

天国思考



- 自分は素晴らしいと、自分を「肯定」できる
- みんなのおかげ、と「感謝」できる
- 素晴らしい出来事、学びだと「謙虚」に思える
- あなたも私も正しいと「認め」あえる
- 私は「愛されてる」と実感できる
- 自分の行動に「責任」を持てる



- 自分の弱さやダメなところを「認め」られる
- みんなの成功を願って、
応援や協力を「与え」られる
- 他人の価値観、言動を「認め、許せる」

↑ これが「天国思考」です



「天国思考」に変わると…



嫌いな人や嫌な出来事が減り
嬉しい出来事やありがたい言葉が
増えます

「天国思考」に変わると…



人の評価を恐れず、
自分軸で生きられるので
自信がわいてくる

「天国思考」に変わると…



自分の弱さを隠す必要がなく

人間味があふれ

人を素直に応援できる

「天国思考」に変わると…



人の成功や幸せを
心から祝福できる

自分は愛されてる、認められてる
満たされてると思えるから…



人を応援することも
優しくすることもできる

そして...



どんどん人に
「与える」行動ができる

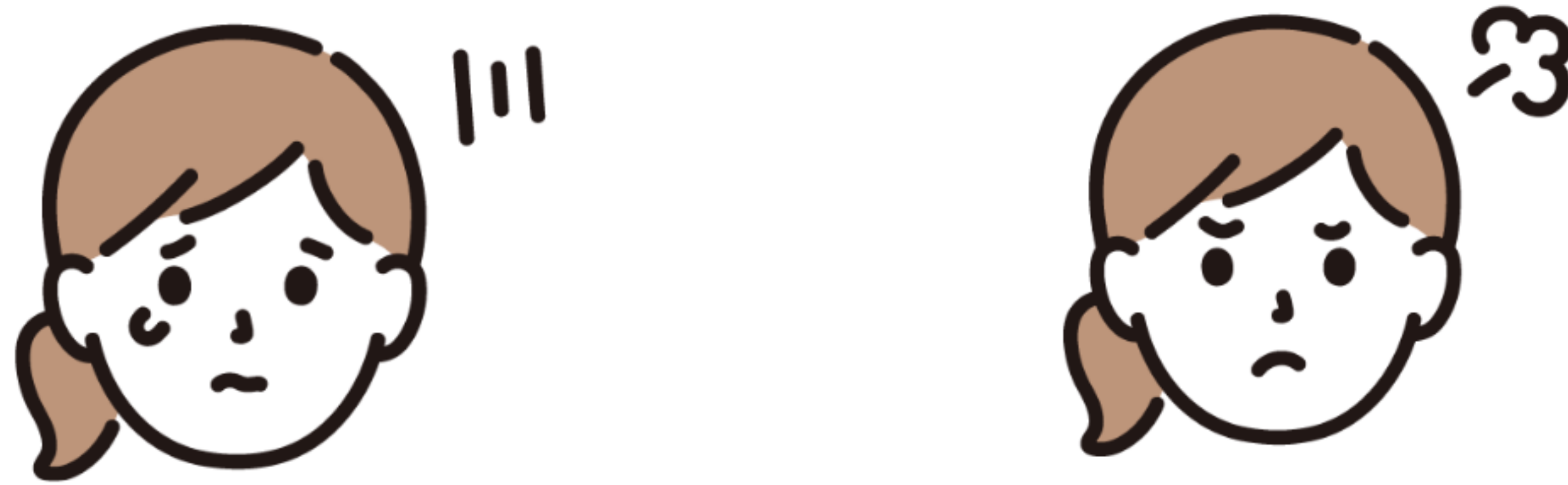
「与える」ことで…



またたくさんのお返しが来て
さらに満たされていくという

幸せのスパイラルができる

地獄思考は…



ひと言で言うと

「ない」「ない」「ない」の世界

・私ばかりよくないことが起こる

・私には彼なんてできない

・誰も優しくしてくれない

・私を認めてくれない

・何をやってもうまくいかない

・誰も褒めてくれない

・誰も助けてくれない



「ない」と思っていると…



「やっぱりね」「ほら」という

出来事を体験し続けます

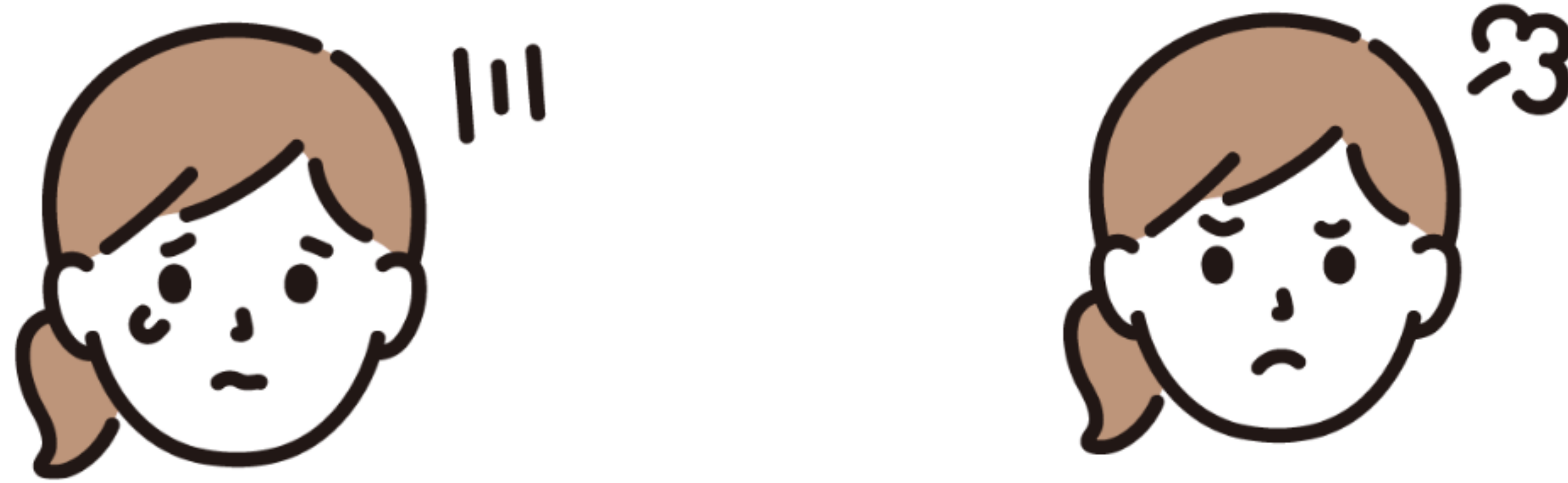
「ない」という体験をしたから…



「そう思うようになった」と

思う人がいますが

実は…



「ない」と思っているから
そういう出来事が起こるのです

たとえば…



|||

子どもの頃に親に叱られた



「愛されてない」と思ってしまう



3



(そうではない！！)

実は…



自分が愛されていないと思う



よく叱られる

(これが正しい)



つまり…



||

はじめに「考え方」がある
ということ

はじめの考え方というのは

自分の記憶のない頃に思い込んで
しまった可能性が高い



3

だからこそ…



反応の種（思い込み）を見つけて
新しい価値観に書き換えることが
大切なのです

いま目の前で起こる出来事は



すべてただの「証拠」です

「褒めてもらえなかった」

「叱られた」



という子どもの頃の出来事も…

すべてあなたが



「愛されていないと思い込んだ」

結果の証拠です

「ない」と思う出来事を
ひっくり返すためには



まず「ある」と思ってみること
そこがスタートです

「天国思考」を持っている人は



誰からも愛され

愛することが出来ます

当たり前のように溺愛されます

「拗ねてる！」と気づいたら



「素直に！」と意識して
自分の気持ちのねじれを
戻してください

拗ねてる自分にも〇マルをあげて



「素直になろう！」と声をかける

これを何度も何度も繰り返して

ください

そうしているうちに…



「天国思考」になれます

自分を信じてやっていきましょう