

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、「マインド塾」を毎月主宰
http://ffmental.net



**モテたい
そう思う人ほど
現実には正反対：**

いくつになっても「モテたい」と願うことは、人として健全な証拠。けれど「モテたい」と願えば願うほど、意に反して「モテ」を遠ざけてしまっているのも事実です。これは心と脳の働き「マインドの法則」によるもの。人はモテたいと思っただけで、潜在意識は「モテていない、ダメな自分」を強く意識

モテたい気持ちを手放せば 自然とモテる人間になれる

**今までの自分を
少しだけ見直せば
現状はガラリと変わる**

それは、マインドの持ちように差があるだけ。逆に言うとう、「モテる」状況は、つくることができるといふことです。ですから、まずは「モテたい」という気持ちを手放すこと。そして「自分はモテていない」というマインドの状態から脱却することです。『どんな状況においてもスマートな振る舞いをする自分』をまずはイメージしてみてください

してしまい、無意識のうちにモテない状態の自分を維持しようとしてしまうので、モテたいと願えば願うほど、モテない状況に陥ってしまうのです。

皮肉なことに、実際にモテている人は、モテたいとは願っていないものだったりします。『いま現在モテているから、この先もモテ続ける』。あなたの周りにも、そういう人はいるはず。見ても仕事っぷりも大差ないアイツがモテて自分はモテないんだろう」なんて思ったことはありませんか？

さい。面倒な裏方仕事を面倒くさがらず、黙って引き受ける自分。困っている人に、ためらうことなく手を貸す自分。そんな自分を思い描くことができたなら、次は実際に試してみてください。最初は些細なことから構いませぬ。トイレに落ちているゴミを拾って捨てる、重たい荷物を持つてあげる。オレ、いまちょっとカッコイイことした」人の役に立った」そういった気持ちの積み重ねにより、人はどんどん自己肯定感が高まり、自分のことが好きになっていきます。



手にしよう「自己肯定感」
自己肯定感が高く、自分を好きな人は、相手からも好かれることが多い

すると、自然に人の見る目も変わってくるから不思議です。事実、私が主宰するマインド塾でトレーニングを続けている塾生には必ずと言っていいほど「モテ期」が到来します。数カ月で、まるで別人のように顔つきや振舞い、言葉遣いまでガラリと変わり、暗く地味な印象だった人が、10歳以上も若返ったように明るく魅力的な人間に生まれ変わることも珍しくありません。「モテ」は創れるのです。マインドトレーニングで、モテ期、引き寄せてみませんか？

ゴルファーに例えると……

**池やバンカーを
意識するほど
入る不思議**

ゴルフの世界でもよく言われるのが「池やバンカーを意識すればするほど入る」ということ。池入れたくないな」なんて言った時にかぎって池ポチャ、なんて経験はありませんか？
もちろん最悪の結果を想定する必要はありません。しかし、池に気を取られるがあまり、ミスをする自分、を受け容れてしまっていることも事実。そのままでは、どんなナイスキョットをしようとしても結果は明らかです。「ピンに寄せよう」という気持ちで自分のシヨットを信じるのが、ミスを抑える最大の秘訣なのです。

**未来が
動く** 今月の
ひとこと

**自分を好きに
なればなるほど
自然と異性から
好感をもたれる**