

お金を受け取る罪悪感が

喜びに変わる方法

なぜ？

申し訳なく感じるのか？

どうすれば？

喜んでお金を受け取れるのか？

「値上げできない」と悩む人の心の

中で起こっていることを解説しました。

※今すぐ値上げできる方法も

載っています

杉本 隆一著

なぜ、申し訳ないと思うのか？

「高いと思われていないかな？」

「金の亡者と思われていないかな？」

「また次も来てくれるかな？」

お客さんにお金を請求する時に感じるこんな抵抗感。

いつもへろへろになるまで全力でサービスを提供しているのに、なぜか罪悪感や申し訳なさなどの嫌な感情に飲み込まれてしまう。

これまでたくさん努力して、お金と時間と労力をかけてきたから、料金以上の価値を提供できていると胸を張って言えるのに・・・。

そんな罪悪感を感じる原因は無意識の領域にある「ネガティブな記憶」

普段は無意識下で眠っているネガティブな記憶が、お客さんにお金を請求するタイミングで刺激され顔を出し、申し訳なさや罪悪感という感情となってはじめて僕たちはその存在を知ることになります。

「ネガティブな記憶」の正体

僕たちは生まれてから今日まで、物心が付くよりも以前から良い事も悪いことも含め、たくさんさんの経験をしています。

- ・ 成功したりやり遂げた
- ・ 失敗したり達成できなかった
- ・ 褒められり認められた
- ・ 怒られたり叱られた
- ・ 無視されたり雑に扱われた
- ・ 愛されたり甘やかされた
- ・ バカにされたり侮辱された
- ・ 嬉しかったり楽しかった
- ・ 恥ずかしかったり情けない経験

1人での経験もあれば、親との経験であったり、友達との経験であったり、たくさんさんの経験をして色々な感情を味わって、それがネガティブな記憶ポジションな記憶として無意識の深い領域に蓄積されています。

そんな全ての記憶の内、傷ついたり悲しかったり嫌だった経験によってできた記憶が、ネガティブな記憶です。

・「出来事」＋「ネガティブな感情」＝ネガティブ記憶

起こった出来事には本来ポジティブもネガティブもありませんが、その時の自分の感情が加わることでネガティブな出来事として記憶されます。

そんなことが原因で？

ネガティブな記憶とは、ひと言でいえるならば「傷ついた記憶」です。

- ・抱っこしてもらえなくて寂しかった
- ・おむつを替えてもらえず不快な状態のまま放置された
- ・食べたいものを分かってもらえなくて悲しかった

特に、6歳になるまでに大きく傷ついた記憶は、その人の性格や行動にも多大な影響を与えます。

本人も親も覚えていない幼少期の「傷ついた記憶」の数々が、お客さんにお金を請求する時になると突然顔を出し、

「高いと思われていないかな？」

「金の亡者と思われていないかな？」

「また次回も来てくれるかな？」

こんな感情として湧いてくるなんて、しかもその原因が赤ちゃんの時に抱っこしてもらえなくて寂しかったからだなんて、誰が想像できるでしょうか？

値上げできない「2つの原因」

それでは話をビジネスに戻します。

「値上げしたいけど、怖くてできない」

「お客さんには好評だけど、値上げしたら来てもらえなくなるかも」

ビジネスをある程度発展させるとぶつかる問題に値上げがあります。

これは特に癒し系の仕事に従事している人に多い悩みですが、その原因は大きく分けて2つあります。

① お金に関するネガティブな記憶

② 自分に関するネガティブな記憶

この両方が刺激されることで、「お客さんからの評判も良いんだから値上げしてもいいと思うし、値段をあげないと正直しんどい」と頭では分かっているのに、怖いという感情が湧いてきて値上げができなくなってしまう。

① お金に関するネガティブな記憶

- ・家が貧乏でお金のせいで辛い思いをたくさんした
- ・お金の話をすると「意地汚い」「うるさい」と怒られた
- ・人はお金を持つと人間が変わって人生が狂うと教わった
- ・お金持ちはケチで従業員をこき使っている悪人だと言われた
- ・お金持ちは裏で悪どいことをしている犯罪者が多い（水○黄門など）

自分の経験、親や学校の先生、周りの大人、テレビや新聞で見たり聞いたりしたお金に関する「ネガティブな記憶」を抱えているので、

・お金Ⅱ汚い

・お金Ⅱ悪い怖い

・お金Ⅱ大変で苦労する

・お金持ちⅡ悪人や犯罪者

お金は汚くて怖くて持っていると思ったり悪人や犯罪者になって苦労するのであれば、嬉しいどころか嫌な感情が湧いてくるのは当然ですよ？

つまり、無意識下ではお金やお金持ちのことを否定している状態です。

②自分に関するネガティブな記憶

主に6歳までの傷ついた記憶によって、自分はお金（Ⅱ頑張ったことの対価）を受け取るに値しない人間だと思っている状態です。

- ・自分⇨愛される価値が無い（無価値感）
- ・自分⇨気付かれず放っておかれる存在（孤独感／疎外感）
- ・自分⇨何もできないし失敗する（無力感）
- ・自分⇨人よりも劣っている（劣等感）
- ・自分⇨何をしてても怒られる／責められる（罪悪感）

こんなダメな自分がお客さんから何か（この場合はサービスの対価であるお金）をもらうなんて申し訳ないとネガティブな感情が沸き上がります。

いわゆる「自己評価が低い人」がこの状態に該当します。

20倍の力

僕たちの脳には意識（コントロール）できる「顕在意識」と、意識（コントロール）できない「潜在意識」と呼ばれる2つの領域が存在します。

ポジティブな記憶もネガティブな記憶も、そのほとんどが潜在意識の領域にあって、普段は思い出すことも認識することもできません。

- ・意識（コントロール）できる⇨顕在意識3〜5%
- ・意識（コントロール）できない⇨潜在意識95〜97%

顕在意識と潜在意識の割合はおよそこのくらいと言われます。

つまり、意識できない潜在意識の方が、意識できる顕在意識のおよそ20倍も人生に影響を与えるとということです。

僕たちが「値上げしたい」と顕在意識で考えても、「お客さんが来なくなるかも」と20倍の力で潜在意識がそれを止めようとする。

勉強しても努力しても、頭で分かっているのに値上げができないのは、心の中でこんな対立構造があったからでした。

罪悪感が喜びに変わるには

お金に関するネガティブな記憶も、自分に関するネガティブな記憶も、それが真実かどうかは分かりません。（むしろそうでない事が多い）

まだまだ未熟な子どもが感情のままに傷つき、さもそれが真実であるかのように思い込んでしまったものばかりです。

とは言え、実際問題として、今の自分の潜在意識にあるネガティブな記憶とポジティブな記憶の量で、お金を受け取る時に申し訳なく感じるのか喜びを感じるのかが決まります。

・ネガティブな記憶（多） ∨ ポジティブな記憶（少）
↓申し訳なさを感ずる

・ネガティブな記憶（少） ∧ ポジティブな記憶（多）
↓喜びを感ずる

後者のように、お金と自分に関するネガティブな記憶を減らし、ポジティブな記憶を増やすと自然と喜びを感ずられるようになります。

今回は「お金」をテーマに話しましたが、この関係性はあらゆる事に対しても同じことが言えるので、何をやっても喜びを感じ満たされる「幸せ体質」を手に入れることができます。

対症と根治

ネガティブな記憶は心理学や精神医学でトラウマやメンタルブロックと呼ばれ、西洋東洋や公的民間を問わずさまざまな治療法があります。

- ・ 認知行動療法
- ・ 薬物療法
- ・ 曝露療法
- ・ ヒプノセラピー（催眠療法）
- ・ ヒーリング
- ・ インナーチャイルドワーク

また、治療には対症療法と根治療法の2種類の考え方があり、対症療法は症状が起きた後に抑えるために対応し、根治療法はそもそも症状が起きないように根本的な解決を目指します。

どちらも一長一短あるので、対症療法で即効性の恩恵を受けながら、根治療法で症状が発生しないようにするなど、両方をバランスよく取り組むのがオススメです。

今すぐ値上げして、喜んでお金を受け取れる方法

※紙を用意してください

1. 今まで投資してきた金額を全て書き出す
2. 勉強や試行錯誤に費やした時間×時給1000円で計算する
3. 12以外のサービス提供にかかる原価を全て書き出す
4. 1〜3を足して、【総原価】の額を算出する
5. お客様の悩みが解決されて幸せを受け取る量を金額に換算する
(幸せの量×年数〓〇〇万円) ※80歳を寿命と仮定する
6. お客様の悩みがそのまま解決されないと苦しむ量を金額に換算する
(苦しみの量×苦しむ年数〓〇〇万円)
7. お客様の悩みが解決されて幸せになった後、周り(家族、友人、同僚、近所さんetc...)にどれだけの良い影響を与えるか?書き出す
8. 4567を書き出して、目に見える場所に貼っておく

これであなただが提供しているサービスの【総原価】、あなたが与える幸せの【価値の総額】、あなたがいなければお客さんが味わう【苦痛の総額】を算出できました。

また、7番のワークではあなたのサービスによって【世界にどれだけ幸せが波及したか】その総量も見える化できました。

- ・ お金での価値の総額
- ・ 貢献度での価値の総量

この両方を具体的な数値として把握することで、いかに自分がやっていることが素晴らしく、今の値段が安いのか？愕然としたいと思います（笑）

「私はこれだけのお金をかけているし、こんなにも幸せを提供している」
「だから今の値段は絶対おかしい！安すぎる！」

心から本気で思えた時、不安も恐れも消えてなくなり、お客さんにお金を請求する際にも、自信を持って喜びとともに受け取れるようになります。

まとめ

- ・ お金を受け取る時に罪悪感を感じるのは「ネガティブな記憶」の影響
 - ・ 主に6歳までに作られた「ネガティブな記憶」による影響が大きい
 - ・ 値上げできない原因は2つ
 - ① お金に関するネガティブ記憶と② 自分に関するネガティブ記憶
 - ・ 潜在意識にお金に悪いイメージを持っていると自分が悪人で犯罪者になったような気がして嫌な気分になる
 - ・ 潜在意識に自分にダメなイメージを持っていると、こんな自分がお客さんからお金をもらうのは申し訳なく感じる
 - ・ お金を受け取る罪悪感をなくすには両方の「ネガティブな記憶」を癒す
 - ・ お金を受け取る喜びを感じるには両方の「ポジティブな記憶」を増やす
 - ・ 潜在意識は顕在意識の20倍の力がある
 - ・ 今すぐ値上げして、喜んでお金を受け取れる方法（強力な対症療法）
 - ① 【総原価】 【幸せの価値の総額】 【苦痛の総額】 を算出する
 - ② 【あなたが世界に与えた幸せの総量】
- 見える化すると「今の値段は絶対に安すぎる！」と本気で思える

あとかき

僕は物心ついた頃から自信が無くてずっと悩んでいました。

「監視される」「捨てられる」「信じてもらえない」「拒否される」「見下される」30歳で精神世界の勉強をするまで、自分の中にこんなにもネガティブな記憶が溜まっていたとは夢にも思いませんでした。

同時に、だから上手く行かなかったのかと納得し、やっとこの地獄から救われると安堵したのを覚えています。

ところがその後トラウマを解消するために十年近い年月を費やし、ひきこもったり人間関係が崩壊したり借金まみれになったり、精神世界を知る以前よりも壮絶な生き地獄を経験しました（笑）

今となっては良い思い出だと笑えるし、だからこそ100%の自信を持って「あなたも絶対できる！」と断言できます。

たくさんのお客さんを幸せにして、たくさん喜びを受け取ってくださいね。

「値上げができない」と悩むのは一見悪いことのように見えますが、ものすごく努力しているからに他なりません。

つまり、あなたはお客さんに一生懸命奉仕する頑張り屋さんです。

ただ、それで終わらないのがこの世の不思議です。

潜在意識にネガティブな記憶の方が多いいというだけで、20倍の力で自分のやりたい理想の状態になるのを抵抗され続けます。

頑張っても頑張っても思うように進まない。

ちよつと休憩するとすぐに戻ってしまう。

僕もこんな「向かい風」が一生続くのかと絶望していましたが、トラウマを癒やし、ポジティブな記憶を思い出すことで抜け出すことができました。

僕の経験が1人でも多くの人のお役に立てれば幸いです。

60分無料電話相談やっています

杉本と直接話して、長年の悩みから解放されませんか？

(ちなみに僕は電話が大好きです笑)

- ・自分にはどんなネガティブな記憶／ポジティブな記憶があるのか？
- ・その記憶に最適なワークは？
- ・もつと単価を上げてお客さんに喜ばれるにはどうすればいいか？

僕もそうでしたが、意外とみんな自分のことを知りません。

苦手なことを頑張るよりも、「今まで見落としていた大事な事に気付く」だけで何年という時間＝命を無駄にせずに済みます。

QRコードから杉本の公式LINEに登録すると電話相談の申し込み方法が受け取れます。

あなたと地獄自慢し合えるのが楽しみです。

