

はじめに

[完全な幸福感]を感じることで、人間はより進化をはじめめるのです。

[完全な幸福感]

それはとってもシンプルで、いつでもできることなのに、多くの人がそれをやらずに日々の生活を送り、一生を終わらせています。

人生一度きり!! なのに……

おそらく多くの方が抱えている「モヤモヤ感」や「本当の自分じゃない感」

「真っ当に生きてきたはずなのに、なんだかこのままの人生で終わっちゃっていいのかな……」って、感じてしまうとき。

就活、介護、健康、対人関係、職場や家庭内でのストレス、お金にまつわる問題……。

いつも目に見えない、巨大な不安と戦っていませんか。

そんなモヤモヤした日々から脱却して、生き生きとした毎日を送りたくないですか？

本来の自分で毎日を過ごせたら、それは素晴らしいと思いませんか？

実は、ほんのチョットしたきっかけで、毎日は驚くほど楽しい日々に変化し始めるのです！

そうです！

あなたの勇気で変われるのです。

私は人生の中で数多くの方と出会い、その中で感じてきたことがあります。

それは、常にワクワクして何かにチャレンジしている方のほうが、そうでない方に比べて圧倒的に幸せであるということ！

また、あらゆる面でうまくまわっているということ!!

では、どうしたらそのようになれるのでしょうか？

人の悩みのほとんどが、対人関係とお金であるといわれていますが、その両方が良好だったら、ステキじゃないですか。

そんな夢のような毎日を想像してみてください。

- ・ 地に足がしっかりとついて、何事にも揺るぎのない、確信を持てる日々
- ・ 本来の自分を見つけ、その自分が自由に生きていたい選択をしている日々
- ・ いつも腹の底からの笑顔で笑って、フッと湧き上がってくる幸福感に満ちた日々

・ 自然と共存して、心から今生きている！ と感謝が湧いてくる
日々

いかがでしょうか？

これらのすべてを手に入れることは、実はチョットしたきっかけ
です。

そのきっかけで、人生は驚くほど楽しく幸せな日々に変化するの
です。

自分自身で作ってしまった悩みや不安、そして痛みや恐れから自
分を守るため、これまた自分で作ってしまった固い殻を徹底的に壊
し破り捨てましょう。

そうして、本来のあなたに出会うのです！

あなたの潜在意識に隠されている、ご自身を見つめて
他の誰でもないあなたが、あなた自身を見つけてあげてください。

なにものにも影響を受けることなく、本来あるべき姿で社会に貢
献されていらっしゃるのではないのでしょうか。

目の前に起こる現象は、善も悪もありません。

そして、すべての出来事に判断を下しているのは、自分自身です。

どんなに辛いと思われることが起きようとも、それを辛くて苦し
いととるのも自分であり、それこそチャンスと捉えるのも自分で

そして今までの人生の選択は全部自分が決めてきました。
であるならば、確実に自分の選択で今後の人生が変わってきます。

本来の自分で、生きたい人生を選択しているご自身を想像してみてください。

そんなあなたは、笑顔がとても魅力的で最高に輝いていますでしょう。

他の誰でもない貴方と、貴方自身が共に未来を「完全なる幸せ♡」に向かって、大きく変えていくのです。

毎日、ワクワクドキドキが止まらない、あなたにとって最高の毎日を取り戻し、幸せな人生を始めちゃいましょう!!

そのように、人生への第一歩となる本でありたいと願っています。

感謝♡