

# これであなたも元彼と復縁出来る！レポート

恋愛カウンセラー 香月まみ

連絡先

situren.bizin@gmail.com

LINE@

@kozukimami

辛い恋のお悩みはこちら

<http://siturenbizin.xii.jp/>

kindle で本出してます。

「彼にフラれて途方に暮れた時最初に読む本」

<https://www.amazon.co.jp/dp/B01MA3310Z>

はじめまして！香月まみ（こうづき まみ）です。

はじめまして。

香月 まみ（こうづき まみ）です。

「これであなたも元彼と復縁出来る！レポート」のダウンロードありがとうございます。

このレポートは、

少しでもあなたの辛い気持ちが楽になるように、

あなたがまた前を向いて歩き出せるように、

そして、

なにより復縁って、あなたが思っているほど難しいものじゃないって知って貰う為に作成しました。

私の知識を余す事なく、思いっきり詰め込んだ内容になっています。

実は、このレポートだけで復縁された方もいるんですよ。

あなたも、これをしっかりと読んで頂ければ、また彼と笑い合える日がきますからね。

大事な事しか書いていませんから、心して読んで下さいね。

さあ、あなたがもう一度元恋人と幸せになる為の一步を踏み出しましょう。

私からあなたに、ひとつだけお願いがあります。

レポートを読んだ感想を、一言で良いので頂けませんでしょうか。

私はこのレポートを作成する為に計100万以上投資していますが、復縁の悩む方の力になりたいという思いから、今回完全無料でお届けしています。

本当に一言で良いので、感想を頂けるとめちゃくちゃ励みになります。

よろしくお願ひします。

# 著作権について

これであなたも元彼と復縁出来る！レポートの著作権について

○「これであなたも元彼と復縁出来る！レポート」（以下、本冊子と掲載する）は、著作権法で保護されている著作物にあたります。

本冊子の取り扱いについては、以下の点をご確認下さい。

本冊子の著作権は発行者 香月まみ（以下、「発行者」といいます）に属します。

発行者の書面による事前の許可なく、本冊子の一部、または全てを印刷物、電子ファイル、テープレコーダー、ビデオ、CD、DVD、WEB サイト等のあらゆるデータ蓄積手段により複製、流用、転載等を行うことを禁止します。

○使用許諾約款本約款は、本冊子を購読した個人・法人（以下、「クライアント」といいます）が本冊子を利用するにあたり、以下の条項を遵守していただくための約款となります。

当該約款を必ずお読みいただき、遵守していただけない場合は、発見次第法的手段を執らざるを得ませんので何卒ご了承下さい。

## 第 1 条〈本約款の目的〉

発行者が著作権を有する本冊子に含まれる情報を、本約款に基づきクライアントがその範囲内において使用する権利を承諾するものとします。

## 第 2 条〈禁止事項〉

本冊子に含まれる情報は、全て発行者に属し、著作権法によって保護されています。

クライアントは本冊子から得た情報を発行者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。

クライアントは、あらゆる営利目的以外の個人での使用のみ可能とします。

## 第 3 条〈契約の解除〉

クライアントが本契約に違反したと発行者が判断した場合、発行者はいかなる通告も無く、使用許諾契約書を解除できるものとします。

## 第 4 条〈損害賠償〉

前 2 条の違反行為によって発行者に損害が生じた場合、クライアントは当該損害について賠償の責を負うものとします。但し、クライアントの責に帰すべき事由に限ります。

## 第 5 条〈責任の範囲〉

本冊子の情報の使用の一切の責任はクライアントにあり、この情報を使って損害が生じたとしても、発行者は一切の責任を負いません。

これであなたも元彼と復縁出来る！レポート

発行者：香月まみ

## 目次

はじめまして。 .....	2
著作権について .....	3
はじめに .....	4
第1章 復縁と普通の恋愛の違い .....	8
第2章 男女は全然違う生き物だった .....	10
第3章 男性の基本 .....	12
第4章 女性の基本 .....	13
第5章 過去は過去。だから未来は変えられる。 .....	15
第6章 あなたが今想像してる暗い未来は90%実現しない .....	16
・第7章 男性に求められる女性になる .....	19
第8章 復縁成功への手順。 .....	23
・顔を合わせる機会はないが、連絡すれば返ってくるパターン。 .....	23
・気まずい関係だが、連絡は取れる .....	24
・会えないし、連絡を拒否されているパターン .....	25
実際に会う .....	27
彼が気になって仕方が無い女になる .....	28
・復縁する .....	29
最後に .....	30

## はじめに

はじめまして。

カウンセラー 香月まみです。

「これであなたも元彼と復縁出来る！レポート」をダウンロードして頂きありがとうございます。

このレポートは、内容を正確に理解し実行して頂く事が出来れば、必ず復縁出来ると断言しても、決して過言ではないと思っています。

それぐらい濃い内容となっています。

ただ、その為に約束をして欲しい事があります。

ひとつは、このレポートは決して読み飛ばさないで頂きたい事。

そしてもうひとつは、レポートを見なくても、内容を言えるぐらい何度も読んで頂きたい事です。

このレポートは、あなたにとって無駄な情報や必要のない情報は一切入っていません。

ただ、きちんと理解しないまま次に行ったり、適当に読み飛ばしてしまうと、

間違った事をしてしまったり、違う方向に進んでしまったりと、復縁からどんどん遠ざかってしまいます。

中には取返しの付かない状況になってしまうなんて事も・・・。

そんな悲しい事にならない為に、そして、出来るだけ早く彼との幸せな時間を取り戻す為に、

この二つの約束事は必ず守って下さいね。

私はこのレポートを作成する為に、セミナーへの参加や参考書購入など、100万円以上をかけました。

それは、あなたに絶対に失敗して欲しくないからです。

確実に復縁して欲しいから、私が今まで自分の経験と、

毎月100名以上の復縁カウンセリングで培った技術に加え、

100万以上をかけて新たに得た知識を元にこのレポートを作成しました。

ですから、ネットで簡単に閲覧出来るような薄い情報ではありません。

勿論、ネットに乗っている情報が全て間違っているという訳ではありませんし、中には有益な情報も存在しますが、ほとんどが嘘の情報や、使えない内容、業者によるステルスマーケティングである確率も高いです。

あなたが嘘と本物の情報を見分ける力があり、ご自身の状況に適應されるかどうかを正確に判断出来るなら、ネットの情報だけでも十分復縁出来ると思います。

でも、もしあなたが過去の私と同じように、ネットの情報に振り回されているのだとしたら、このレポートはそんなあなたにぴったりです。

少し私の話をしますと、私がこのお仕事をはじめずっと前、20代の頃の話ですが、私もあなたと同じように大好きな彼がいて、復縁したいと望んでいた時がありました。

その時の私は、ほとんどの方がされるようにネットで復縁方法を検索し、その情報だけを武器に活動をしていました。

だって、セミナーに行くのはめんどろだし、カウンセリングを受けるのはお金がかかるし、何よりネットで検索する事が一番楽で効率的だと思っていました。

結論から言うと、その時の私の復縁は叶いませんでした。

ネットに書いてある嘘の情報に満足し実行したばかりに、惑わされ、どんどん状況は悪化し、最終的には音信不通になってしまいました。

今の私だったら、自分の何が間違っていたのか、どうすれば良かったのかを全て理解していますが、

当時の私には間違いを訂正してくれる人も、その環境もありませんでした。

私は、そんな当時の私のような復縁に失敗して悲しい思いをする人を無くしたい。

大好きな恋人を失い、絶望の中自殺を考えるような状況をゼロにしたい。

今、このレポートを読んでくれているあなたの力になりたい。

そんな思いでこのレポートを書きました。

では、この後はいよいよ本題ですが、その前にあなたにお伺いします。

これは根本的な質問ですが、とても重要な事です。

「あなたは本当に復縁したいですか？」

もし、少しでも復縁に迷いがあるとか、復縁はしたいけれど将来の事を考えると不安があるといった事はありますか？

そう思う事がダメだという復縁カウンセラーの方もいますが、私はそんな風に迷うのは当然だと思います。

人の気持ちはとても不安定で、特に傷付いている時は様々な事を思うものです。

だから、迷って当然です。

迷うのは良い。

それは弱さではありません。

でも、「偽りの復縁したい」はダメです。

それは、あなたも、相手も、誰も幸せにならないからです。

「偽りの復縁したい」というのは、例えば、

自分をフツた相手に復讐してやりたいとか、

会うと嫌な気持ちになるとか、

相手の事が心底大嫌いだと思うとか。

これは偽りの復縁したいです。

本当に復縁したいというのは、

相手の事が大好きで、

弱さやダメなところも全て理解した上で、受け入れる事が出来ると思えかどうかです。

もし偽りの復縁したいであると思ったなら、これ以上このレポートを読む意味はありません。

復縁なんて考えず、相手の事を早く忘れる努力をした方が良いです。

どうですか？

あなたは本当に復縁したいですか？

相手とコンタクトを取る限り、どんなに避けようとしてもまた傷付くリスクはあるし、ダメージを受ける場合だってあります。

プライドを傷つけられる事もあります。

正直に言うと、他の人と新しい恋をした方が早いし、何より楽です。

それでも、やっぱりあの人しかいないと思いますか？

世界中を探しても、あの人以上に心を奪われる人はいないと思いますか？

あなたがそう思えるなら、このレポートは必ずあなたのお役に立てると思います。

## 第 1 章 復縁と普通の恋愛の違い

復縁の流れをごぞんじでしょうか？

通常の恋愛も、復縁も、流れは同じものだと思っている人が多いです。

確かに、同じ恋愛のカテゴリーですし、相手の感情を動かすという意味では、通常の恋愛も復縁も変わりはありません。

でも実は決定的な違いがあります。

それは、好意の表し方。

通常の恋愛と復縁では「自分の気持ちの見せ方」が全然違うのです。

そこを知らなければ、復縁はどんどん遠ざかっていきます。

もし、あなたが相手とお付き合いをした時のような状況を作れば復縁出来ると思っているなら、

かなり危ないところでした。

復縁の基本姿勢は、

「未練の無い素振り」と

「人としては尊敬しているけれど復縁する気はない様子」です。

通常の恋愛というのは、早い段階から自分の気持ちをお互い程度みせていく方がスムーズに進みます。

会う頻度を上げ、親しげな雰囲気と接すると、相手もどんどんあなたの事が気になってきます。

ですが、復縁でこれをやってしまうと、ほとんどの場合上手くいきません。

中にはLINE をブロックされてしまったり、キツイ言葉を投げかけられてしまったりなんて事も・・・。

そうなると思しいですよ。

なぜ通常の恋愛のように接する事がダメなのかと言えば、

「相手があなたの未練を警戒しているから」です。

別れの理由は人によって様々ですが、

どんな場合の別れでも「別れた」という事は、現時点では、相手はあなたから距離を取る事を選んだという事です。

なのに、普通の恋愛のように好き好きアピールをして近付いてしまうと、

距離を取りたい相手は困って、あなたを必要以上に遠ざけようとします。

「気持ちを伝えられても困る」

「こっちの気持ちは完全に無視かよ」

「そういうところが嫌なんだよ」

変に気を持たせるのは可哀想だと、相手なりのやさしさから距離を置こうとしたり、

勘違いされると面倒な事になると、あなたを避けようとします。

そうなると思あなたは辛くなって、ますます自分の気持ちをアピールして相手の気持ちを惹こうとしますが、

そんなあなたに相手はますます離れていく・・・。

これが、復縁がこじれる大きな原因です。

必ず誰にでも当てはまるという訳ではありませんが、多くの場合はそうです。

好意を伝えさえしなければ、今頃は普通に連絡が取れていたのに・・・とか、

ぐいぐい好意を伝えたばかりに、関係がギクシャクしてしまって復縁出来なかったというパターンはかなり多いです。

つまり、復縁において序盤からストレートに好意を伝えるという事はめちゃくちゃ危険度が高い事なのです。

いわば、あなたが今の時点では買う気が無いと言っている商品を、

「店側としてはどうしても売りたい。あなたが買って欲なければ不安でたまらない。

こんなに頼んでいるのになぜ買ってくれないの？」

と、泣きながら押し売りされているようなものです。

お客さんの立場に立てば分かると思うのですが、

今は欲しくないと伝えているのに、ガンガンアプローチされるのって、

面倒というか、かなり迷惑ですよ。

復縁の場合はまさにこれで、

お断りしているにも関わらずガンガン好意を伝えられると、

相手にとってあなたの存在が苦痛になってしまいます。

では、具体的に「どのように相手に接するのか」ですよ。

さきほどチラッと触れましたが、基本は、まずは友達として接し、相手の反応を見る事です。

相手への気持ちはもうないよ！という素振りを相手にみせて、相手の温度を測る。

相手の好意を感じたら、こちらは相手よりも少なめに好意を出す。

そうやって相手の温度に合わせながら進めるのが、復縁が上手くいく秘訣です。

つい付き合っていた時の実績から、同じようなテンションやりとりを相手に求めてしまう方も多いですが、

相手は、付き合っていた時とは別の人だと考えた方が上手くいきます。

## 第2章 男女は全然違う生き物だった

私は月に100名以上の方をカウンセリングさせて頂きませんが、

男性からよく受ける質問は、「彼女が結局何が言いたかったのかわからない」です。

女性からよくある質問は、「どうしてわかってくれないんだろう、なぜ彼はいつも話を聞いてくれないの？」です。

これって、男女の本質の違いを、そのまま表している質問だなと思います。

男女は、決定的に違う生き物です。

同じ人類ですが、性格、考え方、価値観、行動、頭の中がまるで違います。

同じ言葉を聞いても、同じものを見ても、受け取り方や感じ方が違います。

同じ一言でも、伝えたい事が全く違うのです。

ですから、上記のような質問が生まれ、誤解が生じるのです。

男女間のトラブルは、「相手も自分と同じように考え、受け取り、感じるに違いない」という前提から生じます。

特に恋人というのは、誰よりも密な関係です。

人は自分と密接な関係にある人ほど、「わかってほしい」という欲求が強くなりますし、

この人ならわかってもらえるという期待もあります。

それがケンカや衝突の根本的な原因です。

男性と女性は絶対に差別してはいけませんが、区別は必要だと思っています。

性別の違いを知り理解する事で、男女間のトラブルはほとんど回避出来ます。

それを踏まえて、もう一度別れに至った状況を思い出して頂きたいのですが、

あなたは何故、別れる事になってしまったのでしょうか？

勿論、その理由は人によって様々だと思います。

カウンセリングでも、理由を明確に答えて頂けるクライアントさんもいれば、全く理由がわからないとおっしゃる方もいます。

理由が全く的外れである場合もあれば、前述したような男女の違いを全くご存じない事が原因である事もあります。

でもどんな場合でも、相談者が男性でも女性でも、共通している事が一つあります。

それは、「相手の心を傷つけてしまった」という事です。

## 第3章 男性の基本

男性というのは、

女性よりも随分ストレートな生き物です。

人間の三大欲求である、食欲、性欲、睡眠欲を基本に、まっすぐ生きています。

男性と一言で言っても、自信満々なタイプから、お調子者タイプ、気弱そうに見えるタイプまで様々ですが、

どんなに偉そうにしている、中身は純粋な少年です。

現状の自分を100%受け入れてくれる事をパートナーに求め、批判やダメ出しは苦手。

彼女や親しい人からのアドバイスも結構嫌がりますし、我慢は下手です。

壁にぶつかると、正面から受け止め、攻撃し、その壁を壊して前に進むタイプと、

壁にぶつかる事を徹底的に避け、トラブルからは逃げの一手に出るタイプの両極端に分かれます。

常に勝ち負けや競い合い、結論を求め、自分の力を証明する事が人生のテーマです。

ムードや雰囲気にはあまり頓着せず、自分の力を証明したいという思いが先に立ちます。

実は自分に自信がない男性も多く、何とかして自信を持ちたいという思いも強いです。

常に誰かのヒーローでありたいという憧れもあります。

ですから、例えば、女性にとっては愛を深め合い、素晴らしい時間を共有する事が目的のSEXでも、

余韻に浸る間もなく、いった？何回？前の彼と比べてどう？今までで何番目に良かった？など、

男性の力の証明と、自信を持ちたいという思いから出た質問が、

デリカシーの欠片もない質問になってしまい女性をげんなりさせたりします。

ただこれは、男性の遺伝子に組み込まれた仕組みなので、どうする事も出来ません。

デリカシーの無い質問をしない男性は、兄弟に女性がいるか、女性が多い環境にいるなどで、

女性の扱いに慣れた方です。

あなたが今回彼と別れたということは、

あなたは彼の中の純粋な少年を傷つけたか、

ありのままの自分を受けれてくれないと思われてしまったのでしょうか。

自分の一番の理解者であり、味方であったはずのあなたが、

いつの間にか彼にとってストレスのかかる相手になってしまい、最終的に別れを告げたというわけです。

## 第4章 女性の基本

男女の違いを話す時、比較の為に女性についても話をした方がより深く理解出来るので、

少し女性についてもお話ししますね。

女性は、男性に比べると我慢強い生き物です。

壁にぶつかったら、まずは我慢し、その壁を避ける方法を周りとは協力しながら探そうとします。

どんなタイプの女性でも、基本はみんなまず我慢です。

どの程度我慢出来るかは、その女性のタイプによって変わります。

彼女からフラれた男性が決まって言うのは、

「突然別れを切り出されて混乱している」

「もっと前から話し合いたかった」

「なんの前兆もなかった」

これは、女性が男性に比べるとかなり我慢をするからです。

ぎりぎりの限界まで我慢し、突然爆発するのです。

正確に言うと、突然爆発している訳ではなく、前から微かな兆候はあったはずで。

これが同じ女性であれば、もっと前に気付いたでしょう。

ですが、本当に嫌ならわかりやすくストレートに表現するだろうという男性ベースで考えていた為に、見逃していたのです。

また、女性が男性にとって苦痛の種である雑談を好むのは、

常に周りとの情報の共有を行い、問題が生じた時の為の協力要請の下準備を本能的にしているからです。

ベース作りがしっかりとなされていれば、いざという時に周りとの協力するのもスムーズですからね。

そして、男性が縦軸で物事を考えるのに対し、女性は横軸で考えます。

同調、共感、協力。愛、安定、雰囲気大切に、自分の存在に価値を見出す事が人生のテーマです。

つまり、女性が男性に望んでいる事は、「私を見て、かまって、愛して、話を聞いて」です。

男性に比べて、自分の存在が無視されたと感じるものに強い不快感を示します。

ですから、LINEの既読スルーにもものすごく腹が立ち、

「相手からいかに大切にされているか」にとっても敏感です。

「自分は愛されるに値する」という事が確認出来ないと不安になります。

どうやって確認しているかと言えば、

「自分の話を聞いて共感してくれているかどうか」で判断しています。

ですから、男性からの冷静なアドバイスに不機嫌になるのです。

アドバイスというのは、違う角度からの方向転換ですから、共感とは真逆の性質を持ちます。

男性が真剣にアドバイスすればするほど、

女性はわかってくれないと感じてしまい、ケンカになります。

女性から別れを告げられた場合は、「共感が足りなかった」の一言に尽きます。

女性は、必ず自分の気持ちを分かってくれるという確証がなければ不満を言わないので、

それが積み重なってストレスになり、爆発したという訳です。

## 第5章 過去は過去。だから未来は変えられる。

ここまで読まれて、「自分が彼の負担になっていた…」と落ち込んでいるのではないのでしょうか。

大丈夫。

落ち込む必要はないですよ。

私が復縁カウンセラーをはじめてから一番驚いたのは、

「自分からフってしまったが復縁したい」というご相談が半分ぐらいある事でした。

フった側が復縁を望むのは、日常的にある事です。

ですから、今はとても不安な気持ちに包まれていると思いますが、

あなたが思っているほど、心配する事はありません。

それに、時間が経てば経つほど、

相手のあなたに対するマイナスイメージは薄れていきます。

ここでちょっと想像してみましょう。

例えば小学生の頃に些細な事からケンカ別れをして、

そのまま一度も会わず疎遠になっていた親友から、

同窓会の案内の手紙が届いたとします。

手紙の内容は、「久しぶり！元気にしていますか？同窓会で会えるのを楽しみにしています」

と、書かれていました。

その親友の事をどう思いますか？

純粋に手紙をくれた事が嬉しくないですか？

ケンカした事も懐かしい思い出となって、会いたいと思うのではないのでしょうか。

これは時間が経ったからです。

復縁においては、ここまで長期間空ける必要はありませんが、

時間と共にマイナス面が薄れ、全部が良い思い出になるというイメージは出来たのではないのでしょうか。

ですから、どんなに失敗していても大丈夫ですし、今は連絡が取れなくても巻き返せますよ。

そもそも、過去はどんなに悔やんでも消せるものではありません。

私にも戻りたいと思う瞬間はありますが、どんなに望んでも戻れた試しがありません。

だったら、悔やむだけ無駄だと思いませんか？

人の人生というのは、繋がっているものではなく、一瞬の連続で出来ています。

過去は過去です。

未来は変えられます。

過去には、後悔ではなく、反省と学びの機会を得た事を感謝しましょう。

そして、この状況からどうするのか、ここから何が出来るのかを考える事が重要です。

## 第6章 あなたが今想像してる暗い未来は90%実現しない

私のクライアントさんの中には、ほぼ毎日電話相談をご利用される方もいます。

いつも電話を切る時は、「不安がなくなりました♪」とおっしゃって下さるのですが、

次の日には決まって「昨日のお話しで納得出来たのですが、やっぱり不安で・・・」とおっしゃいます。

私と話をしている時は不安が解消されるのに、

1人になると悪い想像ばかりしてしまうのでしょう。

この方に限らず、「不安にならなくていいですよ」とか、

「状況は少しずつ良くなってきていますよ」とお話ししても、

不安というのはずっと付きまとうものですよね。

「私の事なんてもうなんとも思っていないんじゃないのかな・・・」

「再度告白して、またフラれたら・・・」

「こんな事をLINEして、重い女って思われたらどうしよう」

「復縁出来ても、また浮気されたら・・・」

「完全に友達として割り切ってしまったんじゃないのかな・・・」

こんな風に、相手の事を大切に想えば思うほど、不安に思っちゃいますよね。

では、少し視点を変えてみましょう。

どうしてそんな風に不安に思うのでしょうか。

それは、相手の反応が日によって劇的に変わるから？

重いよって言われたから？

復縁したら、相手が浮気をするという決定的な証拠があるから？

おそらく、違うと思います。

相手が何かしたというよりも、相手の言動を一人で分析している内に、

だんだん不安が沸き上がってくるのではありませんか？

はっきり言いましょう。

あなたが不安なのは、あなたの想像です。

もしかしたら・・・という、妄想とも言えるでしょう。

人ってね、不安な方が安心するんですよ。

だから、あなたの不安はよくわかります。

人が不安な気持ちになる時は、過去のネガティブな経験が関係しています。

現在や未来の事に対する考え方や感情の9割は、過去からの影響によって形成されると言われています。

これを90対10の法則と言います。

「既読スルー」という状況をとっても、嫌われたから返事がこないというのは可能性の一つに過ぎません。

既読スルーされたからといって、復縁出来ないと決めつける根拠はありません。

もしかしたら仕事が忙しいのかもしれないし、

会話が収束したからこれ以上返信する必要がないと判断しただけかもしれません。

あるいは、自分から別れを告げたにも関わらず、やり直したいなんて身勝手だと苦悩しているのかもしれませんが。

友達として仲良くしたいけれど、あなたに期待を持たせるのはよくないとの思いから返信出来ないのかもしれませんが。

ね？

客観的にみれば、ネガティブな理由だけではなく、あらゆる理由が考えられます。

でもあなたは不安になる。

その理由はただ一つ、

別れた時の事や、これまでの過去の経験、出来事を思い出しているからです。

ネガティブな経験をした過去がない人は不安にならないんですよ。

でも人は、基本的にネガティブに出来ています。

ネガティブというのは、同じ過ちを繰り返さないようにする為の自己防衛機能です。

ですから、悪いものではないのですが、復縁においては非常に厄介です。

でも、この 90 対 10 の法則を理解するだけで、

ご自分の事を客観視出来るので、少しは不安が減るのではないのでしょうか。

あなたが不安になった時は、目の前の発言や出来事に、自分の過去を投影してネガティブになっているだけだという事を思い出して下さい。

## ・ 第 7 章 男性に求められる女性になる

私は、復縁の最終到達地点は、相手から

「俺には君しかいない。君と復縁して一緒に幸せになろう」

と、言われる事であると思っています。

この話をクライアントさんにすると、ほとんどの方が

「そんなの絶対無理」

「私から言わないとダメだと思う」

とおっしゃいます。

最初は誰だってそう思います。

でもね、相手が自ら望んで復縁しなければ、ある重大な問題が出てくるのです。

それは、あなたが相手を信じられないという点です。

仮にあなたが復縁を持ち掛け、相手が了承したとします。

最初はあなたも嬉しいでしょう。

ここまで頑張ってきてよかったと思うでしょう。

でも、時間が経つにつれ、今までは想像していなかった別の不安が出てきます。

それは、

彼がまたこっそり別れを考えているのではないか、

突然別れようと言われるのではないか、

また他に好きな人が出来たと言われるのではないか、

あるいは、私の事はもう好きではないのではないか・・・

という不安です。

そうなると、相手の言動や行動がどんどん信じられなくなり、

束縛したり、相手を試すような事をしてしまいます。

信頼してくれない相手を信じる人はいませんから、

信用してくれないあなたに彼もガッカリするでしょう。

復縁したけれど、結局別れてしまうカップルというのは、

恋愛において一番重要な信頼関係というものをお互いの間に築く事が出来ず破局してしまうのです。

そんな悲しい事にならない為には、必ず彼からやりなおしたいと言われる必要があります。

彼との関係に、彼から復縁を望まれたという自信が持てるからです。

相手から復縁を望まれる重要性をご理解頂けたでしょうか。

その為にする事は、みなさんご存じの「自分磨き」です。

自分磨きと言うと、全くの別人格になるようなイメージを持っている方がいますが、そうではありません。

まず、あなたに理解して頂きたいのは、別人になる必要は全くないという事です。

彼はあなたの人格を嫌いになった訳でも、人として嫌いになった訳でもありません。

ただ、あなたの行動や言動が嫌になっただけです。

そもそも、彼はあなたの事が好きだったのですから、別人になるメリットがありません。

特に女性は、自分自身と問題を分けて考える事が苦手なので、

フラれると自分の全人格を否定されたと思いがちですが、

関係が上手くいかなかった原因は、男女のすれ違いなのであって、

あなた自身に問題があったわけではありません。

では、具体的にどのように自分を磨けばよいかですよ。

男性が好む女性になる為にあなたがする事は、

男性向けのコミュニケーションを磨く事です。

男性が好む女性像は、

無邪気な子供っぽさと、

彼の為にある母性の両面を併せ持つ女性です。

無邪気な子供っぽさとは、

ワガママで、

自由奔放、

色気があって、

男を振り回し、

どうすれば自分の要求が通るのかを知っている小悪魔な面。

そして、彼の為にある母性とは、

男性を自由にさせて、

陰で支え、

適度に世話好きで、

家族を愛し、

清潔感に溢れ、

控えめで、

清楚な聖母の面。

どちらか一方ではダメで、必ずこの二面が必要です。

男性に当てはめてみればわかりやすいと思うのですが、

普段は無邪気で子どものような母性本能をくすぐる可愛さがあるけど、

あなたがピンチになれば、あなたを全力で守り、

あなたの為ならどんな危険も厭わない男性。

スーパーヒーローのイメージそのままですが、

想像しただけできゅんきゅんしちゃいますよね。

必ず両面が必要である理由は、

小悪魔な面だけでは、相手に「分かってくれない」という不満が生まれてしまいますし、

聖母だけではいずれ「飽きられてしまう」からです。

この相手を「受け入れる」と「振り回す」のバランスはとても難しいものです。

ただ、大抵の場合、最初はみんな無意識に出来ています。

でも、いざお付き合いがはじまると、

この二つがどちらか一方だけに偏ってしまう方が多いです。

最初は相手がぐいぐい来ていたけれど、

いつの間にか自分一人が頑張らなければいけない状態になっているパターンが多いですね。

そして、それが彼にとってのストレスになり別れを告げられてしまいます。

あなたは小悪魔タイプでしょうか？

それとも聖母でしょうか？

私にご相談頂くクライアントさんは、付き合いの過程で聖母寄りになってしまう方が大半です。

それが行き過ぎて、尽くし過ぎて関係が破たんしてしまったというご相談が多いですね。

自分を磨くには、まずは正確に自分の性格を分析する事。

そして、両方の幅でギャップをみせて、

男性にストレスを与えず、不安にさせず、退屈もさせない女性を目指しましょう。

大丈夫。

あなたならきっと出来ます。

## 第8章 復縁成功への手順。

今では、復縁に必要な原理をお伝えしてきました。

この章では、彼と連絡をとる時の手順について具体的に説明します。

コツさえつかめば、復縁は簡単ですから、

まずはしっかりと理解して、あなたの今までの言動を照らし合わせてみて下さい。

### ・顔を合わせる機会はないが、連絡すれば返ってくるパターン。

連絡が返ってくると言っても、返信率8割の方から、なかなか返信がない方、返信がある時と無い時がある方まで様々だと思います。

返事があるという事は、相手にそこまで警戒されていないという事なので、

このまま徐々に距離を詰めて、2人で会うまで持っていきたいですね。

その為には、相手にもっとあなたと話したいと思わせる必要があります。

男性に会いたいと思わせるポイントは「話題」です。

### ・自分の話より、相手の話を聞く

- ・雑談ではなく、目的を持った会話をする
- ・彼の得意な事や、彼にしかわからない話題を質問する。
- ・長文は送らない
- ・YES か NO で答えやすい質問をする
- ・ひとつのメールやLINE に、質問は一つ
- ・彼から返事が来たら、リアクションはオーバーに。彼から返事がある事は当然の事ではない。
- ・最後は必ず「すごい」「さすが」「あなたに聞いてよかった」等と、相手を承認する。

自分の話に興味を持ってくれて、反応良く話を聞いてくれる女性に対して、

もっと話しをしたいなと思わない人はいません。

人は誰でも、相手が自分に興味を持ってくれると嬉しいものですから、

「もっと会いたい、あの子と一緒にいたい」と思うようになります。

返事が遅い方や、返事が少なくなって来た方は、

送った内容や質問が相手にとって興味がなかったり、

つまらない内容だったからです。

彼が忙しいとか、体調を崩して連絡出来ない場合を除き、

返事がこない理由のダントツ一位は面白くないからです。

踏み込んだ話題で、親密度を増しましょう。

### ・気まずい関係だが、連絡は取れる

基本的には、普通に連絡が取れるパターンと同じなのですが、

連絡をとる間隔を長めに設定しましょう。

彼から返事があれば、送っても良いですが、

こちらが連絡をしても彼から返信が無い場合や、彼怒ってるなど感じた場合は、

やりとりを打ち切って1週間～2週間は空けてください。

少しでも不安を感じたら、連絡をやめる事。

相手の機嫌をとろうと、下手に出るとか、反省や謝罪ばかりとか、返事がしづらい内容とか、

相手の事を詮索したりといった内容や、別れた事をくどくどと謝罪するような内容は避けましょう。

短く、明るく、彼のテンションに合わせた内容が良いです。

### ・会えないし、連絡を拒否されているパターン

これはかなり精神的に追い詰められますよね。

連絡を拒否されているという事は、相手から面倒だと思われてしまった可能性が高いです。

この場合は、絶対に無理に連絡を取ろうとしない事です。

友人の携帯を借りて彼に電話をしたり、相手の家に行ったり、

駅で待ち伏せしたりする方もいますが、絶対に逆効果です。

必死なあなたに相手はさらに引いてしまいます。

恋愛は相手があってこそそのものです。

あなたの不安な気持ちはよくわかりますが、相手の気持ちをまずは尊重しましょう。

彼があなたからの連絡を拒む理由はなんですか？

その理由は解消しましたか？

彼と連絡をとる前に、彼があなたと連絡を取りたくないというその理由を解消する事からはじめましょう。

連絡を拒否されても、復縁の可能性がなくなった訳ではありません。

人の気持ちは常に動いています。

振り子と同じで、大きくマイナスに揺れたら、

また大きくプラスに揺れるものなのです。

今はあなたからの連絡を拒否しているかもしれませんが、

後に大きな愛情の方に揺れる可能性も高いです。

なぜなら、男性は女性と違って、滅多に連絡を拒否したりしません。

LINE をブロックしたり、電話を拒否するなんて稀です。

大抵の場合は、無視をするだけです。

なのに、彼はあからさまに拒否をしたという事ですから、

それだけ愛情と表現力が豊かな方なのだという事が推測されます。

ゆっくり時間をかけていけば、後に大きな愛情を取り戻す事も出来ますから、

今は焦って連絡を取ろうとしない事です。

私のクライアントさんの中には、同じ男性に計5回連絡を拒否された方がいます。

それでもまた連絡を取れるようになっているので、あなたもあまり心配しすぎない事です。

連絡が取れない場合は、最低でも3か月～半年は冷却期間をあげましょう。

しっかりと冷却期間をあげた後、連絡をしてみます。

連絡の内容としては、

「久しぶり！前は色々ごめん！元気？仕事は順調？」

と送ります。

場合によっては、

「あれからめちゃくちゃ反省して、今では良い思い出となりました(笑)」

と付け加えるのも良いでしょう。

立ち直り、元気にしている感じを演出した上で、近況をさらっと聞いてみます。

未練がない素振りと、警戒心を解くイメージで送りましょう。

それで連絡がなければ、さらにもう1ヶ月あけた後に、同じ内容を送ります。

もし共通の友人がいるなら、その方に未練がない事を伝えてもらうという手もあります。

着信拒否から復縁というのも、よくあります。

相手の感情のふり幅が大きいので、少しプラスに動くだけで、一気に距離が縮まるからです。

チャンスはまだまだありますから、可能性がないと落ち込まず、今は準備段階だと割り切りましょう。

## 実際に会う

さて、次はやりとりが順調に進み、実際に会った時のポイントをお伝えします。

やはり恋愛は会う事が重要です。

あなたの魅力は、会って10割ですが、電話では7割、メールでは3割までしか伝わりません。

ですが、急に誘うのって勇気がいりますよね。

「断られたらどうしよう」とか、

「拒否されたら立ち直れないな」と思うものですし、

ここまでせっかく積み上げてきたものが壊れる可能性だってあります。

誘い方は重要ですよね。

デートに誘うポイントは、デートではないと思わせる事です。

相手に言い訳を与えましょう。

例えば、

「仕事の相談があるんだけど、少し時間貰えないかな？」

「近所に新しくオープンしたお店があるんだけど、みんなでいかない？」

「あなたの仕事のお客さんになってくれそうな友達を紹介したいんだけど」

こんな感じで、理由を付けて断われてもまた誘い直す事が可能な誘い方をしましょう。

## 彼が気になって仕方が無い女になる

彼に久しぶりに会った時、今までの会っていない時間を埋めようと、

マシンガンのように自分の事をしゃべりまくって帰ってくる方がいますが、これはダメです。

今回彼に会う目的は、「次に繋げる事」です。

この日に全てを賭けて勝負に行っている訳ではないので、

まずは相手に楽しかったなと思わせるだけで良いです。

そこを間違えると、相手から「もうお腹いっぱい・・・」

と思われて会えなくなる可能性があるので注意して下さいね。

会う時のポイントは、

- ・相手の話をしっかりと聞く事
- ・彼の話に興味深そうに笑顔で頷く事
- ・全てをさらけださない
- ・なんか変わったなと思わせる事
- ・2時間以内で帰る事
- ・SEX はしない事
- ・楽しく、元気に、朗らかに過ごす事

7割程度は相手の話を聞いて、3割は相手の話を引き出す為の前振りに自分の話をする。

付き合っている時とは違って、彼にとって不快感の無い程度にミステリアスで、

これまで全く興味のなかった分野に挑戦しているという新たな一面を見せる。

彼が、もっと話しがしたいな、もっと一緒にいたいなと思った矢先、

「こんなに笑ったの久しぶり！今日はありがとう！じゃあね～」と笑顔で手を振ってさらっと帰る。

これで彼はあなたに夢中になります。

服装やメイクを大胆に変えてイメージチェンジをするというのも良いですね。

単純に、綺麗になったなと思わせる事も非常に有効です。

このポイントを押さえる事で、あなたへの興味が湧いて、彼の反応がどんどん変わってきますよ。

## ・復縁する

彼との関係も徐々に近づき、今では付き合っていた時と同じような感じ・・・。

なのに、全然告白してくれない！！

こんな場合に焦って彼に気持ちを聞いてしまい、失敗するのはよくあります。

かく言う私も、失敗した経験が一度や二度ではきかず・・・(笑)

あと少しなのに～・・・って思う気持ちはよくわかるのですが、ここが踏ん張り処です。

2人の関係に白黒付けようとしてはいけません。

白黒付けようとして、何度も失敗した私が言うのだから間違いありません。

相手から告白してくれるのを待ちましょう。

こちらから告白してはいけない理由は、前に述べた通り、今後の信用問題に関わってくるからです。

それにね、2人の関係で大切なのは言葉ではありません。

明確な言葉が無ければ不安になってしまうのは、

自分の中の不安を相手に解消して欲しい、

安心させて欲しいという欲求から来ています。

これは、自分が中心になっている考え方です。

自分より相手に喜んで欲しい、

相手にとって心地よい環境を提供したいという、

相手を思いやる事が出来ると、

相手はあなたに心を許し、

相手にとって必要不可欠な最高のパートナーになる事が出来るでしょう。

「求めるのではなく、先に与えよ」です。

## 最後に

いかがでしたでしょうか？

少しでもあなたの不安を解消するお手伝いが出来たでしょうか？

不安な気持ちは減りましたか？

きっと幸せになる！！という気持ちになりましたか？

ただ、やっぱり不安な気持ちはあると思います。

だってそうですよね。

世の中にはこんなに男性がいるのに、彼以上の人はいないんですものね。

取返しの付かない失敗をしてしまう事が一番怖いですよ。

なので、あなたの不安を解消する為に、

有益な情報や、不安解消法をメルマガでお届けするつもりですが、

ご迷惑であればすぐに解除して下さいね。

長くなりましたがここまで読んで頂きありがとうございました。

ここまでお付き合い頂いたあなたなら、どんな困難も乗り越えられます。

これからはこのレポートがついています。

もう、1人で辛い日を過ごさなくて良いですよ。

あなたの幸せを心よりお祈りしています。

香月まみ

一番最初にお願ひした通り、もしよければ感想をお送り頂けると嬉しいです。

何よりの励みになります。

メールアドレス：[situren.bizin@gmail.com](mailto:situren.bizin@gmail.com)

## プロフィール

恋愛カウンセラー 香月 まみ (こうづき まみ)

問い合わせ先：[situren.bizin@gmail.com](mailto:situren.bizin@gmail.com)

LINE@：[@kozukimami](https://line.me/tv/@kozukimami)

辛い恋のお悩みはこちら：<http://siturenbizin.xii.jp/>

kindle で本出しています：

「彼にフラれて途方に暮れた時最初に読む本」

<https://www.amazon.co.jp/dp/B01MA3310Z>