

## 伝えたいこと～女性のこれからの生き方

なんだか世界がどんどん変わってきてますね。

どうなっていくんだらう？

これからどう生きていけばいいんだらう？

はっきり言葉にすることはできないけど。

何かが違う。何か、このままではいけないような。

でもどうしたらいいのか分からないような。

不安や、焦燥感、イライラや、寂しさ。

なんだかしっくりこない、なんだか生き辛い、なんだか幸せじゃない

なんだか満たされない、なんだかうまくいかない。

なんだかわからないんだけど、得体のしれないモヤモヤしたものの中に

いるような感じじゃないですか？

たぶんね。正解です。そのモヤモヤで正解だと思います。

だって、今まさに、世界の地球の変化の時。

だから、私たち人間も、同じように

生き方を、考え方を

変えていかないといけない段階に来ているんだと思うんです。

それでね。

私たち女性が、これからどう生きていけばいいのか。

どう成長していけばいいのか。

結論からいいますね。

(想像する成長とは違うと思いますが)

これからの女性の生き方。  
女性が安心して、幸せに、豊かに、自分らしく  
色んなことがしっくりうまくいく生き方というのは

今、もうすでに安心して、力を抜いて、心をゆるめて  
自分の中にある  
「なんか好き♪」「心地いいな♪」「ワクワクするな♪」に従い  
楽しんで喜んでいけばいい。

これだけなんです。

それともうひとつ、結論を言っちゃおうと。  
私たち女性が、潜在意識の奥の奥で、切に願っていること。  
(たぶんほとんどの人が気づいていない奥の部分です)  
それは。

「本当の自分で生きたい！」

「ありのままのこのままの私を丸ごと愛してほしい！」

「女性として大事にされたい！」

なんです。

本当の自分で生きるとは。

大きく見せたり、小さく見せたり

良く見せたり、何にもないように見せたり(わざわざ?あるんです!)

いい人や出来る人、ちゃんとした人などを演じることなく  
不自然な緊張などなく、力を抜いて、あるがままの自分であること。

頑張らなくても、無理しなくても、ちゃんとしてなくても、  
必死に空気読まなくても、ご機嫌取りしなくても、我慢しなくても、  
抑え込まなくても、隠さなくても、ありのままに出来ること。  
表現できること。見せれること。話せること。行動できることです。

女性として愛されて生きるとは。

女性性と男性性の違いを知り

男性と女性とでは幸せの在り方が違うということを知り  
ちゃんと理解したうえで(追々お伝えします)

男性と同じようになるため、男性と張り合うために、なにより愛されるために  
眉間にしわを寄せてあれこれ頑張るのではなく  
自分が笑顔になるために、自分の喜びを優先すること。

男性の喜びは、大事な人の「笑顔」なんです。  
大事な人の「ありがとう」が幸せと自信になるのです。

だから、頼って、甘えて、好きなことして、満たされて  
ニコニコ笑って愛されて欲しいのです。

ねえ。想像してみてください。

怖れや変なプライドを捨てて、力を抜いて素直に甘えたとき。  
好きなことをして無邪気に喜んでいるとき。  
不安なときや心細いとき、落ち込んだとき。  
そのままありのままを優しく認めて受け止めてもらえたとき。  
どんな自分でも愛されているという安心感があるとき。

心の中が安心してほっこりやわらかくなり  
なんだかパワーが湧いてきませんでしたか？  
「もういいんだ」って身体の真ん中が温かくなって  
緊張がゆるみませんでしたか？

きっとそれが本当の自分だと思うのです。

そして。

そんな安心して、ゆるんで、心地よい状態にいる時が  
一番地に足に着いた状態。  
一番自分軸がしっかりしている状態。  
物事がうまく進んだり、願いがどんどん叶っていったりする状態なんです。

はい。もう一度言います。

私たち女性が、幸せに、豊かであるために。

そのためにすること。それは。

**安心して、ゆるんで楽しむ。**

これだけです。

この考え方ってどう思われます？  
胡散臭い？  
信じられない？  
はあ？という感じでしょうか。  
それとも、「わかる！わかる！」でしょうか。

やってみて、体験してみてもわかることです。  
やってみない限りは分からないし、変わらないことです。

この考え方に興味がある人、気になる人は。  
是非、続きをご覧になってみてください。

どういう理論になっているのか。  
どうしてゆるんで楽しむだけでうまくいくのか。  
その法則。  
逆に、なぜうまくいかない事があるのかの仕組み。  
それらを詳しく解説したいと思います。

以下余談。

私は、ものごころついたころから生き辛さや孤独感を感じ続けていました(こう見えて)  
(笑)とても恵まれて見えるかもしれませんが、本当にそうでした。

人見知りで、人が怖くて、本音が言えなくて、本当の自分が出せなくて、人間関係も「ど  
ーせ私は嫌われる」「どーせ他人は私を傷つける」と不安しかなかったです。

結婚して子どもができたなら幸せになれると思ったけど(今思うと、これって本当に他人軸  
ですよね～)ぶっちゃけどんどん苦しい方に落ちていってました。だって、他人の目ばかり  
を気にしてましたから。自分の思いなんてありませんでした。

「なんだかおかしい」と思い、ずっと気になってた宇宙の法則、宇宙の真理、心理学な  
どを学び、ひとつひとつ実践し、腑に落とし、今ここにいます。

私ですか？

今。マイペースに元気です♪

そりゃあ、毎日いろいろあります。イライラもあります。

落ち込むこともキレることもあります。

でも、本当のことを何も知らなかった、何もわからなかったあの頃より信じられないくらい  
穏やかで幸せです。色んな願いも叶い続けています。

私は、人見知りで、人付き合いが苦手で、神経質で、敏感で、キャパがめちゃくちゃ小  
さく不器用。でもそれでいいってわかったから。

女性は男性とは違う。男性のようにならなくていい。もう勝とうとしなくていいし、色んな

こと完璧にそつなくできるようにならなくていい。嫌われないよう怒られないように頑張らなくっていい。感情的でいていいし、浮き沈みがあってもいい。未熟なままでいい。もう自分を抑えつけなくていい。

そんなことを頑張るよりも、自分の中身を満たす方が大事。

自分の笑顔を増やす方が、自分の喜びに集中するほうがずっと大事。

っていうことが分かったから。

そして、そっちの方が女性は愛されるし、いろんなことがうまくいくってわかったから。

苦手なことやダメなところはいっぱいあるけど、無理に克服しようとしなくていい。

私はこのままで幸せを受け取っていいんだ。

このままで愛されていいんだってわかったから。

どんなことがあっても。どんな状況になっても。どこを目指せばいいか。

私はどうすればいいか。もうわかったから。

だから生きるのがすごく楽になったし、あの頃と比べて周りの人も、環境もずいぶんと変わりました。

私は今「伝えたい」のです。「こっちだよ～ん！」って。

誰かのためにいっぱい我慢して頑張ってイライラしている本当は優しい女性たちが。

強くあろうと、しっかり者であらうと、誰にも文句は言わせまいと、鎧をいっぱい着込んだ、本当は柔らかい女性たちが。

安心して、ゆるんで幸せになったらいいなと思っています。

女性が元気に幸せになったら。

世界も地球も元気に幸せになるはずですよ～。