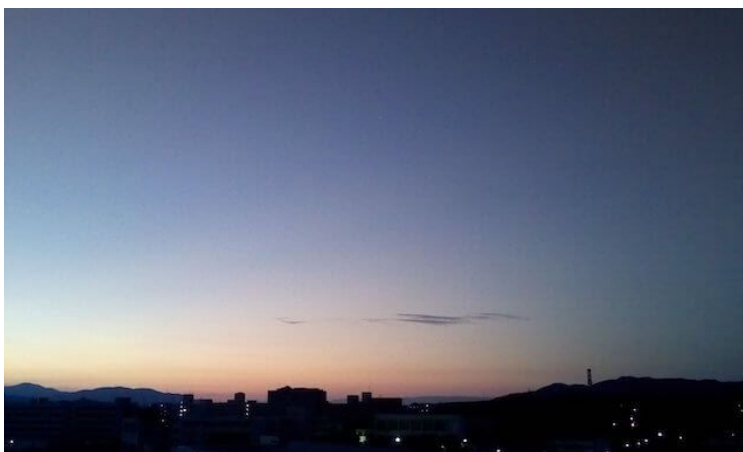


**成功習慣を身につけて夢実現！  
幸せ病・自分の器を広げるコツ他  
ハッピーなう通信まとめ4巻のサンプル版**



**著者：サト愛**

**はじめに【推奨環境】**

このレポート上に書かれているURLはクリックできます。できない場合は最新のAdobeReaderをダウンロードしてください。（無料）

<http://www.adobe.co.jp/products/acrobat/readstep2.html>

**【著作権について】**

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は作成者に属します。著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

# 目次

## [目次](#)

- [幸せ病になろう！から一部抜粋](#)
- [自分の器を広げるコツから一部抜粋](#)
- [心の掃除もしてストレス解消で成功習慣！から一部抜粋](#)
- [引き寄せの法則の真実！から一部抜粋](#)
- [視野を広げる習慣を身につけるコツから一部抜粋](#)
- [決断力をつけて夢実現から一部抜粋](#)
- [全文記載の目次と本物PDF（電子書籍）案内](#)

## [著者紹介](#)

## 幸せ病になろう！から一部抜粋



今回は、幸せ病になろうという話です。

幸せ病？と思いましたか。

成功者は幸せ病と言えますよ。

はい、どうせなら  
いつも幸せになる幸せ病だと思っ  
ますます、幸せが増えそうですね。

他の病気も消し飛びそうです。

幸せ病なら伝染しても嬉しいですね。

幸せが加速してハッピーなう！  
幸せが伝染してハッピーなう！

不幸になれなくなる病気だと思っ  
ると楽しいですね。

・・・サンプルなので後半省略・・・

## 自分の器を広げるコツから一部抜粋



今回は、自分の器を広げるコツについてです。

**成功習慣で、器を広げる事も大事です。**

先日youtube動画でコンフォートゾーンから出る為に  
自分で制限している枠(器)を広げる話をしました。

聞いていないよという人は、先にどうぞ

夢を叶える為には、今のぬるま湯生活コンフォートゾーンから脱出しよう 9分38秒

動画→ <https://youtu.be/2JfZPNPNFYg>

上記の動画から一部抜粋しますね。

毎日少しづつでも良いから

コツコツと器を広げていくことです。

ぬるま湯コンフォートゾーンから

ちょっと飛び出して

広げていくイメージです。

少しだけだと潜在意識の抵抗も少なく

馴染みやすいからです。

少し広がった器に馴染んだら

また少し広げていくというのを

繰り返すと良いです。

毎日少しずつ広げていくのがコツです。

具体的に何をすると良いの？

◆広げていくイメージはわかったから

具体的に何をすると器が広がるの？

そう思いますよね。

具体的には

自分が描いた夢実現に繋がる

今できる新しい事に毎日チャレンジしていくことです。

はい、今でも可能な

新しい事にチャレンジしていく事で

自分の器が少しずつ広がります。

なおかつ・・・サンプルなので途中大幅省略・・・

## 心の掃除もしてストレス解消で成功習慣！から一部抜粋



今回は心の掃除もしてストレス解消で成功習慣という話です。

前回は、部屋の掃除をしようという話でしたね。

心の掃除の話は、youtube動画で一般公開しています。

心の掃除5つの方法 10分29秒

<https://youtu.be/yR9sEwniQrc>

この動画にヒロ愛の意見も加えてもう少し深めます。

その前にサト愛が思う心の掃除の具体的な5つの方法を  
上記動画の内容から一部抜粋しますね。

1実際に部屋の掃除をしよう

実際に部屋がキレイになると心もスッキリ

2イメージで心の掃除を使用

心の部屋を掃除すれば部屋も掃除したくなります

3運動をしよう

心が喜ぶ運動をする事でスッキリ

4瞑想しよう

呼吸瞑想をすると効果的

5感謝をノートに書き出そう

感謝できない時もノートに

その時の気持ちを書いていると浄化

ヒロ愛もこの5つに賛成と言っていました。

更に ..

..サンプルなので途中大幅省略..

## 引き寄せの法則の真実！から一部抜粋



今回は引き寄せの法則の真実についてです。

成功者は、意識的か無意識かに関わらず  
成功を引き寄せる言動や態度、気持ちで生活しています。

そもそも引き寄せの法則は、  
誰でも意識的か無意識かに関わらず  
いつも使っています。

引き寄せの法則から逃げることはできません。

はい、今の現実  
少し前の自分の言動や態度、気持ちから  
引き寄せられたものなんですね。

もし今の現実が望まないものなら  
意識的に望む未来を引き寄せるように  
今話す言葉、態度、気持ちを  
明るく楽しく良い気分にもっていくことです。



無意識に現実を嘆いてばかりだと  
同じ現実を引き寄せるからです。

自分の人生は自分が思い描いた通りになります。

…サンプルなので途中大幅省略…

## 視野を広げる習慣を身につけるコツから一部抜粋



今回は視野を広げる習慣を身につけるコツについてです。

成功者は、視野が広いです。  
視野を広げる習慣があるからです。

では早速、どうすれば視野が広がるか？を書き出します。

自分と意見が違う人を観察しよう  
色々な職業の観察  
色々なライフスタイルを観察などです。

新しいことへチャレンジすると

見える世界が広がるので視野も広がります。  
そして・・・サンプルなので途中大幅省略・・・

## 決断力をつけて夢実現から一部抜粋



今回は決断力をつけて夢実現の話です。

夢実現に繋がる決断すべき時に迷っていたら  
チャンスを逃すことも多いですね。

あとで後悔しないためにも  
自分の心が喜ぶ事を決断するといいです。

決断は選択ですよ。

理性で常識とか周囲の影響  
幼い頃からの思い込み、古い信念などに惑わされて  
正しい選択ができないと、決断したあとも後悔したりします。

だからこそ心の声に耳を傾けて  
心が喜ぶ方、後悔しない方を選ぶといいです。

・・・サンプルなので途中省略・・・

こちら一般動画も参考にどうぞ  
夢を叶えるには難しい事は直ぐに止めて代わりにコレをしよう！

→<https://youtu.be/lguu5NOzVbc>

6分45秒

他では・・・

・・・サンプルなので途中大幅省略・・・

\*\*\*\*

以上、成功習慣を身につけて夢実現！幸せ病・自分の器を広げるコツ他まとめ4巻からサンプル用に6見出しから一部を少しだけ抜粋しています。  
これだけでもヒントが得られると思いますので活用どうぞ。

## 全文記載の目次と本物PDF（電子書籍）案内

そしてこのサンプルPDF（電子書籍）を無事ダウンロードして読めたら、全文記載の本物のPDF（電子書籍）も読むことが可能です。

成功習慣を身につけて夢実現！幸せ病・自分の器を広げるコツ他の全文電子書籍PDF版の目次を以下に書き出します。

目次

幸せ病になろう！

自分の器を広げるコツ

苦手な人への対応はどうする？

努力、努力と言うけれど

成長する怠け者と退化する怠け者の違い

自分を好きになるコツ

部屋の掃除もして心もスッキリ

心の掃除もしてストレス解消で成功習慣！

体の掃除デトックスで心も体もスッキリ綺麗！

ネガティブも活用して成功習慣

引き寄せの法則の真実！

視野を広げる習慣を身につけるコツ

結果の価値判断は不要！代わりにしたい事

決断力をつけて夢実現

コミュニケーション力をアップするコツ

読書力アップで読書習慣を身につけよう

## 著者紹介

51ページ、17810文字の電子書籍PDF版

成功習慣を身につけるコツを知って実践したい人は、noteで購入可能です。

成功習慣を身につけて夢実現！ 幸せ病・自分の器を広げるコツ他note

<https://note.com/satoai5/n/n54998f7d5997>

元になっているハッピーなう！通信の方に興味がある人はこちらをどうぞ

過去から解放されて未来が明るくなる！未来を開く笑顔になるハッピーなう！

→ <https://hikiyose3.com/top>

## 著者紹介

北 三十美 ペンネーム：サト愛

元薬剤師です。

夫で心の師匠のヒロ愛と二人で滞在型の旅をして暮らしています。

詳しいプロフィールは、こちらをどうぞ

<https://manacoco.com/profile/>

成功習慣が身につく幸運メルマガもどうぞ

無料→ <https://sora3.net/koun.html>

人気の電子書籍PDF版レポートもプレゼント中

マインドセット、心のあり方については

このブログをメインに書いています。

<https://manacoco.com/>

youtubeでは心だけでなくブログに役立つ情報を喋っています。

<https://mirai3.com/satoaiy>

twitterでも役立つ情報を呟いています。

<https://twitter.com/satoai3>

わたしの特技は、夢を叶えることです！

いっしょに、夢をかなえましょう。

尊敬と感謝をこめて

サト愛より [目次へ](#)