

なぜ書くだけで 自分が変わり、人生が変わっていくのか?? その秘密を無料でお伝えします

お手紙を開いていただき、ありがとうございます。
すごい自己紹介の著者、横川 裕之です。

このお手紙を読まれるということは、
ボクのことをもともとご存知か、どなたかから
「読んだらいいよ!」と紹介を受けているはずなので、
ここでは自己紹介は省きます。

もし、万が一、横川って誰よ?という場合は、
このお手紙を読むタイミングではないので、
貴重なお時間を無駄にしないためにも、
読まないことをオススメします。

このお手紙のテーマは、

書くだけで自分も人生も変わっていく理由

になります。

書くだけで人生が変わっていく…
そんな馬鹿なことがあるわけがない!!

と、思われるかもしれませんが、
いまから読んでいただく内容の根拠は、
ボク自身の経験と、ボクがこれまで15期開催している
受講料60万円の通信講座【文字化合宿】の
参加メンバーとの日々のやり取りから得られた経験です。

これからお伝えすることを読むだけで、

あなたの視点は大幅に広がり、
今後の学び方やライフスタイル、
人生観が劇的に好転します。

そんなキッカケになるようにと、
思いを込めてお伝えしていきますので、
どうぞ最後まで、お付き合いいただけたら嬉しいです。

このお手紙がお役に立てるのは、

- ・ なりたい自分があるけれども、なかなか現状から抜け出せない人
- ・ 具体的な目標があって、自分をバージョンアップさせたい人
- ・ 最近、壁にぶつかって限界を超えられない人
- ・ 自分を高めてくれる人間関係を大事にしたい人
- ・ 現状には不満はないけれども、このままでいいのかな…
と悶々としている人

になります。

ボリュームが多いのは、どうしてもお伝えしたい、
という気持ちの現れだと思っていただけると嬉しいです。

何度も書き直して書き直して、
推敲に推敲を重ねて、知っておいていただきたい
情報をまとめております。

とはいえ…残念ながらこれを読んだからといって、
読んだ直後にすぐに稼げるとか、3日後に人生が好転する
といった耳障りのいい話はまったくありません。

仮に「すぐに」できたとしても、
それはドーピングで筋肉増量しているようなもので、

自分の実力ではまったくありませんし、
ドーピングの反動で人生は暗転するに決まっています。

いやいや、ドーピングを手に入れられる
人脈やお金を持っていることも実力だよ、
と言われたら、確かにその通りで、何も言い返せませんが、
そんな人に読んでいただいたとしても、
何も得られる学びはありません。

また、即効性がないなら読む価値はないな、とか、
このお手紙が長いな…と思われたなら、
遠慮なく閉じてくださいませ。

逆に、「書くだけで自分も人生も変わる」という、
一見地味なこのテーマがいかに重要であるか、
それに気がついた“時代を先読みできる”センスのある方は
ぜひ読んでみてください。

読むだけでも、あなたの人生を変えるための
たくさんのヒントが得られるはずです。

また、最後に新しい企画（講座）の案内もついています。

「細かいことはいいからさっさと参加したい！」

という場合は、一番最後から申し込んでいただけますので、
どうぞ最後までスクロールしてお申込み下さい。

でも、申し込み後でも構いませんから、
一応読んでおいて下さいね。

では、早速本題に入ります。

人は一番価値のあるものに時間とお金を使う

このお手紙にたどり着き、
読んで下さろうとしているあなたですから、
あなたはすでに自分を変えるため、人生を変えるために、
相当な時間や金額を自分に投資されていたり、
これから自分に投資しようと考えている方でしょう。

でも、もしかしたら、思っていたような変化を
体験できていないかもしれません。

なぜ思うような変化を体験できていないのか、
その理由をまずお伝えします。

毎朝送っているメールの返信で、

「これまでに何百万円も自己投資してきました。
誰でもできる…と言っていたプログラムにも
参加しましたが、それもダメで
いつまで経ってもダメな自分のままだんです…

私は今のままの人生を送らないといけないのでしょうか？」

という内容を送って下さる方が
いらっしゃいました。

文面は違いますが、

「自己投資しているのに、自分が変わった気がしない…」
というメールもひとりやふたりじゃなく、
数十名単位でいただいています。

そもそも、世の中にいるほとんどの人は
あなたやこの方々のように
自己投資なんてしないんです。

1万円を超えるセミナーや講座に
参加したことがある人が、どれだけいるのか？

アンケートを取ったら、10人中9人は、
そんなセミナーに投資するくらいなら、
美味しいものを食べに使ったり、
自分の欲しいものを買ったりすることに
使うと答えるでしょう。

人は、いちばん価値があると思うものに時間とお金を使います。

**つまり、自己投資ができるあなたは、
自分自身を一番価値ある対象だと思っている人です。**

メールを送って下さった方は、ご自身に
数百万円も投資できているんですから、
それ自体が、本当に素晴らしいことなのです。

素晴らしいことなのですが、
それをカンタンに認めることはできないでしょう。

そりゃそうですよね。

自分を変えるために自己投資しているのに、
まったく変わっていないと思えないんですから…。

そんな自分を認めようと思っても
認められるものじゃありません。

行動しなければ変わらない、これは事実です。
行動しなければ変わるわけがありません。

じゃあ、この結果を出せなかった人たちは、
本当に行動していなかったのでしょうか？？

いいえ、そんなことはありません。
みんな行動しているんです。

では、提供している講師のコンテンツの質が
悪いのでしょうか？？

これだって、そんなことはありません。

講師ご自身が、自分の人生を賭けて結果を出したことを元に
開発したコンテンツなんですから、質は高いはずですよ。

そして、そのコンテンツによって、
実際に人生を変えた人もたくさんいるのだと思います。

自己投資している人は、
みんな現状を変えたくて、
自分を、人生を変えたくて
自己投資をしているわけです。

変わりたくない人なんていないんです。

でも、変われなくて
苦しんでいる人が多いのです。

じゃあ、自己投資で人生が変わる人と

変わらない人、学びを成果に繋がられる人と、
繋がられない人と、何が違うのでしょうか？

その理由を次にお話していきます。

知らないものは変えることはできません

以下の中に、あなたが抱えている
悩みはあるでしょうか？

- ・自分の伝えたいことが相手に伝わらない
- ・自分の考えていることを思うように
言葉にすることができない
- ・自分の強みや才能がわからない
- ・自分のことがわからない
- ・文章が思うように書けない
- ・自信を持ってと言われても自信が持てない
- ・コミュニケーションが苦手
- ・自分がこれからやっていきたいことがわからない
- ・なぜかいつも煙たがられる
- ・自分のことが嫌いだ
- ・人間関係がギクシャクしてしまう
- ・人の目を気にしてしまう
- ・やりたいことがあるのに、一歩を踏み出せない
- ・行動が続かない
- ・人生の目的が見えない
- ・人生の迷子になってしまっている

もしかしたら、すべてに当てはまっている、
という人もいるかもしれませんね。

ひとつひとつがセミナーや教材のネタとして
独立して提供されるものですが、

これらはあるひとつのことが原因となって
出てきている枝葉の部分の悩みです。

だから、ひとつ解決しても、次の悩み、
次の悩みと悩みが解決されることがありません。

枝葉の部分ではなく、幹の部分である
根本原因を見なければいけません。

この根本原因が解決されたら、
ここに挙げた悩みを含めて、多くの悩みが
一網打尽に解決できます。

では、その根本原因とはなんでしょう？？

結論から先に言ってしまうです。

それは、、、

【自分を知らない】ということなんです。

自分を知らないから、
自分の考えていることがわからないし、
いざ、何かを書こうとしても言葉にならない。

言葉にならないから文章も書けません。

自分を知らないから、
自分独自の才能や強みも見えません。

才能や強みを発掘する専門家、
みたいな人がいますが、そんな専門家
に見つけてもらう才能や強みなんて、

その専門家のフィルターから見たものですから、
本当にあなたの才能や強みじゃありません。

自分を知らないから、
才能や強みを専門家に依存しちゃうんです。

もし、その専門家が、
「すみません。私の見立てが間違っていました」
って、なったら抛り所を失ってしまって、
どうしたらいいかわからなくなるでしょう。

自分を知らないから、
自信を持ってないし、自信を持ってないから、
他人に合わせないといけない、ってなっちゃって、
他人に翻弄されてしまいます。

自分を知らないから、
これからやっていきたいこともわからないし、
目的が見えないから行動も続きません。

すべての根本原因は、
【自分を知らないこと】に尽きます。
じゃあ、自分を知るためにはどうしたらいいの??
となります。

それがこのお手紙の主題となる **【書くこと】** です。

いまの自分も人生もすべて自分が作ってきた

書くことでどうして自分を知ることができるのか、
また、どんな効果があるかのお話をする前に、
ひとつ重要な事実をお伝えします。

それは、

現在の自分も、そして人生も
生まれてからこの瞬間までの
過去の自分の選択と決断の積み重ねで
できているということです。

**いまの自分も人生も、
すべて自分が作ってきた。**

まずここを受け入れないと
自分も人生も変えることはできません。

自分で作ってきたからこそ、
自分で変えることができます。

しかし、自分以外のものに
作られてきたのだとしたら、
自分の力では変えることはできません。

だから、まず自分も人生も
すべて自分が作ってきたし、
これからも自分が作っていくことを
決意しなければなりません。

しかし、頭では、意識の部分では
わかってはいても、
心では、無意識の部分では
なかなか素直に受け入れられないものです。

過去には思い出したくないようなことを
たくさん経験してきたかもしれません。

許せない人もいるかもしれません。

でも、その出来事も人も自分も、
自分の選択と決断で引き寄せたものであり、
いまの自分にとっても、
そしてこれから先の自分にとっても
それらは必要な経験だった、
という自由な捉え方ができないと、
自分も人生もいまのまま変わらないのです。

たとえば、過去にリストラされた
経験があるとしましょう。

そのリストラされたことは、
事実として変えることはできません。

しかし、不幸だと捉えることもできれば、
そのリストラがあったからこそ、
いまの自分があるし、
将来、成功したときのネタ話にする
という捉え方もできます。

起こった出来事も人も事実として
変えることはできませんが、
その事実に対する捉え方は
自分で自由に選択できるのです。

また、選択と決断をする際には、
それを選ぶ判断基準があったはずで

その判断基準を価値観と呼びます。

いまの自分と人生は

その価値観で作られています。

ということは、自分を変えたい、
人生を変えたいと思うのであれば、
その価値観を変えなければいけません。

でも、その価値観を自分自身で
把握していないことには、
変えようにも変えられません。

**自分を知る、というのは、
捉え方や価値観を把握することです。**

じゃあ、捉え方や価値観を
どう把握するのか、
それは文字にすること、つまり、
書くことによって把握ができるのです。

なぜ書くことで自分も人生も変えられるのか、
**その答えは、【捉え方】と【価値観】を把握し、
これまでの自分と人生を作ってきた
捉え方・価値観が変わるからです。**
自分も人生も以下の3ステップで変えることができます。

1. 現在は過去の自分の選択と決断が作ってきたし、
未来はこれからの自分の選択と決断が
作っていくことを受け入れる
2. その選択と決断の基準となる
価値観を把握すると同時に、
事実に対する捉え方を自由にする
3. 理想の自分が持っている価値観と捉え方を定義し、
日々、その理想の自分の価値観と捉え方で過ごす

この3つのステップを踏んでいただければ、
確実に自分も人生を変えることができます。

といっても、何を書いたらいいのか？
どういう点に気をつけたらいいのか？
わかりませんよね。

次にそれをお伝えします。

言葉の使い方が人生を作っている

ボクが価値観と捉え方で
人生ができていることに気付けたのは、
2012年に受講した

「たった5人集めれば契約が取れる!顧客獲得セミナー成功法」の著者、
遠藤晃さんと「決定版コンサルタントの教科書」などの著者、和仁達
也さんが共催している【コンサルスター養成塾】でのことでした。

いまでは本を出させていただき、
日本中でお仕事をさせていただき、
60万円する講座にも毎回集まっています。

2012年、当時のボクは生命保険の営業マンで、
毎月毎月売上ゼロの日々を送っていました。

「なぜ売上がゼロなのか」「なぜ結果が出せないのか」
「なぜ人生が変わらないのか」を自問自答している日々でした。

どうにかして変わりたい…と、
藁をもつかむ思いで、
なけなしのお金をはたいて参加しました。

人に成果を出させるコンサルタントの

考え方や手法を学びましたが、
ボクの中で一番の気づきが、

価値観も捉え方もすべて言葉を使って定義している。

ということでした。

もっと広い意味でいえば、

言葉の使い方が人生を作っている。

あたりまえと言えはあたりまえなのですが、
ボクはこの講座に参加するまでそのことに
まったく気づいてませんでした。

もちろん、前向きな言葉、ポジティブな言葉を
積極的に使っていこう、
そんなことは知っていましたし、
やっているつもりでした。

しかし、実際には、その言葉の使い方が
まったくできていなかったことに

「安心・安全・ポジティブな場を作ろう」

というお話を聞いているときに気づいたのです。

安心・安全・ポジティブな場とは、
その場にいる人の考えを一切否定することなく、
とにかく肯定していく場のことです。

受講したときには、いまでも毎朝アップしている
Facebookでの筆文字発信もしていましたから、
他人に対して使っている言葉については、
どんどん前向き、ポジティブな言葉を使っていました。

しかし、この【場作り】の話聞いた時、
ふと思ったのです。

「自分自身に対しては、どうだったかな??」と。

他人に対しては前向きで、
ポジティブな言葉を使っているのに、
それとはまったく逆で、
**自分自身に対しては、
ネガティブな言葉ばかり使って
問いかけをしていたのです。**

つまり、ボクはすべてにおいて、
ネガティブな価値観、捉え方をしている自分で、
そんなネガティブな人生を自分で作っていたこと
ようやく気付けることができたのです。

人の脳は、スーパーコンピューターと言われます。

その問いかけに対して、答えが出るまで、
永遠に探し続けるのです。

たとえば、先ほども書いたように、
2012年のボクはこんな思考状態でした。

- >2012年、当時のボクは生命保険の営業マンで、
- >毎月毎月売上ゼロの日々を送っていました。
- >「なぜ売上がゼロなのか」「なぜ結果が出せないのか」
- >「なぜ人生が変わらないのか」を自問自答している日々でした。

この否定の質問に対して出てくる回答は、

すべて自分を否定するものしか出てこないわけです。

その回答を自分に言い聞かせるんですから、
どんどん結果が出せない自分になるように、
自分自身で仕向けていたわけです。

そりゃ売上が上がるわけがありません。

でも、そのことにすら気づいておらず、
毎日毎日自分を責めていたのです。

これに気付くと、実は問いかけだけでなく、
頭の中に思い浮かんでいる言葉のほとんどが、
否定的なものばかりであることに気付きました。

「なんでうまくいかないんだろう…」
「どうしていつもこうなんだろう…」
「今回もうまくいかないかもしれないな…」

そう、ボクは
**無意識のうちに自分で
自分を否定していたわけです。**

人生が変わる人と変わらない人の決定的な違い、
それは、無意識の言葉の使い方、

もっと具体的に言うなら、
無意識に自分を肯定する言葉を使っているのか
それとも、
無意識に自分を否定する言葉を使っているのか
その違いです。

価値観や捉え方がネガティブなんですから、
そりゃ人生がうまくいくはずありません。

人に対して、
安心・安全・ポジティブな場を作る以前に、
まずは、自分自身に対して、
その場を作らなきゃいけない、
そのことに気づいていなかったのです。

自分自身に対して
安心・安全・ポジティブになれないのに、
他人に対しても
そんな場を提供できるはずありません。

ボク自身、そういう安心・安全・ポジティブな場を
作っていたつもりでも、きっと、相手にとっては
そんな風には思わなかったでしょう。

安心・安全・ポジティブとは真反対の
不安・危険・ネガティブな場を
作って接していたのです。

そんな状況で、ボクの話の聞いたり、
ボクから生命保険の
セールスを受けたとしても、
そりゃ、相手は不安になるわけです。

不安になるから、契約もしてくれる人も
いなかったわけです。

無意識の言葉使いを知るために

ボクがやったこと

「現状を変えるためには、無意識に使っている言葉使いを変える必要がある。けれど、どうしたらいいんだろう…」

と、いろいろと思案しましたが、
結局ひとつのところに落ち着きました。

「明確な思考は明確な行動を生み、明確な行動は明確な結果を生む。
曖昧な思考は曖昧な行動を生み、曖昧な行動は曖昧な結果を生む。
明確な思考とは、文字量である。」

遠藤晃さんから教えてもらったこの言葉を思い出し、
頭の中身を書き出すこと、
つまり、**思考の文字化**にトライしました。

思考を文字化する＝書き出すことで、
ボクもボクに関わってくれた方々も、
自分と人生をガラリと変えていきました。

そのやり方は、その日の出来事だったり、
感情だったり进行を思いつくままに書きなぐっていく
というシンプルなものです。

自分が読めればいいわけですから、
文体などまったく気にしません。

この時に意識したのが、【文字量】です。

とにかく頭に思い浮かんだ言葉をそのまま書くのです。

こんな言い方のほうがいいかな、
とか、一切考えません。

言葉選びに意識を向けないことで、
紙上に現れた言葉のほとんどは、
無意識に出された言葉になります。

その言葉を精査することによって、
無意識にどんな言葉使いをしているのかが、
把握できると考えたのです。

(実際、その当時、どんなことを書いていたのか、
手帳の現物をシェアしようと思って探したのですが、
その現物はスペース確保のために
処分してしまっていました…)

その書いたものを読み返していくことによって、
ネガティブな問いかけになる要素を
5つにまとめることができました。

この5つの要素を意識して直すことによって、
段々と無意識の部分にも浸透していきます。

いまでは、自らに対してネガティブな
問いかけをすることがなくなりましたし、
油断していても、ハッ！とすぐに気づき、

「いまのは、なし！」と即座にキャンセルできます。

この5つの基準は、ボクが文章添削をする際の
指摘の基準となっているものです。

1. 語尾が否定形の質問を投げかけている
2. 語尾が「～だと思ふ」と曖昧に濁している
3. 語尾が「なったらいいな～」と、自分以外に責任を委ねている

4. 頑張ろう、やってみようとかだけ書いてあって、
何を頑張るのか、何をやるのかを具体的に書いてない
5. 無理、ダメ、どうせなど、ネガティブな単語を使っている

この5つさえ注意すれば、自分自身に投げかける言葉の質、無意識に自分に投げかけている言葉がポジティブなものに変わっていきます。

この5つをぜひご自身が書かれたメールだったり、ブログの文章だったり重ね合わせてチェックしてみてください。

では、5つそれぞれを説明していきます。

1. 語尾が否定形の質問を投げかけている

繰り返しになりますが、「なぜ結果を出せないのか？」という、語尾が否定形の質問を投げかけると、自分自身の脳は、自分自身をダメ出しする理由を探し始めます。

ボクがこれまで関わってきた結果の出ない人、人生が変わらない人の多くは、実は、自己責任感が強い方々ばかりです。

その自己責任感が強いがゆえに、結果が出ないことを自分の責任と考え、「何がダメなのか??」と、自分自身に否定的な質問を投げかけるのです。

また、「何がダメなのか??」という問いかけは、【過去】に視点が向いています。

一方で、結果を出す人は、うまくいかなくても、その原因に焦点を置くことはしません。

「何がダメなのか??」とは考えず、
「どうしたらうまくいくのか??」と、
【未来】に視点が向いているのです。

否定形の投げかけになっていないか、
そして、過去に視点が向いていないか、
ここを確認してみてください。

2. 語尾が「～だと思ふ」と曖昧に濁している

これは無意識にやってしまっていることが多いです。

自分の主張に自信がないときに、
蛇足で「～だと思ふ」と、足しちゃうんですね。
だから、語尾が「思ふ」で終わったら、
それは自信がない、ということを
自分に言い聞かせていることになります。

また、セミナーや講演会で、
「今日、学んだことをどんな風に活かしていきますか？」
と、質問されることがよくあります。

ボクもアンケートで書いていただいています、
「～しようと思います」と、
書かれている方を追いかけてみると、
例外なく、その後行動していません。

そして、結果が出ずに結果を出してくれる
セミナーを求めてセミナー・講演会を行脚しています。

まあ、参加すれば講師やスタッフから
「行動されていてすごい!!」
って、褒められるので、自分は行動している人間なんだと

勘違いしているんでしょう。

彼らは「思った」だけで、「やる」と決めていないのです。

「思っはいるんです。でも、忙しくて…」
と、現実の忙しさを選択されるのです。

人生を変えたい！と口に出して言っている、
こういう無意識に出している言葉や行動によって、
本心は変わりたくないと思っていて、
その変わりたくないという本心に従っている、

というのがわかるのです。

自分を変える！人生を変える！と
決めているのであれば、
語尾に「思う」を使うことをやめましょう。

ところで、子どもの頃に、テレビを見ていたり、
ゲームをしていたりなど、
自分の好きなことをやっていたときに、
親御さんからこんなことを言われたご経験はないですか？？

「テレビなんて見ていないで、早く宿題しなさい！」
「ゲームなんてしていないで、早く勉強しなさい！」

こんな小言を言われたときに、
ボクはこんな風に反論していました。

「これからやろうと思っていたのに！！」

この反論はボクだけじゃないはず (笑)

本当にやろうと思っていたなら、
親に指摘される前にやっているはず。

にもかかわらず、指摘されたことにイライラし、
自分を正当化させるために
「これからやろうと思っていたのに！！」
と、反論の形で嘘をつく。

こういう小さな嘘を積み重ねることによって、
自分自身から自信を奪ってしまっているのも、
結果に繋がらない要因のひとつです。

3. 語尾が「なったらいいな～」と、自分以外に責任を委ねている

人事を尽くして天命を待つ、という言葉があります。

自分にできることをすべてやり尽くした上で、
結果を待つというのであればいいんです。

しかし、多くの場合は、**自分にできることもやらずに、
「こうなったらいいのにな～」
と、自分の望む結果がやってくることを期待しています。**

もし、引き寄せの法則があるのだとしたら、
その【望む結果にふさわしい自分になる】必要があります。

逆を言うと、望む結果が訪れていないのであれば、
それは、その望む結果を引き寄せられる自分になっていない、
というわけです。

「なったらいいな～」というのは、
いまの自分では望む結果を得られない、というのを
暗に自分自身に言い聞かせているのと同じですからね。

そりゃ、結果が出るわけがないのですが、
ボクは無意識にやっちゃっていました。

望む結果を引き寄せるに
ふさわしい自分になるため、
できることに全力を尽くす、と、
この瞬間に決めてください。

4. 頑張ろう、やってみようとして書いてあって、 何を頑張るのか、何をやるのかを具体的に書いてない

「頑張ります！」と笑顔で言い切られたら、
「この人はやるんだろうな??」
と思われるかもしれませんが、
実は、こういう人も行動しません。

なぜなら、何を頑張るのかを具体的に決めてないからです。

「100人に電話掛けするところから頑張っていきます」
こうやって「何を」頑張るのかを具体的に言える人は、
即座に行動に移せますが、
ただの「頑張る」というひと言には、
な～んの具体性もありません。

頑張るという、この言葉の裏には、
「解決方法を具体的に考えるのが面倒くさい」
という心理が働いている場合が多いです。

上司など上の立場の人に詰められたとき、
「次は頑張ります」
と言って、その場を逃げたことはありませんか??

結果を出させる上司は、ちゃんと
「何を頑張るんだ？」って、突っ込んでくれますが、
結果を出させることのできない上司は、
その「頑張ります」に安心して、その場を終了させます。

ただ「頑張る」だけではダメで、何に頑張るのか、
必ず、そこを具体的にするようにしましょう。

5. 無理、ダメ、どうせなど、ネガティブな単語を使っている

こうしたネガティブな単語は、他人に対しては使わなくても、
自分に対して使っていることが非常に多いものです。

書き出してみるとわかりますが、ビックリするくらい、
自分自身に対して、ダメ押ししていますからね。

さらにもうひとつ面白い方法を提案します。

居酒屋に行ったら、 自分の会話を録音してみてください。

居酒屋での会話は、自分の本音が現れる場でもあります。

だからこそ、その会話を録音してみたいのです。

ボクが録音したものを聞き返したときには、愕然としました。

気分良く話していたにもかかわらず、

録音した音声から流れてくる自分の声は、
本当に自分が言ったのかと信じたくないくらい
ネガティブな言葉ばかりが
そこには記録されていたのです。

(なぜネガティブな言葉になってしまうのかは、
場のエネルギーというものもあるんですが、
本題とは逸れるので、またどこかでお話します)

ネガティブな言葉は、自分からエネルギーを奪います。

と、同時に厄介なことに、ネガティブな言葉を
言っているときは気分が良かったりするのです。

悪口や愚痴で盛り上がった時、
なぜだか高揚感みたいなものを感じ、
メチャクチャ楽しいんですが、
いざひとりになったら、グッタリ…
という経験はないですか？

愚痴や不満でエネルギーを使ってしまっているから、
人生を変えるための行動を起こすエネルギーが
残っていないのです。

自分自身のダメな部分を書き出している時も、
同じような高揚感が湧いてくることがあります。

「こんな自分を厳しく見れる自分ってすごい」
って、どこかで悦に入っているんです。

で、自分を厳しく見られる自分でいたいために、
自分のダメな部分を直さない、という選択を
無意識にしているんです。

そりゃ、結果は出ませんよね。

むしろ、結果を出されると、
自分にダメ出しするという
悦に入る時間を失ってしまうので、
行動していたとしても、
無意識のうちに、行動をやめちゃうんです。

で、行動をやめた自分を責めることで、
また悦に入る…。

悦になんか入ってません！
と、反発されるとは思いますが、
そこを認めないことには、結果の出る自分には
変わらないのです。

…以上、5つの視点を書いてみました。

この5つに気付くようになると、
自分自身に無意識に投げかけている言葉が変わり、
自分自身に対して、安心・安全・ポジティブな場を
作ることができ、自分自身を否定することがなくなります。

逆に、これができないと、どんなに高額な学びや、
どんなにすごい先生と巡り合ったとしても、
「変わったつもりにはなれる」けれども、
自己投資をする前の自分となんら変わっていないのです。

一旦、ここまでをまとめます。

ここまでのまとめ

- ・ いまの自分も人生も自分で作ってきたもの
- ・ 自分がどうやって作られてきたのかわからないから、自分をどう変えていいのかわからない
- ・ 自分という存在は自分の価値観や捉え方が作っているから、その価値観や捉え方を変えれば、人生は変わる
- ・ 自分を、そして人生を変えられる人と変えられない人の差、それは【無意識の言葉の使い方】にある
- ・ 前者は自分に対して、無意識にポジティブな言葉を投げかけている
一方で、後者は無意識にネガティブな言葉を投げかけている
- ・ その結果、自分自身に【安心・安全・ポジティブな場】を提供できておらず、無意識に自分自身を否定している
- ・ 無意識に自分にネガティブな言葉を投げかける
【5つの要素】に気づき、改善すれば、自分自身に【安心・安全・ポジティブな場】を提供できる

**無意識の言葉使いを変えて、
【安心・安全・ポジティブな場】を
自分自身に提供し、
自分を作ってきた価値観や捉え方を
変える自分に許可を出す**

いい言葉を使えば、人生は変わる。

これは事実です。

けれども、意識して「いい言葉」を使っているとしても、無意識に使っている言葉が「いい言葉」でなければ、結局は、自分自身を否定した価値観のまま、人生は変わらないということをお伝えしました。

じゃあ、無意識に使っている言葉を変えるためには、どうしたらいいのか…。

あなたはそう思われているかもしれません。

その方法はたったひとつです。

無意識の言葉の使い方を変えるために、意識して「いい言葉」を使うことです。

「無意識の言葉の使い方を変えるために」というのがポイントです。

無意識の言葉の使い方、というのは、言葉の癖、思考の癖のこと。

そして、癖とはつまり習慣です。

習慣を直すには、現状の習慣を把握し、新しい習慣を上書きしていけばいいのです。

その把握の方法が、

【思考の文字化】、つまり【書くこと】
だということを先ほどお伝えしました。

自分で音声を録って確認する
というやり方でもいいのですが、
確認する過程で文字に落とすので
やることは同じです。

書いたものを確認し、
先ほど挙げた5つの要素がどれだけ入っているか、
まずはそれを確認していきます。

慣れてくると、書いているうちに

「あっ、この言葉は、この表現は
5つの要素に当てはまっているから、
違う表現に変えよう」

と、気付けるようになります。

気付けるようになったときには、
無意識の言葉の使い方も変わっているのです。

変わっていなかったら、気づけませんからね。

その無意識の言葉使いがポジティブなものに変わると、
自分自身に対して、「変わっていいんだよ」という
【安心・安全・ポジティブな場】の提供が
結果としてできるようになっています。

**そして、自分自身に変わっていいんだよ、
という許可を無意識に出せるようになることで、
新しい価値観や捉え方を自分に採用し、
人生を変えていくことができるようになるのです。**

1日2日やったくらいでは当然変わりませんが、
その1日2日を積み重ねて、
3ヶ月も経つうちに確実に変わってきます。

自分を、そして人生を変えるための やり方はカンタンです

そのやり方はカンタンです。

ボクがやったような日記を書くことでもいいですし、
書店で売られている「人生を変える〇〇の質問」のような
タイトル本の中にある質問を
文字化していくのもいいでしょう。

文字量を意識して毎日書いて、
その書いた文章を読み、
先ほどの5つの項目に照らしあわせて、
思考の癖、言葉の癖を
確認することを3ヶ月やり続けてみてください。

確実にあなたの思考の癖が
書き換わっていることをお約束します。

もし、

- ・ ひとりでやるのにはやっぱり不安がある…
- ・ 3ヶ月も続けられるかわからない
- ・ 実際にどんな変化が起きたのか興味がある

いずれかひとつに当てはまるものがあれば、

ぜひこの先も読み進めてみてください。

読み進めて下さった時間以上の対価をお約束します。

自分の才能、自分の可能性を 毎日の日常の中で 仲間とともに発掘していく

ここを読んで下さっているということは、
続けて読まれることをご決断下さったわけですね。

ありがとうございます。

ここから先はボク自身の書き続けた経験と
その経験を応用した15期続いている
【文字化合宿】参加者の変化を元を書いていきます。

文字化合宿は、Facebookのグループページを使って、
ボクが3ヶ月間毎日お題を出して、
そのお題について書いてもらった回答に、
ボクがコメントするというシンプルなものですよ。

これまで15期、100名以上、
20代前半～70代後半の方まで、
業種年齢バラバラな方々にご参加いただきました。

その業種すべてを挙げることはできませんが、

会社経営者、著者、刑事、
顧問料40万円・50万円のコンサルタント、
足・膝臓・頭痛専門の整体師さん、理学療法士、
飲食店経営者、集客の専門家、チラシの専門家、相続の専門家、

中小企業診断士、社労士、税理士、保険代理店経営者、
エステサロンの経営者、脱毛の専門家、
ご自身の脳梗塞を治したハーブティーの専門家、
各国VIPからご指名を受ける通訳、
無農薬でお米を作ってしまう人、
セラピスト、カウンセラー、そして
専業主婦、サラリーマン、OL、
学校の先生や学生まで…。

専業主婦や学生さんは、旦那様や親御さんに
「参加して自分を変えたい！」
と、説得してお金を出してもらっていました。

100名以上の参加者のうち、
1名以外は3ヶ月間やり抜かれました。
(その離脱者の理由は、体調面に拠るものです)

とはいえ、最初からやり切れると
確信を持っていたのはわずか3名です。

残りの方々は3ヶ月間やり切れるかどうか
不安一杯でご参加されました。

でも、そんな不安はどこへやら。
気づいたら90日間、毎日投稿されているのです。

続けられる仕組みは用意されていますが、
そんな仕組みよりも、
ご参加者おひとりおひとりが、
毎日書くことを通じて、

- ・自分の新たな才能に気付いたり
- ・自分の生きる目的に気付いたり

- ・未来の新しい可能性に気付いたり
- ・やりたいことが見つかったり
- ・過去の出来事から解放されたり
- ・自信を持って自分を表現できるようになったり
- ・同じお題に取り組んでいる仲間たちとの強い絆を作られていたり

などに楽しみを見出し、あっという間に3ヶ月が過ぎたというお声をいただきます。

書くことによって未知の自分自身を知り、現在の自分を作ってきた価値観や捉え方から自分を解放することができています。

不自由な人生を作っていたのは ボク自身の価値観でした

いまの自分や人生は、過去の選択と決断の積み重ねでできています。

その選択と決断の判断基準となっているものを【価値観】と表現しました。

あたりまえですが、生まれたときには何の価値観も持っていません。

でも、ボクたちは様々な人と接することによって価値観を形成しています。

その価値観を知る方法は、過去に自分に起こった出来事や好きなものなどを振り返ることです。

過去を振り返ることによって、

自分の選択と決断の傾向が見えてきます。

たとえば、就活で合格した会社がたくさんあって、ひとつに絞らないといけないときに、

- ・ 給料
- ・ 知名度
- ・ まわりからの評判
- ・ 一番はじめに内定をくれた
- ・ 親の勧め
- ・ 自分の将来が安定しそう

など、無数にあった選択基準の中からひとつ選んで、その基準にあった会社に入ることを決断しているわけです。

「こんなはずじゃなかった…」
って、言う人もいるでしょうけど、
すべて自分で選んでいるわけです。

そもそも就職しないで、自分で起業する、
という選択肢だってあったはずなのに、

「自分で起業なんてできるわけない」
って、最初っから諦めて、
就職活動しているわけです。

やってもないのに、そもそも、
起業とはどういうことなのか
調べてもないくせに、
起業する選択肢を捨てています。

それはなぜかというと、
まわりに起業している人がいなかったから、
自分の中にその価値観がなかったわけです。

…これはボクの学生の頃の事例ですが、
誰もが無意識のうちにまわりの大人の価値観の
影響を受けているんですね。

そもそも価値観を自分で作る、
という発想がなかったので、
当然といえば当然です。

過去の様々な場面で
なぜあの選択をしたのか、
とことん文字化していったら、
面白いことに気付いたのです。

それは、、、

【他人から認められること】

【他人から嫌われないこと】

をとことん求めていたのです。

いかにして他人から承認欲求を
満たしてもらおうか。

こんなのが基準になっていたら、
認められるために、嫌われないために、
常に他人の顔色を伺わなければいけません。

そりゃ不自由な人生になるわけです。

他人は自分の思い通りになるわけないですから。

だって、自分が他人の思い通りにされたくないなら、
他人だって、自分の思い通りにされたくないわけです。

認めて欲しい、嫌わないで欲しい…
と、自分の思いが強くなればなるほど、
当然、まわりは反発して、
「認めない」「嫌う」という行動に出ます。

で、ボクは悩んでいました。

なんでこんなに誰も自分を認めてくれないんだ…
なんでこんなに自分は嫌われるんだ…

他人をどうこうしたいなんていう悩みは、
絶対に解決しないんですが、
悩んでいた当時のボクはそんなことにも
気づいてませんでした。

でも、いまなら確信持って、
その頃のボクに伝えてあげたい。

**すべて自分が引き寄せたことなんだから、
自分が変われば、すべてが変わる**

まあ、これを当時のボクが素直に
受け取るとはとても思えません。

なんで自分が変わらないといけないんだよ！
まわりが変わればいいじゃんかよ！

なんて傲慢で素直さのない若者でしょうか…。

こんな若者と一緒にいた人たちは

相当扱いに苦労していたでしょうね…。

たくさんの人から傷つけられ、
たくさんの人から迷惑かけられたと
思っていたが、実はその原因は
すべて自分にあったんです。

これまでの人生すべてが、
自分が作っていたことに気付いた瞬間に、
たくさんの重りが外れた感覚がありました。

**過去の自分の価値観から解放されて、
新しい自分の価値観で生きてもいい、
という許可を出せたからです。**

他人がどう思うかなんて、
自分には絶対にコントロールすることはできない。

だから諦めよう。

でも、自分ができる目の前のことを通じて、
関わる人のお役に立てることを
一生懸命にやっつけていこう。

それを喜んでくれるかどうかはわからないけれど、
目の前にできることは、
自分に与えられた自分にしかできない
唯一無二の役割としてやらせていただこう。

価値観が変われば、
選択と決断も変わるので、

必然的に自分も人生も変わっていきます。

時間や場所に束縛されることなく仕事ができるようになりまし、
出版させていただくこともできましたし、
お呼びがかかればお金をいただきながら、
全国各地に行くこともできています。

お話を聴いて下さった方々や、
発信する情報を読んでもらった方々から
毎日のようにお礼をいただける
有り難い日々を送らせていただいています。

どんな出来事もすべて、 現在のそして、未来の自分にとって 必要だからこそ起こったことなんだ

こう価値観を変えたことによって、
過去に起こった出来事の捉え方も変わりました。

過去を振り返ってみたら、
様々なつらい出来事があったからこそ、
それこそ思い出したくもないようなことが
あったからこそ、いまの自分があるのです。

たとえば、拙著「すごい自己紹介」を出せたのは、
自己紹介や人前で何度も何度も嫌な思いをして、
恥ずかしい思いをしたからこそです。

もし、最初から自己紹介がうまくいっていたら、
自己紹介について研究することもなかったでしょうし、

本も出せていなかったでしょう。

なんでこんなに嫌われるんだ…
って、たくさんの人から嫌われて、
嫌がらせを受けたからこそ、
人間の心理や感情について勉強するようになり、
それを本の中にも書くことができました。

このままの人生じゃダメなのはわかってるのに、
どうすればいいかわからない…と、
人生に絶望を感じていたからこそ、
どうすれば人生を変えられるのかについて
勉強して実践して、人の人生に関わって、
お金をいただくようになりました。

すべての出来事は自分の価値観の
選択と基準によって、何かを学ぶために、
未来の自分にとって必要だからこそ
引き起こされたものなのです。

この捉え方ができると、
思い通りにならないような事態に遭遇したとしても、

「何の学びをするために起きたのか？」
「この状況で自分にできることは何なのか？」
と、自由な考え方ができるようになりますし、
内面で発生する感情を行動のエネルギーへと
昇華させることができます。

**関わる人たちの能力や可能性、
他人からの無意識の刷り込みから解放し、**

自由な人生を実現させ、 天から与えられた唯一無二の役割を 果たす人が溢れる世の中を創る

これは、現時点でのボクの志（＝理念）です。

志とは、言霊で紐解けば、「こころが指す」です。
言い換えると、自分が目指す人生の目的になります。

誰かに植え付けられた無意識の刷り込みを解放することで、
自分の考え方や捉え方を自由にすることができます。

これができるようになったら、
どんな状況であっても、誰にも縛られることなく、
自由な考え方でいられるので、
人生の主導権も自分の手の中にあります。

人生の主導権を自分の手で握ることができたら、
日々、唯一無二の役割を果たすのみです。

ボクはこう考えています。

自然には無駄なものがないように、
自然の一部であるボクたち人間にも
無駄な人間はひとりもいません。

無駄な人間がいないということは、
ひとりひとはその人にしかない
唯一無二の役割があります。

つまり、あなたはこの世に誕生したと同時に、
あなただけにしかできない役割を与えられています。

逆を言えば、あなただけにしかできない役割があるからこそ、あなたはこの世に生まれてきたのです。

そんな唯一無二の役割なんてあるわけない！
というのであれば、役割がないということ、
そして、人間に無駄な存在がないということの
2つを証明しないとイケません。

しかし、ないものは証明することはできません。

証明することができないということは、
ひとりひとりには唯一無二の役割があるのです。

じゃあ、その役割とは何なのか？？

それは、どこか遠くにあるのではなく、
いま目の前にあることです。

働かされている方は、いまやっているお仕事を
専業主婦の方であれば、毎日の子育て、毎日の家事を
子どもたちであれば、毎日の勉強を
自分にしかできない唯一無二の役割だと思って取り組む。

それらがいま目の前にあるのは、
過去の自分自身の選択と決断が
もたらしたことです。

あなたと同じ人生を歩んでいる人は、
他に誰もいないんですから、
あなたの歩む人生は唯一無二の人生であり、
その人生の中で与えられたこと
すべてがあなたにしかできない
唯一無二の役割なんです。

これまで起きた出来事、そして、
これから起こる出来事の全ては
その役割を果たすために
必要だからこそ起きている。

そう確信できる人を増やすために、
文字化合宿を15期開催してきました。

**合宿が進んでいくにつれて
「ああ！こういうことか！」
とすべての不安は解決しました。**

文字化合宿では、
1日1題15分を3ヶ月続けて書いていきます。

ボクが出すお題に15分で回答していただいた内容に、
ボクや同期の仲間からのコメントがつきます。

お題に回答すること、そして、
自分以外の人たちからいただくコメントを通じて、
あなたが持っている思考の癖、過去に植え付けられた価値観、
目指していきたい未来が明確になります。

過去—現在—未来の自分が繋がると同時に、
同期の仲間同士の繋がりも手に入れることができます。

論より証拠です。
実際に受講された方々のご感想をご紹介します。

みんな3ヶ月続けられるのか不安…
と言っていた方々ばかりです。

神成恭太さん（はり灸・整体かなり治療院 院長）

**自分の過去～現在～未来にかけて一本軸ができて、
その軸に沿って行動していけばいいことに気づくことができた**

私は家庭の事情で、東京で6年間経営していた鍼灸院を閉めて、
今年の4月に福岡へ移住し7月から鍼灸院移転ということで
再スタートしました。

ちょうど合宿入る時は、
福岡での移転オープンして数日経った時です。

初めての土地での再スタート。
不安がない・・・なんてことはありません。

福岡での移転開業がうまくいくだろうか。
受け入れられるだろうか。

今までに参加したセミナーで、自分のミッション・ビジョンを
一応作ったけどなんだか腑に落ちない。

巷のセミナーなどは即効性を謳うものが多いですが
この文字化合宿は、自力を養ってじわじわと
効果が出るという話も聞きました。

PDFを読んで、いわゆるすぐに結果出ますよ！

というような薄っぺらいものとは違うんだ。
とその時は「ふんふん」理解したつもりでした。

福岡に来てこれからのことも考えて、
地力をしっかりと養うためにこの合宿入るべきか・・・。

しかし、貯金はあるが、
まだ経営が安定していない状態で、
参加するのはどうか？と自問自答。

そんな感じでグダグダと悩んでいると、
宮崎のランチ会で知り合った、
「成田あす香」さんからメッセージをいただきました。

「未来の自分を信じて投資してみてください」
このメッセージをいただいて、
「よし！行こう！」
参加することを決意しました。

実際に合宿に参加し始めると、

- ・考えていることはまず文字にしていく。
- ・昔の自分と見つめ合う。
- ・自分はどういう人間になりたいのか。
- ・理想の自分は。

などの作業が多くありました。

ほとんど今までの人生でやったことがありません。
毎日のお題も脳みそに汗をかくようなものが多く、
自分と見つめ合い深掘りしていくのが
しんどいな～という事もありました。

しかしそれらを行なっていくうちに、
ある時、「今まで学んできたこと」や

「合宿で行っていること」がリンクしていくのがわかりました。

点と点が線になったという感じです。

もう少し具体的にいうと、
自分の過去～現在～未来にかけての1本軸ができて、
その軸に沿って行動していけばいい。
ということに気付くことができました。

それに沿っていけば、なりたい自分に
なっていくことができるというのがわかりました。

すると頭・心がクリアになり、不安感がなくなりました。

色々な情報に飲まれて、モヤモヤしている脳が、
いらぬゴミを捨てて、クリーニングされた感じです。

また、日々のお題をクリアしていくうちに、
自分の思考の習性や習慣に
フォーカスできるようになりました。

例えば、何かしら嫌な感情が湧いた時、
なんでこの感情になっているのか??
と掘り下げることによって、自分自身が
なぜそういう感情になったのかを
客観的に見れるようになってきました。

理想の自分になっていくための習慣を作っていく、
その習慣を始めはハードルを下げて行い、
とにかく継続させていく。

継続できていることで、
理想の自分に少しでも近づいているな。

と自己承認・自己肯定感が上がり、以前よりも自信が出てきました。

また物事をシンプルに捉えられるようになってきました。

上記した1つ軸が通った感じができたので、
余計な情報に振り回されにくくなってきたのだと感じています。

今後はこの合宿で作り上げたミッション・ビジョンをもとに行動して、
理想の自分に近づいていくために行動していくのみです。

もし、

- ・現在の自分という存在に価値を感じることができていない。
- ・自分が本当にやりたいことがなんなのか分からない。
- ・付け焼き刃の自己啓発セミナーなどで、
そのときは盛り上がるけど結局は何も変えられない。
- ・なんだかよく分からないけど、自分の人生・仕事のことを
考えると頭がモヤモヤして、行動ができない。

そのような悩みがある方は、
この文字化合宿に参加してください。

自分と見つめ合うという作業。
正直しんどいと感じることもあると思います。

でも、そこから現在・未来への道筋ができたとき、
「ああ、そういうことだったんだ・・・。」
という氣付き、目の前が明るくなる感じ。

この感覚、最高ですよ。

他のメンバーとも、フェイスブック上のやりとりだけでも、
90日間継続していくと、何年も前に知り合ったような
古い仲間のような感覚になってきます。

ぜひ、自分が何者かわかった時の感覚と
素敵な仲間との出会いをあなたにも味わっていただきたいです。

この合宿を機会に自分の人生の主導権を握って、
楽しい人生を一緒に作っていきましょう。

新川祐子さん（専業主婦）

もうどんな弱さもかっこ悪さも出してもいいんだ、という氣分になれる。そうすると自分自身を許せるようになる。そうやって、変わっていくんです。

努力と継続。この言葉を聞くと、それだけで逃げたくなってました。だって、ものすごくしんどそうで、辛そうで、苦しそうだから。「私には向いていない」と逃げました。

でもこの合宿に参加してその概念が一転。

私にとっての努力は、理想とする姿に少しずつ近づいていける唯一の方法であり、だからこそ継続したくなる。というものになりました。

やっていて楽しい。合宿は終わりましたが、これからも私は「努力」を「継続」していきます。そのコツ、楽しさを合宿で身に着けることができました。

合宿に参加する前、結構なドンゾコ気分にはいました。「やるぞ」と自分で決めたことをやめてしまった直後。「なんてダメな奴なんだろう」「私には根性がないんだ」と。

そんなときに合宿の存在をfacebookで知り、参加したいと思った。

ただそこで立ち上がったのは、これまでの経験。それまでの1年間、ずっと師について学んできた。かなりの投資をしてきたけど、結局辞めてしまった。

体調を壊してしまうほどに頑張ってきたのに、結局辞めてしまった。いったい何だったのだろうかという虚しさ。またその繰り返しになるんじゃないかという恐怖。

「ただあれこれやりたがりの何の根性もないやつにくせに…」

そう私の中の誰かが言う。

でも、結局私は、申し込みボタンをクリックしてました。

その時点ですでに、私は自分の可能性を信じたのだということを横川さんに最後に言われて、嬉しかったです。

そして、ますます自分が好きになりました。自分の不屈の精神、簡単にギブアップしない根性、すごいなど。

そこからの3か月は、今一言で言えば「楽しかった」。

時にはお題に対して悩み込み、「書けないよ——」とパソコンの前でぼやく日もありましたが、それでも書く。

そうすると、自分がこれまで見たくないと避けていた部分、知りたくないと思っていた部分を客観的に見ることになる。

そこにグループのみんなからのコメントが入り、横川さんのコメントが入る。イケてない、醜い、弱い自分をこんなにもさらけだしているのに、みんながあまりに好意的で驚く。

もうどんな弱さもかっこ悪さも出してもいいんだ、という気分になれる。そうすると自分自身を許せるようになる。そうやって、変わっていくんです。これは体験しないとほんとうの感覚ってわからないと思いますが、とにかく変わります。ものすごい威力で変わります。

合宿前、私は「自分は本当は何をしたいのか？」という答えを欲しいと思ってました。合宿は、これを3ヶ月かけて自分で創り上げていく旅。というか、もともと持っていたものを文字化していくことで浮き上がらせていく旅。

決して誰かが教えてくれるわけじゃない。でも横川さんがヒントはくれますからご安心ください（笑）。路頭に迷うことはありません。

私はずっと遠い未来に思いをはせ過ぎて、今をないがしろにしていた。今あるもの、人、環境。そこに私の道は眠っていたのに。遠くを見過ぎて自分でその道に土をかぶせて見えなくしていたわけです。

毎日投稿することで、少しずつ少しずつ土を払いのけることを始めて、3か月が経つ頃には、進む道がくっきりと現れていたわけです。

目に見えて大きな変化があったわけじゃない。でも内面は本当に大きな変化を遂げました。心から参加してよかったと思います。何かをやりたいという情熱だけがあって、その情熱が空回りしてるなと感じていたらぜひ参加されることをお勧めします。私みたいな、専業主婦で何かを成し遂げたいとただ漠然と思っている人とか。私自身、専業主婦であることにもものすごいコンプレックスを持っていた人間ですから。必ず得られるものはあります。

稲垣 芳基さん（株式会社ボスノチカラ 代表取締役社長）

妻が以前よりイキイキと活動するようになりました。自分の行動に触発されたと言ってくれたのです。仕事のことだけを見ていた自分でしたが、思わぬところからうれしい言葉ももらい、人は常に誰かに影響を与えているのだなと感じました。

文字化合宿とは？

そんな疑問を誰しもが持つはずです。

私もまずはそこからスタートしました。

名前から判断すれば文章力を高め、ブログやメルマガ、書籍出版等につなげるプログラムだと直感的に感じていました。

合宿を始める直前の私は経営に関する新しい知識、新しいテクニックを手に入れ意気揚々としていました。これで多くの経営者さんの悩みを解消することができる、経営者さんに寄り添うパートナーとなれると考えていました。

しかし、その頃の私には発信する術がありませんでした。

独立して1年半、ホームページもブログもメルマガも、自分から発信することをしてきませんでした。これではいけない、これでは多くの経営者さんを救うことが出来ないと思い、ブログセミナーに参加し、ブログを始めることにしたのです。

しかし、ブログを始めると言っても何を書いたらいいのか、どうやって書いたらいいのか、どんなことを書けば相手に伝わるのか、それらが全く分からない状況で悩んでいました。

悩んでいたというより停滞していました。立ち止まって、ただ茫然としていたと言ってもよいでしょう。その時、知人から横川さんのこと、文字化合宿のことを紹介していただき、藁にもすがる思いで参加を決めました。

決断するまでの時間はあっという間でした。合宿の紹介レターをいただき、そこに書かれていた横川さんのエピソード、合宿参加者の生の声を読んでいくと、もうその時点で悩みが解消されていくような感覚になりました。

みんな最初は同じような悩みを抱えていたのだな、同じ所でもがいていたのだなと感じることができ、さらにそこから乗り越えているエピソードを読むと自然と勇気が湧いてきました。

レターをもらってから1時間ほどで申し込みをしていました。考えられないと思われませんが、その時の自分には1時間で十分だったのです。

合宿が開始したのは申し込みをして半月後でした。

当初の頃を思い返すと、

「あれ？予想と違う」

「これで大丈夫か？」

というお題が続きました。

その頃の自分は早くブログを書く方法を教えてもらいたかった状況です。つまりテクニックが欲しくてしょうがありませんでした。テクニックについて教えてもらえないことに焦りを感じていました。

お題に対して毎日取り組んでいくと自分の内面を掘り下げていくことになります。そうすると今自分が何を考えているか、何を感じているか、過去の自分はどうであったか、未来はどんなことをしたいか、自分はどんな人を助けたいのか等に気づくことができます。

今まで取り組んだことがありませんでしたので、苦労します。苦労することにより、自分と対面することになります。毎日毎日自分と対面すると徐々に徐々に変化をしてきます。一日の変化は小さいので変化を感じられないかもしれせん。

しかし、確実に成長しています。合宿を終えた今では自信を持って言えます。

成長の変化は何も自分だけではありません。自分の周りにも影響があります。

思いもよらなかったのですが、自分の家族に成長を感じる事が出来ました。

妻が以前よりイキイキと活動するようになりました。自分の行動に触発されたと言ってくれたのです。仕事のことだけを見ていた自分でしたが、思わぬところからうれしい言葉をもらい、人は常に誰かに影響を与えているのだなと感じました。

自分も笑顔の回数が増え、半年ぶりにお会いした方にはキラキラしていると言われたこともあります。素直にうれしかったです。

この文字化合宿に即効性はありません。いきなり文章を書くテクニックを教えるプログラムではありません。なので、即効性を求める人にはおすすめてきません。

いま自分が停滞しているな、でも想いは誰かに伝えたい、そのことによって誰かを救いたいと考えている方にはうってつけです。

誰かを救うことは、その人を愛すること。

誰かを愛するためには、まずは自分が自分を愛する必要があります。

自分を愛するためには、まずは自分が何を考えているか、自分が何をしたいのか、自分の過去はどんなであったかを見つめる必要があります。

時間はかかります（といっても、わずか3ヶ月ですから早いですけど）。しかし確実に変化出来ます。そしてその変化、成長を確実に感じ取ることが出来ます。

今の状態から少しでも成長したい方、その成長を感じ取り、他の人に成長してほしいと感じている方、文字化合宿の門を叩いてみてくださいね。

桜井清美さん（会社員・2児の母）

欠点は自分の全てではない。欠点は私の一部。嫌いな部分も間違いなく今の私を創ってくれている。

そう腑に落ちてからは、過去の自分も今の自分も全部自分を後押ししてくれる私の理解者だと心が落ち着きました。

何の仕事をすれば私の心が満たされるのだろう、ずっと探し続けていました。結婚前も結婚してからも、子育て中も子育てが落ち着いてからも。働くことで自分を表現したくて資格を取り続けていました。子供達に手がかかる専業主婦9年以外は働きながら常に何かの勉強をしていました。どんな場所で働いても満足感を感じない。

「私のやりたいことが見つからない…」

今までの自分の経験を活かしてライフワークとなる仕事を見つけ出したい。そう思い続けていた時にセラピストの「向田千尋さん」から、横川さんの存在と文字化合宿を知りました。すぐに横川さんの本を購入。タイミング良く金沢のランチ会があり、会社を休んで参加、横川さんのワークを受け直接お話ししてから参加を決めることができました。

金沢のランチ会は千尋さんのセラピスト仲間であり文字化合宿の卒業生でもある「中山正子さん」が主催されていました。ランチ会の問い合わせに、とても親切にしてくださった中山さんとランチ会に参加されている方々の雰囲気がとても良くて、こんな方々に慕われている横川さんの合宿ってどんなんだろう？と受けてみたいと思いました。

そして、その際に受講中の方々から合宿の話がリアルに聞けたのも参加を決めた大きな理由でした。自分がこれから何をしていきたいかずっと探していると、横川さんにお話しすると

「文字化合宿受けたらいいですよ」

と堂々とサラリと言われました。即、

「受講します」

と参加表明をして私は金沢を後にしました。

「自分が変わる時がきた」

という直感でした。

横川さんが言われた通り私は合宿を終え、自分の全ての経験を活かした生き方を見つけました。今までの習い事でどれだけの時間、精神力、お金を費やしてきたことでしょう。今まで取った資格は独学がほとんど。ならば自己紹介も本を読めばできるかと思いきや、まとまりません。

自分の全てを掘り下げないで自分を語ろうとしていたので、表面上の聞きざわりの良い言葉を並べただけで、今考えれば言霊のない自己紹介でした。

これまで勉強するときは常に一人だったのでグループで投稿できる。同じ志を持った仲間と学べると言うのも参加を決めた大きな要因でした。

横川さんから出る一つのお題に7名それぞれの投稿があります。横川さんからコメントが入り、またメンバー同士でお互いの投稿にコメントを入れあいます。

自分の思考を発信して人の意見をもらうことで気づける自分がいました。人の視点を学べました。自分が無意識に当たり前に思っていることに、お題を通じて毎日向き合います。自分を深く深く掘り下げていきます。

会ったこともない投稿仲間7人だけど投稿してて、ひとりが勇気を出すと仲間に勇気が伝染します。ひとりが傾聴を心がけると仲間に傾聴が伝染します。

90日間、合宿に参加し自分に真剣に向き合う分、仲間の投稿を見るのも真剣です。

互いの変化を見守りあいながら自分を高めあえる恵まれた環境。誰に言われたわけでもなく、いま、私は自分の意志でこの合宿に参加したんだと嬉しく思っていた頃、横川さんのメルマガ「心が整うことばの朝食」の中の一文、「とっととやれ！」に私は勝手に大きく反応します。

結果を変えたいから行動を変えたい。でも、今までと違うことをするのは怖い！と葛藤していたからです。この言葉に背中を押されて私は行動を変え、違う結果を手に入れました。金沢のランチ会での直感の本物だったと確信します。ここで、私は心のブレーキを外せました。

3ヶ月間の投稿で今までの自分の思考の習慣「癖」がわかりました。一つのお題を書こうとすると無意識の中にある過去の自分、現在の自分、全てが湧き出て文字に現れてくるからです。

人に認めて欲しい自分、頑張り屋さんの自分、人の課題を自分の課題だと勘違いしていた自分、投稿を繰り返していると自分の中にあるものが見えました。

でも、ラスト1週間まできて、急に投稿するのが嫌になりました。自分の嫌な部分をもう見たくなくなったのです。葛藤の結果、嫌な部分の自分を受け入れました。自分にはそんなところがあるんだって認めました。

欠点は自分の全てではない。欠点は私の一部。嫌いな部分も間違いなく今の私を創ってくれている。そう腑に落ちてからは、過去の自分も今の自分も全部自分を後押ししてくれる私の理解者だと心が落ち着きました。

90日間の文字化を通し自分と対話し続け辿り着いたのは「私には私がいる」ということ。分断されていた過去、現在、未来が一つにつながり私は絶対的な私の味方になりました。

そこから残りのお題では、遠い未来を想像した投稿ではなく、今の自分が目の前にいる人に何ができるか。に変わっていました。

今まで私はバランスを重視しミラーボールのように多方面に多彩に光を放てる自分でいたいと考えていました。これからは、一つにフォーカスして得意分野を持ち、そこにピンスポットのように遠い先まで照

らせる自分になりたい。一つの場所に光を当てていくうちに、そのスポットの幅は広がっていく。

一つのことを極めることで自分の本質に繋がっていったら、それは全てに繋がっていくから自然にピンスポの幅は広がっていく。思考の抽象度が上がれば、いろんなことを繋げることができる。
と、文字化合宿で自分をリセットできました。

私は自己受容ができ、ずっと探し続けてきた自分が何者かがわかりました。そして、自分の経験を活かし何を仕事にしていくかが明確に定まりました。

「自分の人生の主導権は自分にある」

自分の人生は、自分で決めて創っていきます。

今の仕事に不満、不安を抱えている方。

自分が何者なのか。

これから自分はどこに進もうとしているのか迷っている方。

自分と90日間じっくり対話することをお勧めします。

あなたが気づいていない本当の自分に出会えます。一人でも多くの方が文字化合宿を通じて自分の本質とつながりますように。幸せなスペシャリストの道へと進んでいきますようにと深く願っております。お読みいただき、ありがとうございました。

京谷洋子さん（株式会社笹原商店代表取締役社長）

自分のことがわかったことが嬉しかったです。子供の頃は、型にはめられていて、反抗心をずっともっていたこと。いま

は、反抗することなく、受け入れられます。そして、自分は人のために動くことが好きだということに気がきました。

私は、焦っていました。

いろんなセミナーにも行っていました。

集客も、最初は関係ないと思っていました。

いくつかセミナーに行くうちに、集客が大事だと知りました。

ブログで毎日、配信して自分のファンをつける!?

こんな私のことを配信しても…と、悶々としていました。

そんな時に、横川さんのお隣の席になって、文字化合宿のことを知りました。その時は、自分には必要ないと思っていました。その後、ランチ会に参加して、もう一度、文字化合宿のことを考えました。90日間、続けられるか不安だったのと、金額に悩みました。

ブログを書くのに、文章力がないと書けないので、思いきって申し込みました。始まる頃に、仕事上のちょっとしたトラブルがあったのですが、仲間がいることと、共感してもらえたことで救われました。

最初は、書く時間を確保するのも大変でした。時間は、作るものと言われますが、やると決めたら出来ちゃうんです。仕事が忙しい時は、配達しながら投稿したこともあります。（危ないからマネしないで、くださいね（笑））

1週間で出来る目標を、自分でたてたのに、しなかった時があります。出来なかった理由を書いたら、出来る目標を自分でたてたことを指摘されて、ちょっと落ちこみました。でも、自分で決めたことをしなかったのは、自分だと気がきました。宣言したことを実現させていなかったのは自分自身だったのです。

漠然としたことを書くと、ツッコミが入ります。繰り返していくと、ここは、ツッコミが入るな、とわかるようになっていました。それは、深掘りすることが出来るようになってきているということです。

それから、自分のことがわかったことが嬉しかったです。子供の頃は、型にはめられていて、反抗心をずっともっていたこと。いまは、反抗することなく、受け入れられます。そして、自分は人のために動くことが好きだということに気がきました。

人のためになることを考えると楽しくなります。喜んでいただけただか、わかりません。見返りは、求めないからです。誰かの為に動けることが誇らしいと思えるようになりました。

ブログやFacebookに投稿されてるのを読んで、向上心があるのに悩んでいるように思えたり、迷っていたりしてる人に、ぜひ、この文字化合宿を体験して欲しいです。

11月はここ数年の中でも最高益を！これも文字化合宿に参加したおかげで、皆様に支えられてだと感謝しております。

読んでいただいて有り難うございます。

宍戸 紗弥香さん（オーストラリア語学留学中の24歳）

この合宿で自分自身と何度も向き合い、色々な人の価値観に触れることで、「自分を許す、許可を出す」の意味を知ることが出来ました。本当に参加して良かった！もし今の私が、参加を決めた時の私に出会ったら、決断してくれてありがとうと伝えます。

このPDFを読んでいらっしゃる方は、分野に関わらず、どこかで自分を変えたいと思っている、でも、変わらないと悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。

私も、合宿に参加する前は、

- ・自分の現状に常に不安と疑問を感じている
- ・過去の出来事に縛られていて、
人目を気にして自分の好きなように振舞えない
- ・自分に自信が持てず、常に自分を責めてしまう
- ・本当は何がやりたいのかが分からない
- ・考えすぎて、行動に移さず終わってしまう

などの事で悩んでおり、そんな自分をどうしても好きになれず、ずっと変わりたいと思っていました。

合宿に参加する直前、私は仕事のこと、そして将来の事について特に悩んでいました。この仕事をやっていくことに意味はあるのか、自分は本当は何をしたいのか…分からないまま過ぎていく毎日。

なぜこんなに悩んでいたのかと言えば、過去にもこんなことがあり、何度か転職を経験してきたからです。

今の仕事に対する疑問と、以前と同じことになっている自分を許せないという気持ちを繰り返しながら、「本当は自分はどうしたいのか？、どうすべきか？」という出口の見えない質問への答えを毎日考え続けていました。

ですが、それ以上に自分を責める原因が他にもありました。

一見日本での出来事のようなのですが、私は今、ワーキングホリデーという制度で、オーストラリアで働きながら語学留学という形で現地に滞在しています。

それまで英語にも海外にも全く興味がなかったのですが、なぜ急に留学しようと思ったのかと言えば、

自分の本当にやりたいことを見つけて、
これからの人生を毎日楽しみながら
生きていきたいと思ったからです。

せっかくだから大きく環境を変えてみよう！と
海外に飛び出しました。

そんな希望を持ってやってきたオーストラリア。
ですがその時、やりたくない仕事をひたすらに毎日やって、
溜息とネガティブな感情だけが
出てきていることに気がきました。

日本にいた時は、自分の仕事に疑問を感じながら、
休日だけを楽しみに生きる毎日でした。
その状況から変わりたいと思って、
思い切って海外に来たのに、
自分自身は何一つ変わっていなかったのです。

一步を踏み出したのに何も変わっていない、
結局自分はだめなのだ…というような気持ちが、
日本にいた時以上に自分を責め続けました。

そんな中、出会ったのがこの合宿です。
最初はFacebookで横川さんの筆文字や
メールマガジンを読んでいたのですが、
ある日、筆文字の記事から、
文字化合宿の募集要項のPDFを見つけました。

今まで横川さんの投稿の中でその名前は目にしていましたが、
合宿の詳しい内容は全く知りません。

それまでセミナーや講座といったものに
全く参加したことのなかった私にとっては、
この合宿が、本当に今の私に効果が出るものなのか？

本当に必要なものなのか？ということが全く分かりませんでした。

でも、その時は本当に悩んでいました。

とにかく今、変わりたい、その方法がここにあるかもしれない。そんな思いでPDFを読み始めました。

もっと何かすごい人が受けるものなんじゃないんだろうか…私なんかには早いんじゃないか…そんな思いもありましたし、正直、留学中の身にはかなり大きい出費です。

ですが、参加者の皆さんの声を読んでいるうちに、自分と同じような悩みを抱えていた人も、こんなに効果を実感できるまでに変わっている。私もこういう風になりたい！と強く思い、泣きながら一気に読み切りました。そして次の日には参加の申し込みをしていました。

合宿が始まってからは、とにかく毎日休むことなく文章を書きます。毎日出されるお題に自分の考えを投稿するのですが、横川さんや一緒に参加している仲間から、自分が投稿した内容に対してのコメントをいただけます。

合宿の中で、文章を構成する最小単位の、言葉、文字、という所から意識するように、と教わったのですが、意識的に気をつけているつもりでも、無意識で書いている文章には、今までの自分が使っていた言葉が自然と出てきてしまいます。

この言葉はどんな定義で使っていますか？と横川さんからツッコミをもらったときに、

え…そんなこと考えたことない…と
思うことがたくさんありました。

そこから、言葉の意味を深く考えずに
使っているということに気づき、
今まで無意識の状態でどんな言葉を使い、
思考していたのかがとてもよく分かりました。

自分では直したと思っても、またツッコミが入り、
これは良い言葉を使って書けた！と思っても、
予想外な所でツッコミが入り…

そうして少しずつ前進と後退を繰り返しながら、
良い言葉の使い方、理解の仕方を学ぶことで、
今までうまくいかなかった理由がそこに
あることが分かりました。
そして、言葉の使い方が変わっていくと同時に
自分の思考回路までも変わってきていることに気づきました。

それまで成果が出ないことに、
ものすごく焦りを感じてしまっていたのですが、
ゆっくり少しずつ、確実に積み重ねていくことが
大事だと気づけたのも、
お題に毎日取り組んで、少しずつ改善していったおかげです。

私は、相手に嫌われたら嫌だなあ…という思いから、
何度も同じことを聞いたり、間違ったりすることに
とても抵抗がありましたが、合宿には、
何度聞いても間違っても、
自分が隠しておきたいと思っているようなことでも、
それを受け止めて、一緒に改善していこうと
してくれる環境があります。

だから、自分が向き合いたくない事や、
嫌な一面に関するお題だったとしても、

自分の事を素直に書き出すことが出来ました。

過去の自分や出来事を許し、それを今と未来につなげていく。
マイナスだと思っていたことをプラスに変えていける
ということも合宿の中で教わったことです。

今まで自己啓発本を何冊か読んできて、
「自分を許す、許可を出す」という表現を
何度も見てきましたが、
どういう感覚なのかが分からず、
結局何も変わらないままでした。

でもやっと、この合宿で自分自身と何度も向き合い、
色々な人の価値観に触れることで、
「自分を許す、許可を出す」の意味を知ることが出来ました。

そんな、自分に素直でいられる
居心地の良い学びの環境を作っていたのが、
一緒に頑張っていく仲間の存在でした。

最初は緊張して固くなっていましたが、
全員がお題に真剣に向き合って、
正直な自分を出していくことで、
時間が経つにつれて自然と打ち解けることが出来ました。

また、過去の辛かった経験や、理想の自分についてなど、
普通の友達ともなかなか話さないようなことを
投稿するので、お互いの事をたくさん知ることが出来ます。

ネットを介しての講座なので、住んでいる場所は
関係なく参加することが出来ます。
みんな住んでいる所も、やっていることも、年代も違う。
だからこそ、自分の考えとは違う意見や
視点を知ることが出来、
新しい価値観を知ることが出来ました。

日本とオーストラリア、
遠く離れた土地からの参加となりましたが、
みんなで毎日一つのお題に取り組み、
励ましあいながら進んでいくのは、
本当に「合宿」といった感じの雰囲気でした。

まだお会いしたことはなくても、
一緒に90日間を過ごした仲間というのは
とても心強く大きな存在です。

また、合宿内では、良いものを継続して、
習慣にすることを意識する機会がたくさんあります。

今までの習慣が、満足できない「今の自分」を
作っているので、「理想の自分」の行動を習慣として
取り入れることで、それに近づいていく。

習慣が人生を作っているということをこの合宿で知って、
実践してみることでその大切さを理解できました。

毎日投稿を続けることだってそうですが、
最初は意識的にやるので、
しんどくなってしまうこともあります。

ですが、そんな頃だろうな～というタイミングで、
そのしんどい気持ち、面倒だという気持ちが
何なのかが分かるお題や、音声の配信などがあり、
自分の感情との向き合い方についても学びながら、
続ける習慣を付けていくことができます。

今までは、行動することに対して
ネガティブな気持ちばかりが出てきて
結局やらなくなってしまう自分に対して嫌悪感を抱き、
責めるだけでしたが、その感情が出てくる仕組みや

向き合い方を知ることによって、
何事に対しても、取り組み方を変えることが出来ました。

参加を考えている方の中には、PDFを読む前の私のように、
どれほどの効果が出るのか、という心配や、
金銭面での不安を持たれる方もいると思います。

でも、始めてみたらきっと、抱えていた不安や心配が、
「私、変わってきたんじゃないか？もっと変わる！」という
自分への希望・期待に変わってくると思います。

合宿自体も、その中で行う行動も、日常に組み込んでいくので
慣れるまで大変だと感じることもありましたが、
その分、合宿が終わった後もその状態を維持するための
習慣として、しっかり身に着けることが出来ます。

とても充実した時間を過ごせるので、
90日間という期間が本当にあっという間に感じました。

合宿も後半になると、文字化の技術も上がってきますが、
それ以外の事に対しても、
一日の行動量がぐんと増えていることに気が付きます。

これからもずっと、何をするにも生きる学びを得られた、
そして、尊敬できる仲間と出会えたというのは、
この価格以上の価値がありました。

本当に参加して良かった！
もし今の私が、参加を決めた時の私に出会ったら、
決断してくれてありがとうと伝えます。

瀧田 勝彦さん（ロボット人事研究所社長）

「人はやりながらじゃないと学べないのです」だから、やるしかないのです。いくら、人の体験談を読んだり、話を聞いても、やらなきゃわからないのです。

2017年1月12日にブログを初めて以来、毎日欠かさず、更新をしています。

こんな私ですが、文字化合宿に参加する前までは、文字を書くのが苦手で、文字を書くのが何よりも苦痛でした。

今では、誰も信じてくれないと思いますが・・・

今となっては不思議ですが、そのときは悩んでいました。

この文字化合宿に参加した理由は、自分の生き方を変えようと思ったのがきっかけでした。

14年前に社会保険労務士として開業し、お客様にも恵まれて、軌道にのって家族を養えるぐらいにはなりました。

自分なりに社会保険労務士の仕事をしてきて、形になってきたのですが、世間で言う「社会保険労務士」の仕事と私がやりたいと思っている社会保険労務士の仕事にギャップが生まれていました。

「社会保険労務士」の仕事は国家資格であり、長い歴史の中で世の中のニーズに答えてくることによって、信頼される仕事だと思っています。しかし、私がやりたい仕事は、職場の人間関係を良くすることで、目の前の経営者の方、目の前の社員さんを支える仕事でした。

「社会保険労務士」と名乗っていると、私のやりたい仕事が伝わらないと思いました。

しかし、自分の仕事を分かりやすく伝えることは、難しいと思っていました。

そこで、自分のやりたいことを表現しようと決意しました。

しかし、表現するには文字にするしかありません。

でも・・・

文字にするのは、苦手で苦痛です。

伝えたい！でも、伝えるのが苦しい・・・

この矛盾の中で苦しんでいました。

横川さんの文字化合宿は、すでに知っていましたし、興味もありました。

実際に共通の友人も何人か受けていましたし、評判も良かったし、横川さん自身がランチ会ということで、全国を飛び回っているのも知っていました。

でも、文字を書けるようになるのに、わざわざお金を払うのか？って思っていました。

だから、何度か横川さんの文字化合宿のPDFを読みながら、興味はあるけど、ないかなあ～と思っていました。

そんなときに事件が起きました。

お客様から大きなクレームをいただきました。

社労士になって14年、年齢も45歳になって、お客様に怒られました。

今となっては、非常にありがたいことです。

私の作った就業規則がずさんだったからです。

誤字は多いし、条文数はあっていない、条文間で矛盾があり、やっつけ仕事であることが、ありありと伝わってくるものでした。

正直、自分も就業規則の作成には興味を失っていたので、その仕事に対する熱意の無さが、仕事にそのまま出たのでした。

このまま、「社会保険労務士」を演じて生きていくのはやめよう！

その時、そう思いました。

そして、自分のやりたいことを表現しようと決意し、ブログを書く準備を始めました。

しかし、書けません・・・

そんな、ある日、横川さんのフェイスブックで、『第11期文字化合宿に欠員が出た』というメッセージが上がっていました。

もう、その時は迷いませんでした。

速攻、申し込みました。

申し込んでは見たものの、90日間書き続ける自信はありませんでした。

日記を書いても、3日も続いたことがありませんでした。

基本、飽きっぽい性格なので、何をやっても続いたためしがありませんでした。

文字化合宿は、毎日、横川さんがお題を出してくれます。

それに対して、回答をするという形で進んでいきます。

もともと文字にするのが苦手な私は、どうしようかを思いました。

文字を書かなきゃいけない・・・そう思うだけで憂鬱です。

そこで、横川さんに話すつもりで、文字を書くことにしました。

話すことなら、私にもできます。

そうしたら、文字にはなりません。

しかし、思ったことと違うことを書いていたり、読み返すと支離滅裂で、それを直したりしていると、面倒くさくなってきます。

その時に分かりました。

自分がなぜ、文字を書くのが苦手な嫌なのか？

面倒くさいからです。

無駄なことが嫌いな性格で、面倒なことは極力避けてきました。

文字にするということもその1つだということに気づきました。

しかし、横川さんや一緒に参加している文字化合宿のメンバーとのやり取りを通じて、誰でも文字にするのは面倒だと思いながら書いていることに気づきました。

スラスラ書いているような見えるけど、形になるまでには、何度も書き直したりして、時間をかけて、文字にしているんだと・・・

それはそれで、大きな発見でした。

私みたいに、書き始めて間もない人間が、文字にするのに時間がかかるのは当たり前だということに、気づきました。

横川さんとのやり取りをしながら、だんだん、文字にすることの面倒臭さをあきらめられるようになりました。

文字化合宿のいいところは、一緒に書いているメンバーがいるということです。実は、これは良いことでもあり、悪いことでもあります。なぜなら、比較できてしまうからです。

他のメンバーの文章に比べて、私の文章はあまりに幼稚な文章です。

ある意味で当たり前です。

話すように書いているので、文章としては、格調もへったくれもありません。

話し言葉を文字にしているだけです。

こんな文章では、恥ずかしいなあ〜と思いながらも、とにかく、毎日、書かなければ、前に進めないなので、必死で書くようになりました。

ただ、文字にすると、当たり前なんです、形になります。

形あるものは残ります。

つまり、何度も読み返すことができるし、書き直すこともできます。

人間、不思議なもので、自分の生み出したものには愛着がわいてきます。

少しでも良くしようと思って、書き直したり、書き足しながら、文章を作っていきます。

そうすることで、自分の文章の特徴が分かりました。

話し言葉で書いているので、読みやすく、分かりやすいということ

です。

セミナー講師もやっているのので、分かりやすく話す訓練はずっとして
いました。

そのため、難しいことを分かりやすくスキルはありました。

そのまま、文字に現れていることに気づきました。

すると、不思議なもので、文字にするのが楽しくなってきました。

そして、3ヶ月の文字化合宿が半分にまできた46日目からブログをは
じめました。

それまで、毎日、文字を書いていたから、文字を書くこと自体に
抵抗感はなくなっていました。

また、文字化合宿のメンバーからも、コメントいただいていたので、自分
の文字が人に届くという実感も得ていたのので、何となく手ごたえはあ
りました。

しかし、不安はありました。

いざ、ブログにしようとする、時間がかかります。

第1回目のブログを書くのに、5時間かかったと思います。

しかし、文字化合宿で、面倒くさいことは仕方がないことだと分かっ
ていたのので、時間がかかることに関してはあきらめはつきました。

読んでいただくからには、意味のあるものを書こうと思って、毎回毎
回、渾身の想いで書きました（今も書いています）。

そうしたら、もともと、フェイスブックには友達がたくさんいて、コ

メントをいただくようになって、モチベーション高く続けることができています。

ブログを書きながら、文字化合宿を続けました。
両方続けるのは、大変でしたが、
気づきもありました。

それは文字は再現性をもって人に伝わるということです。

私はセミナーをやりますが、二度と同じセミナーをすることはできません。

どんなに出来の良いセミナーができて、再現することはできません。

しかし、文字は残るのです。そのため、文字にしておけば、私の知らない間に、私の知らない人に届きます。

初めて会ったのに、自分のことを知ってくれていたりします。

こんなことは文字にしていなくても起きないことです。

文字にこんな力があるとは思いませんでした。

そして、文字の力で気付いたことがあります。

それは、比べられるということです。

文字化合宿の初日に書いた文章と今書いている文章を比べると、そこに成長を感じることができます。

人は成長にワクワクするようにプログラムされているそうです。

文字化合宿を続けていけば、いほど、成長を感じ、ワクワクしてくるのは、過去の記録が残っているからです。
こうなると文字にしないことの方がリスクになります。

この3ヶ月で文字に対する見方がガラリと変わりました。
これは、一生モノのスキルです。

私は、いつも言っているのですが、
「人はやりながらじゃないと学べないのです」

だから、やるしかないのです。いくら、人の体験談を読んだり、話を聞いても、やらなきゃわからないのです。

本気で文字が書けるようになりたい方には、是非、この文字化合宿に参加して欲しいです。

私が講座を紹介するのは、自分が受けて成果が出た後にすることになっています。

私は学んだことをカタチにするのに時間がかかるほうなので、すぐに紹介することはないのですが、この文字化合宿はブログが50日続くと
いう成果が出ています。

私がこの文字化合宿がいいな！と思うのは、この文字化合宿を通して、
文章が上手くなる方もいると思うのですが、私は文章を書くのが楽しく
なったということです。

今まで、カタチにしようにもカタチにならなかった思考や想いがカタ
チになるのが楽しくて仕方ありません。

私の言い方になってしまうのですが、思考や想いを文字化する方法っ
て、コツがあると思うんです。

頭の中にふわふわしている思考や想いを捕まえるみたいな・・・
人によって表現が違うと思うのですが、続けていれば、文字化と思考
がつながる瞬間が来ます。

そのコツのようなものをつかめれば、あとは自転車に乗るようなもの

だと思えます。是非、自分の思考や想いをカタチにする楽しさを感じていただきたいです。

岸本 栞依さん（理学療法士）

私が一番、知りたかった「自分が何をしたいのか、どうなりたいのか、どこへ行けばいいのか」という答えが、そこにありました。もう、感動しかありませんでした。たった1カ月でその答えが出てきた時、私は支払ったお金はもうこれだけでも回収できたと、とても嬉しかったことを覚えています。

文字化合宿参加に悩まれている、そのあなた、是非、一步を踏み出し、参加してください。

文字化合宿に参加すると、参加に使った金銭・時間以上に、大きな財産、かけがえのないものを手に入れることができます。大きな財産を、そしてかけがえのないものを是非、あなた自身で体感してください。

私は、自分が何をしたいのか、どうなりたいのか、どこへ行けばいいのか、迷っていました。そして、「このままでは、いけない」と焦りがありました。

文字化合宿の参加は、迷いました。何せ、高額！そして、90日間！

1日15分と書いてはあるけれど、「私には、15分で書くことは難しいだろう、もっと時間を要すだろう。」と、受講する前から思っていました。

私は、お金の問題よりも時間を確保できるのだろうか？と時間の心配していました。

でも、「時間はつくるもの」と横川さんに教えてもらい、自分の過去を振り返り、時間に余裕があった時よりも時間的に余裕がなかった時の方が、一生懸命に物事に取り組み充実した日々を送り、良い結果を残していたという過去を思い出しました。

そして、参加して、たとえ高額な料金を失っても、途中でくじけてしまっても「命は取られん！」と参加を決意しました。

最初の頃は、体調は崩すし、毎日眠いし、文字化は難しいし、自分に落ち込みました。

でも、毎日のお題はやってきます。

体調を崩し、仕事に支障を出してしまった時は、さすがに「これでいいのか？」と思いました。

でも、今まで受講してきた人たちから、その体調を崩したのは自分が変わる前触れで、みんな通った道と聞き、安心もしました。

最初の頃は、お題を楽しむことはできず、文字化が難しいと頭を抱えていました。

15分での文字化も案の定できず、時間がかかりました。

高額を支払ったという気持ちもあり、時間をどんなに使っても90日間は、文字化合宿を一番に取り組もうと考えていました。

時間は、有限ということに気づき、時間をどうやったら、捻出できるのか、物事の優先順位は、これでいいのかと時間の使い方を随分思考錯誤しました。

そして、今は自分の時間、人の時間も大切にするようになりました。

1 ヶ月たった頃、「理想の自分再び」というお題がありました。そのお題に取り組み、文字化した時に私が一番、知りたかった「自分が何をしたいのか、どうなりたいのか、どこへ行けばいいのか」という答えが、そこにありました。

もう、感動しかありませんでした。たった1 ヶ月でその答えが出てきた時、私は支払ったお金はもうこれだけでも回収できたと、とても嬉しかったことを覚えています。

でも、まだ文字化合宿に参加して1 ヶ月での合宿の参加効果は、これだけではありませんでした。

人の感情に振りまわれることが、少なくなりました。また物事を受け入れることができるようになり、心が穏やかになりました。

落ち込んだ時や混乱した時は、文字化することで頭の中を整理し、負のループから抜け出すことができるようになりました。

お題に取り組んでいく中で、自分を認めることができるようになり、人の長所を見ることができるようになり、人間関係も好転しました。

今まで、何度も何度もチャレンジして、直すことのできなかつた猫背も改善しました。不思議でしょう？なぜ、猫背が改善したか？笑。

まだまだ、他にも一杯あります。

これから、どう生きたらいいのか？何がしたいのか、わからない人に是非、合宿への参加をお勧めします。

人生の迷子から脱出すると、未来は明るいです。

そして、自分の価値がよくわからない人に、自分には、なにも誇れるものはないと思っている人にお勧めします。

自分のことが好きになり、自分の価値がわかります。

高額な受講料は、大きな財産、かけがえのないものとなって、あなたに返ってきます。

一生のうちのたった90日間です。是非、チャレンジしてください。

中山 正子さん（ビリーフチェンジセラピスト）

3ヶ月間での変化はどんな自分にもOKを出せている、そんな自分を手に入れたことです。一番の目標を達成できました。

合宿に参加する前の悩みはいろいろありました。

- ・ 継続してブログが書けない
- ・ 人の投稿が読めない

そして1番の悩みは
自分を丸ごと見てみたい。

良いところだけでなく、自分では認められないところにもOKを出して今の自分でもいい、と、おなかの底から認めたいと、思っていました。

そんな自分は仕事のカウンセリングの技術も向上し日常生活においても視野が広がり楽しい時間が増えると思っていました。

丸ごと自分を見る。

何とか自分1人で出来ないかな、と思いながら3ヶ月間は日記をつけてみました。

3ヶ月やってみましたが、自分の嫌な部分を書くことは結局避けてしまい（無意識？）読み返すと大体いつも同じような気づきを書いていました。

自分1人では氣付きも深まらないし、丸ごとの自分もなかなか見ることができない。

横川さんからのお題や自分の投稿にコメントをいただいていたし、仲間からのコメントも嬉しい。お題そのものが、ブログの材料になるだろうし、仲間の投稿を読んだら人の文章を読む癖もつくだろう。

合宿によって、一石二鳥にも三鳥にもなることを期待して参加を決めました。

参加して、始めは快調でした。

沢山書きたいことが出てきて、楽しかったです。

途中から「え？こんな事考えたことも無いわ。」
というようなお題が出て、書けない時がありました。

それは今まで自分に主導権があると思っていたのに、実は人の用事ばかりを気にして優先していた時間の使い方でした。

それこそ自分が認めたくない、自分では見ることが出来なかった自分でした。

こんな事書いたら仲間のみんなにドン引きされるなあ。
横川さんのツッコミも怖い。

でも嘘は書きたくなかったです。綺麗にふんわりと、まとめたくなかったです。

書いては消し、書いてはため息。

そんな繰り返しでした。

夜8時頃から書き出して、やっと書いたのは午前2時。いつもは15分でどんなに長くても1時間半。

そこまで時間をかけたのはその時1回だけです。

でも、時間をかけた甲斐があって、心の中のものを自分なりに綺麗に取り出すことが出来ました。

そして、その投稿に横川さんからも仲間からも自分を正直に出したことへ賛辞の言葉や励ましをいただき「丸ごとの自分でいいんだ」と、自他ともに認めることが出来本当に嬉しかったです。

その日からトンネルを抜けた感じで、もう取り繕わなくても素の自分でよいと思えました。

3ヶ月間での変化はどんな自分にもOKを出せている、そんな自分を手に入れたことです。一番の目標を達成できました。

自分にOKを出せると人にもOKを出せます。

この変化は、仕事にも日常にも表れました。

仕事では、クライアントさんのリピート率が上がったことです。継続して契約される方が増えました。

日常では、感情を我慢することが無くなったので楽しい感情をととても強く感じるようになりました。

例えば怒りについても、一つの感情を我慢すると全部の感覚が鈍くなるといわれています。怒りだけ出さないようにしていても嬉しい感情も出しにくくなります。

怒っている自分も、悲しんでいる自分も、今までは認めたくない自分に対して全ての自分にOKを出せました。

深い学びが多いこの合宿をおススメしたい方は
「自分のことを良く知りたい方」です。

投稿することは、心の中のいろいろな自分にスポットライトをあてる作業に似ています。横川さんのお題に導かれ、自分を出し、自分を見る力をつけていきます。

思考を文字化していくことは、自分を出すこと。

1人ではなかなか自分を出すことができなくても横川さん、そして一緒に頑張る仲間の皆さんがいらっしゃいます。安心して自分を見ることが出来ます。

見ていくうちに、自分の頑張りや、継続力を認めることができ、自分が好きになれることを私が保証します。

**あなたの能力や可能性、無意識に刷り込まれた
思い込みを解放し、人生の革命が起こる
キッカケを提供します。**

ここまで挙げた事例はほんの一部です。

参加された方々は、毎日毎日文字量を意識して、思考を文字化し、その使っている言葉の癖を知り、改善することによって、自分自身に許可する変化を出し、人生を大きく変えていっています。

ボクたちは生まれたときは
本来、無知で無邪気だったのに、
接してきた人たちの影響による
思い込みを無意識に刷り込んでいます。

その思い込みによって作られた
価値観で様々な選択と決断をして
いまが作られています。

ということは、その無意識に作られた
価値観を把握し、新しい価値観、そして
理想の自分を作ることで、人生は絶対に変わります。

これをボクは【人生の革命】と呼んでいます。

革命とは自分を「革（あらた）」め、
日常に新たな「命」を吹き込むこと。

これまでの縛られていた人生から
自分を解放し、自由に定義した
【自分の人生】を生きていけるようになります。

努力は必ず報われる、と、元AKBの高橋みなみが
総選挙のたびに言っていましたが、
ボクもそう信じています。

しかし、せっかくの努力も、
自分自身が変わることを無意識のうちに
否定しては、報われるものも報われないのです。

変わりたいと思って頑張っているのに、
無意識のうちに変化を否定していることに
気づいていない人が、たくさんいらっしゃるようにボクは思います。

そんな方々に気づきや人生が変わるキッカケを与えるのも、
ボクに与えられている役割のひとつだと確信し、

このお手紙を書かせていただきました。

この長いお手紙をここまで読んで下さる
頑張り屋さんのあなたです。

ぜひ、文字化合宿にご参加いただき、
ご自身を、そして日ごろ関わっているまわりの方々を良き方向へ
導いていただく存在になっていただけたら嬉しいです。

以下、文字化合宿の要項になります。

☆人生に革命を起こす文字化合宿16期

自分が持っている能力や可能性、
無意識に刷り込まれていた思い込みを解放し、
理想の自分の人生を生きる

日時：2018年2月12日（月）～2018年5月20日（日）（予定）

（2018年3月26日～4月1日は、
家族旅行のためお休みとさせていただきます）

定員：5名（残席4名）

※ Facebookのグループページを使った通信講座です。
インターネットに繋がるパソコンやスマホがあれば、
受講可能です。

返金保証：3ヶ月の間、ひとつとして気づきも学びも
感じられなかったら全額返金

これまでの受講生が体験してきたように、
毎日こちらから出すお題に対して、
回答して下さったものすべてに
対してコメントを入れていきます。

このコメントでのやり取りを通じて、
回答に現れているあなたの思考の癖や文章の書き方などを
細かく指摘していきます。

この指摘の繰り返しによって、これまで見えていなかった
ご自身の価値を発見できたり、過去に対する捉え方が変わったりして、
参加者ご自身が自らの力で成長されていきます。

確実にあなたの才能や価値が、花開く環境を整えております。

そして、その環境の効果は、
過去の受講者のご感想がその証明になります。

参加可能人数は、5名、多くても10名にします。
(このPDFをご覧の時点では残り4名です)

なぜ5名限定かというと、人数が多くなってしまうと、
お互いの投稿を見切れないためです。

この合宿の特徴のひとつとして、同じお題に対し、
仲間の投稿、そして、それに対するボクのコメントを見ることで、
価値観の幅を広げることができますが、
人数が増えすぎると、見るだけでも負担になってしまい、
コメントのやり取りも少なくなってしまう。

初回は20名で行っていましたが、最後に出てきた反省として、
ご参加者の多くが、他の人の投稿を見切れなかったというのがありま
した。

そこで、今回は5名～10名という少人数で開催します。

お互いの投稿にコメントを入れ合い、

お互いの成長を促進させていきます。

気になる参加費ですが、
通常、ボクとの個人コンサル契約では月1回の面談で、
1ヶ月216,000円（税込）、法人契約で1ヶ月324,000円（税込）を
いただいています。

この文字化合宿では3ヶ月、
毎日ガッツリと関わっていきますので、
参加費は個人契約3ヶ月分と同じ価格の、
3ヶ月一括で648,000円（税込）としています。

しかし、この【文字化合宿】の実績を
さらに積み上げたいという思いもあるので、
今回は特別価格として、税抜価格から15万円引きの
3ヶ月一括で486,000円（税込）とさせていただきます。

また、このPDFをご覧になっているということは、
過去の受講生からなどのご紹介だと思しますので、
ご紹介価格としてさらに5万円引きの432,000円（税込）とさせてい
たいただきます。

（なお、分割払いも承ります。分割払いの適用は、
ご紹介価格である432,000円（税込）の2回～4回での分割払いに
なります。分割1回につき、10,800円の手数料をいただきます）

過去のご参加者の中には、この合宿で学ばれたことを
ご自身のビジネスに応用され、売上が4倍、8倍に増やされたり、
お勤めされている方でも、毎月の給料が3万円上がったたりするなど、
費用対効果としては参加費以上の利益を稼がれた方が何人もいらっしゃ
います。

期を重ねるごとにボク自身も成長し、

提供できる価値も上がっているので、
毎期募集するたびに、正規価格に近づけていっています。

どんなお題が出て、 どんな進め方をするのか??

お題はFacebookのイベントページ機能を利用して、
前週の日曜日に1週間分をまとめて出します。

お題を投稿する締め切り時間を
ご自身で設定していただきます。

お題ごとにイベントページを立てますので、
そのイベントページの中に回答していただき、
その回答に対してボクがコメントを入れていきます。

回答時間は15分です。
書き足りなければ、それ以上時間をかけても
もちろん大丈夫です。

書く量が多い人ほど、その成長も早いです。

1ヶ月目のテーマは【行動】です。

行動が大事、行動が大事と言われていても、
なかなか行動に移せない人が多いのが現状です。

あたりまえですが、
理想の自分やビジョンを定義したとしても、
それを行動に移さなかったら、
実現することはありません。

行動できる人は行動できない人を見ると、

「やったらいいじゃん！」としか思わないんです。

でも、行動しようと思っているのに、
行動できないのには、
何かしらの理由や壁があるからです。

最初の1ヶ月のお題とコメントを通して、
どうやったら行動に移せるのか、
その壁になっているのは何なのか、
その壁をどう乗り越えていけばいいのか。

あなたの行動を妨げている存在に気付いていただき、

【思ったことはすぐに行動できる】

【立てた目標は必ず実現する】

という思考の癖をつけていただきます。

2ヶ月目のテーマは**【価値観】**です。

大切にしている言葉だったり、
好きではない言葉だったり、
憧れの人だったり、
叱られたことだったり、

さまざまな角度から、
ご自身を振り返っていただき、
ご自身の価値観の源泉がどこにあるのかを
発見していただきます。

この源泉に気付かれたとき、
無意識に刷り込まれた思い込みを
解放することになります。

発見していただいた後は、
古い自分から抜け出すため、

理想の自分の価値観を定義して、
その価値観を自分のものにしていく
習慣を身につけていただきます。

さらにボクがいろんな人と関わってきて見つけた

【成果を出す人出せない人の違い】

【成果を出す人の4条件】

なども音声でお伝えしていきます。

3ヶ月目のテーマは**【志】**です。

3ヶ月目は、現代社会の問題点や
より深く自分を知るためのお題などを通じ、
自分の志を定義していきます。

やり抜く力、という本がベストセラーに
なっていますが、このやり抜く力を支えるのが
【志】です。**【理念】**という言葉に置き換えてもいいです。

志とは、本当の想いを自覚し、
それを人生で実行するという強い覚悟です。

与えられた人生で、自分のためだけでなく、
多くの人々のために、そして世の中のために、
大切な何かを成し遂げようとする決意です。

この覚悟と決意があるからこそ、
やり抜くことができるのです。

何かを成し遂げるという点で、
似たような言葉に**【夢】**という言葉があります。

では、夢と志の違いとは何でしょうか？？

たとえば、

「私の夢はいつかフェラーリに乗ることです」
と言っても、違和感ありませんが、
「私の志はいつかフェラーリに乗ることです」
と、言われたらどうでしょうか？

違和感ありますし、それを心から応援したい！

なんて思う人は少ないでしょう。

この例ではいかがでしょうか？

「私の夢は、医者になることです」
「私の志は、病気で苦しむ人達を救うことです。
そのために医者になります」

どちらも応援したくなりますが、
より応援したくなるのは、後者ではないでしょうか？

「夢」は「自分のために」語るもので、
「志」は「みんなのために」という社会性があります。

この「志」は自分の生涯を超えて伝わっていきます。

「志を立てて、以って万事の源となす」
とは、かの吉田松陰先生の言葉です。

松陰先生は29歳という若さでこの世を去りましたが、
彼のお弟子さんがその志を引き継ぎ、その影響力は
死後100年以上経った現代にまで引き継がれています。

志とは先人から次の世代の人たちに
受け渡すことができるバトンとも言えます。

あなたの志もあなたに関わる人たちに
受け渡すことができます。

理想の人生とは、自分がやりたいことに
全力を尽くし、たとえ命がなくなったとしても、
その志を誰かが引き継いでくれる生き方だと
ボクは考えています。

命は有限ですが、ずっと生き続ける志は、
あなたを過去と未来に繋いでくれる存在なのです。

あなたは過去から何を得て、
そして未来に何を伝えていきますか？

この志が明確になると、職種も年齢も、
性格も人間性も超えて、志に共感する人たちが
集まってくるようになります。

さらに発する言葉ひとつひとつに
想いが乗るので、人の心を動かします。

過去の参加者が書いてくださったものに、
きっと心動かされたことと思います。

なぜ、あなたの心が動かされたのか？？

彼らひとりひとりが3ヶ月間を通じて、
自分自身を解放し、本当の自分の言葉で
書いてくれているからです。

あなたも同じように人の心を動かす
文章が書けるようになるだけでなく、
自己紹介も自然と変わっていきます。

そのあなたの自己紹介を聴き、
その思いや未来に共感した人たちがあなたに

集まってくるようになります。

文字化合宿に参加される方々が素敵なのは、
みんな自分の志を持って、生まれてきた命を
自分のためだけでなく、人のために尽くそうという
熱い気持ちを持っている方々だからです。

3ヶ月を終えたあなたは、自分自身の志が明確になり、
そんな素敵な方々と積極的に交流することで、
より自分自身を磨いていく環境を手に入れることができます。

「出会い」というのは、
人生を強制的に変える要素です。

文字化合宿もそうです。

ここはある意味、出会いの場でもあるのです。

じゃあ、出会いに値段をつけられるのか？
と考えると、当然不可能です。

プライスレス、未知数、想定外なのが出会いです。

つまり、無限の可能性があるということです。

そしてこれは、

「メンバー同士の出会い」だけではなく、
「あなたとボクとの出会い」

でもあるということです。

この出会いと毎日の取り組みが、

これまでの人生で無意識に封じ込められていた
「本当のあなた」を解放し、
あなたの人生に革命を起こすことになります。

次に人生に革命を起こすのは、あなたです。

以下、文字化合宿の詳細になります。

☆人生に革命を起こす文字化合宿16期

自分が持っている能力や可能性、
無意識に刷り込まれていた思い込みを解放し、
理想の自分の人生を生きる

日時：2018年2月12日（月）～2018年5月20日（日）（予定）
（2018年3月26日～4月1日はお休みです）

価格：3ヶ月一括で648,000円 ⇒ 特別価格 486,000円（税込）
ご紹介価格として、432,000円（税込）

※分割は最大4回まで

1回につき10,800円の手数料をいただきます。

募集人数：5名（残席4名）

文字化合宿16期の参加は下記をクリック！

<http://hiroyuki.top/cyfans/cf/mojika16>

（※もしリンクが飛ばない場合はコピー＆ペーストで
ブラウザに直接上記リンクを貼り付けてください）

（追伸）運命は出会いまで

ボクが取り組んでいた石井裕之さんの教材、
ダイナマイトモチベーションの中で、

「運命は出会いまで」という言葉が出てきます。

出会った後どうするかは、個々の判断に任されます。

気づいていようがまいが、
肯定しようが否定しようが、
そういう風に、ボクたちはこれまでの人生を歩んできました。

人生が変わる瞬間、それは出会いです。

ひとりの人との出会いが人生を変えることがあるように、
書店さんでたまたま出会った一冊の本が
キッカケで人生が変わることがあります。

だからこそ、目の前にやってくる出会いを
ひとつひとつ大切にしていくと、
自然に人生は開かれていくと、ボクは思っています。

これを読まれているあなたは【この手紙】に出会いました。

【すべての出会いは、今の自分にとって必要だからやってくる】

と、数多くの本で書かれていますし、
成果を出されているたくさんの方が言っていますし、
ボクもそう思います。

だからこそ、この文字化合宿との出会いが、
あなたの人生を変える出会いになる可能性は高いです。

出会いは偶然のように見えて、将来の自分にとっては
すべて必然です。

そして、出会った後、どうするかはあなた次第です。

無意識で自分を認められるようになるために、

誰にも頼らずご自身でやられてもいいし、
他の誰かの力を借りてもいいですし、
文字化合宿に参加していただいて、
ボクがお手伝いすることもできます。

それぞれに、違う人生が待っています。

また、ここまで読んで下さったあなたは、

このままで終わりたくない、
自分には隠れた才能が必ずある、
自信を持った自分になりたい、など、

自分が変わるタイミングが来ていると
感じられていると思います。

マザー・テレサがこんなことを言っています。

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

つまり、思考が変わることで運命が変わるわけです。

ところで、

ボクたちは一日のうちで、
誰の言葉を一番耳にしているのでしょうか？？

それは、配偶者でもなければ親でもなければ、
友人でもなければ、会社の上司でもありません。

いつも肌身離れずそばにいる、自分自身の言葉です。

普段はあまり意識しないかもしれませんが、一番耳にしている言葉は、自分の発言です。

その発言によって、自分という人間が作られていきます。

自分を変えるためには、
まず自分がどんな思考の癖、言葉の癖を
持っているかに気づくことです。

そして、その思考の癖がどうやって作られてきたのか、
そこを掘り下げていくことによって、
自分自身のルーツが見え、
自分を書き換えていくことができます。

ここまで最後まで読んで下さったあなたは、
自分が決めたことをやり抜ける人です。

大丈夫です。

ボクはあなたのその決意と可能性を信じ、
最大限サポートさせていただきます。

そして、ここまで読んで下さり、
参加を決意した人は皆、将来の自分の可能性を信じる
勇気を持っている人たちでした。

その一歩踏み出す勇気が、将来の成功を約束してくれますし、
合宿が終わったあとには、この合宿に参加して
人生を変えた人達と繋がる事ができます。

あなたは出会いました。

そして、変わる人と変わらない人の違いを学ばれました。
あとは自分という稲を実らせるだけです。

文字化合宿第16期の参加はこちらをクリックして下さい。
<http://hiroyuki.top/cyfans/cf/mojika16>

(※ もしリンクが飛ばない場合はコピー&ペーストで
ブラウザに直接上記リンクを貼り付けてください)

(価格や日程など募集要項の詳細はP82にございます)

貴重なお時間を使って、お手紙を読んでいただき、
本当にありがとうございました。

あなたの人生に革命が起こることを心からお祈りしております。

文字化合宿主催 横川 裕之