

ホームページ

ドレス ↓



Line

公式アカウント



10月授業スケジュール

sunday	monday	tuesday	wednesday	thursday	friday	saturday
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

★ お友達・兄弟姉妹紹介キャンペーン実施中(紹介者：5000円分図書カード進呈)

プラス思考になる方法

まず最初に、自分は絶対に「プラス思考になる」と決意します。

「だって「や」でも」と言いたいところをグッと乗り越えて決意できれば、まずは大きな一歩を踏み出した自分に拍手しましょう。

次は、一日の中で「ラッキーだ」と思える瞬間を1つでも多く探してみよう。

普段なら見過ごしがちな、「朝目覚めて仕事に行く」というだけでも、体調が悪い人から見れば本当に夢のようにありがたい出来事です。おいしいご飯を食べられることだって感謝すべきことですし、出先で急に雨が降ったとしても折り畳み傘を持っていたのならラッキーな出来事なのです！

次に、ラッキーだと思つた事を癖にしてしまいましょう。

思考なんてただの“クセ”なんです。そう思えば気も楽になりませんか？毎日毎日ラッキーを探して、増やして、そう考えるのが当たり前になるまで続けましょう。習慣にしてしまつのです。毎日繰り返し、思考のクセを書き換えましょう。ここまで来れば、あなたのまわりにも変化が起こっているはずです。

どんな変化が起こるのか、ちょっと楽しみじゃありませんか？でもそれは、あなたが実際に体験してみてください。途中、ネガティブなマイナス思考に戻りそうになったら、これはゲームだと思つて楽しみながらもう少し続けてみましょう。

きっと、新しい世界が開けることと思います。