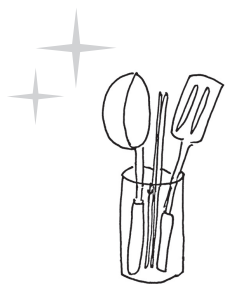


笑顔が生まれる整理収納



青山 玉

まえがき

こんにちは。

最初に質問です。あなたは今幸せですか？

幸せ100点満点中何点ですか？

幸せとはどのような定義でしょう？

答えは人それぞれだと思います。

毎日仕事をして家事をして、今日も疲れた……。これも片付けなきゃ、あれも準備しなきゃ……。

いつも探しモノや時間に追われ、何かイライラしていると思う方は、心と体の癒やしの空間が欲しいと思いませんか？

あなたは綺麗なお部屋が好きですか？ 綺麗な家で生活したいですか？

散らかっているお部屋が好きで、散らかっている家で生活したいですか？

散らかっているお部屋が好きで生活したいという方には、この本は役に立たないと思います。

綺麗に片付いたお部屋はなぜ良いのか？ なぜ片付けが必要なのか、考えたことはありますか？

スッキリとした綺麗な環境は、自分の大好きなモノに囲まれて快適に暮らせます。

綺麗な環境は、出逢いも増えます。人生の出逢いからは必ず学びがあり

ます。学びからは必ず成長があり、成長からは喜びがあり、喜びからは笑顔があり、そして笑顔からは幸せがあるでしょう。

綺麗な環境は、掃除する時間があること、掃除できる体があること、住む場所があること、家族や仲間がいることに感謝ができます。そして命あること、命をくれた両親の存在にも感謝の気持ちが湧き、心は自然に豊かになり、幸せを感じるでしょう。

人はみんな幸せになるために生まれてきています。

幸せになるための手段はたくさんあると思います。

片付けは幸せになるための1つの手段、近道だと思います。片付けからは必ず笑顔が生まれ、笑顔からは幸福感が生まれます。

私自身、片付けからたくさんの笑顔を手に入れ、人生が大きく変わりました。感謝ができ、笑顔が生まれて人生が楽しくなると、物事がうまく回るようになり、また感謝と笑顔が溢れます。

すべての出逢いに感謝します。

今この本を手に行っているあなたとの出逢いにも感謝します。

笑顔は幸せになりますね。