

Jカレッジ第22回 佐藤富雄さん 「自分の人生を変える 口ぐせ理論」

イントロ

成功する人はみな「女性」!
 action(行動)ができる
 思い込むことができる
 →結果、富豪になる

自己紹介
 佐藤さんの75年の体験を通したサイエンス
 本がよく売れています!

人間の進化

「現在」に生きている
 過去を思い煩うことはない
 脳が発達していない

例えば、「犬」

3年後(未来)の心配事・5年前(過去)からの後悔は、「今」起こってしまっている
 次元を飛び越える再現する

「人間」

なぜか、「がんばっても報われない」人

脳(心)・体の制御関係に注目!
 例)梅干を想像すると唾液が出る
 想像力
 反応
 心臓、胃(生命のシステム)
 自律神経系(古い脳)
 快適に生きるように進化してきた

大脳・体の制御関係

「心配事(想像・脳)」があると「体(生命システム・自律神経系)」が反応する!
 「梅干がすっぱい」と思うと、唾液が出る
 「人前に出るとあがる」と思うと、「そのとおり、あがってしまう」
 「自分はいい女だ」と思っていると、「いい女」を演じられる

人間の脳は「思い込み」のバック!

思い込み

「私は、○○な人間だ」
 なぜ、そう思ってしまったのか?

例)20歳の時に、「私は弱い人間だ」と思っていた
 30歳になったら、その通りに弱い人間になっちゃった

整形と自己像

美容整形をした女性は、劇的に人生が良くなる・・・の法則

自己像ができたプロセス

- 育ってきた過程で言われてきた事例)あなたはブスだね～
- これを自分で受け入れた
- 「ブス」という「自己像」が出来てしまった
- 整形すると・・・
- 「美人になったね!」と言われるように
- 新しい、「美人」という自己像が出来た!

自己像を変えよう!
 自己像が変われば人生が変わる!

日本人の言語特性

松山理論「ガラスのふた」をとりさる
 佐藤理論「ガラスのふた」を、無いものとして思い込む

日本人は、意識的に言葉を使うことができる。

言語でリセット可能!
 わたしは、どんな自分になりたいのだろう・・・(oil)
 自分が「どんな人」になりたいのか、その言葉を、周りの人に振りまく!
 良い事は、口に出す

言葉と脳の間隔って、おもしろい!(oil)
 例)「奥さん、辞めているわよ～」は、自分に帰ってくる。
 自分のために言う!

意識

言った言葉の意味を、自律神経系はちゃんと取り取っている。
 考えている事をしゃべっている
 しゃべるように考える

口ぐせ的の結果が出てははず・・・
 人は、「しゃべっている(口ぐせ)の通りに生きている!
 他人に言った言葉の影響は、「自分」が受ける!

自信

容姿 女性
 身体 スキル・頭脳 能力 男性

自信神経系は、「事実」と「想像」の区別ができていない
 意識していないけれど、裏づけされているもの

無意識の状態で、「自分は美人」と分かっていたら、もうOK!上手に行く!

成功するキーワード

思い込みが大切!
 間違えOK!
 ばら色の人生を思い込もう!
 「本人が」そう思い込んでいるかどうか