

まえがき

日々何かをこなしているだけで、楽しくないな。

人の目ばかり気にして疲れちゃう。

あの人はうまくいっていいなあ……。

自分が夢中になれるものってなんだろう。

こんな思いを感じたことはありませんか？

私自身もかつてこのような思いを抱え、悩みながらの人生を生きていました。

私は大学卒業後、10年間システム関連の仕事に従事してきました。結婚し出産を経て育休後、ワーキングマザーとして家事、育児、仕事の両立を1年余り試みましたが、完璧主義の私の心と身体はバランスを崩し退職を決意。その後は自分の好きな自然派でミニマルなライフスタイルを形にしながら、専業主婦を満喫しました。そんななかでも、家族を含む人間関係に悩むこともありました。

育児も落ち着いてきたころ、仕事復帰したいという思いも湧き、フリーランスでの仕事を開始。We b 関連や昔から好きだったヴィーガン料理のレシピ考案のお仕事などを経験しました。親しい友人や知人などからは、得意なお片付けやお料理教室の仕事をすすめられて、起業しようとしたものの、なんだか燃えず形にならない。そんなもどかしい日々が続きます。

そんななか、ずっと興味のあつた、マインドを整える大切さと夢を叶えていくメソッドについて学びを開始。とても興味深い内容で、貪欲に知識を得て自らを実験台として実践を重ねてきました。その過程で、自分の本当の望みに気づきを、コンサルを通じて引き出していただき、そのときに出た私の心の声が「マインドを使って現実を自分の望むものに変えていくことができる。それを多くの人に広く伝えていきたい」というものでした。それに気づいたとき、驚くとともに涙が溢れてきました。その衝撃は今でも忘れません。やっと、本当の望みに気づいてくれたんだね、と私の内側からのメッセージが涙として現れたのだらうと思います。

そこから、私の怒涛の行動する日々が始まります。やりたいことが見つかると、どんどん行動して形にしたいくなるのです。当時の私は発信どころか、SNSも初心者同然の状態でした。それでも発信したい欲求が止まらず、ブログ開設とSNS発信を開始。その傍ら、トライアルセッションの準備、募集、実

実践を一つひとつ進めていきました。現在は個人セッションを通じて、クライアント様のマインドの土台構築や望みを見つけ形にしていくためのメソッドとソリューションのご提供をしたり、ノート術をはじめ各種講座を開催しています。

人は自分自身の望みを明確にすることで、プロアクティブに行動するようになります。そのプロセスも楽しみながら、実現した後には満足感や喜びを味わうことができます。幸せとはお金やモノだけが与えてくれるのではなく、自分自身が満たされてうれしさや喜びを感じられることだと思っています。さらには、日々自分が満たされた気持ちで過ごしていると、豊かさも巡るようになります。

自分の意識の向け方しだいで現実も変わり、幸せを感じることができる。自らの体験やいくつかの理論からもう一言言えます。

そのカラクリについて一緒に見ていきませんか？