

まえがき

心愛（こころ）です。

この本を手にしてくださった皆さま、ご縁に心から感謝いたします。

こうして執筆させていただくにいたったのは、今までたくさんの出会いやご縁、出来事や経験が重なったことでもあります。

そして、それによつて今という時があり、今の私がいること。すべてに感謝いたします。

さて、私は「しあわせセラピスト」という肩書きで活動しています。

……で、なんのセラピスト？……という質問をたまにお受けするので軽くご説明を。

セラピストとは本来は“治療する人”を指しますが、“心や体を癒やす人”という定義もあり、私は、その“癒やす人”の意味合いで活動をしています。

たくさんの人たちに“しあわせ”を感じてもらいたい、たくさんの人たちに“しあわせの扉”を開け

てほしい。そんな思いがあり、「しあわせセラピスト」と自ら命名しました。

「今、しあわせ？」と聞かれたら、私は「しあわせです」と即答します。

小さなしあわせから大きなしあわせまで、たくさんやしあわせが皆さまのもとにあるのです。

しあわせの形はさまざまで、「朝起きて命があること」も、「生きていること」も、最高のしあわせであり、歩いていてかわいいお花が咲いているのを見つけた」とか、「空を見上げたら青空が綺麗だった。星が綺麗だった。月が綺麗だった」とか、そんなこともしあわせを感じるひとつだと思うのです。

「あー、しあわせ」と思えること自体が、しあわせだと思うのです。

とはいえ、私も生まれてから今にいたるまで常に「しあわせ」というわけではありません。

つらいことや悲しいこと、最悪の限界……もたくさん経験してきました。

それでも今こうして「しあわせです」って言う私の「法則」や「考え方」を、実例や経験を通して、この本でお伝えしていきたいと思えます。

話を「なんのセラピスト？」に戻します。

しあわせを感じてもらいたい、癒やしを与えていきたい、ということでしたが、内容としては、生年

月日や氏名で見る “数字からのメッセージ” や、“色からのメッセージ” から解明する “数秘術” を軸に、カラーセラピー、誕生花セラピー、勾玉セラピーなどを絡めたセッションをしています。またパワーストーンアクセサリーや勾玉オルゴナイト、ブレンドアロマオイルの作成販売もしています（詳しくは本文をお読みくださいね）。

お気付きの方もいらつしやるかもしれませんが、私は “色” を基本テーマにしています。

昔から綺麗な色の装飾品や服や物、景色、花や植物、海、空……などに心を惹かれ癒やされてきました。色からのメッセージ、色の持つ意味ってとても深いものなのです。

そして “彩りのある人生” “彩りのある日々” ってとても楽しく活力のあるものなのです。

“彩り” と “癒やし” でたくさんの方々に、より一層楽しく、しあわせな人生を!! というお手伝いができたうれしいです。

また、 “スピリチュアルを味方に付ける” ですが、スピリチュアルというと、「……なんか怪しそう」などのイメージを持つ方も多いのではないかと思います。私も昔はそうでしたので。

私は、あるきっかけにより、スピリチュアルについて深く考え向き合うようになったのですが、その経緯は本文でお話しします。

スピリチュアルとは、「魂の」や「精神的な」のような意味を持ちます。

スピリチュアルとは、目に見えないけれど、生まれてきたときから自分に存在している「魂」なのです。それは、ずっと共存し、そして成長を重ね、常に変化進化していくもの。

スピリチュアルとは「自分の魂の声を聞き、大切にすることだと私は思っています。

そしてそれを生かし「自分らしい生き方ができるようになり、より豊かでよりしあわせな人生になる」と思っています。

また、「霊的な」などの意味も持ちますので、直感とか靈感などもスピリチュアルと言われます。直感や靈感なども自身の魂の働きによるものです。

神社仏閣などで何かしらのサインや、宇宙からのメッセージ、エンジェルナンバー、ご先祖様や守護神様などからのメッセージやサイン……などは「霊的な」の意味合いのスピリチュアルで、これらを受け取ったり感じたりすることは、ご自身の魂の働きだと私は考えています。それに従ったり、ヒントにしたりして生きていく。

それが「スピリチュアルを味方に付ける」ということだと思っています。

逆を言えば、自分の魂の声を聞いていない、大切にしていない、気付いていない……ということは霊的なサインやメッセージに気付かない、それらを受け取らない、受け取れない。ということです。

……毎日なんとなく“生活”をしていて……。

「なんか楽しいことないかなー」とため息ついちゃっている人や、

……やりたいことがわからなくて……。

「なんとなく日々ソツなくやっていけるけどなんかつままない」と、あさつての方向を見ている人や、

……やりたいことあるんだけど……。

「周りからなんて言われるかと思うと一歩踏み出せない」と下向いちちゃっている人も、

みんな生きていればいろいろな思いがあるはずですよ。

そんな思いを抱えているあなた……。

スピリチュアルを味方に付けて、彩りのある人生で、

しあわせの扉をどんどん開いていきましょう。