



**強運になる！！**

スフィンクス

■著作権について

本冊子と表記は、著作権法で保護されている著作物です。

本冊子の著作権は、発行者にあります。

本冊子の使用に関しましては、以下の点にご注意ください。

■使用許諾契約書

本契約は、本冊子入手した個人・法人(以下、甲と称す)と発行者(以下、乙と称す)との間で合意した契約です。本冊子を甲が受け取り開封することにより、甲はこの契約に同意したことになります。

第1条 本契約の目的：

乙が著作権を有する本冊子に含まれる情報を、本契約に基づき甲が非独占的に使用する権利を承諾するものです。

第2条 禁止事項：

本冊子に含まれる情報は、著作権法によって保護されています。甲は本冊子から得た情報を、乙の書面による事前許可を得ずして出版・講演活動および電子メディアによる配信等により一般公開することを禁じます。特に当ファイルを第三者に渡すことは厳しく禁じます。甲は、自らの事業、所属する会社および関連組織においてのみ本冊子に含まれる情報を使用できるものとします。

第3条 損害賠償：

甲が本契約の第2条に違反し、乙に損害が生じた場合、甲は乙に対し、違約金が発生する場合がございますのでご注意ください。

第4条 契約の解除：

甲が本契約に違反したと乙が判断した場合には、乙は使用許諾契約書を解除することができるものとします。

第5条 責任の範囲：

本冊子の情報の使用の一切の責任は甲にあり、この情報を使って損害が生じたとしても一切の責任を負いません。

もくじ

まえがき .....	3
第1章：一番身近で大切な人をほめましょう .....	4
第2章 「感謝してます」と口にしよう!! .....	8
第3章 人に劣等感を与えない .....	13
第4章 出会う人、みんなに“Good luck” .....	15
第5章 不平、不満、悪口、嫉妬、グチを口にしない .....	18
第6章 自分のコンプレックスを言い訳しない .....	20
第7章 魅力的なポジティブとは? .....	21
第8章 先を制す .....	23
第9章 恐怖心の克服 .....	26
第10章 なめられない生き方 .....	30
あとがき .....	34

## まえがき

はじめまして、スフィンクスと申します。

**次々といいことが起こる!!**

**運が良くて、幸福な人生は、**

**あっけないほど**

**簡単な習慣の積み重ねで生まれます。**

夢を叶えるためには、努力が必要ですが

それ以上に運が必要です。

強運を味方につけるには、どうしたらいいか

成功したビジネスマンや、トップアスリートが

運勢を上げるために実践していることで、

誰でも簡単にできることをご紹介します。

ぜひ、何度も読んで実践してみてください

あなたの人生が劇的に変わると思います。

## 第1章：一番身近で大切な人をほめましょう

**強運の人は、人をほめるのが上手です。**

人をほめるというのはむずかしいですね。

身近にいる家族や、仲のいい友人、彼女彼氏など

大切な人にさえ、ほめるのは、むずかしいです。

口先のお世辞だけでなく、  
愛情をもって、ほめてあげるは  
とてもむずかしいですね。

ほめてもらえば、  
ウソでもお世辞でもうれしいけど、

ほめたてくれた人が、  
何か見返りを求めていたとわかると、  
「な～んだ」というがっかりした気持ちになります。

でも、自分が見返りを求めて、  
相手をほめたときも

相手のがっかりさせていることを  
忘れないようにしましょう。

ほめるコツがあります。

それは、

**人の結果をほめるのではなく、  
プロセスをほめてあげることです。**

例えば、

子供がテストで、良い点とれたことをほめるのではなく、  
そのために、授業をしっかり聴いていたことや、  
宿題をしっかりやっていたことをほめてあげましょう。

部下や後輩であれば、仕事で成果あげたことよりも、  
成果を上げるために、やっていたプロセスや  
仕事への取り組みの姿勢を  
ほめてあげましょう。

なぜなら、

プロセスは、  
日頃から、  
ほめてあげる人のことを観察していないと  
ほめてあげられないからです。

人は、ほめられることよりも、  
『自分に関心を持って、注目してくれていたんだ』という、  
その事実がうれしいのです。

特に人が喜ぶのは  
夢にむかって  
頑張っていることを  
ほめられることです。

夢を叶えるプロセスをほめてくれる人がいれば、  
その人は、夢に一步近づく可能性が、目の前に広がるのを感じます。

そして、勇気が生まれます。

その人の自己評価が高まります。

注意すべきなのは、余計なアドバイスを添えないで、  
純粹にほめるだけにすることです。

余計な一言が加わると、ほめられた余韻が台無しです。

夢を真剣に追っている人ほど  
自己評価が、保てないから  
みんな悩んだり、不安になったり、  
やる気がなくなったりします。

一番身近で大切な人をほめましょう。

一番身近で大切な人の夢に向かっている姿をほめましょう。

プロセスをほめてあげましょう。

**余計な一言なしで、純粹にほめてあげてください。**

やってみるとわかるけど、実はすごくむずかしいです。

それでも、身近な人は、ほめるのが簡単です。

相手も喜んでくれます。

余韻が台無しにならないように、  
ほめっぱなしにしておきましょう。

くれぐれも、余計な一言を言わないで。

それが、しっかりできるようになったら、  
今度は、自分の身の回りにいる人を  
どんどんほめてあげましょう。

ほめるのが上手になれば、  
きっと、人生が光り輝きます。

運気がめぐってきます。



## 第2章 「感謝してます」と口にしよう!!

「感謝してます」と言うのは、難しいです。

なぜ難しいか？

原因が三つあります

一つ目は、

「感謝してます」と言うタイミングが難しい。

感謝したい相手に、その場で感謝の言葉を伝えればいいのに、  
伝えそびれて、そのまま忘れることがあります。

二つ目は、

感謝すべき行為を、「あたりまえ」として  
受け取っている傲慢さがあること。

ちょっとしたお願いをして、相手が応えてくれたのに  
感謝の気持ちが湧いてこないことがありますね。

お金を払っているのだからサービスされるのは「あたりまえ」

親なんだから、後輩なんだから、やってくれて「あたりまえ」

「あたりまえ」だと思ふ傲慢な気持ちが、

あなたに「感謝してます」という言葉を言わせません。

三つ目は、

「感謝してます」という言葉そのものに、抵抗がある。

「感謝してます」と口にしたことを想像すると

「嘘くさい」「はずかしい」「似合わない」など  
いろいろ感情が湧いて、言いたくない。

たとえば「感謝してます」なんて軽々しく言って  
感謝の気持ちがこもっていないと、  
嘘ついているような罪悪感があります。

そうすると、

「言わないほうがいいや」ってなっちゃいます。

この三つの原因で、残念ながら  
世の中では「感謝してます」という

素晴らしい言葉が流通してません。

でも、

使っている人が少ないからこそ  
「感謝してます」という言葉は  
インパクトがあります。

「感謝してます」という言葉が、  
ずっと出てくるのが

どういう人が、想像してみてください。

あまり思い浮かばないと思います。

「ありがとうございます」という丁寧な言葉が  
ずっと出てくるのが  
どういう人が、想像してみてください。

こういう人は、結構思い浮かびますよね。

でも、インパクトはないです。

心をこめて感謝の気持ちを伝えることを  
負担に思うひとは、

心をこめないで実践しましょう。

最初は、心なんかこもってなくてもいいんです。

「感謝してます」

口にだすだけでいいのです。

まずは、冗談でもいいので使ってみてください。

家族や仲のいい友だちに使ってみて下さい。

相手が怒り出すことはありません。

むしろ、喜びます。

「ありがとう」ではなくて

「感謝してます」といましょう。

「ありがとう」という言葉にはないインパクトが  
「感謝してます」にはあります。

「感謝してます」というわれた相手は

不思議なことに、

次第にあなたに感謝されることを

したくなるのです。

そんな奇跡がおこります。

慣れてきたら、苦手な人や、嫌いな人にも  
使ってみましょう。

心なんかこもってなくていいです。

すでに、あなたがその人のことを苦手だ、嫌いだというのは、  
日頃の態度で、相手にも十分伝わっています。

そんな人から、「感謝してます」といわれると

なぜ「感謝してます」なんて言葉が出てくるのか

相手は、びっくりすると思いますよ。

カウンターパンチくらいのインパクトあります。

苦手な人や、嫌いな人から  
言われる立場になって考えてください。

インパクトありますよね。

感謝されるようなことしていない相手に  
「感謝してます」なんて言われると、  
どういう意味だろうと思います。

相手の心に「感謝してます」という言葉が刺さるのです  
そうすると、感謝されるようなこと  
してみたくなるのです。

「感謝してます」がログセになれば  
人間関係が、まったく違ったものになり  
強運がめぐってくる体質になります。

人がやらないことだから、

できる人が少なからこそ

「感謝してます」という言葉を、どんどん使いましょう。

## 第3章 人に劣等感を与えない

人を怒らない。

人をバカにしない。

人の悪口を言わない

人に価値観を押しつけない。

怒られた相手はおぼえています。

バカにされた相手はおぼえています。

悪口を言われた相手はおぼえています。

人に価値観を押し付けられた不愉快さを

相手はおぼえています。

**相手に劣等感を与えるようなことをすると、  
必ず、その報いがめぐってきます。**

傲慢な態度は、相手に劣等感を与えます。

謙虚でいるのは、相手に劣等感を与えないためです。

すごく実力があるのに、とっても謙虚な人は、

実は、

ひそかに、

**みんなの自信を高める、お手伝いをしているのです。**

実力があって謙虚な姿勢が、

一番魅力的、カッコいいですよ。

人に、劣等感を与えないでください。

そのかわり、ホメ言葉をプレゼントしましょう。

そのまま、十分素敵な人だと肯定してあげましょう。

そして、ささやかでもいいから感謝の気持ちを伝えましょう。

それだけで、気持ちの救われる人がたくさんいます。

強運は、人の気持ちを救った数だけめぐってきます。

## 第4章 出会う人、みんなに “Good luck”

英語圏の人は、会話の中で

よく“Good luck (グッドラック)”と声かけてくれます。

これ、日本にすると「幸運を祈る」みたいな感じです。

あるいは、

「君に幸あれ」「お幸せに」

んん?? 笑

あまり、適当な訳がないですね。

日本語で、“Good luck”と  
同じ場面で比較的使われるのは、

「気をつけて、行ってきてね」  
という言葉です。

出かける前に、

「気をつけて、行ってきてね」

そう言われると、

「この人、私のことを心配してくれているんだあ」

と嬉しくなります。



心配してくれるのはありがたいです。

注意していないと、出先で事故に巻き込まれる  
危険性もありますからね。

心配されるのも、うれしいですが、  
幸運を祈られるのも  
別の意味で、うれしいですよ。

“Good luck”は、  
「思いがけない幸運」という意味です。

パッピーな未来がイメージできる  
キラキラした言葉ですね。

ここ一番の勝負どころや  
チャンスがめぐってきたとき  
幸運をつかみたいものです。

実力を発揮しきって、

さらに

棚ぼた式に幸運が転がり込んでくれば、

最高です。

会う人みんなに“Good luck”と  
伝えられる人は、明るい未来を  
いつも予感して生きていける  
強運体質の人です。

みんなに、幸運がめぐってくるのを  
願えるような素敵な人が  
口にできる言葉です。

ぜひ、まねしたいですね。

でも、“Good luck”って伝えるのは  
やっぱり恥ずかしいですね。

「きっといいことあるよ」

この言葉が、ニュアンスとして近いかもしれません。

伝えるのが恥ずかしいのなら、  
心のなかでつぶやくだけでも  
いいかもしれません。

相手の幸運を、どんどん願ってあげましょう。  
出会う人、みんなの幸運が願えることが  
自分の幸せであり、喜びであれば

人のために願った幸運は、めぐりめぐって、  
きっといつか自分のもとにも訪れます。

## 第5章 不平、不満、悪口、嫉妬、グチを口にしない

**不平、不満、悪口、嫉妬、グチを口にする人は、  
目の前の現実には振り回されています。**

忙しかったり、疲れていたり、心に余裕が無いと  
我慢や忍耐を忘れてしまって、

ちょっとしたことにも  
感情のコントロールが効かなくなります。

自分を責めるとやりきれないので、  
ついつい、周囲のせいになります。

不平、不満、悪口、嫉妬、グチがとまらなくなります。

その結果、どんどん人が離れていきます。

大切だったはずの友人、そして家族までも・・・。

やがて、人が信じられなくなって、

被害者意識がひどくなり孤立します。

人間関係全般に、ストレスを感じるようになります。

だから、目の前の現実には振り回されないでください。

現実には振り回されて、生きるのは危険です。

冷静になって、心の余裕をつねに持っていないと  
人への感謝の言葉もないし、人をほめることもできません。

人が離れると、運も離れます。

不平、不満、悪口、嫉妬、グチを口にしないでください。

「やられたらやり返す 倍返しだ」があたりまえの  
泥船のような不毛な現実には振り回されるだけで  
生きていくのが、一度きりの人生なのか？

よく考えてみてください。

**心に余裕が無い人は、人間関係を大切に出来ません。**

**焦らず一歩ずつ進みましょう。**

**その歩みによって、ある日、**

**運がめぐって、目の前に道がひらけます。**

そして、人生が成功へと加速します。

まずは、心の成功者になりましょう。

だから、そのためにも、

不平、不満、悪口、嫉妬、グチを口にしないでください。

## 第6章 自分のコンプレックスを言い訳しない

「バカなので」「お金ないので」「ブサイクなので」  
自分で自分コンプレックスを言い訳するような  
言葉を口にするのはやめましょう。

自己重要感を下げます。

**自分で自分の値下げのシール貼っているみたいです。**

人から安くみられます。

コンプレックスを自分から、告白するのは、  
人から理解してもらいたいという甘えです。

同情を買おうとするさもしさがあります。

悲劇のヒロイン演じて酔っているのかと思われま  
す。  
人は、人の魅力に惹かれて好意を持ちます。

コンプレックスに同情して好意をもつことはありません。

また、謙虚のつもりでコンプレックスを  
口にするのはやめましょう。

**謙虚は実力があって生きるもの。**

**ただの謙虚、それは卑屈です。**

自分のコンプレックスを言い訳するのをやめま  
しょう。

それだけであなたは何倍も魅力的な人になり  
ます。  
そうすれば、いつか自分を愛せて、強運体質  
になります。

## 第7章 魅力的なポジティブとは？

ポジティブには、いいも悪いもありません。

でも、

「嫌われるポジティブ」というのがあります。

どんなポジティブかというと

**「無神経なポジティブ」です。**

「無神経なポジティブ」は、  
周囲の人の目に、押し付けがましく映ります。

まるで、眠くて横になっている人の顔に  
懐中電灯を当ててくるような感じです。

繊細で感受性の強い人には、特に嫌われます。

せつかくのポジティブが、独善的で無神経だと

逆効果です。

もったいないですよ。

では、

魅力的なポジティブというのは、どんなものでしょう？

それは、

**いばらないポジティブです。**

**愛情があるポジティブです。**

ポジティブなのに、人がついてこないのは、  
そのポジティブが、どこか無神経なのです。

**魅力的なポジティブには、人が集める力があります。**

いばっていないくて、愛情のあるポジティブは、

ろうそくの明かりのようにささやかですが、  
次々とみんなの心に灯ります。

そして、

やがて、お互いを照らしあいます。

## 第8章 先を制す

あらゆる勝負事というのは  
ライバルの実力が同じくらいの場合に、  
序盤戦がとても大切になります。

たとえば、将棋。

将棋のタイトル戦を見ているとわかりますが、  
プロの棋士は序盤にすごく時間をかけます。

なぜなら

序盤でミスをすると、  
後半での勝負どころで、  
大きな差になって現れるからです。

だから序盤戦で、気が抜けないのですね。

また、サッカーでも、野球でも、  
序盤に得点を許してしまうと、  
精神的プレッシャーを背負うことになります。

特に、相手と実力が同じくらいのときは、  
先制点をとったほうが有利です。

勝負の流れは、まずは、  
先制した相手がにぎることになります。



相手のレベルが上の場合は、序盤の先制点で渡った流れは、取り戻せないまま、試合終了です。

同じように

人間関係も、初対面の印象が大切です。

初対面で、相手から苦手だと思われたり、嫌われたり、誤解されたりすると、

その印象の悪さをひっくり返すのに大きなエネルギーを使うこととなります。

さらに、

自分より、上のレベルの人は、初対面の印象で、相手を判断します。

特に、有名人は、3秒くらいで相手を判断します。

なぜなら、有名人は会う人も多いし、忙しくて時間もないのです。

そうなる、残念ながら、初対面の印象だけで目の前の人間が、自分にとって付き合っ得か、損か判断しなければならないのです。

初対面で「先を制す」ように工夫しておかないと、有名人には、名前も顔もおぼえてもらえません。

だから、何事においても、

**「先を制す」というのが重要です。**

特に、仕事で成功したいなら

「先を制す」という心構えが大切です。

**先を制すれば、リラックスしてマイペースで取り組めます。**

**不完全燃焼することなく、実力を十分発揮出来ます。**

一方、後手に回れば、取り戻そうと焦ってしまって、  
どうしても、ミスする確率が高くなります。

あらゆるシーンで強運を引き寄せる人は、  
常に「先を制す」ことを心がけています。

「先を制す」というセルフイメージ。

これが重要です。

先を制すれば、強運がめぐってきますよ。

## 第9章 恐怖心の克服

人は、恐怖に支配されると、冷静でいられなくなります。

何も見えなくなって、しゃべられなくなります。

からだは石のように固まって、動けなくなります。

パニックになって頭が真っ白になります。

そして恐怖が、怒り、嫉妬、絶望、無気力など  
負の感情をひきおこします。

負の感情によって、生きるためのエネルギーを  
無駄遣いします。

さらに悪いことに、恐怖は伝染します。

あなたの恐怖が、どんどん伝染して  
周囲に悪影響を及ぼします。

みんなを恐怖の発作の道連れにします。

なので、

もしあなたが恐怖を感じたら、どうしたらいいか？

以下のことをよく考えてみてください。

1. 恐怖を感じるものは、いま目の前にいるのか？

2. 恐怖を感じるものによって、いますぐあなたの命を脅かされるのか？

3. 恐怖を感じるものに、いますぐ財産を奪われるのか？

上記のどれにも当てはまらないのなら、

とりあえずは大丈夫です。

安心して下さい。

世の中には悪い人がいて、わざと恐怖を煽って  
あなたの心を支配しようとする人がいます。

恐怖で頭がいっぱいになったあなたは、  
判断力が低下します。

あなたは、恐怖から逃れて  
安心、安全を確保するための情報を探します。

そして、見つけた情報を、  
よく検討もせず、信じこんでしまいます。

そして、恐怖にとりつかれたまま行動します。

信じ込んだ情報が、悪い人が流した嘘の情報だとすると、

恐怖にとりつかれたあなたは、  
その悪い人に、簡単にだまされてしまいます。

普段は、だまされない人でも、  
巧妙に演出された恐怖に煽られると  
簡単にだまされるのです。

世の中には、恐怖に支配された人間がどうやって行動するか、  
を熱心に研究している悪い人たちがいます。

彼らは、間違った情報を流して、利益を得ようとして  
色々な仕掛けで、恐怖を煽ってきます。

そういう人たちから発信される情報に踊らされていると  
いいようにお金を奪われたり、利用されたりします。

例えば、オレオレ詐欺は、  
恐怖に襲われた人間の行動を  
利用した詐欺です。

靈感商法も、恐怖で売りつけます。

そして、

運の悪い人ほど、

嘘の情報によって簡単に恐怖に支配されて、  
誤った情報を鵜呑みにします。

その結果だまされて、  
人に操られ、利用されるのです。

そんな時、強運の人はどうするかでしょう？

強運の持ち主は、恐怖を感じたときも  
普段の通りの行動をとります。

反射的に動きません。

感情をコントロールできます。

そうすることによって、  
恐怖でパニックになるのを抑えます。

恐怖の感情をコントロールしながら  
時間を稼いで、状況をしっかり判断をします。

恐怖を煽っている人がいないか、よく考えます。  
受けとった情報の真偽を確認します。

やがて、解決策を探して、意志の力で、恐怖を克服します。

**強運の持ち主は、意志の力が強いのです。**

**恐怖感じても、普段通り冷静になるように  
感情をコントロールできる意思のある人ほど強運なのです。**

**人生そうそう困ったことなど起きません。**

**そういう腹の座った生き方が、幸運をもたらします。**

## 第 10 章 なめられない生き方

学校や職場でなめられて悩んでいるかたに  
一つの解決策を教えます。  
参考にしてください。

解決策は二段階になっています。

第一段階は、

**なめられるような人間関係の場所に行かないことです。**

『なめる-なめられる』という力関係が露骨に現れるような  
そういう場所に、いかないようにするのがいいでしょう。

具体的には、不特定多数の人が  
集まるような場所に行かないのがいいです。

夜中の漫画喫茶とか、安い居酒屋とか、暗いゲーセンとか、  
ラッシュ時間帯の電車やバスなどなど。

ストレスや不満の溜まっている人が、  
集まるような場所に  
わざわざ出かけていくのはやめましょう。

なめられる原因です。

病気が流行っているところに行けば、病気になります。

ストレスや不満が溜まっている人ばかり居るところにいけば、  
そういう人達は、はけ口を探しています。

腹をすかせた、狼の群れなんかに行くようなものです。

あなたが、おとなしい羊のような人なら、

かっこの餌食になってなめられるでしょう。

そしてなめられたあなたは、はけ口を探して  
よりおとなしい人を探して、  
その人に、なめた態度をとるでしょう。

あるいは、いばり散らすでしょう。

なので、不特定多数の人が集まる場所を避けましょう。

あと、

あなたが、職場や学校でなめられる場合は、

あなたにとって職場や学校が  
不特定多数の人が集まる場所なのだと思います。

だから、なめられます。

では、なめられない場所は、どこにあるのか？

結論からいえば、

**なめられない場所は、自分で作るしかないのです。**

なめられない場所を、探しているうちは、見つかりません。

なぜなら、なめられない場所を探すというのは、  
誰かが作った理想の場所を探している  
ということです。



そんな都合のいい場所はありません。

あっても、あなたの視界に届かないところにあります。

それは、他人に依存した考えです。  
自分の足で立っていないのです。

居心地のいい場所に、あなたが、入ってきてぬくぬくしたら  
もとから居た人は、嫌な顔するに決まっています。

なめられないような居心地のいい場所は、  
その場所を作った人が、一生懸命作った場所です。

そこに相応しくない、そして、ありがたみもわからない図々しい  
あなたが入ってきたら、元から居た人はあなたを追い出したくなります。

そういうこともわからないから  
なめられるのです。

だから、

誰にもなめられない人間関係の場所を、自分で作ることが大切です。

これが第二段階です。

それができない人は、なめられる場所で  
じっと耐えて我慢するしかありません。

おさらいします。

**第一段階** なめられるような人間関係の場所に行かないこと。

**第二段階** 誰にもなめられない人間関係の場所を、自分で作ること。

これができる人は、なめられない生き方をしている人です。

強運は、なめられない生き方をしている人にめぐってきます。

## あとがき

最後まで読んでいただき、ありがとうございました。

このレポートに書いてある、強運になるための具体的なステップは、非常に簡単にみえます。

**しかし、実践するのは非常に難しいです。**

**難しいからこそ、強運の人は少ないのです。**

しかし、このレポートで紹介した10のことは、

成功したビジネスマンや、トップアスリートは必ずやっています。

だからこそ彼らは、同じような実力の人をよりも成功しているのです。

このレポートに書いてある強運になる方法はほんの一部です。

僕の発行している『強運になる!!』というメルマガで、続きを紹介していくので、ぜひご購読ください。

メルマガ『強運になる!!』: <http://emfrm.com/CKG/fr/sphi/bRdwwb>

発行者情報

発行責任者：スフィンクス <http://sco9.com/8523-2>

ブログ：<http://sco9.com/>

メルマガ：<http://emfrm.com/CKG/fr/sphi/bRdwwb>

お問い合わせ <http://sco9.com/8622-1>

⇒ ご質問、ご相談、レポートのご感想などお気軽にどうぞ!!



強運になる!!

<http://sco9.com/>

Copyright (C) スフィンクス All Rights Reserved.