

# 人生大の字大戦ω(オメガ)！！



## ・人生大の字大戦て何？あなた何者？

ぼくは池内優介と言います。1984年1月19日生まれです。  
フリーのアーティストであり、  
今回「人生大の字大戦ω」で  
3カ月間あなたにカウンセリング的なものをする者です。

ぼくは産まれたときからずっと悩み、そして苦しんでいました。

「どうして自分は人とこんなに違うんだろう」

「どうして親と理解し合えないんだろう」

「どうして愛されないんだろう」

「寂しい」

「誰か愛してくれよ」と。

幼少期のいじめもあいまって、ぼくはずっと孤独でした。

やっと出来た恋人には浮気され続けたり、言葉の暴力を浴びせられる日々。

あげくの果てには捨てられ、もっと頑張らないと自分は愛されないと

自分を責める。そんな人生でした。

仕事をして怒られ、うまく振舞えないこんな自分はダメだ

と落ち込む毎日でした。

ですが、

「感情の抑圧」(メンタルブロック)

というものを知り、  
そこに対するアプローチで今は

- 毎日がとても**幸せ**で楽しいことばかりしている
- 愛されていると実感できて**満たされている**
- 仕事をしていてもしていなくても**お金**をもらうことができる
- 人生を大の字でありのままに生きていても**愛される**
- 彼女がいてもいなくても**おっぱい**を揉める
- 昼間から**セックス**することが出来る
  - 昼間から**ワイン**を飲める
  - 昼間から**温泉**に入ることが出来る
  - 昼間から**漫画**を読むことが出来る。
  - 昼間から**寝る**ことが出来る。
  - **贅沢**なものを買うことが出来る。

という、見る人によっては**非常識**で、

**嫌悪感**を感じるかもしれない生活を送れています。

ですがよく考えてみてください。  
あなたがなぜか窮屈な気持ちで生きているのは、

「常識」の中で「真面目」に生きているからではないですか？

ありのままの自分で生きるとは、

「たとえ非常識だったとしても

自分の生きたいように生きることが出来る」ということです。

そのために必要なことはたった一つです。

# 「好きなように生きたい」

と言うことだけ。

どうですか？言えますか？  
それが言えないから悩んでいるのだと思います。  
ぼくも言えませんでした。  
もしかしたら「言いたくない」と思うかもしれませんね。

ですが、それこそがまさに「感情の抑圧」です。

無意識に自分の本音を心の奥に閉じ込めてしまうこと。

それが「感情の抑圧」です。

それがあなたの心の中にあると、  
目の前に自分が抑圧している感情を出している人がいると  
「モヤモヤしたり」「相手のことを否定したくなったり」します。

もし上記で挙げた、「昼間からセックスできる」だとか、

そういうことを読んだときに嫌悪感を覚えたり、  
なんだかイライラしたり、気持ち悪いと感じたなら、  
それは心理学的には「あなたは本当はそれをしたい」ということになります。

もっと言うと、「本当はそれを許したい」ということです。

逆に、これは慣れないと気付くのが難しい感覚なのですが、

「おかしいほど全く何も感じない」という場合も同様です。

思考が停止する感覚ですが、  
「おもしろいね」という感情を含む一切の感情が出てこないケースがそれに当たります。

抑圧を解放する＝「自分の本音を許す」と、そういうモヤモヤがなくなります。

嫌いだと感じる人が減ります。それがゆえに愛されます。

ぼくはおかげさまで人生で、やっと生きた心地になることができました。

つまり「楽しく生きられる人」になったのです。

世の中が楽しく生きている人だらけになれば、

・穏やかな人が増える

・ニュースの報じられ方が変わる

・自分や他人を肯定できる人が増える

・犯罪が減る

・怒りでやたらめったら自分と人を傷つける人が減る

・寂しさで自分と誰かをすり減らす人が減る

・恐怖にかられて一步を踏み出せない人を減らす

ということが起こります。

そうなれば「世の中は確実に変わる」と思いませんか？

それは誰にとっても素敵なことですよ？

だから今回ぼくがあなたに

「自然と楽しく生きることが出来るようになる」

そんな技術を施し、伝授していきます。

最終的には

誰でも自分で自分を元気にできる

「文化を創れたらなあ」と思っています。

そして、人と人が許しあえる世界になれば素晴らしいなと思っています。

# もしあなたが・・・

ダメだから愛されない

クズだから愛されない

出来ないから愛されない

デブだから愛されない

ブスだから愛されない

ブサイクだから愛されない

遅刻するから愛されない

良い成績を残さないから愛されない

学校に行かないから愛されない

仕事しないから愛されない

コミュニケーションがヘタだから愛されない

浮気するから愛されない

ウソをつくから愛されない

人を騙すから愛されない

昼間から酒を飲むから愛されない

パチンコばかりしているから愛されない

育児放棄したから愛されない

親を介護しないから愛されない

墮胎したから愛されない

年増だから愛されない

若すぎるから愛されない

復讐するから愛されない

好きなことばかりするから愛されない

嫌いだと言うから愛されない

お金を稼がないから愛されない

怒りっぽいから愛されない

と思い込んでいるなら、

それこそが「感情の抑圧（メンタルブロック）」です。

そこへのアプローチが、

「人間の感情からくる苦しみ」への対処法ということになります。

今回の参加者の方にはそこに対してのアプローチをしていきます。

「こんな風に考えるといいよ？」と言っても、なかなかそう思えないものです。

例えば 「何もしないあなたでも愛されるよ」 と言って、

あなたは「その通りだね」と思えますか？

思えないとしたら、自分の中にメンタルブロック（感情の抑圧）があるからです。

そのブロックを外すには特殊な技術と経験が必要になります。

その技術を受けると

「ああ、まさかこんな楽な考え方で生きることが許されるなんて」

と心から思えるようになります。

・「生きてるだけで丸儲け」という真の意味

「人間は感情の動物」という言葉を聞いたことがありますか？

つまり、感情があるから人は人なわけです。

この際他の動物に感情があるかという話は置いておきますが、

要するに「感情があるから人は苦しむんだ」という話です。

まあ当たり前ですよ（笑）

その感情ですが、人は自分を守るために無意識に「抑圧」するということをします。

「抑圧」とは自分の感情を見ないようにフタをするということです。

感じないようにするという事です。

例えば、

殴られるのが嫌だから怒るのを我慢したとか、

嫌われないように寂しいと言わないようにしたとか、

良い子だと褒めてもらうために甘えないようにしたとかです。

「抑圧」は、誰かの顔色を伺ったときに起こります。

誰かに気に入られるために、自分を曲げるときに起こります。

この状態ではとても「生きてるだけで丸儲け」だなんて思えないですよね？

「生きてるだけで丸儲け」とは、

誰の機嫌も伺わずに生きているときに

感じられる心境のことです。

というわけで本題です。

もしもあなたが**たった3カ月**で、まっったく**頑張らずに**、

これまで生きてきた人生をくつがえし、

**生きるのギモヂィィィィィィィィィィ！！**

と**晴れ晴れした気分**で毎日を過ごせるようになり、

**お金の不安**や**人が離れていく不安**、

**イライラして当たってしまう**ことなどから解放される

そんなあり得ない話と遭遇してしまったら、

## あなたは信じられますか？

なんだか気になってしまった方はぜひ読み進めてください。

### ※注意

この話に乗ると、友達から

**「お前なんか変わったなあ」**

といろいろな意味で言われてしまうので注意が必要です。  
また、自分にとって誰が大切で誰が大切でないのかがわかるので、

勝手にオートで**人間関係の断捨離**が完了してしまいます。

つまり、今までなんだか幸せになれないパートナーを選んでいたあなたから、

幸せな恋人やパートナーを**無意識に引き寄せる**あなたに

変わってしまうということです。

今の生活や環境を絶対変えたくないという人は

今すぐこのページを閉じて

これまで通りの人生を歩いていくことをオススメします。

また、

ぼくが一度に受けられるキャパシティを越えてしまい、



ぼく自身が頑張らないといけなくなるので、

1名

このお話が受けられるのは

までとします。

頑張らないことが素晴らしいとうたっているのに、  
頑張ってしまうては意味ないですからね。

また、これは常識破りなお話ですので、  
3カ月後のあなたは「常識内で一生懸命頑張るあなた」からはかけ離れた、  
楽しい変人になってしまいますのでご注意ください。

## ●この話に乗ると

・どんなあなたでいても愛されるあなたになる

・人に嫌われることがなくなる

・生きていていいと思える

・ここにいていいと思える

・自分には価値があると思える

・自分を責めることがなくなる

・お金の不安がなくなる

・怒りや寂しさを感じすぎるのがなくなる

・悪いことが減り、良いことが増える

・根拠のない自信が持てる

- ・いつも**幸福感**がある
- ・凹んでも**すぐ立ち直る**
- ・**満たされた人生**を送れる
- ・**ケガや病気**になる確率を減らせる
- ・**ありのままの自分**でいられる
- ・**気無力**を克服できる
- ・**罪悪感**から**解放**される
- ・**可哀相な人**ばかり好きになるのをやめれる
- ・本当の**自由**を手に入れられる
- ・絶対的**安心感**を得られる
- ・絶対的**肯定感**を得られる
- ・身の周りにいるのが自分を**好きな人ばかり**になる
- ・**本当にしたい仕事だけして**生きていける
- ・**やりたくないことは一切**しなくて良くなる
- ・**自尊心**や**自己評価**が高くなる
- ・各種**依存症**が快方へ向かう

要するに

・人生**大**の字で生きることができる

ということが期待できます。

## ・頑張らないのに人が離れていかないなんて本当なの？

これまで一生懸命頑張ってきたあなたからは信じられないかもしれません。

恋人が離れていかないように、

親に嫌われないように、

友達にヒかれないように、

そうやって気を遣って生きてきたのであれば、  
目からウロコで青天の霹靂だと思います。

**あ・り・え・な・い！！**と。

そして頑張らないということがとても怖いことに感じると思います。  
ぼく自身がそうでしたから。  
ありのままの自分で生きるとは、

**「最低最悪の自分でも許される」**ということです。

・寝起きの顔のままでも愛される。

・化粧せずに職場に行っても愛される。

・嫌な話を断っても愛される

・やりたいことをやりたいと言っても愛される。

・セックスしたいと言っても愛される。

・セックスしたくないと言っても愛される。

何をしても、どんなあなたでも、

あなたは安心して生きることができます。

それが「人生大の字で生きることが出来る」ということです。

## ・愛を感じることはできませんでした

ぼく自身、全く愛を感じることはできませんでした。

だからこそ生まれてからずっと、

愛を感じたくて感じたくて、そうやって生きてきました。

「お願い、ぼくを愛してよ」と。

捨てられるのが怖くて、自分から人と距離を置いたり、

浮気されてもどんな酷い仕打ちをうけても離れられなかったり、

「こんなぼくなんかが好きになってゴメン」と思ったりしたこともありました。

この問題を解決するのは、非常に難解なパズルに挑むようなものでしたが、

今ではそれらすべての原因と解決方法が手に取るようにわかります。

あなたの中にある「本当の気持ち」を探り当て、

それを正しく感じるということをしていきます。

それが「抑圧された感情」を解放するカウンセリングです。

## ・なぜかいつも浮気されてしまう人の特徴

なぜかいつも浮気されてしまう人や、  
浮気されたり暴力を受けたりしても許してしまう人の根底にあるのは  
「自分は愛されるはずがない」という

**見捨てられ不安**と**愛情不足**であることが多いです。

正確に言うと、そういう人は浮気を本当には許せていません。  
許したフリをしているだけです。

だから**苦しい**し、何年経っても心の奥に残っていて、

仕返ししてやりたい気持ちがフッと湧いてきたり、

許したはずの相手に対して、謎の怒りが出てきたり、

モヤモヤしてしまったり、

なんだか相手とセックスするのが嫌になったりするのです。

ですが、「相手と離れてしまう」のは避けたいので、  
その気持ちにフタをしてしまいます。

まあこれは典型的なパターンであるというだけなので、  
あなたは違うかもしれませんが、  
いつも浮気されるということの根底にはこのような心の動きがよく見られます。

**見捨てられ不安**と**愛情不足**を

**カウンセリングとワークで解消すれば、**

**あなたは浮気で悩むことがなくなります。**

あなた自身が浮気を繰り返してしまうということも同様です。

## ・なぜかかわいそうな人ばかり好きになる理由

あなたはなぜかかわいそうな人、例えば**ダメンス**と呼ばれる人や、

**依存的な人**ばかり好きになったりしませんか？

そういう人を**助けてあげたい**という気持ちが強かったり、

愛しているという気持ちの割合の中に、

「この人は自分がなんとかしてあげなきゃ！」

という気持ちがあったりしませんか？

いつもかわいそうな人ばかり好きになる人は、

じつは心の中に**罪悪感**があります。

過去にお母さんやお父さんを「助けてあげたかった」と強く思っていると、

そういうことになりやすいです。

その罪悪感を癒していくことで、

依存的ではない、**本当に与え合える相手**と引き合うことが出来るようになります。

そして、相手を本当に信頼するということが出来るので、

**相手の自立を促すことができます。**

また、**引きこもりの親**は心に**罪悪感**を抱えていることが多いです。

**そして結果的に子どもの自立を妨げてしまいます。**

自立とは、本当の意味で依存し、甘え切ることが出来たときにできるものなのです。

もしもあなたが心に**罪悪感**を抱えていると、

「なんでもしてあげたくなる」＝「助けてあげたくなる」ので、

子どもが自分の力を信じることが出来なくなります。

**本当の意味で依存させることとは**

**「あなたはそのまま素晴らしい＝あなたのことを信じている」**

という気持ちで接するということです。

**決して、あなたがなんでもしてあげるということではありません。**

それでもしてあげたくなるというのであれば、

それは「感情の抑圧」が原因だと考えられます。

# ・怒ってはいけないのにイライラしてしまう

「誰でも良かった」と言って殺してしまったり、

ホームへ突き落としたりする人がいますよね？

そこまで行かなくても、

「みんな死ね。むしろ殺してくれ」

と日常的に思っていたり、

「お前らなんてみんなクソだ！！」と内心思っていたり、

常によくわからないけどイライラむしゃくしゃしている人、

そういう人は「怒り」を抑圧している可能性が高いです。

普段、本来向けるべき相手へ怒りを向けることができないため、  
それを無意識に我慢しているのです。

なので、そういう「なんだかわからないけどイライラする」という方は、

「本当は誰に向けて怒っているのか」を考える必要があります。

ただ、一人でやると怒りが出すぎたり、

「本当の相手」が誰なのかわからずに無限ループにはまったりします。

また、酷い仕打ちをされても「怒れない」

という人も同様に「怒り」を抑圧しています。

そういう人は自分から無意識に

「怒りたくなることばかり起こる環境」に首を突っ込んでしまいます。

- ・ 浮気ばかりされるとか、
- ・ 上司に虐げられるとか、
- ・ いじめられるとか、

- ストーカーにあいやすいとか
- いつも暴力をふるわれるとか
- いつも暴言を吐かれるとか、

そういうことが起こりやすくなります。

そしてそういうことをされているのに、

自分を責めてしまいます。

自分を責めていて苦しいなら、

あなたは「怒り」に向き合うことで人生を楽にすることができます。

「怒り」に対してどうアプローチすればいいのかも、  
今回のカウンセリングでお伝えしていきます。

- 生きるのがしんどいのは自分に〇〇を与られていないから

あなたが生きるのがしんどいと感じているなら、

その理由の一つには

「自分で自分に愛情を与られていないから」ということがあるかもしれません。

あなたは自分で自分を喜ばせるということをしていますか？

自分に愛＝元気＝エネルギーを与えていますか？

ではどうすれば自分にそれを効率よく与えることが出来るのでしょうか？

また、具体的にはどうすれば良いのでしょうか？

その答えを、参加者の方にはレクチャーしていきます。

ヒントは「よく休む」ということです。

「正しい休み方」をお教えします。

- 自営業なのにお金ちょうだいと言えない



ぼくは基本的にはアーティストです。  
どこにも所属せず、自営業としてやってきました。

「人間とは何か？」

「なぜ人は苦しむのか？」

その答えを追い求め、そしてそれを歌にして届ける日々でした。  
ですが、肝心の部分、生計を立てたいのに最後の最後でこう言えないのです。

「CDを買ってください」と。

本当は買って欲しいのに、それが言葉としてどうしても出てこない。

これがつまり 「お金のメンタルブロック」です。

自営業には 致命的なものでした。

「いくらになります」というのが言えないのですから。

あなたは

「買ってください」

「お金ください」

と言えるでしょうか？

「人生大の字大作戦」では、  
これらと言えるようになるあなたを発掘することも可能です。

これはぼく自身がすごく悩んだことなので、  
ぼくの得意分野でもあります。

ノンストレスで「お金ください」と言えるあなたになりませんか？

言えばくれるものですし、言わないともらえないものです。  
言えないのであればあなたは親に

「お金ちょうだい」と言えない環境で育ったのかもしれませんが。  
原因を探ること、そして解決することが必要であれば一緒にしていきます。

## ・ お金を使って遊ぶことができない真面目眼鏡からの脱却

「ムダ遣いしてもいい」と思っていますか？

ぼくは「絶対損したくない」と思っていました。

ですので、費用対効果の薄いものには決してお金をかけないという信念で生きていました。

ムダ遣いしてもいい。

遊びにお金を使ってもいい。

そう思っていたほうが、圧倒的に人生が楽で、楽しいです。

ぼくは旅行に行くことが「抑圧」のせいでできませんでした。

旅行してもケチケチお金を使っていました。

今ではこう思います

「もっと楽しい時間を過ごせたのに！！！」と。

自分に愛情を注ぐとき、このお金のメンタルブロックがあると、

自分にお金をかけて愛してあげることができません。

ぼくのような「お金を使って遊ぶことができない真面目メガネ」になってしまいます。

自分にお金を使ってあげるということは、  
自分を愛してあげるということです。

それが出来ないのであれば、

自分に愛を与える手段を一つ失っているということです。

もしあなたがそうなら、そこからの脱却のお手伝いをします。

## ・「人間関係の断捨離」がオートで完了する

あなたは、

「どうして私は嫌われるんだろう」とか

「どうしていつもいじめられるんだろう」とか

「なんでいつも人の機嫌をとって生きないといけないんだろう」とか

そんな風には思っていないですか？

もうありのままの自分で生きてもいいんじゃないですか？

ありのままで生きるとどうなるかという、

**「人間関係の断捨離」がオートで完了**します。

自分のことを本当に愛してる人だけが身の周りにいる状態に、  
生きてるだけで勝手になります。

## 最高じゃないですか？

もうあなたは誰かの機嫌をとらなくても、

**自由に伸び伸び好きなように**生きることが出来るようになるのです。

## ・心の根源にある見捨てられ不安

ある人がこう言いました。

**「言いたいことを言うと人が離れていくから言えない」**

と。

恋人が、友達が、お客さんが、ファンが、親が・・・。

離れていくのが怖くて**自由に振る舞えない。**

もしあなたがそうなら、  
その根源には「こんなわたしが愛されるわけがない」  
という気持ちがあります。

もっと突き詰めると、「愛してよ」という気持ちです。  
その感情に向き合うことで、あなたは自由に振舞うことができるようになります。

## ・危険はないの？抑圧を解放するデメリットは？

抑圧した感情を解放することに対するデメリットは  
「最初に感情が激しく出てしまう」ということです。

それがなかなか辛くてあなた一人では出来ないかもしれません。  
だからこそ、根気強い今回のようなサポートが必要になるのです。

感情が出すぎてしまうことは、  
改善への一歩を進むことが出来ているということですが、  
一人では抑圧の解放がしにくいのはそのためです。

また、抑圧とは本来「自分を守るため・現状維持するため」にあるものです。

抑圧した感情を発見しても、現状のままでいることを望むのであれば  
ムリに解放を強いたりすることはありません。  
その際はその旨をその都度お伝えください。  
どうするかは適宜状況に合わせて一緒に考えていきます。

## ・一人では自分の感情の抑圧に気づきにくい理由

例えば、「オレはすごい！素晴らしい！」

と認めさせたくて傲慢になっている人がいたとしましょう。  
あなたの周りにはいませんか？

男の人でも女の人でも、すごく自慢ばかりする人が。

その人が自分の感情の抑圧に気づくのは難しいことなのです。

なぜかという、**「自分は凄くない」**と認めたくないからです。

こういう人の心の底には、抑圧された**「寂しさ」**があります。

だから認めて欲しいし、褒めて欲しいのです。

ちなみに、本当の意味で「オレは素晴らしい」と思っている人は、それを言うことで自分も周りも明るい気持ちにします。

また、こんな人もいます。

とても**頑張り屋**で、

**身体を壊すほどいつも頑張ってしまう**人がいたとしましょう。

いつもすごく頑張ってしまう人です。

あなたはそうではないですか？

そういう人が自分の感情の抑圧に自分で気づくのは難しいです。

これまで頑張ってきた**自分を否定するような気持ち**になるからです。

「これまで築きあげてきたものはなんだったのか」

という気持ちになるからです。

そういう人は「**もっと頑張らないといけない！！！！**」と思い込んでいます。

心の奥には「**頑張らない自分は愛されない**」という気持ちがあることが多いです。

もう自分を許してあげませんか？

許せないなら、そのお手伝いをします。

だって、本当はあなたも自分を許したいですよ？

## • Twitter にいる裏アカウント女子たちの悲痛な叫び

Twitter には、**裏アカウント**と呼ばれるアカウントが存在します。

普段使っているアカウントでは言いたいことが自由に言えなくなってきた。

だから息苦しくて、もう一つアカウントを作り、本音をぶちまける。

それが裏アカウントです。

裏アカウントの女の子たちの中には、

承認欲求を満たして欲しくて、

褒めて欲しくて、自分の身体をさらすということをする子もたくさんいます。

これは Twitter だけの話でしょうか？

ぼくは違うと思います。

現代社会が、本当に言いたいことを言いにくく、

他人から 「認めてもらうこと」や

「肯定してもらうこと」が

もらいにくい社会だからなのだと思います。

この社会は主に 減点方式です。

これができないからマイナス。ダメ。

あれがあの子よりできないからダメ。

常に周りと比較される中で、

自分の価値がわからなくなるのも不思議ではありません。

本当の自分とはなんなのか？という疑問を持ってしまう原因の一つです。

そして、着飾ったり、有名人に同一化したりして自分をごまかすケースもあります。

もう一度自分の価値を再認識しませんか？

あなたには 大きな価値が元々あるのです。

• 体験者の声



初めまして、山下悟史といいます。  
私は大阪で音楽制作・イベント会社とリサイクルショップの  
2社を経営しています。

以前の私はメンタルブロックの連続でこの26歳になるまで  
いくつも感情の抑圧がありました。

今でも感情の抑圧が100%クリーンになったわけではありませんが、  
池内さんのおかげで随分と精神的にも解放され、  
恋愛・仕事と様々な面で  
ご教授頂きました。

私の中では9割以上の部分でメンタルブロックが大きく外れました。  
しかもたった3ヶ月ほどの短い期間にも関わらずです ^^;

数ある抑圧の中でも特に私が悩んでいたのは「怒り」への対処、  
メンタルブロックでした。

幼少期から、体育会系の環境で育ったため、  
とにかく気合を入れて仕事をしないといけない、

何かに失敗するたび、**こっ酷く叱られる**毎日でした。

私は母親のように学業も優秀ではなく、運動神経も人並み以下。  
アルバイトをしてもラーメンの器を1つずつしか持てないほどの鈍臭さで  
すぐクビになるほど、要領の悪い人間です(笑)

いわばメンタルブロック以前にも**コンプレックスの塊**です。

小学生ぐらいから20代前半までは特に怒りの感情を制御出来ず、  
友人や職場、独立してからは部下や取引先にも向けてしまう始末です。  
その失敗からこう思うようになります。

「怒ってしまえば人に嫌われる」

「見放されてしまう」

「嫌なやつだと思われる」

そう感じてしまうようになったんです。

この怒りというものは、日常的にどうしてもやってくるものです。  
理不尽なお客さん、自分自身、部下の失態、頭に来る要因はたくさん。

最初の頃は感情のままに怒鳴り散らしたりと、

私自身も理不尽な行動が増えてしまい、  
次第に周りの友人や取引先もどんどん減ってしまいました。

ますます私の脳はこう感じるようになってきました。

「怒ってはいけない」

「怒りを感じて行動するやつは馬鹿だ」

「いちいち怒りを感じる人間はみみっちい」

「怒りを感じるやつは器が小さく、しょぼい」

その結果、どんな事が起こっても  
怒りを抑圧しながら生きる毎日でした。

そうなんです、頭にきてるにも関わらず、  
怒りを押し殺して生活する毎日。

しまいには、髪は抜け出し、身体の免疫も落ち、

ただの風邪を抗生剤を使わないと治らないぐらいまで追い詰められてました。

そこで池内さんに現状を変えて頂くため、  
数ヶ月ほど音声とメールのやり取りでご相談させて頂いたところ、  
改めて自分の感情の抑圧について

**その原因は何なのか？**

**どうして起こってしまったのか？**

そこについて真剣に向き合ってくれました。



その結果、「怒りを抑圧することはなく、**感じて大丈夫**」とアドバイスを頂き、改めて自分の行動や思考を見つめ直しました。

その結果、日頃感じる怒りへの抑圧は完全に無くなり、今ではその「**怒りの感情**」とも良いお付き合いをさせて頂いてます（笑）

要は怒りの感情とどういう付き合いをし、  
どう向き合っていくのか。  
その答えを見つけたときでした。

最初は何となく**半信半疑**な部分もありましたが、  
池内さんは本物のカウンセラーなんだ！と分かったときでした。

これまで長年に渡って私を苦しめていた「怒りへの抑圧」がこうも短期間で解放され、  
仕事に対しても**フレッシュな気持ち**で取り組めるのは彼のおかげでもあります。

本当に感謝しております。

今後も新しい感情の抑圧、メンタルブロックに遭遇したらお世話になるつもりです（笑）

## ・わたしにも出来ますか？

不安はもっともなことだと思いますが、  
今回のカウンセリングはただやりとりを続けるだけなので、  
特別な技術やスキルがそちらに必要であるということは一切ありません。  
あなたはただぼくと受け答えしているだけでOKです。  
必要性を感じるワークがあればその都度こちらからお伝えします。

## ・「人生大の字大作戦ω」に申し込むと何が得られるの？

あなたは日頃、誰かに責められていませんか？  
日頃ちゃんと褒めてもらえていますか？

きみは悪くないと日頃言ってもらえていますか？  
きみは素晴らしいと毎日言ってもらえていますか？

どんなときも、

どんなことがあっても、

どういうことをしても、

です。

ぼくが今回「人生大の字大作戦ω（オメガ）」でするのは、  
シンプルに言うと、

# 「君は素晴らしい」

と3カ月あなたに伝え続けることです。

そんな経験ありますか？そんな人はいましたか？

それをされたら間違いなく潜在意識が変わります。

愛されていていい。

お金を持っていい。

本当の友達、恋人、仲間に恵まれていい。

そう思えるあなたになります。

塾の先生って基本的にはそばにいますよね？

そして、生徒が一生懸命勉強して、  
どうしてもつまずいたときだけササッと出てきて、  
ヒントや途中式だけ教えたら椅子に戻っていく。

あなたの問題を、静かに見守り、そばにいる。  
そして必要なときは「こうしてみな？」とそっと導く。  
それが「人生大の字大戦略ω（オメガ）」です。

## • いつまでにやるべきなの？

たった **1名** だけの募集なので、

すぐに申し込むことをオススメします。

お申し込み時にすでに先約があれば、その旨をお伝えします。

このレターの一番下に記載のメールアドレスへお問い合わせいただくことも可能です。

## • 具体的にはどんなことをするの？

まずはメールアドレスでのやりとりになります。  
そこからLINE・カカオ・Skypeなど、必要なものを相談し、  
必要であればやりとりの移行になります。

とくに希望がないのであれば、  
ずっとメールだけでのやりとりでも大丈夫です。

## • それはいくらなの？

**3カ月間で100万円**です。

## • なぜこの金額なの？？

相場はカウンセリング一回で2万円とかですが、  
たった90分のカウンセリングで出来ることはたかが知れています。  
それだといつ終わるかわからない歯医者みたいで  
最終的にいくら支払わないといけないか  
不安になるのではないのでしょうか？

それに、一回ずつのカウンセリングだと、  
一回のうちに詰め込もうとしすぎて、結果焦ってしまったり、  
リラックスできなかったりすることもあると思います。

「人生大の字大作戦ω（オメガ）」では、上限3カ月を設けていますが、  
「あなたが納得いくまで」制限なくやりとりとサポートを受けることが可能です。

携帯電話のかけ放題や使い放題の定額プランのイメージです。  
普通カウンセリングというと予約を取ったり手続きが毎回必要になりますが、  
**質問があればすぐに聞いてもらうことができます**し、  
変化が表れればすぐに報告してもらうことも可能です。  
常にカウンセリングを好きに受けることができるということです。

※（営業時間は一応8時～23時ということにしておきます）

ぼく自身、この技術を会得するのに31年もかかっていますから、  
それをたった3カ月で会得できるのは破格だと思います。  
これまでどうしてもうまくいかなかったことや、  
これからもどうやってもうまくいくイメージが持てないことを、  
たった100万円でくつがえしてしまうことができたならとても安いと思います。

## ・お支払い方法は？

お支払いは銀行振り込みと郵便振替に対応しております。  
クレジットカードでの支払いも可能です。

申し込みページでお支払い方法を選択してください。

※分割には対応していません

# • 具体的な内容まとめ

## Q.サービスの概要は？

A. 「どんな自分であっても愛されていい」  
「人生は大の字で生きて大丈夫」ということを、  
あの手この手を使って3カ月間お伝えし、  
あなたの感情の抑圧や認知のゆがみ（人生を苦しめる思い込み）にアプローチします。  
カウンセリングやワークを随時行います。

## Q.サービス提供期間は？

A. 最大3カ月です。  
途中でやめても構いませんが、その際の返金対応は致しません。

## Q.具体的なサービス内容は？

- LINE・カカオ・メールから好きなものを選んで、期間中文字でのサポート無制限
- 電話は週に2回まで（事前やりとりで予約してください）  
合計最大24回。1回90分まで。  
（LINE・カカオ・Skypeだと通話料がかかりませんので、それらをご利用ください）

## Q.対面で実際に会うことはできますか？

• 「人生大の字大作戦ω（オメガ）」に参加した人は、  
ご希望でしたら、対面で会うのは2回まで無料とします。  
これはオプションなので、絶対に使わないといけないサービスではありません。  
オマケと考えてください。  
3回目からは別途2万円とします。  
時間は一回2時間までです。

(交通費はご自身で負担してください)  
出張サービスの場合、交通費をいただきます。

場所は関西（大阪・京都・奈良のいずれか）です。  
カフェなど、公共の場所を相談の上になります。

## ・まず何をすればいいの？

- 1 下記の申し込みフォームにご記入の上送信してください。
  - 2 振込み先が書かれたメールが来ます。
- 3 振込み確認した日から3カ月間のサービス開始になります。

### いますぐ参加を申し込む

(今すぐ「人生大の字大作戦ω（オメガ）」に申し込む)

**※絶対に読んでください**

### 申し込むかどうか悩んでいる人へ

判断基準にしてもらいたいのは一つだけです。

**・おもしろそうだ！やってみるか！未来変わるかも！**と思うか

・う～ん、べつにおもしろくなさそう・・・と見送るか  
それだけです。

とてもシンプル。

・謎に安い値段で

・謎にへりくだったサービスを提供すると

・謎に質の悪いお客さんが来る

そういうものだと思っています。

なので、ちゃんとしたお客さんに、  
ちゃんとしたサービスを提供したいと思っています。

考えてみてください。

高級店に、ガラの悪い感じの、

クレームクレームした

依存的なお客さんはいませんか？

たまにいたとしても、  
すぐ「場違い」だと思いませんか？

そしてとても気をつけて欲しいのですが、

「ぼくに恋愛感情を持ってしまう可能性があります」

サービスの特性上、これは当然起こってくる現象です。

もしそうなったとしても、それは自然なことです。

ぼくがモテるとかそういうことではなく、  
こういうサービスは得てして、

サービス提供者に恋愛感情を持ってしまいやすいものなのです。

ですが、  
このサービス期間中に  
ぼくに対して恋愛感情を持ってしまったとしても、  
ぼくは一切責任を持ちません。

あなたの感情の問題です。

あなたの中で起こっていることなのです。

また、恋愛感情以外にも 「怒り」 であるとか 「不信感」 であるとか、

そういう感情をぼくに向けたくることが出てくると思います。

安心してください。

これは正常な反応です。

あなたの中に未解決の感情があると、  
それがカウンセラーなど相談者に向かいやすいものなのです。

これを「感情転移」と言います。

あなたの中で起こっていることですので、  
あなたの感情はあなたが責任を持ってください。

依存的になってしまおう。

依存したい。

愛されたい。

寂しい。

甘えたい。

だからこそこのサービスを受けるんだ。  
という人も中にはいると思います。

ですがあえて釘をさしておきますね。

「行動するのはあなたです」。



「こんなに苦しいの、なんとかしてよ！」

という人は申し込まないでください。

「なんとかするのはあなた自身です。」

ぼくがあなたにするのは、

自転車を初めて乗ろうとするあなたに、

自転車に乗っているところを見せたり、

自転車の乗り方を教えたり、

後ろで自転車を支えたり支えなかつたりすることです。

よくされませんでしたか？

「持っててよ！？離さないでよ！？」って言うのに、

気付いたら後ろにいないやつを（笑）

あれは 「信頼」 です。

あなたが自転車をこげるようになるという信頼です。  
そして、あなたが「転んでちゃんと学ぶ」という信頼です。

ぼくはあなたを信頼し、見守ります。

言ってみれば、3カ月、「ただそばにいただけ」 です（笑）

それでもこのサービスを受けたい！

むしろそのサービスこそ私に必要だ！

ものすごくおもしろそうだ！

人を愛したい！

人に愛されたい！

と思う人だけ、申し込んでください。

「感情にどう向き合えばいいのか」

という手ほどきをガッチリとレクチャーします。

おもしろそうだ！

これからの人生が変わる！

と思った方は、  
あなたのお申し込みを待っていますので、  
人数制限がありますので今すぐ飛び込んできてください。

いますぐ参加を申し込む

質問がある方はこちら（件名を「人生大の字大作戦の件」としてください）。

[guitars119@gmail.com](mailto:guitars119@gmail.com)

PS

お金をくださいと言えなかったぼくが、  
平気で100万円くださいと言っているんだから、  
これこそ効果の証明のひとつと言えます（笑）