

『人から好かれる 11 の秘密』 中身チラ見ページ

『なぜあの人は誰からも好かれるのか？ 内気なあなたにもできる、人から好かれる 11 の秘密』の内容を閲覧できるよう、6 ページ分を載せます。連続するページではなく、ページがとんでいますがご容赦ください。では、どうぞ！

(本文 11 ページ)

## ☺ あなたの周波数に合う日々がやってくる

ラジオを思い出してください。

たとえば周波数を 80.2MHz に合わせると、ポップス音楽のラジオ局。  
そこでは、若いDJが若い人向けの音楽を流しています。  
若者の音楽の世界がそこに広がっています。

96.2MHz に周波数を合わせると、クラシック音楽の世界。  
落ち着いた大人っぽい雰囲気DJが、クラシックの名曲をかけてくれます。

それぞれの周波数に合う世界が、そこに広がっています。  
私たちの現実も同じです。

“楽しい、うれしい、ラク”な世界、“戦い、怒り、葛藤”の世界、  
“悲しみ、不安”の世界など、  
わたしたちの周波数に合う世界が、人生として展開してゆきます。

多くの方は、自分が出している周波数にむとんちゃくで、  
過去の経験や周りの人々から影響されてできた周波数で生きていて、  
そのことに気づいてさえいません。

自分の周波数が、  
“楽しい、うれしい、ラク”な世界と調和する周波数だったらいいですよ。

でも、  
“戦い、怒り、葛藤”の周波数や、  
“悲しみ、不安”の周波数がたくさんで、  
ときどきだけ、  
“楽しい、うれしい、ラク”な周波数になる。

だから、たくさんの“戦い、怒り、葛藤”と、  
たくさんの“悲しみ、不安”と、  
ときどきだけ、  
“楽しい、うれしい、ラク”な毎日。

(本文 12 ページ)

そんなふうにいる人たちがたくさんいます。

辛いことや苦しいことがあったとき、  
ほとんどの人は他人のせいにしたり、世の中のせいにしたり、  
自分を責めたりします。

そうするのが易しいからです。  
自分の責任に向き合わなくて済むからです。  
つまり、そんな困難を引き寄せる周波数で生きている責任を  
引き受けなくて済むからです。

自分を責めて自己嫌悪におちいたり、  
罪悪感に襲われたりするのは、  
自分の責任を引き受けていることではありません。

誰かのせいにする、誰かを責める、という方法は、  
自分を無力にします。  
自分を哀れでかわいそうな犠牲者にします。  
そして、現実を変える力を失わせます。

しかも、繰り返しになりますが、  
自分の周波数によって現実を作っていることに、  
自分では気づいていません。  
それは無意識の生き方です。

そうではなく、  
**自分が生きたいと願う周波数を作り出して生きるとき、  
意識的な生き方になります。**  
**次ページから、あなたの生きたい周波数で生きる方法をお伝えします。**

不安は、さらなる不安を呼び寄せます。  
戦いの想いは、戦い、いざこざ、暴力を引き寄せます。  
反対に、  
楽しい思い、ラクな思い、人への優しい心とおこない、感謝の気持ちが  
呼び寄せるものは、  
楽しい出来事、心優しいラクな人々、もっとありがとうと言いたくなるできごとです。

(本文 36 ページ)

それから、人生が花開かない人は、  
花開いていない人に助言を求め、その人のアドバイスの従ったりします。  
成功していない人に相談すると、  
現状維持、不信、不安に基づいてあなたにアドバイスをするでしょう。  
それを聞き入れると、あなたもその人のようになるでしょう。

成功している人に相談すれば、  
成長、信頼、繁栄・発展、幸せの見地から  
あなたにアドバイスをするでしょう。  
それを聞き入れると、あなたもその人のようになるでしょう。

だから、問題解決をした人、成功している人から教えてもらいましょう。  
成功者の見方、考え方、やり方を採り入れて、  
その人の言うとおりの行動を、ともかくはじめましょう。  
それが今までのあなたのやり方とは違うなら、特にそのやり方をすることが大切です。  
それも、2つや3つでは十分な変化は起きないでしょう。たくさん、たくさん、しましょう。

そのとき、愚痴を言いながらよりも、イヤなことに集中しながらよりも、  
あなたのもっと良い人生を見ながら、そのビジョンを見ながら進みましょうね。

今の人生、今までの人生をうらんだり、愚痴ったり、嫌ったりするよりも、  
それはそれで受け入れて、  
それがどんなにイヤな人生だったとしても、  
それに「ありがとう」と言って、そのうえで、  
あなたが生きたい人生を創れるように、  
変化への行動をひとつひとつ、実行しましょう。

前向きに生きるためにここまで私がお伝えしたこと、  
そしてこのあともお伝えすることを  
たくさん実践しながら、前向きに変化への行動を実行しましょう。  
そのほうが変化はずっと早いしラクでしょう。  
その態度で、成功している人のやり方を学び始めましょう。  
成功している人が行っていることを、あなたもいくつもいくつも行いましょう。

あなたにここまで、前向きな態度で生きてゆくための方法を、  
たくさんお伝えしてきました。  
つぎのページから、さらにもう一つの方法をお伝えします。

(本文42ページ)

## ☺ 人を動かすコツ

たくさん人々が、あることについてとても誤解しています。

人に何かをお願いするとき、人を説得するとき、人を動かすとき、その人があなたの言う通りにするかどうかを決めるのは何でしょう？

多くの人は、理屈で人が動くと思っています。

あなたの言うことが筋が通っていて、理屈が通っていて、正しければ、人はあなたの言う通りに動いてくれると思っています。

それは誤解です。人は理屈では動きません。

仮に動いたとしても、イヤイヤ動くので、あなたが満足するようには動いてくれないでしょう。

人があなたの言う通りにしてくれるかどうかを決める一番の要素は、その人があなたを好きかどうか、あなたを信頼しているかどうかです。

人は、「あなたの言うことが正しいから」その通りにするんじゃなく、「あなたが言うから」その通りにするんです。

そのことは、友だちでも、会社でも、学校でも、家族でも、小さな子どもをもつママ友仲間でも、みんな同じです。

あなたがどんなに“正しい”ことを言っても、その人があなたを好きでなければ、進んであなたの言うようにはしてくれないでしょ？

じゃあ、人から好かれるにはどうすればいい？

つぎのページで、今からできるとも強力な方法をお伝えします。

(本文45ページ)

## ☺ 人に良く思われようとがんばったのに・・・

人からよく思ってもらえるとうれしいですね。

たとえば、魅力的な人だと思ってもらえるとうれしいですね。  
優しい人だとか、または気さくな人だと思われるのもうれしいでしょう。  
それに、優秀だと思われることも、うれしいかもしれません。

わたしたちはみんな、そんなふうになんかから良く思われたくて  
毎日、毎日、いろんな努力をしています。

人前で明るくふるまったり、  
言いたいことも言わなかったり、  
したくもないことを仕方なくやったり、  
新しい化粧品や美容法を試したり、  
大切なお金をたくさん服や髪の毛に使ったり、

また、  
仕事でよく評価されようとしてがんばったり、  
高い学歴を得ようとしてがんばって勉強する人たちもたくさんいます。  
会話のなかで、それとなく自分のことを自慢することもしょっちゅう。

でも、そうしてがんばってきたけど、  
まだ十分な効果を上げていないということはありませんか？  
まだ足りないのではないですか？

今日までこれだけががんばったのにまだ十分な結果が出ていないなら、  
きっと、同じやり方を繰り返しても同じ結果になるんじゃないでしょうか。  
でも、もっともっと効果的な方法があります。

それは何かと言うと、

(本文65ページ)

わたしは以前の自分を振り返ると、  
自分のものさしで人を計り、判断をして批判をすることがよくありました。

たとえば大学生のとき、  
知り合いの大学生たち数名で食事をしていたときのこと。  
そのなかの一人に、モデルのアルバイトをしていた美人女子学生がいました。

彼女は、モデルのアルバイトが嫌いでした。  
「コーヒークップを持って微笑む写真を撮るんだけど、  
カップの中はカラなのよ！意味のない、すごくむなしい仕事。」

わたしはそれを聞いて、  
「そんなの当然じゃないか。そんなことで空しいなんて文句を言っちゃだめだ」  
とその人に言ったことを覚えています。  
わたしは彼女の話聞いて  
「けしからん」と感じたのでした。

でも今になって思うと、  
彼女は人生で、意味がある、と思えることをできていない空虚感と焦りを  
分かってほしかったんだろうな、と思います。  
さらには、自分が人生で何をしたいのかが分からず、  
そのために将来が不安で、それを分かってほしかったのかもしれませんが。

なのに、  
わたしは彼女の気持ちを彼女の身になって理解しようとはしないで、  
わたしのものさしを当てはめて、  
彼女の言う事を評価し、判断し、批判していたのです。  
そんなわたしに対して彼女がホンネを話さなくなったのは、  
当然のことでした。

このように、他人にものさしを当てはめて  
すぐに「良い」「悪い」と判断をする人は、  
自分に対しても知らず知らずのうちに同じことをしています。  
だから、生きることが窮屈になっています。