



## 6月 全校集会にて ～「潜在意識」～

6月は、各部活動にとって大切な大会があります。そこで、今回の全校集会では、大会で最高のパフォーマンスが発揮できるように「潜在意識」について話をしました。

人には2つの意識があります。それは、自覚できる「顕在意識」と自覚できない無意識の「潜在意識」です。私たちの人生に大きく影響を及ぼすのは、「潜在意識」と言われています。この「潜在意識」をいかにうまく活用するかで、運命が変わるといっても過言ではありません。

私たちは、誰もが成功や幸せを願っています。例えば、「大会で優勝したい」「うまくなりたい」「ダイエットしたい」と言っているが、日頃の練習や生活での言動はどうでしょうか。「相手チームは強いから厳しいな」「練習は面倒くさいなあ、疲れるなあ」「少しくらいなら食べても大丈夫」と全く正反対の言葉を発したり、行動したりしていないでしょうか。

「潜在意識」は、あなたの本音を見逃しません。「潜在意識」は、確実にあなたの本音を実行します。すなわち、あなたの願い（顕在意識）が叶えられる可能性はないでしょう。つまり、この「潜在意識」を書き換えられない限り、成功や幸せはないということです。何をしても上手くいかない人は、この「潜在意識」が影響しているのだと考えられます。

では、「潜在意識」を書き換えるためには、どうしたらよいのでしょうか。それは、日頃の言葉と行動をポジティブにすること以外にありません。日頃から口癖のように、やる前から「無理」や「できない」等のネガティブな言葉を発している人に「成功」が訪れるはずがありません。「必ずうまくいく」「私ならできる」等のポジティブな自己暗示とそれに伴う行動の繰り返し（習慣化）こそが「潜在意識」を良い方向に書き換える唯一の方法です。

また、他人の成功を祝福することも「潜在意識」の書き換えにとって大切なことです。成功している人を見て、嫉妬心をいだいている限り、その人に成功は訪れないのです。私たちの「潜在意識」は、嫉妬を単なる否定的な感情として受け取るのです。すなわち、他人の成功をあなたが嫉妬するということは、成功そのものに対して否定的な感情を抱くことになるのです。他人の成功を嫉妬する限り、成功は確実にあなたから逃げていきます。自分より頑張っている人、上手な人、成功している人などに嫉妬心や反感を持っている限り、あなたは頑張れないし、上手になれないし、成功できません。逆に、他人の成功を喜び、祝福することこそが、自分に成功が訪れる方法ではないでしょうか。

皆さんの人生はこれからです。「目標実現」、「成功」、「幸せ」のために、ぜひ、自分の「潜在意識」に働きかけてみましょう。

## マザー テレサ 「5つの気をつけなさい」



- ・ 思考に気をつけなさい、それはいつか言葉になるから
- ・ 言葉に気をつけなさい、それはいつか行動になるから
- ・ 行動に気をつけなさい、それはいつか習慣になるから
- ・ 習慣に気をつけなさい、それはいつか性格になるから
- ・ 性格に気をつけなさい、それはいつか運命になるから

**運命を変える鍵はポジティブな「言葉」「行動」「習慣」**

※今度の大会を「3年生最後だ」と言っていないませんか？潜在意識はそれを確実に実現します！