



トリガーズ-Triggerz-

～本当の自分とは何か？～

本当の自分とは何か？

本当の自分とは、

『目の前の問題を乗り越えることができる自分』のこと

- 人間は、ネガティブな自分のイメージを勝手に作ってしまう
- ネガティブに想像力を使えば、よくないことが現実化する

強いセルフイメージ

間違ったイメージを持ってしまっているために、ちっぽけな人間になってしまっている

→セルフイメージを変えていかないといけない

問題を乗り越える力

- 成功とは、目の前の問題を乗り越えるパワー
 - いくつも問題を乗り越えることで、筋肉がつく
 - 問題を乗り越えることができる
筋肉を『自信』と呼んでいる
- まず何をすればいいのか？

最初の目的地はどこ？

- 最初に、あなたの目的地はどこなのか、「今、何をすればいいのか？」を知る必要がある
- 最初から最終目的地はわからない

暗闇の中を走る自動車

- ヘッドライトで、数十メートル先までしか見えない
- 数十メートル進んだら、必ず、また次の数十メートル先は見えるようになる

一歩踏み出したら、

その先は必ず見えてくる

まとめ

1. 「今、最初の一歩として何をすればよいか？」がはっきりとわかることが、すごく重要
2. イメージしたものを現実に変えるパワーをすでに持っている
→正しく一歩を踏み出すことで、プラスにイメージしたものを現実に行える





夢を叶えるということ

次回は「負のスパイラルから
脱出する方法」をお話しします