叶うと盛んに宣伝をしています。

それが引き寄せの法則イコール願望達成の法則であるという印象を持たせています。

繰り返しになりますが、一部の引き寄せエリートや引き寄せ体質の人は引き寄せの法則イコール願望達成と思って取り組んでも問題はありません。

そこに葛藤や潜在意識的なブレーキがない人なので、やっていけばいずれ叶うでしょうし叶っていなかったとしても、そこに強い葛藤はありません。

一方、これまで引き寄せの法則を試しても結果が出なかった人が、引き寄せの法則を願望が叶う法則だと思って一生懸命にやればやるほど葛藤は強くなり

それがストレスを作り、そのストレスが次のス

トレスを引き寄せるといふ悪循環になります。

なので、一度願望を描いたらその後は忘れて、いい気分を感じることに集中する。

願望を描くにしても、その願望を通じてどんな感情を感じるのかに意識を向け、その願望を通じて得られる感情を感じることに集中することが大事です。

そういった姿勢で取り組んでいけば今まで引き寄せの法則を実践しても結果が出なかった人が思っていた以上に早く願いが叶ったり、

あるいは思っていた願望とは違うものの、自分が幸せを感じられる本当によい出来事が引き寄せられます。

例えば、お金が欲しいと思ってお金の引き寄せをやっている人は、その願望を通じて得たい感情が安心なら、引き寄せの法則を実践

してお金よりも安心を感じさせてくれる人が  
引き寄せられるかもしれません。

「お金の引き寄せをやったのにお金が引き寄  
せられないなんて失敗じゃないか」

と思うかもしれませんが、本質的な引き寄せ  
の法則の概念で言えば成功しているのです。

なので、引き寄せの法則を実践して自分が

感じたい気分の出来事が引き寄せられたとしたら、それが仮に頭で思い描いた願望とは違ったとしても真の願望は引き寄せられたわけですから

それに対して素直に喜ぶことが次の幸せを引き寄せる秘訣だと私は思います。

## **意図しない引き寄せが最強の引き寄せ**

**「世の中で紹介されている引き寄せの法則のほとんどが意図する引き寄せです、今結果が出ていない人ほど意図する引き寄せをやると失敗します。**

**失敗するくらいなら最初から意図しない引き寄せをやったほうが、はるかに幸せになれます」**

私が知っている中でも意図しない引き寄せの法則が最強の引き寄せだと思っています。

意図しない引き寄せというのは聞いたことが無いという人もいると思いますので、ここでは私が考える意図しない引き寄せについて解説します。

今現在出ている引き寄せの法則に関連する情報の多くが意図する引き寄せのことを言っています。



意図する引き寄せとは、頭で思い描いたもの  
例えばお金、パートナー、仕事等、自分が欲  
しいと思ったものを手に入れていく引き寄せ  
です。

「瞑想をすれば大金が手に入る」とか「引き  
寄せノートを書けば恋愛や復縁が上手くいく」  
とか「イメージングすれば人間関係が良くな  
る」とか多くの人が

その願望を手に入れたい解決したいと思っ

て一生懸命に引き寄せの法則を実践しています。

一方、意図しない引き寄せ法則とは文字通り意図しません。

つまり頭でアレが欲しい、コレが欲しいというのを目的としない引き寄せの法則です。

意図しない引き寄せの法則がもたらす結果

は真の願望です。

真の願望とは、その人の心の奥底で望む手に入れた感情です。

例えば心の奥底で安心を望んでいるなら安心を感じさせる出来事が引き寄せられるということです。

あなたの心は、もっと正確に言えば、あなた

の潜在意識は何をすれば、あなたが幸せになるかを知っています

その潜在意識が望む願望を叶えていくことが意図しない引き寄せであり、それを実践することが本当にあなたが幸せになれる方法なのです。

自分が頭で欲しいと思っていた願望を叶えても本当に幸せになれるとは限りません。

例えばたくさんのお金が欲しいと思っても、その代償に孤独になり、誰とも関わらない未来が実現してしまったらお金があっても不幸だということになります。

このように頭で思い描く願望を叶えることが必ずしも幸せには直結しないということです。

しかし現状はいかに頭に思い描いている願望を引き寄せの法則で叶えていくか？というノウハウで溢れています。

引き寄せの法則を使えば人生はバラ色、何でも自分の思い通りの世界を作れるという甘い誘い文句を使い引き寄せの法則の講師は自分の本やサービスを売りまくります。

しかし、その結果の代償として願いが叶っても幸せになれなかったり

そもそも言われた通りにやっても前提が頭で描く願いを叶えるノウハウになっているので、やればやるほど失敗し葛藤を強くし望まない

ストレスを引き寄せるといふ悪循環になって  
います。

だからこそ潜在意識が望む、あなたが本当  
に幸せになれる意図しない引き寄せを実践  
することが私は本当に幸せになれる方法だ  
と思います。

では、どうすれば意図しない引き寄せができ  
るようになるのでしょうか？方法は色々あり  
ますが、シンプルにいい気分であること、い

い気分を感じることです。

巷にある引き寄せの法則を実践して葛藤や  
ストレスや挫折感や劣等感を感じて不幸にな  
るよりも

身近な出来事に目を向け自分が幸せと感じ  
られる瞬間をより多く見つけていく方がよっ  
ぽど幸せを引き寄せられるということを是非  
覚えておいて下さい。



**悩みは望んで引き寄せている**

**「悩みが解決出来ない人に知ってほしいのは、悩みは自ら望んで引き寄せているという事です。」**

**これを本当の意味で理解できない限り悩みを常にあなたを追いかけて悩ませるようになります。」**

悩みを望んで引き寄せているという「とても、そんな話は信じられない、私は悩みなんて望んでいない」という人もいるかも知れません。

しかし、これまでのコーチングの経験から悩んでいる人は自ら望んで悩みを引き寄せています。正確に言えば頭ではなく潜在意識が悩みを引き寄せています。

ここでは事例とともに、悩みを引き寄せるメカニズムについて解説します。

「上司から嫌味を言われて困っている」

そんな悩みを持つ男性のクライアントをコーチングした時の話です。

そのクライアントの潜在意識を探っていくと、聞こえた心の声は「注目されたい」というものでした。

「注目されたい」という心の声と上司から嫌味を言われるという悩みはどう関係しているのか？と思われる人もいると思いますが、そこには明確な理由が存在していました。

その男性のクライアントは上司から嫌味を言われる度に苦痛を感じていたのですが、周りの部署の人からは

「お前、あんな上司の下でよく頑張っているな」

というある意味、尊敬にも似た声をかけてもらっていました。

その男性の潜在意識にあった望みは「注目

されたい」というものだ」と説明しましたが、まさに望み通り注目されることを引き寄せていたのです。

つまりポジティブな形で願いが叶っているのではなく、自分が傷つき悩み耐え抜いている姿を周りに見せ注目を浴びるというネガティブな状態で望みを叶えていたのです。

潜在意識の望み通りになっていたわけですがクライアントは、まさか自分がそのような形

で悩みを引き寄せていたとは知る由もありません。

このように悩みというのは、あなたが、正確にはあなたの潜在意識が望んで引き寄せています。

「何もネガティブな形で望みを引き寄せなくてもいいじゃないか」

と思うかもしれませんが、こういった形で悩みを引き寄せてしまうのは普段から自分の心の声を無視していることによって起きます。

心の声をちゃんと聞くことができれば問題は起こりませんし、たとえ悩みがあったとしても心の声に気づくことができれば悩みはその場で消えてなくなります。

ちなみにこの男性のクライアントはコーチングによって心の声があった後、上司から嫌



味を言われることは無くなりました。

これは男性のクライアントにしかコーチングしていません、でも悩んでいる人の内面が変わるだけで、他人(この例でいうと上司)が変化し、このような形で悩みというのは無くなっていくのです。

もう一つ事例をご紹介します。

これはある女性をコーチングした時の話ですが、その女性は足の痛みがあり、引きずって

歩いている状態でした。

外科的には何ら問題がないはずなのですが、  
足の痛みが消えなかったのです。

コーチングを受けて頂いたところ潜在意識で  
ある願望を持っていることがわかりました。

それは「自分を信じて夢を掴みたい」というも  
のでした。

足の痛みと「自分を信じて夢を掴みたい」という心の声がどうつながっているのか？理解できないという人もいるかもしれません。

しかし、これは密接に関連していました。

もし、このクライアントの足の痛みが無くなってしまったらどうなるのでしょうか？

潜在意識の深いレベルでは「自分を信じて夢

を掴みたい」と思っているわけですから、夢を掴むためにクライアントは行動すると思います。

夢に向かって行動をすると夢に近づく可能性は高まりますが、同時に失敗する可能性もあります。

失敗するとどうなるかということ「自分を信じて夢を掴みたい」という部分の自分を信じるということが出来なくなります。

そして自分を信じることができなくなると今度は夢を掴むということも、諦めてしまう可能性があります。

それは「自分を信じて夢を掴みたい」と思っている潜在意識にとっては最も避けたい出来事です。

ではどうしたらいいかというと、足の痛みをつくって物理的に行動範囲を狭めればいいのです。

行動範囲が狭くなれば、それだけリスクを避けることができます。

そして安心して安全な場所で自分の夢を描くことができます。

こうやってこの女性のクライアントは足の痛みを望んでつくり出していたのです。

もちろんこれは意識ではなく、無意識で望ん

でしたということです。

このように悩みというのは自分が望んで引き寄せているという場合があるということです。

これが理解できないと外側のノウハウやテクニックに解決を求めるようになります、時には怪しげな効果の無いグッズや本やセミナー等に手を出してしまう恐れもあるのです。

原因は自ら望んで引き寄せているということが、ちゃんと理解できていれば逆に自分が変われば悩みも解決されるということなので希望が持てると思います。

ちなみにこの女性のクライアントはコーチング終了後には、その場で足の痛みが無くなり歩けるようになりました。



**悩みの解決を本当は望んでいない  
人がいる？**

**「あなたは、本当は悩みを解決することを望んでいませんよと言うと、悩んでいる人は嘘だと言います。**

**しかし悩みが深い人ほど心の深いレベルでは悩みの解決の望んではいません、むしろ今のままでいいと思っているのです」**

これはコーチングやセラピーを職業にしている人なら経験があると思いますが、クライアントは切実に人生を変えたいと願っているのにも関わらず、思ったように変化をしない人

もいます。

これは悩んでいる本人からすれば信じられない話かもしれませんが実は悩み解決を望んでいません。

正確に言えば潜在意識が悩みを解決することを拒んでいます。

これまでたくさんの人のコーチングを行い、

潜在意識にある心の声を聞いてきましたが、  
悩んでいる人の意識とは裏腹に潜在意識は  
変わることを望んでいません。

例えば頭では収入を増やしたいと願っていた  
としても、潜在意識レベルではそれを望んで  
いないという事です。

他にもパートナーを引き寄せたいと思っても、  
パートナーが現れない、付き合ったとしても  
すぐに別れるというのも同じです。

潜在意識には願いが叶ってはいけない理由が明確にあり、それを理解しないで表面的なテクニックやノウハウで、その願いを叶えようとしても叶わないか一時的には成功できてもどこかで失敗します。

一部の間違った引き寄せの法則やスピリチュアルやポジティブシンキングをベースとした成功哲学や自己啓発は、これらの潜在意識的な理由を無視して表面的な方法で願いを叶えるノウハウを教えています。

特に間違った引き寄せの法則で多いのは「願いが叶うことは素晴らしい」と盛んに宣伝している講師がいるということです。

願いが叶うことのメリットと、同時に叶ってはいけないデメリットの両方をバランスよく見るという視点がありませんし、それを知っていたとしても解決する方法を知りません。

そして、そういった引き寄せの法則を教えている講師が勘違いしているのは、問題を解

決するには願いが叶うことのメリットとデメリットを書き出して分析すればいいと思っている点です。

それは間違っていないませんが完全ではありません。

頭で認知できるレベルのメリットやデメリットを列挙したとしても潜在意識レベルのメリットやデメリットまで考慮しなくてははいけませんし仮にそれがわかったとしても、それらの相反

する事を効果的に解消することが出来なければ悩みはいつまで経っても解決されな  
ままです。

悩みがいつまで経っても解決されない人は  
解決を望んでいない自分がいる事を知ること  
が重要です。

そして試している解決法が、こういった潜在  
意識の奥深いレベルの葛藤を解消すること  
まで考慮されているのか？ということ調べ



る事も大事です。

またコーチングやセラピーやヒーリング、カウンセリング等の対人支援をお仕事にされている方は

自分が提供している技術において潜在意識レベルの悩みを解消する事ができているのか？を改めて考えて頂くことをオススメします。

私もコーチング初期は、こういった潜在意識の仕組みを知らなかったのでクライアントの悩みが思ったように解消されないのが不思議でした。

しかし、それは私が潜在意識レベルの悩みを解消する技術と知識を持っていなかっただけだったのです。

今から思えば未熟な技術のままコーチングを提供していたと思います、それは深く反省

すべきところでは。

そして潜在意識についても、わかっているつもりでした、アファメーションやイメージングをすれば、それらの問題は解消出来ると思っていました。

しかし悩みが深い人には、そういったやり方では解消できません

もしあなたが対人支援をお仕事にされている方なら是非こういった深い潜在意識の悩みを解消する技術も勉強されることをオススメします。

そして今、悩みが思ったように解決されない人は巷に出回っているような潜在意識の書き換えと呼ばれる方法を試しても、おそらく効果はないと思います。

教えられた方法を試しても現時点で結果が

出てない人は、その方法をやり続けても結果は出ません、そして残念ながらそういった方法を教えている講師も潜在意識の本質までは理解せず潜在意識を語っている可能性が高いと思いますので注意が必要です。

**潜在意識が悩み解決のカギになる**

## 潜在意識とは何か？

**「潜在意識を活用すれば人生を良い方向へ変える事が出来ます。ですが教えている講師も理解せずに使っている場合があります。本当に結果を出すには正しい潜在意識への理解が重要です」**

悩みにも色々な種類の悩みがありますが「これまで色々努力をしても結果が出ない」「空回りする原因がわからない」というような悩み

ほど、潜在意識が原因になっている可能性が高いと私は考えています。

潜在意識に関する情報も増えてきましたが、正しくない情報も増えてきています。ここでは私のこれまでのコーチング経験も踏まえた上で、潜在意識について解説をしていきます。

潜在意識については講師によって様々な説明をしますので、一概に「これが正解」というものはありません。ただ、私なりに説明をさ



せて頂くなら自覚できる意識が顕在意識、自覚できない意識を潜在意識としています。

一般的に言われていることは、顕在意識よりも潜在意識の力が強いということです。そのため、頭で考えたことでも潜在意識で望んでいることが現実化すると言われていています。

こういった観点から潜在意識を変えることで人生を変えようという話が色々な分野でも言われるようになりました。

特に引き寄せの法則やスピリチュアルの分野でも潜在意識については語られることが多くなったのですが、教えている講師が潜在意識についての理解が浅いまま情報発信している事が多々見られます。

これは講師の実体験で終わっていることが原因だったり、巷の情報の受け売りで話していることが原因だと考えられます。

また潜在意識という目には見えない世界の

話をした方が反応が良いということで、安易に潜在意識と言っている人も増えています。

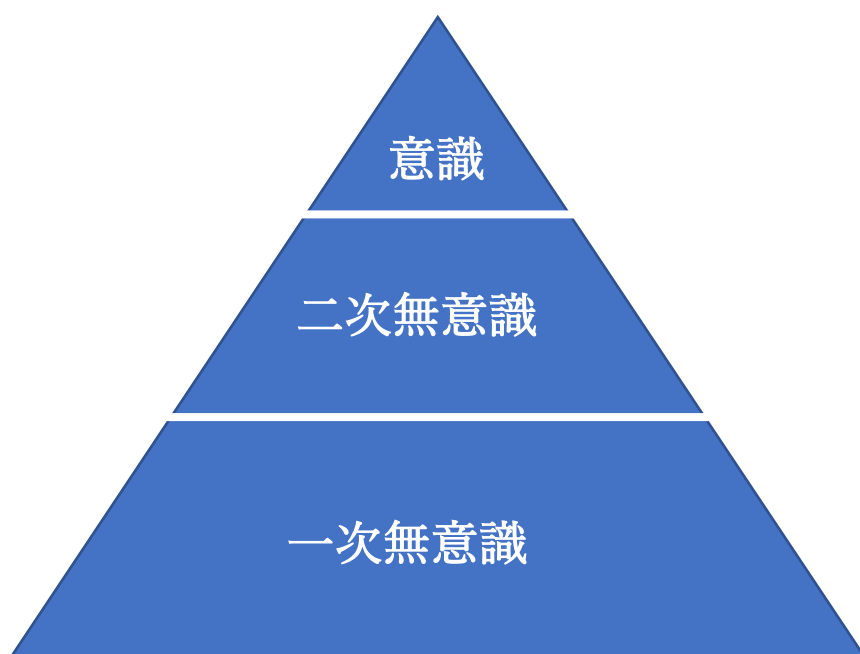
ちなみに脳科学とか量子力学とかを持ち出す人も増えていますが、これも受けがいいから使っているパターンが多く、よくよく聞いてみると従来の成功法則と言っていることは変わらないというケースが多々ありますので注意が必要です。

## 潜在意識の謎を解く意識の三階層モデル

**「潜在意識にも 2 種類あると私は考えています、大人の潜在意識と子供の潜在意識です、それが理解できた時、悩みが生まれる理由も理解できるようになります」**

私がコーチングでクライアントにお伝えしている一つに、「意識の三階層モデル」というものがあります。

この三階層モデルで考えると潜在意識の仕組みが理解しやすくなるため、今回ご紹介させていただきます。



上から順に意識、二次無意識、一次無意識という並びになっています。

意識は先程説明した顕在意識であり、私達が通常自覚できている意識です。そしてこの意識出来ている世界を「現実」と言います。

「思考は現実化する」という本がありますが自分が叶えたいと思っていること、解決したいと思っていることが実現出来た時に「現実化」したという言い方をします。

次に二次無意識というものですが、これが一般的には潜在意識と呼ばれるものです。しか

し、その更に下の階層に一次無意識というものがあります。

一般的に潜在意識とは、この二次無意識と一次無意識を含めた無意識層全体のことを指しています。

この二次無意識と一次無意識がどういう役割を示すのか？それについて解説をします。

まず最も下の階層にある一次無意識というのは純粋なエネルギーであり、感情であり、真の願望です。

この一次無意識が人を動かす原動力になっています。この一次無意識は子供のように無邪気で理性や思考がありません。良い悪いではなく純粋に自分のやりたいことを自由にやる存在です。

一方、二次無意識とは「思考する無意識」と



私は考えています。

これは無意識ではあるのですが思考をします、そして無意識というだけあって強力に現実を創り出します。

この二次無意識は、子供である一次無意識の親のような関係であり、子供のわがママを叶えるために何でもしてしまいます。

その為、現実世界で生きている意識の私達が困るようなことでも、子供である一次無意識の願いを叶える為なら何でもしてしまう存在です。

この説明だけだと分かりづらいと思うので、実際の事例を用いて説明します。

ある男性のクライアントをコーチングした時の話です、悩みは収入が増えないというものでした。

色々なセミナーや教材も買って勉強するものの、一向に収入が増えないという状態です。

この男性のクライアントにコーチングをして潜在意識の心の声を探ると「好きなことをやりたい」という願望があることがわかりました。

先程の意識の三階層のモデルでいうと、この「好きなことをやりたい」という思いは一次無意識にあたります。

そして二次無意識は何を思っていたかと言うと「好きなことをやるためには時間が必要」という思いが出てきました。

ここまでの説明でお気づきの人かもしれませんが、この男性のクライアントは潜在意識の望み通りの人生を生きていたのです。

潜在意識側の視点から見ていくと子供のよう  
な感性を持つ一次無意識は「好きなことをや  
りたい」という願望を持ち、それを実現するた

めに一次無意識の親のような役割を持つ二次無意識は「好きなことをやるには時間が必要」だと考えます。

この願望をこの男性クライアントの現実世界で実現するために、収入を増やす為にたくさん働く道と、貧乏になって暇になる道と、どちらが時間が増えるのかを無意識が考えるわけです。

結果として二次無意識は貧乏になって暇に

なった方が「好きなことやるための時間がつくれる」と考えたのです。

そして男性のクライアントは潜在意識の思惑通り何をやっても収入が増えない結果が出ないという人生をつくり出していたのです。

潜在意識とはこのようなメカニズムで現実をつくっているわけですが、これは大人の理性的な考え方であれば「収入を増やししながら時間も作り好きなことをやったらいいいじゃない

か」、と思うかもしれませんが潜在意識はそのような合理性はありません。

今すぐ一次無意識の願いである「好きなことをやりたい」を叶えるために出来ることを即座に実行します。

どんなに顕在意識上の自分が困って苦しかったとしても、それには無関心です。

潜在意識的に見ると悩みとはこのような感じ  
でつくられているわけです。

ちなみにコーチング終了後には、この男性の  
クライアントは今まで何をやっても稼げな  
かったのが、少額ではありますがこれまでより  
は稼げるようになりました。

さらに、それだけではなく自分のやりたいと  
思っていた活動も少しずつできるようになっ  
ていったのです。



もう一つ事例をご紹介します。これはある女性作家のクライアントをコーチングした例です。相談の内容が、身内に次々と不幸が起きるというものでした。

最終的には自分の父親が脳梗塞で倒れるという状態にまでなってしまいました。

コーチングをして潜在意識の心の声を聞いたところ、一次無意識はよい作品を作りたいというものでした。

そして二次無意識は何を思っていたのかと  
いうと「良い作品を作るには辛い経験が必要  
だ」というものでした。

なぜ、二次無意識がこのように考えたのかと  
いうと、アーティストというのは自分の辛い経  
験等を歌や作品として作ることが多いという  
ことが一般的によく知られているためです。

この女性作家の方もそういった思い込みが  
潜在意識に刷り込まれており、実際に身内

に不幸が起こり最終的には父親が脳梗塞で倒れるという現実も引き寄せてしまったのでした。

潜在意識は私達の大人の理性で考える常識とはまるで違う現実をつくり出すことがあります。

もし、あなたが解決できない悩みを抱えているのであれば、このように潜在意識に望まない思い込みを持っている可能性があるという

ことも覚えておいて下さい。

ちなみにこの作家女性のクライアントに「あなたの無意識はこのような形で現実をつくっていますが、この思い込みは必要ですか？」と聞いたところ

「必要ありません、辛い経験をしなくても良い作品は作れます」と答えました。

その後、クライアントの父親様は脳梗塞で倒れた状態から様々な人の助けによってリハビリが出来るまで回復し、それだけでなくその女性作家のクライアントには仕事の依頼が来るようになりました。

それは二次無意識の「良い作品を作るには辛い経験が必要だ」という思い込みが無くなり、一次無意識の「良い作品を作りたい」という思いがよい形で実現したのです。

ここまでの話というのは潜在意識のかなり深いレベルの話です。

巷である潜在意識を書き換えると言っている手法はここまでの深さはありません、ここら辺が世間ではあまり理解されていません。次に潜在意識の深さについて解説します。

## 潜在意識の深さによって解決の質が変わる

**「潜在意識を変えて悩みを解決すると一口に言っても、どのくらいの深さを扱うのかによって、一時的に変わるのか？根本から変わるのかが違います」**

最近悩みを解決したり人生を変えるには潜在意識を変えることが重要だということで、「潜在意識の書き換え」というキーワードでその方法を教える人が増えてきました。

しかし、私自身の経験や、過去にそういった講座やセラピー等を受けたのに人生が変わらなかったというクライアントの話を通してわかったことは

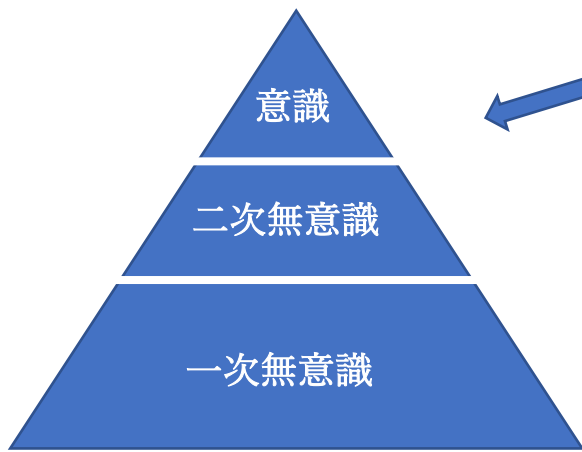
潜在意識とは言っても物凄く浅いレベルの、潜在意識とも呼べない階層を潜在意識の書き換えと宣伝しているものが多かったということです。

先程の意識の三階層モデルを思い出してく



ださい。世間一般で言われている潜在意識の書き換えというのは、以下モデルでいうと二次無意識の上澄みの部分で、ちょうど意識と二次無意識の間にあるような部分のことを潜在意識と称して書き換えをやっていました。

残念ながら私からすれば、これは潜在意識とも呼べない階層、浅いところだと考えます。



巷の潜在意識の書き換えと呼ばれるものは、潜在意識とは呼べないほど浅いものの書き換えを行っている

巷の潜在意識の書き換え講座では、これらの潜在意識と主張しているものは「設定」とか「ビリーフ」とか「思い込み」とかそういった名前で呼んでいます。

これらは普段気づいていないという意味で言えば潜在意識とは呼べるかもしれませんが、

悩みを根本的に変えるほど深くはなく、まだまだ浅いものです。

これらの潜在意識の書き換えというのは、浅いが故に一時的には問題が解決したように見えるのですが、実際には問題が再発したり、別の形で悩みを作り出すという弊害もあります。

もし、あなたが潜在意識を書き換えると言われている手法を試したのに関わらず悩みが

解決していない、あるいは同じ悩みが再発するならば、それは試している手法が潜在意識の浅いレベルしか書き換えていないと覚えておいて下さい。

## **潜在意識を変えるのには深すぎてもダメ**

**「催眠ショーや退行催眠のような潜在意識を深く変える方法を使えば人生が変わるのではないかと思う人もいますが、深すぎてもダメなのです他人に変えてもらうではなく、自分で変わるという意識が大事です」**

潜在意識を変えるのに浅すぎてもダメだということ、催眠術のように深いレベルまで潜在意識にアクセスする方法がいいかということ、

そうでもありません

催眠ショーであるような幻覚さえも見せるような方法でも良いとは言えません。

なぜならば、それは潜在意識を文字通り書き換えしたり、上書きをしているからです。

繰り返しになりますが、悩みや問題が起きるというのは理由があって起きています。

その心的心声を聞いていない無視しているのが原因です。

催眠ショーのようなやり方は、例えばチューブに入っているわさびを甘いクリームだと思えとって催眠をかけると、一気に大量にわさびを食べても辛いと感じずに食べることができます。

しかし、これは感覚変容と言って、辛いという感覚を甘いという感覚に書き換えているだけ

で、わさびが辛いという事実は変わりません。

催眠を解けば、辛いわさびは相変わらず辛いままで、そのまま一気に食べることは出来ません。

このように書き換えたり、上書きをするような行為は心の声を聞くというような根本的な悩みの解決にはならない可能性が高いのです。



また退行催眠のような方法で過去世にアクセスして悩みを解決するという手法もありますが

実際に過去世があるかは証明ができませんし、何より催眠を施術する施術者の意図というのが入ってしまう可能性があります。

そして場合によっては私の人生が上手くいかないのは過去世のせいだという問題の責任を過去に転嫁してしまう思考になり、良いこと

も悪いことも自らが引き寄せているという自立した思考を失わせる可能性があるのも個人的にはよいとは思えません。

いずれにしても悩みを解決するには潜在意識にアクセスすることが大事で、浅すぎてもダメですが、深すぎてもダメな場合があるので注意が必要です。

**悩みの根っこは一緒**

**「潜在意識の深い部分にアプローチすれば 1  
個の悩みが解決すると他の悩みも解決する  
という事はよくあります。問題の根っこは一緒だ  
ったりするのです。」**

コーチングではクライアントの様々な悩みを扱いますが、ある一つのテーマでコーチングをしていると同時に他の問題も解決することがあります。

これは特に潜在意識にアプローチするやり

方だとよく起きます。一つの悩みは他の悩みと根っこは繋がっているということです、それについて解説します。

ある女性をコーチングしていた時の話です、悩みは「親との葛藤を無くしたい」というものでした。

コーチング終了後にはストレスは無くなっていました。

潜在意識に深くアプローチをすると数年かかるような心理的な問題も1回で解決することは良くあることですが

興味深いのはその後で、そのコーチングが終わって久々にクライアントと会って前回のコーチング後に何か変化があったのか聞くと、驚くべき変化がありました。

この女性のクライアントは一度その症状になってしまおうと一生その付き合いなければいけ

ない病気を抱えていました。

コーチング終了後には数値的に症状無しの状態になっていました。

それだけではなくて、その女性が家に帰ると今まで一度も家事を手伝わなかったご主人が急に家事を手伝うようになったとのことでした。

このように一個の問題が解決すると、他の問題も同時に解決するということが起きるので、これは悩みの根っこに対してコーチングをしたからです。

もう一つ事例をご紹介します。別の女性クライアントへのコーチングでは、コーチングのテーマが「父親に対するストレスを無くしたい」というものでした。

父親が威圧的な態度であり、その女性は父



親に会う度に強いストレスを感じていました。

コーチング終了後に驚くべき変化がありました。父親の態度が変わり始めたのです。

その女性にしかコーチングしていないのに、女性の内面が変わったことで父親の態度が変わったのです。

最終的に、父親はその女性の夢を応援する

ぐらいに態度が変わりました、コーチング前とはまるで別人のような状態になったのです。

しかし、それだけではなく、その後その女性は会社をやめ起業し3ヶ月で月商が約 100 万円を達成し、自分が理想とするパートナーと巡り合い、お付き合いすることができたのです。

一つの問題が解決したことで他の悩みや願望も叶うようになったのです。

悩みの根っこは人によってバラバラで一概に言えませんが、特に親との関係に問題がある人ほど、それを解決すると他の問題が解決する傾向にあります。

(ただし、これは今現在、親との関係が良好であっても悩みの根っこが残っている場合があります。そのため、親との関係が良好なのに悩みが深い人という人も存在します。)

いずれにしても、私達が思っている以上に悩

みの根本を解決するということは大事です。

よく引き寄せの法則やスピリチュアルやコーチング、セラピー、ヒーリング等でも扱われるのが「お金」のテーマですが、そういったお金のテーマで色々な方法で解決方法を試しても解決が出来ないという人がいます。

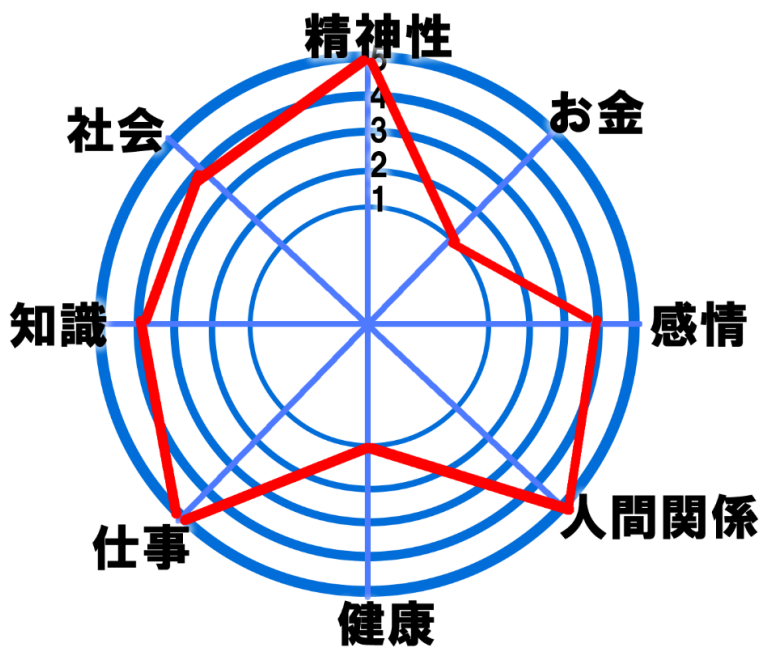
そして特に引き寄せの法則やスピリチュアル系に多いのが「お金のブロックを外しましょう」という宣伝文句です。

しかし、そういった方法を試しても解決しない人は実はお金のブロックは存在していなくて

今回の例のような親との問題、あるいは別の問題が原因で悩みが引き寄せられている可能性があるということ覚えておいて下さい。

理想的な事を言えば、今回ご紹介したクライアントのように悩みの根っこに対してアプローチするコーチングをするのが理想的ですが、自分でも出来る方法として今回ご紹介し

たいのがバランスホイールです。



これはコーチングでも使われるツールなのですが、円を書いて、様々な分野に対して点数をつけていき、最後に全ての点を繋げて今現在の自分の状態を知るというものです。

例えば、お金の問題があったとしてバランスホイールを作ってみると

お金の問題もあるけども、健康の問題が解決されていないのでお金の問題も解決出来ていない、ということがあるかもしれません。

一見するとお金と健康の問題というのは直接結びつかないように思われますが、そういったバランスが取れていないこと自体が原因になっているのかもしれませんが。

理想は全てのバランスを整えていくことですが注意して頂きたいのはこういったバランスホイールを作ると一気に全ての項目を満点にしようと張り切る人がいます。

まずは一つずつ、一目盛り分上げるように行



動し、一つ上げることができたら他の分野と  
いうように少しずつ平均を上げていくことをオ  
ススメします。

もしバランスホイールで全ての項目が整って  
も問題が解決しない場合は、潜在意識のか  
なり深い部分にある問題が解決されていな  
いことが原因かもしれません。

その場合は潜在意識を扱うプロのコーチに  
ご相談されることをオススメします。

# 悩みを増やさない習慣

**「悩みが増えていくのは、その悩みを生み出す習慣が今出来ているという事です。」**

**悩みを増やす習慣をやめて悩みを増やさない習慣を作れば時間が経過し気づけば想像以上の素晴らしい人生を作ることができます。」**

例えば病気にならない習慣を作っていれば病気にかかりにくくなるように、悩み増やさない行動を習慣化できれば必要以上に悩みに悩まされることはありません。

ここでは悩みを増やさない習慣づくりについて解説します。

なお、ここで解説している悩みとは潜在意識が原因で引き寄せている悩みのことを指します。

悩みの原因というのは様々ですが、潜在意識によって作り出された悩みというのは深く苦しいものを引き寄せるケースが多々あります。

そういった悩みを増やさず、引き寄せないためにはどうしたらいいかを説明します。

## 自己否定をやめる

**「人間関係、お金、健康、あらゆる問題を引き寄せる多くの原因は自己否定にあります。自己否定をやめれば、それだけ悩みが解決される確率もあがります。」**

悩みの原因というのは人によってバラバラですが、あくまでも潜在意識的な視点でみた悩みをつくり出す要因の一つは「自己否定」です。

自己否定は特に人間関係の問題、病気を  
つく出す原因になります。

人によっては「自己否定とは自分で自分を否  
定することだから、他人が関わる人間関係の  
悩みとは関係ないのでは？」と思うかもしれ  
ません。

しかし、人間関係の悩みと自己否定は大い  
に関係があります。

人と人同士というのは集合無意識というところで繋がっているとされています。

自分を否定していることを繰り返していると、それは集合無意識を通じて他人に投影されます。

例えば、あなたを否定する人やいじめる人が現れた時には、潜在意識が他人を通して「あなたはこれだけ自己否定をしていますよ」ということを投影として見せているのです。



「人は自分の鏡」というのはよく聞く言葉ですが、まさしく自分を否定している行為を他人の攻撃を通して見せられているというのが、潜在意識の不思議なところでは。

ですから、悩みをつくらない習慣の一つとして、自己否定をやめるということがとても大切なのです。

## 自己受容をする

**「巷に溢れている自己肯定感を高める方法を試すほど逆に自己肯定感を低くする恐れがあります、自己肯定感を高めようと不自然に努力するよりも大切なのは自己受容です」**

自己否定をやめることが出たら次に実践してほしいのが自己受容です。

私が言う自己受容とは「否定も肯定もせず、ネガティブなこともポジティブなこともありのまま受け入れる」ということを意味します。

一般的には自己受容よりも自己肯定がメジャーな言葉かもしれませんが、しかし巷にある自己肯定感を高める方法、あるいは自信を高める方法というのは危険な面があると個人的には感じています。

巷にはそういった本やセミナーや情報はいつ

ばいありますが、私の視点で言えば、そもそも自己肯定感を高めよう、自信を高めようというのは危険なのです。

なぜかというと、自己肯定感が低いから自己肯定感を高める、自信が低いから自信を高めるといのは

今現時点で自分が低いからダメだという自己否定をしてしまう恐れがあるからです。

もちろん全ての方法が悪いとは言いませんが、ただ巷にある自己肯定感や自信を高める方法というのは「自分は出来てない、ダメだ」ということを潜在意識に刷り込んでしまう可能性があるからです。

また自己肯定感を正しく理解していないセラピストやカウンセラーや自己啓発の講師もいて、ポジティブシンキング的に捉えている人が多い印象です。

だからこそ、ここで紹介する自己受容はとても大切なのです。

「でも、自己受容ってどうやって、やったらいいかわからない」という人もいます。

そこでお伝えしたいのがインナーチャイルドとインナーペアレントの関係です。

インナーチャイルドは聞いたことがあると思

いますが、「内なる子供」という意味です。そしてインナーペアレントは言葉の通り「内なる親」です。

失敗したり、人生が上手くいかない時に悩みが深くなる人ほどインナーチャイルドは傷ついています、そしてそんな時にインナーペアレントが出てきてインナーチャイルドに対して怒ったり、頑張れと鼓舞したりします。

怒ることはそもそも問題だとして、自分を鼓

舞するのは良さそうじゃないかと思われる方もいると思いますが、傷ついているインナーチャイルドをまずは癒やしていくというプロセスが重要です。

でも、殆どの場合には癒やすというプロセスが省かれます。

例えば、仕事でミスをした時にインナーチャイルドは傷ついて落ち込んでいるわけですが、そんな時にインナーペアレントであるもう一



人の自分が

「こんなミスで落ち込んだじゃダメだ、もっと頑張らないと」

といった感じで自分を鼓舞しようとしています。

そうするとインナーチャイルドは傷ついて落ち込んだ心を癒せないまま、インナーペアレントによって無理やり動かされようとするわけですから苦しくなってしまうです。

そんな時に大切なのはインナーペアレントに寄り添い話を聞いてあげるという姿勢が大切になります。

仕事でミスして落ち込んでいるインナーチャイルドの話を聞いてあげる時に、ジャッジをしてはいけません、ポジティブに変換しようとしてはいけません。

「自分はなんて無能なんだ」

とインナーチャイルドが思っていたとしたら、それを否定も肯定もせずに、そう思っていることを認めて受け入れてあげるといふ姿勢が大事です。

そうやって否定も肯定もせずにありのままに受け入れるということが出来ていると、自分が感じている素直な感情を感じる事ができます。

自己否定が強い人ほど自分が感じている感

情を押し殺して生きているので、ありのままの感情を感じるができなくなっています。

自己受容が出来るようになると無理なく自己肯定もできるようになりますし、ありのままの自分を認められると自然と自信も高まります。

世の中には無理にポジティブにしようとする方法で溢れていますが、心はそういった形で無理に変えられるのを望んでいないことが多いので、まずは受け入れてあげるという姿勢

を持つことが大事です。

## **自分の感じているありのままの感情を大切に する**

**「今感じている感情をそのまま受け入れ、さらにその奥にある感情を感じることが出来た時、悩みを引き寄せることは少なくなります」**

自己否定もやめて自己受容ができるようになったら、次に「今自分が感じている感情は何か？」「求めている感情は何か？」ということをお大切にすることです。

今自分が感じている感情を感じるなんて簡単じゃないか、と思う人もいるかも知れませんが、多くの場合、ありのままの感情を感じるということが出来ていません。

自己受容のところでもお話ししましたが、ネガティブな感情でも、ありのままに感じるということが大切なのです。

自己否定をやめ自己受容が出来るようになれば、ありのままの感情を感じやすくなります。

す。

私達が表面で感じている感情というのは、実は浅い感情の可能性が高く、ありのままの感情ではない可能性があります。

例えば怒りという感情の多くは表面的な感情です、その奥には別の感情が隠れています。

怒りの奥には自分を大切にされなかった寂しさ



や悲しさという感情が隠れていることがあります、それを表面では怒りという感情で表現しているという事もあるのです。

また不安という感情を感じたのならば、それは安心ではないから不安を感じるということです。ですから、求めている感情は安心になります。

また別の例でいうと、不足感を感じるのなら、真に求めている感情は満足感なのかもしれません。このように私達が今感じている感情

というのは、必ずしも深い感情ではありません。  
ん。

特にネガティブな気分になっている時には満たされていない、感じていない真の感情が奥にあるということです。

自分が求めている感情は何だろうと意識することが大切です。そして本当に感じたい感情に触れている時には悩みを引き寄せることは起きにくくなります。

なぜなら悩みとは、あなたが感じたいと思っている感情を十分に感じきれていない時に起きることが多いからです。

悩みを増やさないためにやって欲しいことは、本当に求めている感情に気づき、味わうということです。これが悩みを引き寄せないためにとっても重要です。

**解決策は外に無く常に内側にある**

**「誰かが、あなたの悩みを解決してくれるわけ  
ではありません、あなた自身に解決する力が  
あり、それを周りが手助けしているだけです、  
真の力はあなたにあります。」**

**「答えはクライアントの中にある」**

これはコーチングでよく使われる言葉ですが、  
潜在意識を扱うコーチングをやるようになって、  
これは益々確信となりました。

悩みの解決策も外側に無く内側にあると、私は考えています。

特に間違った引き寄せの法則やスピリチュアルに多いのは、目には見えない力やグッズに頼れば悩みは解決するというものです。

実際にはそういった本当に効果があるものも存在するかもしれませんが、私自身の体験やくクライアントのお話などを聞いていると、そういったものを期待しても効果がなく、裏切

られるだけというケースが多々あります。

悩みの解決策が内側にあるとはどういうことかと言うと、例えば、人間関係で悩んだ時には

その問題を解決するためにコミュニケーションのやり方を変えたり

引き寄せの法則やスピリチュアルで言えばイ

メーキングやアフターメーションをしたり、あるいはヒーラーという人をお願いして、目には見えない不思議な力で相手を変える試みをする人もいます。

つまり、問題は相手にあり自分にはない、だから相手に直接働きかけて相手を変えようというような考え方です。

ただ、潜在意識について深く学べば学ぶほど、問題は自分自らつくり出して引き寄せて



いることがわかります。

そういった人間関係の悩みを引き寄せたら  
相手を変えることで解決しようとしても思った  
ように解決できないことがあります。

それよりも自分の内面を見つめ、内面を変え  
ることで結果として相手の態度が変わったり、  
問題が解決されたりします。

これは人間関係に限らず全てにおいて、同じ原理です。

安易な引き寄せの法則やスピリチュアルを教える講師ほど、あなたを依存させようとしています。

「問題はあなたが引き寄せています」というよりも「問題は相手にあります、あなたには問題ありません」と言った方が顧客からの受けがいいからです。

またこういった潜在意識のメカニズムをわかっているのにも関わらず

厳しいことを言うと自分のセラピーやコーチングが売れないということで、あえて逆の「あなたは悪くない、相手が悪いのです」という切り口で情報発信する人もいます。

しかし、厳しいことを言うかもしれませんが、全ての悩みは自分が引き寄せています。でも裏を返せば、自分が変われば外で起きて

いる問題は解決するということです。

常に解決を外に求めず、内側を見つめ自分自身が変わるという姿勢を持っていれば、あなたの抱えている悩みも想像以上に早く解決するでしょう。

**世界は私達の意識次第で変わる**

**「私達一人一人は小さくても無力ではなく、この世界に常に絶大な影響力を与え続けます、一人一人がそれに気づけば世界は大きく変わります」**

一人一人の潜在意識というのは集合無意識というところにつながっています。

潜在意識を扱うコーチングをっていると頻繁に起きる現象なのですが、人間関係で悩んでいるクライアントの内面が変わると相手

の態度が嘘のように変わります。

相手が物凄く酷い人で、さらにどんなに説得をしても聞く耳を持たないような人でも悩んでいる人の内面が変われば別人のように相手は変わるのです。

ごく一部の人を除いて、多くの人は平和を愛し、病気や戦争や不安がない毎日を過ごしたいと望んでいると思います、破壊的な世の中など望んでいる人はいるかもしれませんが

少数です。

世の中の多くの人々が本当に平和な世の中になりたいと強く願えば世界は変わると私は信じています。

私は潜在意識の事を学ぶまでは、いくら一人一人が頑張っても病気も無くなっていないし

戦争がゼロになったことは無いし、私達のよ



うな庶民がどんなに平和を願っても世界はかわらない、そんな理想的な平和を願うことは絵空事だと思っていました。

しかし潜在意識を学べば学ぶほど、自分の内面が変われば現実が変わることを私自身もコーチングを受けた多くのクライアントも体験しています。

今、世界の雲行きは怪しく、私達が不安になるような情報が多いなと感じています。

しかし私達一人一人が自分の内面と向き合い、心の深い部分とつながることができれば世界は変わります。

この社会は人間が作っています、ということはその人間が変わればいくらでも世界は平和で安全な世界になるということです。

できれば、この本書を読んでいる、あなたにも深い潜在意識を変える方法を学んで実践をして欲しいと思っていますが、それが叶わ

なくても、私からあなたに提案したいことは3つです。

1. ポジティブでもネガティブでもなく常にバランスの取れた心の状態を目指す事
2. 世の中に溢れている情報を鵜呑みにせず自分の直感と心の声に耳を傾ける事
3. 自分個人の幸せだけでなく誰かの幸せを

願い、そして微力でもいいから何か行動  
を起こす事

この3つを意識するだけでも世界の流れは変わ  
わると思っています。

この世界の現実は、私達の顕在意識とそし  
て潜在意識が作っています。

それらが望ましい世界を作ること为本当に思

った時に不可能だと思ったことが、あっさりと  
実現し、そして本当に素晴らしい未来を引き  
寄せると私は信じています。

# 父親と潜在意識の不思議な話

最後に、私に起きた潜在意識にまつわる不思議な話を聞いて下さい。

私はコーチとして独立してから 1 年半もの間、全く稼げない状態でした。

希望を胸に起業したものの、全く売上は伸びずとても苦しい毎日を過ごしていました。

ある時は月商が 2 万円でした。あくまでも月

商なので、そこから利益となると残された額は微々たるものでした。

本当にどうにもならない…。そんな時、私は後にメンターとなる方がやっていた潜在意識を変えるというセッションを受けました。

私は売上が全く伸びず苦しいこと、それを解決したいという思いで受けました。

その時にメンターから言われた言葉が衝撃的でした



「今のあなたの苦しみを感じていた人は他に  
いませんか？」

その時に真っ先に浮かんだのが私の父親で  
した。

父親は色々なビジネスをしていましたが、最  
終的にはビジネスが上手くいかずに家に引  
きこもっていました。

家族からも非難され最終的には家を出ていきました。

数年後に父と再開した時は病院でした。

恰幅の良かった父は痩せこけ、喉に管を通されている状態で会話も出来ない状態でした。私はメンターのセッションを受けている時に、そんな父を思い出したのです。

そして私は、あの時の父のようにビジネスが上手いかず家にいる時間が多くなり、周りから非難も受けました。

私はまさしく父と同じ体験をしたのです。

そしてその時に思い浮かんだのは、私には友人や助けてくれる人がいましたが

父親は誰からも理解されずたった一人で頑

張り、頑張ったけども結果が出ずに心が折れて家に引きこもるようになっていたことでした。

その当時、私も父を非難し軽蔑をしていましたが、自分がビジネスをして上手くいかないという経験をした時に父の苦労がわかったのです。

まして父は家族を養わなければならないという思いだったはずなので、相当なプレッシャ

一だったと思います。

父は私が想像する以上の苦しみを体験したに違いありません。そんなことがメンターとのセッションを通して気付かされ、そして父に対するイメージが変わりました。

父を軽蔑し、時には人生の落語者だと思っていた私ですが、父と同じような経験をした上でそのことを考えた時、そんなつらい状況でたった一人、家族の為に頑張っていたと思う

と、父がヒーローに思えたのです。

それに気づいた時、涙が止まりませんでした…

メンターのセッションが終わりしばらくして劇的な変化が起こりました。月商 2 万円だったのが 1 ヶ月も経たない内に月商が 100 万円になったのです。

私の潜在意識が変わり、信じられないくらい  
のスピードと規模で人生が変わったのでした。

それから数年経ち、私も潜在意識を扱うコー  
チングをクライアントに提供するようになり、  
様々な劇的な変化をコーチングを通して見て  
きました。

そんな経験から私が最後に言えるのは、とて  
もありふれたベタな言葉ですが、「どんな時  
でも希望を持ち、諦めなければ道は開ける」

ということです。

私はずっと、世の中にある悩み解決のノウハウや引き寄せの法則、スピリチュアルや自己啓発が一部の人にしか通用しない方法で溢れていると感じていました。

そして、色々な方法を試したけども結果が出ず、最終的に私のところに相談に来たというクライアントが多くいます。



本書で書いてあることは今までの常識だと思われることとは真逆のことを言っている部分もあるかもしれません。

しかし、これが私の体験と、そして何より多くのクライアントを通して得られた真実です。

本書を通じて悩み解決のヒントになれば幸いです。

最後まで見て頂いて、ありがとうございました

感謝を込めて

自分革命

※お知らせ

この本の内容を音声で聞きたい方へ、以下にご紹介するページにて、この内容を音声で語ったものを無料で手に入れることができます。

他にもこの本では語られなかった詳細な悩み解決の方法を語った無料動画ありますので以下のページにアクセスしてプレゼントをもらって頂ければと思います

## プレゼント内容

- ・悩みの教科書 特別音声版プレゼント
- ・過去に実際に 3,000 円で販売していた引き寄せの法則のビデオ
- ・スピリチュアルメンターや成功者の教え「願

## 望達成マニュアル」

・あなたの悩みを解決し本当の幸せを引き寄せる潜在意識を使ったコーチング秘密を公開

詳細はこちら



<https://jibunkakumei.net/lp/freeefdc>