

はじめに

どうして恋愛できないのだろう、恋愛感情を持てる人に出会えないのだろう、恋愛感情を持てる人に出会ってもお付き合いまで発展しないのだろう。どうしてお付き合いしてみてもうまくいかないということを繰り返しているんだろう e t c ……。

恋愛がうまくいかないと感じることはありますか？

この本は、恋愛や婚活に関してうまくいかないことがあつて悩んでいる方、困っている方、つらいと思っている方の「なぜ?」「どうして?」という疑問に対するQ&A集です。

恋愛で悩んだことがない方は、ご自身のためには読む必要のない本かもしれませんが、しかし、自分は幸せだけれど家族や友人にも幸せな恋愛をしてほしい、幸せな恋愛をするためのアドバイスができるようになりたい、という方もぜひ読んでいただきたい本です。

望んでいることがなげうまうまかないのか? という原因を考えたとき、うまくいかないのは努力が足りないからではないか、何か自分に足りない能力や資質があるからではないか、と考える方が多いのではないのでしょうか?

そして、本気で望みをかなえたいと思う方は、原因を解消すれば願いがかなうと考えて努力する方が多いと思います。努力することは大切なことで、努力の末に願いがかなうことは多々あります。でも、その努力が報われないことも

あると思います。

努力したけれど、頑張ったけれど、無理したけれど、我慢したけれど、うまくいかなかった、報われなかった。もうこれ以上努力できないぐらい頑張ったのにどうしていいか分からない。そう思い始めると、それ以上頑張るのはとてもつらくなります。自分は運が悪いのだろうかと考え始めたり、人によつては努力が足りないのだろうかと自分を責め始めたりします。

そんなときどうしたら良いのでしょうか？

筆者は、「努力しているのに願いをかなえることができない」という悩みを持った方のカウンセリングをしています。

人生がうまくいかない、願いをかなえることができない原因をつくり出す思考パターン（思い込み）を、潜在意識から発見することで悩み事を解消していくのが、筆者の行っているカウンセリングです。

今までのカウンセリングの経験から、恋愛や婚活がうまくいかないという悩みの原因を作っている要因を、この本に系統立ててまとめてみました。

努力したけれど、どうしても恋愛や婚活がうまくいかないのならば、それは運が悪いからでも、努力が足りないからでも、ましてや自分に悪いところがあるからでもありません。

人間の意識には「顕在意識」と「潜在意識」があり、現在の心理学では、顕在意識は5パーセントぐらい、潜在意識が95パーセントぐらいを占めるといわれています。

潜在意識というのは無意識のことですから、つまり自分の意識の9割以上がブラックボックスということになります。

そして、95パーセントの潜在意識の中に入っている、本人が気付いていない思考パターンこそが「願いがかなう」「願いがかなわない」という現実を左右しているのです。

では、潜在意識には、恋愛や婚活がうまくいかないどんな原因が潜んでいるのでしょうか？

それを知るだけでも、精神的にとっても楽になることが多いのです。それがきっかけで、今までかなわなかったことがかない始めることも少なくありません。

この本が、願いがかなわないことで悩み、つらい思いをされている方、周りにそのような方がいらつしやる方の役に立ちますように。