

はじめに

本書を手にとつていただきありがとうございます。あなたとのご縁に感謝いたします。

この本のテーマは『コンプレックスを解消し、人生を今よりもっと充実させ素晴らしいものに変える』です。あなたがこの本を読み終えたとき、少しでも笑顔で前向きに明るく元気に日々の日常を過ごし、人生が変わるきっかけになれるような気づきがあり、ウキウキワクワクするような感情を持つて、人生をより良くするための行動を起こしたいと思つていただけたら、とても嬉しく思います。

私は、二度とリバウンドをしない！ をコンセプトに、渋谷痩身ダイエット専門エステティックサロン La vie en Rose (ラヴィアンローズ) のオーナーエステティシャンをしております、森朋恵と申します。

女性がキラキラ輝きながら笑顔で毎日を楽しく過ごしていったとき、もっともっと幸せのサイクルができると考えております。エステティックサービスだけではなく、コンサルタントやプロのエステティシャンの方へ講義を行なつて講師としての活動も行なっておりますが、すべての私のサービスの根本は、『みんな悩みすぎている。悩んで止まっているなんてもったいない。コンプレックスや悩み事があるなら

私が手伝うから、その悩みやコンプレックスを解消してもっともっと今しかできないことを楽しんでほしい、人生そのものを楽しんでほしい』そんな想いが私の行動力の原点です。

女性である以上、美しくありつづけることは永遠のテーマだと思えます。美容のプロのもとで変身を遂げ、メイクも髪の毛も、ボディラインも洋服も、すべて思い通りの最高の自分になれたとしてもそれはラッピングに過ぎないのです。

外見をきれいにし、お気に入りのラッピングを施したとしても、いつしかそのラッピングは崩れ、隠しておきたかった本来の自分が現れてしまう……なんてことになりかねません。

それではいつまで経つてもコンプレックスは解消されない。だからこそ、2度とリバウンドをしないダイエット法を叶えるために、日々専門家の先生から学びつづけ、常に自分をブラッシュアップし、私と関わるすべての人に最大の結果を出せるようお手伝いさせていただいております。

また、外見だけでなく中身である内面がきれいでなければ、本当に美しい人にはなれないとも考えております。誰もが憧れる凛としていて芯がしっかりある女性。なりたいたいと思ってもなれないのは、そ

のような憧れの女性像がありながらも、なるための方法を知らないから。

内面である芯の部分を固めることで、自分らしくブレずに自信を持って生き生きと幸せに活動できるという考えから、内面も外見もどちらも大切という概念のもと、どちらもきれいにしてお手伝いができるような職業に携わることができているからこそ、発信しつづけていきたいと思ひ、今回出版という形を取らせていただきました。

どんなに成功しているように見えている人でも、誰でもコンプレックスの一つは必ず持っているもの。それを長所といかに捉えられるか、活かせるかは自分の考え次第です。

自分が変われば、周りも変わる。あなたが笑顔でいることで、周りも笑顔になる。あなたが幸せでいることで周りも幸せになる。そんな幸せの連鎖を起す人が一人でも増えていくことが、嬉しくて仕方ないのです。あなたも一緒に幸せの連鎖を起す人になりましょう。