

久瑠あさ美の
奇跡のビジョン

“気持ち”ひとつで 未来が動く



くる・あさみ

トップアスリートや経営者、ビジネス
パーソン向けに、個人メンタルトレー
ニングを行う。リーダー研修や講演会、
執筆も多数
http://ffmental.net

◆無茶はしない◆
その考えが
成長を妨げる

「もう若い頃のように無謀なこ
とはしない、それが分別のある
大人の行動」。誰もが経験を積
むにつれ、知識や概念が蓄積さ
れていき、人生のどこに落とし
穴が潜んでいるのか、よく見え
るようになります。けれど、積
み上げられた経験値が、逆に潜
在能力の発揮を妨げる元凶とな
る可能性もあります。

無謀への挑戦こそが あなたの潜在能力を引き出す

る在り方では、それまでの自分
を超えられるはずはありません。
ある意味、自分との闘い。に打
ち勝つ原動力となるのは、自分
の内側から自然とわき上がって
くる「〜したい」という強烈な
欲求です。

「やりたいか
やりたくないか
は自分で決める」

「できっこないことや無謀なこ
とはしない」。多くの人がそう
思ってしまうのは、自分の出来
ることと出来ないことを、まだ

先日閉幕したリオオリンピック
で、日本人選手が獲得したメ
ダル数が過去最多の41個を記録
したことは記憶に新しいところ
です。選手たちは「世界の頂点
を目指す」という、ある意味、無
謀ともいえる記録に挑戦し、
そこで己の持つ能力を発揮でき
た結果、目の前に立ちほだかる
高い壁を打ち破り、自らの栄光
を手にしたので。

そもそも潜在能力を発揮する
ためには、未知の領域へのチャ
レンジが不可欠です。無謀なこ
とはしないという無茶を避け

何もしないうちに、前もってあ
らかじめ思考し、判断してしま
うからです。

未来のことは誰にもわからな
いにも関わらず「できない」と
思ってしまうのは、「いい年をし
て失敗したくない」「恥をさらし
たくない」といった他人の目を
基準とした判断や、「以前、あ
んな失敗をしたな」といった自ら
の過去との照合で「自分の未来」
を判断しているから。

そもそも過去や現在の経験は、
その先に起こるであろう未来の
出来事の根拠にはなりません。



“自分軸”で
物事を判断しよう

険しい山の分岐点で、他人の
無責任な意見が生死を分ける
可能性だってある。最後は自
分で決断するのだ

それまでの経験を基準に考えた
ところで、未知の領域への挑戦
の成功確率を上げることなんて
できないのです。

大切なのはこの先の未来にお
いて、自分自身がどう在りたい
のか、ということであり、その
ビジョンを鮮明に思い描き出す
ことです。「他人軸」ではなく
「自分軸」で物事を捉えることで、
自ずと内側に「〜したい」とい
う欲求が沸き起こり、その無意
識の欲求こそ、あらゆるパワ
ーの原動力となつて、自らを突き
動かしてくれるのです。

ゴルファーに例えると……

人のラインは
人のライン。
決めるのは自分

「キャディさん、このラ
インどっちに切れる？」
たとえは難しいライン
で、キャディさんに意見
を仰ぐケースは少なく
ないと思います。

もちろんこれは、決
して悪いことではありません。
はじめてのコースで、
芝目や目に見えない傾斜
を参考にする必要はあり
ます。ただ、すべて人の
アドバイス通りに打つた
として、はたしてあなた
のゴルフに成長は見込め
るのでしょうか。

アドバイスは参考程度
にとどめ、判断は自分で
する。それこそが成長を
うながし、これまで越え
えることのできなかつた
壁を打ち破れるのです。

その挑戦が
無謀かどうかを
決めるのは
“自分自身”

未来が
動く今月の
ひとこと