

## はじめて

この本を手にとってくれているあなたは、小学生？ 中学生？ 高校生？

子どものみなさんにはもちろん、お父さん、お母さん、教育者のみなさん、そして、人間関係のことや、仕事のことで悩んでいる方々にも、ぜひ、この本を手にとっていただきたいです。

2010年に私は、心の専門家・佐藤康行先生のYSメソッドに出会いました。

佐藤先生は「あなたが素晴らしい」「あなたは完全で完璧な存在だ」ということを、300冊以上の本を出版し、2000近くのワークを準備して、30年間言い続けてきてくださいました。

私が「自分は完全完璧な存在」「大天才」だと気づき、自分の中からあふれ出す感謝や愛を体感したとき、「これをもっと早くに知りたかった!!」と心から思いました。

「子どものときにこれを知っていたらどうだっただろう？」と思うと、少しくやしい気がします。

大人になった私たちは、どうしても「完全完璧」を頭で学ぼうとします。

「素晴らしい存在だ」と思おうとします。

でも、「思えない、そうなれない」とまた苦しんでしまうのです。

ワークをしているだけで、「あっ！」と気づくことがあります。

紙に書いているだけで、感謝があふれてくる瞬間、涙が止まらなくなることもたびたびです。

「本当の自分」と出会う瞬間です。

しかし、残念なことに、大人の私たちは、また、もともとのクセが出てしまいます。何十年も繰り返してきた考え方は、なかなか変えることができません。

「自分は素晴らしい存在だった」と感じた次の瞬間、「あれもできない、これもできない」と自分のダメなところをまた探しては、悩んでしまう、迷ってしまいます。これを繰り返して、もう何年も経ってしまいました。

「本当の自分に出会う」というこんなにすごい方法があるのに、自由自在に生きることができないのに、「できない、できない」と言いながら、できるように努力を重ねようとしています。何もしなくても、こんなに「素晴らしい自分」なのに……。

そんな、不完全だとしてもか思えない私たち大人が世の中を見ると、不完全にしか見えず、なんとかしなければと、問題を自分たちでつくりだしては、自分たちの頭で思う「素晴らしい世界」を、一生懸命つくりだそうとしてしまいます。

世の中を変えようと、必死で戦ってしまいます。

このままで「素晴らしい世界」なのに！

すでに「大調和」なのに！

佐藤先生の言われる、「そのままです完全で完璧な世界」。

何かを変えるのでもなく、何が正しいか、どちらが正しいか戦うこともなく、「そのままです完全で完璧な世界」。

私たち人類は、ただそれを思い出すだけでいいのです。

これは、もう、小学生のあなたに、中学生のあなたに、高校生のあなたに、託すしかないと思いきこの本を出しました。

自分自身が、完全で完璧で、どれほど素晴らしい存在なのか気づくために、佐藤先生が用意してくださったワークを、子どものみなさんがまわりの人と楽しめるようにアレンジ

してみました。

みんなと楽しくゲームをしているだけなのに、

「あれ？ 自分って天才？」と、気づいてもらえると思います。

1人で紙に書いているだけなのに、

「あれ？ 自分はみんなから愛されている？」と、温かい気持ちになってもらえると思います。

目の前の人の話を聞いているだけなのに、

「あれ？ もともとみんなつながっている？」と、うれしくなってくると思います。

それをそのまま行動していくことで、自分も天才、みんなも天才。

何をしていても、楽しくて、楽しくて、自分の中から力が湧いてくるはずですよ。

「そんなみなさんが、日本のことを、世界のことを、宇宙のことを考えてくれたら、どうなっていくのでしょうか。」

想像しただけでもワクワクしてきます。

次のイラストを見てください



何に見えますか？

そう、三日月ですね。

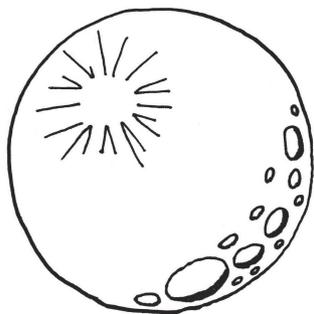
でも、三日月という月はありません。

三日月という月が宙に浮かんでいるわけではありません。

月が勝手に形を変えるわけではなく、月はいつもまんまるです。

たまたま、太陽の光が当たった部分だけを見て、

三日月・半月などと言っているわけですね。



月はもともとまんまる。

これと同じことが人間に対しても言えます。

本当のあなたは、もともとまんまるなのです。  
完璧な存在としてこの世に生まれてきました。

あなたは三日月ではないのです。

欠けているところなど一つもないのです。

あなたはもともとまんまる大満月。

あなたは天才。

あなたは素晴らしい。

あなたはピカピカ光るダイヤモンド。

どうでしょう？

「そうだ！ そうだ！」という声が聞こえてきました。  
うれしいです。

「え〜そんなこと言っても、やっぱりできないことがいっぱいあるし……」

「私はやっぱりだめ」

という声も聞こえてきました。でも、安心してください。

「もともと天才」「もともとまんまる」「完全完璧な存在」

このことを、知識だけでなく、「本当にそうだ！」と感ぜてもらえるワークを、たくさん用意しました。

友達と一緒に「うわー、すごい、すごい！ 自分ってこんなにすごいんだ!!」という瞬間をいっぱい感じてください。

そして、お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん、先生、まわりの大人の人たちにも、その楽しい感覚を味わわせてあげてください。

もう、大人の私たちが、子どものみなさんに教える時代は終わりにしなければなりません。

みなさんが大人の私たちをリードしてくれるときが来ました。

もう一度言います。

あなたはもともとまんまる大満月。

あなたは天才。

あなたは素晴らしい。

あなたはピカピカ光るダイヤモンド。

みなさんが、まずこのことを自覚して、幸せな気持ちでいっぱいになったら、家族のみななに、クラスのお友達に、学校に、地域に、世界に……と、どんどん幸せなオーラを広げていってください。



文中には、佐藤先生からみなさんへのメッセージもたくさん載せています。

そのメッセージを読んで、ワークを楽しんで、これはすごいなと感じてもらえたら、みなさんのアイデアで、歌・動画・SNS・アニメ……そして、私たち大人には思いもつかない発想で、世界中に届けてくださったらうれしいです。

「子どものあなたが世界を変える!!」

みなさんの感想・発想・アイデアを頂けることを楽しみにしています。