

私がカフェにいるにも関わらず、号泣したメッセージ…。

周り人の幸せを願う心優しいあなたへ

2010年10月28日 公開 Ver.2011年2月10日

こんにちは、心理コンサルタントの中井貴雄と申します。

私が今、なぜこの手紙を書いているかというと、
あなたに「本当の幸せ」を手に入れて欲しいと願っているからです。

そして、あなたの幸せを、ぜひ周りの人にも分けてあげてほしいのです。

私は、中学3年生の15歳の時に、
人間関係のストレス、受験勉強のストレスが限界まで達し、

うつになり、不登校になり、人生に絶望し、自殺願望まで持つようになりました。

毎日、自宅のマンションの最上階に上がっては、地上を見下ろし、

「もう生きていても仕方が無い…、辛いことばかりだ…。」

「ここから飛び降りれば、すべて楽になる…。」

そんな事を考えていました。

とても辛い経験でしたが、
そのおかげで今「多くの人たちの幸せ」に貢献できるようになりました。

もちろん、私自身も最高に幸せな人生を歩んでいます。

その最大の理由は何かというと、私が心理を学んだからなのです。

私が20歳の頃、ある一冊の心理学書と出会いました。
その本を読んだとき、私の体中に衝撃が走りました。

なぜ、自分が人間関係でうまくいかないのか？

その理由がわかってしまったのです。

それからというもの、すっかり「心理を学ぶ事」に没頭してしまいました。

大量に本を読み漁り、

「なぜ今自分はこういう気持ちなんだろう？」

「なぜ自分はこういう考え方をしているんだろう？」

「どうすれば人は幸せになるのだろう？」

という事を、徹底的に考え抜きました。

そうやって、ひとつずつ、人の心理の仕組みを理解していったのです。

そこで、気づいた事を自分のブログに書いていたのですが、ある日、ある方からメールで相談を頂きました。

その方の相談に、自分なりの考えを真剣に書いてお返事を送ったのですが、それは、とてもとても喜んで頂けたのです。

その時から、人の悩みを解決する仕事に興味を持つようになりました。

※そこからもいろいろとあるのですが、話すと一日かかりますからそのお話はまた次の機会に…。

という様な流れがキッカケで、

私は今、人の悩みを解決したり、人に心理を教える仕事をしています。

心理を学ぶメリットは数え切れないほどありますが、

私が語るよりも、

よろしければ、実際に心理を学んだ方の声を聞いてみて下さい。

兵庫県 山本達巳さん 大学生

私はこれまでずっと、たくさんのトラウマを抱えており、何度も同じ失敗を繰り返しては落ち込んでいました。

「こんなじゃダメだ、もっと成長したい！」

と強く思いながらも、なかなか自分の苦手意識は無くならず、その度によく自己嫌悪していたと思います。

そんなときに中井さんのコンサルティングと授業を受けさせて頂き、自分がこれまでどれほどトラウマを抱えているのか初めて認識でき、具体的な解決方法まで教えて頂きました。

自分ではこんなに子供の頃の体験が今の自分に影響を与えているとは思わなかったので本当に驚きました。

それからはトラウマと向き合うようになり、自分の成長スピードが格段に飛躍していったと実感しています。

私の場合、年上の男性に恐怖感を覚えたり、嫌な人には素直になれない、自分に自信が持てないなどのトラウマを持っていたのですが、

今では殆どを克服し、仕事では大事な仕事を任されるようになりました。

これも中井さんのわかりやすく、簡単に、続けられる方法を教わったお陰だと思っています。

私は自己啓発、成長には関心がありこれまで数百冊の本を読んできましたが、中井さんのメソッドはダントツに効果的だと思います。

今では中井さんのお話を聞いたことを本当に感謝しております。

ありがとうございました。

京都府 向山宙希さん 大学生

中井さんへのご恩は計り知れません。

中井さんと出会ったのは去年の冬でした。

中井さんと出会い、お話したり、セミナーを受けているうちに
自分の内面がどんどん変化していることに気がきました。

もっと自分に許していいんだ、自分の好きなように生きていいんだと思うと、
世界の見え方が変わってきました。

自分の人生を決めるのは他の誰でもなく自分なので、
可能な限り幸せで楽しい人生を送ろうと心から思いました。

それだけでなく、
日常生活における悩みやストレスがほとんどなくなってしまったのです。

これはすごいことです。

毎日、明日にワクワクしています。
毎日、いろいろなことや人に感謝しています。

今、ものすごく幸せです。

それに、この先どんな生き方になったとしても幸せに生きて行ける自信があります。

幸せになる心理学を学んだことが今の幸せに繋がっていると思います。

心理学を教えてください、また僕とたくさんお話していただき、
本当にありがとうございます。出会いに感謝、感謝です。

これからも末永くお付き合いをお願いします(^^)

兵庫県 荒木春賀さん 大学生

私はGHSに通い始めてから
自分の内面について、自分の思考回路について考える時間が増えました。

どうして今こんな感情になっているのかとか

自分がどういう考えをもっているかなんて

今まで考えたこともありませんでした。

そういうことを考えても理由が自分では分からない時があります。

そんな時に中井さんに質問すると、

「あ、なるほど」

とすぐに腑に落ちる答えが返ってきます。

自分の内面とか思考回路について知っているのと

すぐに怒ったり、悲しくなったり

気分が落ち込んだりする事が少なくなって、

逆に幸せだな〜とか、楽しいな〜とか

満たされてるな〜と感じることが多くなりました。

知っているのと知らないのとでは大きな違いだと思います。

GHSに通いだして一番変わったことは

今の自分を肯定して自分自身を好きになれたことです。

今まで自分を好きになれなかった理由や

自分を好きになるにはどうしたらいいのかを教えて頂いて

自分自身を好きになることができました。

自分のことを好きになると人と比較することが少なくなり

すごく楽に、楽しく毎日を過ごすことができるようになりました。

GHSの心理学は自分のためにもなるし

人のためにもなるんだと最近実感しました。

学んだことを実践したら本当に結果が出て

だからこそ友達に話しても説得力があって

今まで話した友達は皆、興味津津で聞いてくれました。

心理学の話は万人に共通して興味をもってもらえるんだなと思いました。

自分の為にもなるし人の為にもなって
一度学んでみて損はないと思います。

大阪府 N・Tさん 大学生

中井さんのセミナーを受けてみての感想です。

自分の考え方がどう変わったのか？

中井さんのセミナーやお話をさせていただいて、
一番はとてもポジティブになりました。

起こった物事は絶対的なものではなく、
自分の心によっていいようにも悪いようにも捉えられます。

たとえば、約束をキャンセルされた時に、約束をやぶられて怒るのか、
他の事ができるからよかったと思うのかで全然違います。

自分は後者のような考え方がしなかったので中井さんに教えを乞いました。

こういった考えが日常にできるようになったことは本当に財産です。

今まで、不安やいらだちというものがあったのが
考え方一つで変わったことがとてもうれしいです。

「おもしろきこともなき世をおもしろくすみなすものは心なりけり」
本当にそう思います。

自分の心の持ちようで、見えている世界が変わるんだ
ということ学ばせていただきました。

ありがとうございます。

人生が具体的にどのように変わったのか？

まず、会う人が変わりました。

自分がポジティブになると周りにはみんなポジティブな人ばかりで、とても楽しい気分になります。

会う人によって人生が変わると言われるのでこれは素晴らしい変化でした。

あと、中井さんとお話してから行った面接に受かったりしました。

無事、就職活動を終えられたのも、
中井さんや中井さんに会った後に会った人たちの影響が大きいと感じています。

ありがとうございます。

どんな気づきがあったのか？

セルフイメージですべてのことが変わってくるということに気づきました。
中井さんのセミナーをお聞きしてセルフイメージがとても上がりました。

今までできないと思っていたことに挑戦できたり、
素晴らしいことを体験できました。

いろんなアプローチから中井さんは話していただけるので気づきはとても多いです！

本当にありがとうございます。

兵庫県 村上健太さん 大学生

中井さんと出会えたことを心の底から感謝しております。

なぜなら、自分の人生に多大な良い影響を与えていただき人生が変わったからです。

まず「幸せ」というものに対しての概念が壊され、
新しく「幸せ」というものの本当の意味を知りました。

幸せとは感謝を知るということだと。そして、感謝を知るために考え方を考える。

その考え方を考える色々な手段や方法を
中井さんは誰にでも簡単にわかるように教えていただけます。

そして、そこにはユーモアを交えて（笑）

この「ユーモア」という点は、中井さんの大きな魅力だと思います。

多くのセミナーでは堅苦しく授業を行いますが、中井さんの授業では半分以上笑っています（笑）

この笑いがあるからこそ、みんなが素直に感じ考え意見を話せる環境にもなります。

少し話は変わりますが、以前友人10人で1泊2日の無人島サバイバルを企画したのですが
20歳ばかりのところ1人オーラが違う人がいるんですね。

そうなんです。26歳(当時)の中井さんが（笑）

その時に思いました。この人に教を乞うことは間違いではないと！（笑）

これは本気です。

もし自分がその立場だった場合、あなたはどうしますか？
それを踏まえて参加していただける人柄に本当に魅力を感じます。

私は今20歳で大学3年生なのですが、来年に休学をし、飲食店を出すことに決めました。

これを決断するに至るまでにも、GHSで学んだことが大変影響しております。

以前はお店を出すことにたいしてネガティブなことしか思い浮かばず、
将来でいいと思っていましたが

自分の幸せについて真剣に考える機会を与えていただき、
ポジティブなものの考え方や自分らしさというものを
素直に感じるできるようになりました。

授業でとったノートは私の宝物でよく復習させていただいております。

また、ブログの影響も大変受けております。

「幸せ」というものに関してのアプローチの仕方や考え方はもちろんですが最近のブログでは、幸せというものを超えてお話をされています（笑）

というのも、中井さんは志が大変高いので
人としてかなりの刺激を受け、毎日のエネルギー・モチベーションになります。

だから、みなさんも毎日読んでいただくことをおすすめします（笑）

でも、そんなことより直接会っていただくことのほうが何万倍もいいですが（笑）

まだお会いして1年も経っていませんが、たくさんの学びや出会いや笑いを頂きました。

あのころに比べたら自分は何倍も成長していると確信を持って言えます。

これも本当に中井さんのおかげです。

ありがとうございます。

これからもよろしく願いいたします。

と同時に、世界中の人が「幸せ」になるためにも

中井さんが有名になることを応援いたします。

心からの感謝

大阪府 若林泰孝さん 経営者

私はセミナーに一度しか参加してませんが、
そのたった一度のセミナーで様々なモノを得ました。

私が出たものは大きくまとめて3つあります。

まず1つ目は、「すべての出会いと出来事には意味がある」ということ。

もちろん良いと感じる出会いや嫌だと感じる出会いがあると思いますが、その全てに意味があるということです。

そう考えることができれば嫌な事や辛い事も受け入れて乗り切れるということ。

2つ目は、「心の持ち方」です。

自分の心との付き合い方と言う方がいいかもしれません。

これは特に深い話しになるので私には説明が難しいのでここでは省略しますが、ようは自分の心の持ち方一つでモノの見方や接し方・行動が変わり、得る結果も変わるということです。

最後、3つ目は「笑顔」です。

類は友を呼ぶ^ぶという言葉があります。

これは良い意味と悪い意味の両方で使います。

例えば、いつも愚痴や不平不満を言ってる人の周りには同じように不平不満を言う人が集まります。

そこには負の連鎖が生まれ、幸せとは程遠い結果を招きます。

逆にいつも笑顔で、自分の善を語らず、人の悪を言わない器の大きい人の周りには、同じように器の大きい素晴らしい人達が集まります。

そしてそこには幸せの連鎖が起き、思いもしないような幸せを手に入れることができるのです。

この他にも学んだことは数多くありますが、特に心に響いたものはこの3点です。

そしてこの3点のどれをとっても誰でも実行できることばかりです。

辛い努力など必要としないことばかりです。

もちろん能力や才能もいません。

このことに気付いたことで、私のライフスタイルは大きく変わり、
周りに集まる人達も変わりました。

これからも長くお付き合いさせていただき、
もっとたくさんの気づきをもらいたと思います。

最後になりましたが、貴方との出会いに心から感謝します。

ありがとう

兵庫県 木村貞宏さん 大学生

・自分の考え方がどう変わったか。

まず、今まで腑に落とせないことを一瞬で腑に落ちました。笑

自分の悩みをとっても分かりやすく解決する方法を教えてくださいるので、
やはり、人生においてより一層プラス思考になりました。

そして、圧倒的に悩むことがなくなりました。

それは要するに自分の考え方が、ドンドンプラスになっていってるということです、

・人生が具体的にどのように変わったか。

一言でまとめると生きやすくなりました。

敵を作ることもなく、人間の本质を教えてくださいるので、やはり生きやすくなります。

敵を作るということは要するに、自分の許容範囲をせばめることになります。
そういう意味が込められています。

・どんな気づきがあったか。

どの時代、どの世界にいても通用する、
人間として一番奥底にある本質的な部分を教えてくださっています。

ですので、
中井さんの考えが広まれば、多分外国にいてもポジティブになれます。

大阪府 K・Yさん マナー講師

中井さんのセミナーはいつも刺激的で、
話を聴きに行っても何も掴めず家へ帰ったことは一度もありません。

心理学の講義はもちろん、
中井さん自身の学ぶ姿勢に感動したり、

沢山の人に伝えてもっと世の中を幸せにしたいという想いを感じるから、

頭の奥まで強く響いて、無性に勉強したい、
自分をもっと高めたいという気持ちが湧くのだと思います。

そして学んだことを実践してもう一度自分の世界を見渡してみたら、
以前より心が自由になっていることに気付くんです。

学んだ中で、実生活に役立ったことベスト3は（沢山あるけれど、あえて3つに絞るなら）

- ① 完璧主義でなく改善主義になる、
- ② 解釈を磨く（肯定解釈する）、
- ③ 感情を開放する

です。

どれもストレスを和らげてくれるキーワードです。

仕事においてもプライベートにおいても、
私は失敗が怖くて、またミスをすればいつも自分を責めていました。

ミスした自分が悪いのだから、落ち込むのは当たり前の罰だと思っていました。

でもここで、「自分を許していい」と教えてもらいました。

辛かったことも悲しかったことも、閉じ込めないで全部感じ切る。

結果を否定してうつむいたり目をそらして忘れるのではなく、
認めて許し、「次はもっと！」と上を見る。

これを覚えた私は、以前より「もっと前へ進める自分」になっていました。

許すことが出来ない、思うように前へ進めないのだと気付けたのです。

「自分を許してはいけない、悔やんで反省しなきゃいけない」が私の常識でした、

そこに中井さんが「許していいよ」とメッセージをくれました。

それは、中井さんご自身が、
過去の中井さんに送っていたメッセージでもありました。

小手先で知識を語るのではない、
身をもって示してくれるから伝わることがあります。

中井さんのセミナーは「想い」に満ちています。

自分のことを考える「思い」ではありません。
字のとおり、相手のことを考える「想い」です。

その「想い」を受け取って、幸せになる人が更に増えることを私も願っています。

大阪府 H・Tさん 大学生

GHSに通うようになって…

- ・ 内面が変わることでモノの見方や捉え方が劇的に変わった！
- ・ 今ある悩みが一瞬にしてキレイに吹っ飛ぶ！
- ・ 健康について真剣に考えるきっかけになった！
- ・ 世の中の仕組みがわかった！
- ・ お金持ちになる為の心理を身につけられる！
- ・ これで気になる異性もイチコロ！笑

GHSに通い始め、たった3ヶ月ですが3ヶ月前の自分とは全く別人です！

人生がかなり加速しました！

他のセミナーと違って全然堅苦しくないので、
今では毎回の授業が楽しみで仕方ありません！

少人数制なので質問もしやすく、他の受講生も意欲的で環境はバッチリ！

このクオリティでこの値段は格安中の格安です！
少しでも悩んでいるならモニター参加だけでもしてみるべきです！

あと、今のうちに「中井貴雄」という人に会っておくべきです！
来てみればその意味はすぐにわかります！

GHSバンザイ♪\(>▽<)/♪笑

大阪府 Y・Rさん 大学生

中井さんと出会って、自分がどう変わったかといいますと、

一番大きいのは、今の自分を考えるのではなく、将来の自分がどうしたいか、
どうなっていたいかを考えられるようになりました。

つまり、長期的に自分の人生を考えるようになり、
今のしんどさをしんどく感じなくなりました。

二番目に、言葉と気分を前向きにするよう気をつけるようになりました。

それによって、周りの人のありがたさを実感できたり、
物事を受け入れる優しい気持ちになれました。

そして、いつ会っても笑顔で迎えてくれる中井さんの姿を見て、
笑顔で人を安心させたり、和ませたりと、笑顔は笑顔を生み出すことに気づきました。

私はまだ進路が決まらず就活中です。

思うように進まず、反省もありますが、
自信を失わないでいられるのは、中井さんのおかげです。

いつも本当にありがとうございます

※みなさんの気持ちをそのまま伝えたいと思い、内容は全く編集していません。

読みやすくする為に、下線と改行だけ入れさせて頂きました。

これを読みながら、私はカフェにいながら涙が止まらなくて号泣してしまいました(笑)

自分がこんなにも人の人生のお役に立たせて頂いている…、
みなさんのメッセージを見ていて、それを今までで一番強く感じる事ができました。

隣の人にもジロジロ見られましたけど、涙が止まりませんでした。

心理を学べばどうなるか…、 私が説明するよりも、よっぽど伝わりますよね。

なぜ、私がこれほど多くの悩みを解決できるのかというと、

私自身が過去、とてもネガティブで、自意識過剰で、他人を見下し、自分を責め、
批判的で、でも自分には甘く、弱くて怖がりで、傷つきやすく、恩着せがましくて、
トラウマもたくさんあって、自分の言いたいこともガマンして言えなかったり…、

とにかく、ものすごくネガティブで悩みの多い人間だったからです。

それを、地道にひとつずつ心理を学んで解決してきました。
だから、悩みを抱えている人の気持ちがとってもとってもよくわかるのです。

また、あなたにもお会いできる日を楽しみにしています。

あなたにも無限の幸せが訪れることを…。

中井貴雄

中井貴雄 略歴

1983年10月 奈良県 生まれ

幼少の頃、「発明王・エジソン」に憧れる。

15歳の時に人間関係と受験のストレスと、
食生活の乱れによりうつ状態になり、不登校・自殺願望を持つ。

20歳の時に一冊の心理学書と出会い、以後、独学で徹底的な心理学研究を始める。

22歳の時に幸せな人と不幸な人の違いを知り、
幸せになる考え方を伝えるためにブログを立ち上げる。

ブログ読者のメール相談で感謝された事をキッカケに、メールカウンセリングを始める。

対面のカウンセリングを始め、数多くの人たちの考え方を改善、ストレスを軽減させる。

23歳で健康の重要性に気づき、健康の研究を始める。

24歳で独立。25歳でセミナー講師としてデビュー。
総合金融コンサルティング企業と提携し、金融コンサルティング業を開始。

26歳で法人設立。

心理学を教える心理塾、「Grow Heart School」の運営を開始。

現在、27歳。今までに5〜6回大きな挫折を味わっています（笑）

何よりも結果と成果にこだわり、即効性があり、翌日から使える、
独自で作り上げた**“幸せになる心理学”**を 笑いとユーモアを交えながら、
日々、多くの人々に伝えている。

インターネットメディア

公式 Web サイト 「Grow Heart」

<http://growheart.com>

中井貴雄の"ちょっと心が軽くなるBlog"

<http://growheart.livedoor.biz/>

新・幸せになる本（無料・PDF）

<http://growheart.com/present/happy.html>

Facebook（フェイスブック）

<http://www.facebook.com/takao.nakai>（個人ページ）

<http://www.facebook.com/growheart>（Facebookページ）

twitter（ツイッター）

<http://twitter.com/GrowHeart>

mixi（ミクシィ）

http://mixi.jp/show_friend.pl?id=990648

【会社概要】

合同会社グロウハート 代表 CEO

リーディングチーフ・コンサルタント 中井 貴雄

〒532-0011 大阪市淀川区西中島 1-6-16-202

E-mail: takao@growheart.com