

## はじめに

わたしは、結婚相談所を開業後まもなく、ご縁があつて主人と再婚しました。

結婚してから、

「いつも、お幸せそうですね」

「幸せが漏れていますね」

「こちらまで、幸せな気分になります」

「一緒にいると、楽しい気分になります」

と言っていたことが多くなりました。

実際、「幸せだなあ」と、毎日心から思っています。

大きな病気もなく健康な身体があり、好きな仕事をして、住むところがあつて、食べることに困っているわけでもなく安心できるパートナーがいることで幸せだと思えるのです。

幸せという定義は人それぞれです。

- ・たくさんのお金を稼ぐことで幸せを感じる人
- ・世間に認められる地位や名誉が幸せと思う人
- ・自由であることが幸せと思う人
- ・愛があるから幸せと思う人

この仕事をしていて痛感するのは他人の思う「幸せ」を自分も持っていないと、自分は幸せじゃないと勘違いする人が多いことです。

そもそも、「私は幸せじゃないと思う勘違い」は人と比べていることが原因です。

かつての自分もそうだったのでよくわかります。

シングルマザーだったわたしは地位と名誉、人より良い収入を得て経済的に豊かな生活をするのが幸せだと思っていました。

今思えば、シングルマザーのネガティブなイメージを消したかったのだと思います。

その当時は仕事に追われ、身体と心をすり減らし、子どもとの時間が取れないジレンマと闘ってきました。

このままでは、自分の心も身体も壊れてしまう。

そう気がついてから、幸せになるために何をしたらいいかを考えてみました。

ビジネスでもプライベートでも人と人をつなげることが好きだったこともあり、自分も周りもハッピーになる仕事をしようと結婚相談所を開業したのです。

収入はかなり落ちましたが、好きなことを仕事にしている充実感と健康が戻ったこと、子どもとの時間も増えて心に余裕ができはじめました。

わたしにとつての「幸せ」を実感しはじめたら、もっと大きな幸せが舞い込んできました。本当に求めている人との結婚です。

交際から1カ月半で結婚を決めました。

今まで生きてきた中で一番に今が幸せと思えるので、周りからあんなふうに言っていただ

けるのだと思います。

わたしが幸せになれたのは、わたし自身が変わったからです。自分と向きあい、哲学、心理学、陰陽を学び、ものの見方、ものごとのとらえ方を変えたからなのです。ここからマユメソッドが誕生しました。

多くの婚活者を見て思うのですが、今はもう恋愛マニュアルやHow Toというものは婚活に通用しない時代に入ってきています。

なぜなら、自分らしさとか、ありのままに生きたいという人が増え、そしてそのことを表現していい時代に変化してきているからです。

今あなたがモヤモヤしながら婚活しているなら、それは「本当の自分はこうじゃないのに……」

と、気づいているからなのかもしれません。

ここでは、結婚するためのテクニクではなく結婚後も幸せな人生を歩んでいけるためのヒントがあります。

あなた自身にとって本当の幸せを感じたいなら読んで実践してみてください。きつと人生が幸福すると思います。