



実践講座

2022年12月

「こんなに頑張ってるのに叶わない！」 と苦しいあなたへ

🌸 今出しているオーダーについて最近、どんな実践をしましたか？

🌸 どんな結果が出ましたか？またはどんな進捗状況ですか？

🌸 その結果・進捗に対してどんな感情が出てきますか？



ポジティブな感情

➡ さらに「～したい!」というアイデアが出てきたら、そのままオーダーや行動に繋げましょう。



ネガティブな感情

➡ どんな気持ちで実践しましたか？

➡ その結果・進捗を受けて、次のオーダーや行動に繋げるためにどんな工夫をしてみたいですか？

🌸 あなたが普段、目標や願いを叶える時に選びやすい方法はどれですか？

- コツコツ努力をして自力で掴み取ることが多い
- 協力してくれる人を探して一緒に進めることが多い
- 遠慮をして諦めてしまうことが多い
- その他 ()

いつもとは違う方法に突破口があるかもしれません。可能性を考えてみましょう。