

【まえがき】

自分の人生に起こる出来事は、良いことでも悪いことでもすべてに意味があります。そして自分の人生に出てくる登場人物はすべて必要な人です。

そして誰にとっても自分自身は「最高に大切な人」です。すべての人が美しくてかっこよくて、最高な人です！

私は重度のアトピー性皮膚炎で人生の半分を生きてきました。若さにより一番美しいといわれる時期を美しいとは真逆の姿で過ごしました。

そんな私はある日、授業中に校舎の3階から空と校庭をぼーっと見ていました。大きな空と地面を見て急に自分の小ささを実感し恐ろしさを感じました。

そこから夜の空を見るのがなんだか怖くなりました。

星があまりにも遠くてたくさんあり、ここにいる自分はものすごく小さな存在なのだと感じていつか消えてしまうのではないかと思いました。

とても怖くて、無意識に消えていないかを確認しながら生きていたように思います。

アトピーだけでなく、自分にとって良くないと思うさまざま出来事が起こりました。

しかし振り返ると、その出来事があったからこそ今の幸せにたどり着いたのだと気づけました。生きることを宇宙が全力で応援してくれていることを知りました。

そのことを知るために多くの出来事が起こって、この先もたくさん出来事が起こります。

消えそうな小さな自分でも宇宙の一部です。

宇宙にとって必要な存在です。

愛されていることを確信するために出来事が起こっています。

願い事はいつも叶いつづけています。

人間関係の悩み、仕事の悩み、お金の悩みはすべてつながっています。ちよつとした心の方向転換ですぐに目の前に起こる出来事は変わっていきます。

すべての人が幸せになるために生まれてきました。とても大切な存在です。

それを確信した私のエピソードや考え方をお伝えしたいと思います。

宇宙の法則を意識と美容と外見を通して目に見えやすくわかりやすい形で表現するために、宇宙が私をアトピーにするという方法で教えてくれました。

「毎日自分になりたくて朝目覚める」

こんなに希望に満ちて今日目覚めたかわいい自分に何をしてあげますか？

最高にご機嫌にしてあげてほしいのです！

自分で自分の機嫌を取れることで周りの人からもさらに愛されて幸せになります。