

7 私、本当はどうしたい？

トレーニングの**6つ目**です。

「私、どうしたい？」 あなたはどうしたいですか。

よく、私がこういうお仕事をしていると

「Honamiさん、どうしたらいいと思いますか？」

「この場合、どっちがいいと思いますか？」と

聞かれるのですが、

私はそう聞かれたときに

「あなたは、どうしたいですか？」

というように聞き返します。

なので、答えは言いません。

なぜなら、

答えは全てあなたの心の中にあるからです。

潜在意識の奥には、

超意識と呼ばれる**神の領域**があると

お話ししたと思います。

あなたは、神とつながっているのです。

あなたの答えは、あなたの心が持っています。

なので、

常に自分の心に

「私はどうしたい？」

と聞きます。

「私はどうすべきか？」

「どうしなければならないか？」

ではなく、**「私はどうしたいか？」**

私の心がしたいものです。

そこに、しっかり目を向けていきましょう。

心というものはセンサーで、
自分の心が踊るものが
自分にとっての正解なのです。

自分の頭に聞くのではなく、
心に聞くということです。

この潜トレ 45 の
トレーニングを重ねていくと、
どんどん心がよみがえってきますので、

その心に常に手を当てて聞いていく、
感じていくことをします。

ワクワクしたり、
ドキドキする方に進んでいくということです。

心のセンサーに従うということです。

なにより、

自分の心に本音で生きるということです。

世の中がこう言うから、

周りがこう言うからというのは

一切、関係ありません。

あなたがしたいように生きていいわけです。

あなたの**心が踊るもの**が、

あなたの人生にとっての正解です。

また、なりたいものをイメージしたときに

心が踊らないのであれば、

それはもしかすると、

あなたがしたいことではないかもしれません。

「私は、本当にどうしたいのだろう？」

「本当に好きなものって、何かな？」

そこにしっかり感じて、
目を向けていくということをします。

何かを選択する、その瞬間のたびに
「私はどうしたいか？」 「私は何がいいのだろう？」

自分にしっかり聞いていくということです。

周りに委ねるのではなく、
常に**自分の心**に聞いていきます。

ご飯を選ぶときもそうです。
お風呂に入るタイミングもそうです。
寝るタイミングもそうです。

私は、どうしたいか。

心に従って行動することで、
ちょっと破天荒なことでも、
どんどんやっていくわけです。

特に、

**心が動くほうに
向かっていくことをすればするほど
自分のエネルギーが上がりますので、
自分の望んでいる現実が
向こうから寄ってきます。**

自分の心に従って選択したときは、

目の前のことを

ありがたい

と楽しんで過ごすことも大事になってきます。

**自分の心に従って選択することは、
特に、自分を愛することにつながってきます。**

自分がしたくないことばかりやっていて、
自分を大事にできているかといえば、
絶対にそんなことはありませんよね。

自分の心が喜ぶもの、
**自分を飼っているイメージで、
喜ばせてあげる**ということです。

せっかくこの人生を生きているのですから、
**自分が本当にしたいこと、
自分が本当に喜ぶことを、
小さな選択でも大事に選ぶ**ことを
楽しみましょう。

心に従って選択することで

「誰かに迷惑をかけるのではないか？」

「何か関係が良くなるのではないか？」

など、

そのような考えが出てくるかもしれません。

それは、真実でしょうか？

潜トレ 45 でここまで積み上げてきたものを、
しっかりと実践していただけたらと思います。

◎トレーニング 6 私、本当はどうしたい？

あなたにとってのベストな答えは、
すべてあなたの心・潜在意識が持っています。
わくわくする方があなたにとっての答えです。

他人に聞くのでもなく、
頭で考えるのでもなく、
常に、胸に手を当てて、
「私、本当はどうしたい？」
「どっちがわくわくする？」と質問し、
心に従って選択してみましよう。

選択した喜びをしっかりと感じて過ごします。