

まえがき

『365日私を愛そう〜私のみままで幸せになるための90日間〜』を手にとっていただきありがとうございます。

この本は、仕事も子育ても、恋愛も、何もかも自信をなくし、毎日イライラとモヤモヤの不満ばかりの生活から、娘と私自身のために自分の人生を楽しもうと人生を180度激変させることを決意した、幸せ迷子のこじらせアラフォー女子のお話です。

悩み疲れてどうにもならないこの負のループから抜け出したいとインターネットであれこれ検索していたところ、インスタグラムの投稿に出てきた『引き寄せの法則』を使った復縁塾に問い合わせをしたときのことを思い出しました。

当時、予感はしていたけれど大好きな彼から一方的にお別れを告げられ、どうにか復縁できないかと問い合わせをしました。お別れから1年経っていたその当時の私は、

恋愛は変わらず停滞していて、仕事も忙しいばかり、一生懸命やってもその仕事に満足することはできず、小さな不満が積もりに積もってすべてが嫌になっていました。恋愛も仕事もうまくいかない、そんな満足できないことばかりの私は家に帰ってもイライラしてしまい、思春期真っ只中の娘には優しくしたいのに八つ当たりをしてしまう。本当に些細なことで怒ってしまい、すぐに喧嘩になってしまいう素直になれない親子関係でした。

大学を卒業して20年、そろそろ人生の折り返し地点にきたところでしたが、「定年まで残り20年、これまでと同じ生き方は絶対に嫌だ」と私の人生そのものを変えなければいけないことに気が付きました。

復縁塾で学んだことは、単に恋愛をうまくいかせるというのではなく、私自身の心のあり方を「自分軸」に整え、「ありのままの私」で自分の力で自分の人生を楽しむという、私の心、思考、行動、生き方、人生そのものを変えてしまうものでした。

入塾2カ月で笑顔が増え、仕事中にイライラすることはほとんどなくなり、仲良しの同僚からは「最近、怒らないですね。明るくてなんだか楽しそう。素敵です！」と言われはじめました。3カ月経ったころには元恋人から連絡がきたり、お出かけのお誘いを受けたりするようになりました。娘との喧嘩はほとんどなくなり、少しずつ元の仲良し親子に戻りました。そしてついに、離れて暮らす家族からも「娘に優しくなつた！」と言われたことには本当に自分でも驚きました。

私はわずか半年で、悩んで悔やんで楽しみも感じられなかつた楽しくない生活から、元恋人とは関係修復に向かい、仕事は自分のやるべきことを見つけてやり甲斐を感じるようになり、娘だけでなく少し距離を置いていた両親や妹弟ともまた仲良く笑いあえる家族に戻ることができました。たった半年で人生を180度好転させることができた私を感じていることは、何よりも「生きやすさ」です。『引き寄せの法則』を学び、潜在意識の書き換えをしただけで、こんなにも生きやすくなるなんて、まったく想像していませんでした。

私と同じように悩みにのみ込まれそうな女性に、『引き寄せの法則』でいかに自分らしく、楽に楽しく生きることができるとかということを知ってほしい！ 自分の力で幸せになれることを知ってほしい！ そういった想いで、この『引き寄せの法則』を伝えることを私の生涯の仕事にしようと決めました。