



実践講座

2022年11月

願いを叶えるためには どんな行動をしたらいいの？

✿ あなたの願い（オーダー）はなんですか？

彼と私、お互いが世界中のどこで何をしていようとも
お互いの心が帰る場所になりたいなあ。



✿ 願いが叶った時の自分と今の自分の違いや、違和感に感じる場所を書き出しましょう。
さらに、その差をいつ、どんな行動で埋めていきたいかもできる範囲で書いてみましょう。

	違和感を感じる場所	いつ・どんな行動をする？
恋愛	過去の彼の言動が尾を引いて、いまだに疑ってしまったり信じきれないところがある。	ダメになる未来も覚悟した上で自分の本音を言っていくしかないと思う。
仕事	発信に載せている非言語をもっと清らかな感じに。ライティングスキルUP急務。	年末まではライティングを狂ったように勉強する💪('ω')💪
家族	なし。脳トレに入って2年半。家族にテコ入れしまくったのでとりあえずは完成したはず。	
友人	なし。この2年半で10年以上前に喧嘩別れした親友とも再会して和解もできたし、そのほか疎遠だった人ともご縁を整理できたので脳トレさままです。	
美容	なし。「完璧じゃない自分を見せる」が課題なので整えない方が大事。	
内面(意識・考え方等)	「完璧じゃない発展途上のまを見せる」をするために、「見せるのに抵抗のある部分」を洗い出して見せると腹を括るの繰り返しになるはず。	
その他	お部屋の環境改革（まだ言ってるの）。”日常で具体的なものに触れすぎた時に、脳内意識が脳トレ領域に戻ってこられるような環境づくり”という抽象的な概念を、部屋という物理に落とし込む。	

✿ あなたの願いに関する事で、ネガティブな気持ちになった出来事や困った出来事はありましたか？

「私は、相手のためを思って話しているつもりだったのにこちらの想いが全く伝わらない。」と思う出来事が何度もあって切ない思いをした。

✿ 願いが叶ったあなたならその出来事をどう捉えて、どう対応していそうですか？

相手が口で「～をしたい」と言っていることと、「そのための行動をしたくない」という非言語が同居している場合に上のような感情を感じるとわかった。

→相手の言葉を額面通りに受け取るのではなく、1番抵抗がなさそうな道（未来）や少し頑張れば手が届く範囲の未来と、相手がどのくらいエネルギーを出せそうか？を見た上で、それに合った対応をしていくとスムーズなことに気がついた。