

まえがき

この2年間で、私の生活は激変しました。

三重県で暮らしながら、仕事の場合は自宅から東京へ。

どこにいても仕事ができるようになりました。

自分で自分の扱いを変え、心を優先して生きること。

そんなスピリチュアル理論を、生活に取り入れたことが始まりです。

私の名前は、小林しょうこといいます。シングルマザーです。

2016年に三重県の自宅で産後のケアをメインにした、鍼灸整体サロンを立ち上げました。

立ち上げから2年、産後の骨盤ケアをメインで始めたサロンなのに、不妊で悩むお客様のほうが多

くなくなってしまったのです。

どーいうこと？

みんな、見た目は綺麗な女性でも、男になってしまっているんじゃないの？

冗談半分の仮説をもとに、あれこれ検索していると、あるブログに出会いました。

それが、タマオキアヤさんのブログでした。

女性のオス化と書かれていて、衝撃が走りました。

と同時になんとなく、やっぱり！ と思ったのです。夢中になってブログを読み、まもなく講座が開かれるとあったので、行ってみたんです。

その講座がタマオキアヤさんの旧講座、夢を叶えるノート講座でした。

2018年、私はそこで初めて、スピリチュアルや心のことを学びました。

しかし、そもそもスピリチュアルを学ぶというより、夢中になって読んだブログの筆者に会ってみたいだけだったので、何を聞いても最初は意味がわからなかったんですね(笑)。

そこで教わったことは、『何でもない日を丁寧に』『自分を価値あるものとして扱うこと』でした。

とにかくやってみよう。

教えてもらったとおり、素直にやってみよう。

そうして、少しずつ自分の扱いを変えていく生活が始まったのです。

毛玉がついたセーターや、伸びたTシャツなどはすべて処分。クローゼットは、ほぼスツカラカンになりました。そして、いつの日かのために置いていた服を出してきて、普段に着てみました。もったいなくて使えなかったブランド物の食器で、毎日のコーヒーを飲んでみました。

物が少なくなり、部屋も綺麗になりました。

そうすると、日々の生活が少しずつ変わりはじめました。

毎日理由もわからずイライラしていたのが、子どもにも自分にも、周りの人間にもイライラしなくなっただけです。

特別何かに困っているわけではなかった私ですが、生活のために始めたいつもの仕事と、家事と子

育て、いつものルーティンで過ぎていく時間。そこその自分。

私の人生、このまま終わってしまうのだろうか？ もっと何か楽しいことが、この世にあるんじゃないの？ せっかく生まれてきたのに……。

そんな虚無感からくる、苛立ちでした。

これまで、夢というものはありませんでしたが、私は自分のことを、自由に生きている人間だと思っていたのです。しかし、そうではありませんでした。

そして、自分が持っていた虚無感は、私はこんなものだ、決めつけていたものだとわかったのです。

誰かの目を気にして、自分の行動を決めている。

自分がどういふ人間なのかも、自分で決めている。

だったら今からでも、自分がどういふ人間になるのか決められるはず。なんとなくの毎日を送っていた私ですが、今までの自分を変えるなら、今までとは違うことをしないと変わらないということは、薄々ながら気づいていました。

よし、なんだかよくわからないけど、ここでいっちょようやってやる！

不妊のことについて調べ、たまたまたどり着いた講座から、自分の世界を変えろという、なんだか

壮大とも思えるプロジェクトに発展していったのです。

夢はなかった私ですが、なんとなく自分の理想像は常に持っていました。

みなさんも、自分の理想像って持っていませんか？

たとえ今は、その像をうまく描けなくても、きつとそこには、うつむいて溜め息をつきながら、やりたくもないことを我慢しながらやっている自分ではなく、自由に好きなことをして、キラキラとしている自分だと思います。誰かの顔色を窺って生きる自分ではなく、人生をめいっぱい生きている自分だと思います。

理想はあっても、自分に自信がなくて、自分の時間もなくて、自由になるお金がない。

やってみることがあっても、一步が踏み出せない。むしろ、何がしたいのかもわからない。今、私
が主催をする講座でも、そんな声を多く聞きます。

私もそうでした。1人親で将来への不安と、嫌ではないけれど、生活のために始めた仕事。

ここから出られることはない、それが当たり前だと思っていました。

しかしそんなふうに、自分を閉じ込めないでほしい。

外出もしているし閉じこもっていないよ、ということではなく、本当の自分を閉じ込めないで、自分の心に正直に生きてほしいということです。

自分の心に従って生きだすと、女性は誰でも美しくなります。そして、体調もよくなります。自分の気持ちを肯定して生きるということは、心である女性性を否定しないということ。すなわち女性の性質を否定しないということです。

心のことを学び、女性性を否定しないことを、サロンのお客様にも取り入れた結果、ずっと生理が止まっている人が自然妊娠したり、不妊治療を何年も続けているのにうまくいかなかった人が、自然に妊娠できたりということが起きました。

女性が本来持つ美しさとは、力です。剛の力ではなく、柔の力。周りにいる人間だけでなく、世の中すら変えてしまうくらいのチカラがあります。

そのチカラを、十分に活かしていきれていない人が多い。

この本に書いた方法は、頭がよくなくてもできます。

生まれながらの才能や家柄、そんなものは不要です。

私自身が、高卒のシングルマザーですから、その辺は大丈夫だとわかっていただけだと思いますが
(笑)。

人間が本来持っている価値はみんな同じ。そしてあなたは、あなたのその姿でいろいろな経験をし
たくて生まれてきた、そもそも価値がある美しい存在なのです。

この本で、自分自身を美しく、価値ある存在だと扱えば、あなたも、あなたの周りの人も幸せで豊
かな人生がおくれるんだよ、ということを知ってもらえたら嬉しいです。

参照：タマオキアヤ『現実で使えるスピリチュアル』<https://ameblo.jp/jibunnikeru/> 2020年4月17日