



ほ 多 当

◆建設的な生き方へのお手伝い (Just do it!) ◆
～あなたの悩み事は当社までご相談下さい～
【今月の一冊】 一流トップ15人の経営ビジョン
日本能率協会マネジメントセンター
ホームページ URL <http://primecorporation.jp/>

発行日 2019年2月1日 Vol. 196
発行元 有限会社プライム・コーポレーション
ライフコンサルタント 渡邊敏徳
〒401-0015 山梨県大月市大月町花咲147番地
TEL 0554-22-2810 FAX 0554-22-2859

潜在意識

人生を大きく左右するのが「潜在意識」(無意識とも言います)とされています。最近、潜在意識という言葉が耳にする機会もあるのではないのでしょうか？願望実現や成功法則、幸せの追求といったものに関心がある人なら、少なくとも一度や二度位は潜在意識について聞いたり読んだりしたことがあると思います。それほど潜在意識というものは、願望実現、幸せの追求のためには重要なファクターになっています。

よく言われていることですが、「行動」を変えるには、まず「意識」から。意識が変わらなければ何も変わりません。損害保険の仕事をしていて感じるのですが、事故を起こして新しい車に乗り替えたとしても、ドライバーの意識が変わらなければ再び事故を起こしてしまいます。事故を起こす人は何年に1度は事故を繰り返す傾向があるように感じます。

人は1日に6万回思考していると言われています。ということは、1時間に2,500回、1分間に41回思考していることになります。ちなみに、そのうち80%はネガティブな思考だそうです。

さらに、脳は1日10万回「自問自答」を繰り返していると言います。ということは、1時間に4,166回、1分間に約70回自問自答している計算になります。無意識のうちにこれだけ思考と自問自答を繰り返していれば「潜在意識」によって、人生が大きく変わると言えるのではないのでしょうか。

意識が変わると、行動が変わる。

行動が変わると、習慣が変わる。

習慣が変わると、環境が変わる。

環境が変わると、周囲が変わる。

周囲が変わると、人生が変わる。

どんな小さな成功であっても、積み重ねていくことで意識の変化につながっていきます。そして、一番重要なのは、自分自身の「ビジョン」を明確に持つことだと思うのです。思い描くゴールにたどり着いた後に、どんな自分がいるのか、成功を喜んでいる未来の“理想の姿”を思い描くことがとても大切になります。

自分がワクワク・ドキドキしないことをやっても長続きしません。継続できないことから成果を求めても上手くいく可能性がないからです。“理想の姿”を思い描き、そして具体的に行動していれば道が開けると信じたいものですね。

あなたの代わりはどこにもいない

人の目を気にして、自分をおさえて生きる人生に、どんな意味があるのでしょうか。
あなたの夢や願いを叶えずに、何に命を使うのでしょうか？
いつの間に、妥協し、あきらめ、周りに流されてしまうように、なったのでしょうか。

あなたの人生、「主役」はあなたです。

失敗したっていい。嫌われてもいい。
大切なのは、心の望むままに夢や幸せを叶え、
本当にやりたいことをやり、他でもない、
あなた自身を生きることです。
自分をおさえて、ガマンし続ける「脇役人生」は、
もうやめよう。



この広い世界で、あなたの代わりは、どこにもいないのだから。

(鈴木真奈美)



【座右の銘にしたい名言】



点が将来結びつくと信じなくてはいけない。信じるものを持
たなければいけないのだ。(スティーブ・ジョブズ/アップル創業者)