１４日目．態度を決める　スペシャル1

１．輝く場を作るリーダーになるために

輝く場を作るリーダーとは、経営者、職場のリーダー、グループのリーダー、
家庭のリーダーなど様々です。

スペシャルコースであなたの心の在り方をどんどん発見していきましょう。
自分の中にある、本当に願うものを探していくという発想です。
何が出てくるのか、お楽しみです。

心の中から、自分の本物の言葉 ＝ ひらめきが、どんどん出てきます。
そのひらめきで生きていくことを実践していくことで、
自分を信じることができるようになり、さらにあなたは自由になるのです！

自分の頭の中の概念を、あなたの本当の言葉でどんどん書き換えていきましょう。

==========

2. 要素を取り上げる

まだまだ自分の魅力に気づいていないあなた、しっかりと自分自身を見つめてみましょう。
まず黒ペンで書いてみて、その後、赤ペンであなたの中の人に聞いて横に書いてみましょう！

◎　私の楽しいことは何？

◎　その時どんな私になっているの？

◎　その時の最高の私はどんな魅力に満ちている？

その魅力を存分に感じてみましょう。
🔴　何が私を魅力的にさせているの？

自分ではもうすっかり当たり前のこと、つまらないことなのかもしれませんが、
人々からすると、とてつもなく魅力のあることもあるのです。

◎　最高の時の私はどんな人？

◎　どんなパワーを持っているの？

==========

３．私の魅力とは？

ゆとりがある時、あなたの魅力が輝く時。
たとえば、
交通渋滞で、立ち往生してしまっている車の中で、
ふと深呼吸すると、見える景色が変わるようなもの。
焦る気持ちが、自分も周りの状況も、これから進む道も、わからなくさせていたのです。

ゆとりとは、こんな状態のことです。
ふと立ち止まり深呼吸して周りを眺めてみると、違った景色が見えるのです。
この状態をキープするのが、俯瞰です。

ただ立ち止まって深呼吸。
いつでもできるワークです。
ただ立ち止まってみることが、大切なのです。

前ページの●の言葉

深呼吸をしてみましょう。
そしてあなたを魅力的にさせているもの『　　』の
エネルギーを増幅させましょう。
しっかり体感できるまで、深呼吸を続けてください。

今までの少し緊張した環境が、全く気にならなくなる時間。
そよ風がすり抜けていくような時間。
ふと、ゆだねてみる空間。

何を考えている？何を見ている？何を願っている？
実は、何もいらないことに気づく瞬間。

自分が満たされる一瞬。
充実するこの時。
その一瞬をキープしながら、本来の流れに流れていくことも可能です。

あなたが魅力的に今を生きるということは、そんな感じなのです。
次に何をする？と考えなくても、あなたは動けるのです。
あなたは、もう知っているのです。
わかっているのにわざわざ考えていたのです。遠回りの方法を！
しっかりとした道のりを知っている私たちは、迷うことなく歩いて行けるのです。