

#### ④「殉教者の癒し」愛に対する諦観・失望感・諦めの解除

##### レッスン1

本来、人は誰もが「そのままの自分」で愛されていいのです。

相手に何かをしないと愛されない、そんな条件は本当はありません。

しかし、「条件付けの愛」が当然になってしまっていると、頼まれてもいないのに、最初から自ら犠牲になり、相手に尽くしてしまう自作自演の愛をやってしまうことがあります。

Q1、あなたはどれくらい「最初から」犠牲になり、相手に尽くさなければならぬと思いを込めましたか？

Q2、ありのままの自分では愛されないと、どれくらい自分を捻じ曲げて、相手に合わせる事が当然になっていきましたか？

○相手に合わせて苦しんできた自分自身を、改めて癒してあげましょう。相手に合わせる・相手の顔色を伺うということを、自らしてきたことをやめる許可を出します。

##### レッスン2

次は、自分がどれくらい「潜在意識レベル」で愛されることを拒絶しているのかどうか、書き出してみましょう。

Q3、最初から「何もしなくても愛される自分」を信じられない、と思っていますか？

Q4、最初から「相手がやってくれると言っても無意識に遠慮してしまう」ということを繰り返していますか？

Q5、その自分を見て、どんなふうに思いますか？

○その結果、愛されない…その自分をどう矯正していきたいですか？

### レッスン3

愛されないからこそ、必要以上に自分磨きをしたり頑張るけれど、心の奥底では深く愛されることを諦めているため、自分を都合よく扱う男性や、きちんと誠実に向き合ってくれない男性にばかり関わってしまうようになります。

こうした「最初から殉教者」である問題を癒しながら、「最初から素晴らしい男性」に巡り合うためのステップをお伝えしていきます。

Q6、あなたはどれくらいダメな男性に惹かれてきましたか？

Q7、本来であれば、自分が犠牲になる相手ではなく、与えてくれる男性を選んで良かったのです。どのように与えてくれる男性を選択したいですか？

○その男性との幸せな生活を感じてみましょう。