

* * * * *

「あの人がうらやましい」
って思ったことありますか？

* * * * *

自分より美人なひと
自分よりやせているひと
自分より世渡り上手なひと
自分よりスペック高い彼氏がいるひと
自分より頭がいいひと
自分よりかわいがられているひと

そんな他人に対して
「うらやましい！！」
って思ったこと、ありませんか？

* * * * *

ひとのことがうらやましすぎて
悪口言ってた人がいます

* * * * *

はい、わたしです。

自分より仕事ができる人、
褒められる人が妬ましくって、
「てゆうかさ、アピールじゃない？
実際にはそうでもないよね！」

そういう会話を昔はよくしていました。

そのころのわたしの思考って

「人と比べてどうか」

でした。

自分自身がどうか
じゃなくて、
人と比べてどうか

なので、頑張っても褒められても満足できませんでした。

だって、

仕事の丁寧さは A さん、

仕事の速さは B さん、

仕事の質では C さん

愛されキャラは D さん

という感じでいろんな人がライバルなので、
どれだけ頑張っても頑張っても追いつきません。

そのころはすごーくつらかった。

ひとの目ばかり気にして
お客様のための仕事ではなく、
自分が認められるための仕事。

だから、つらい。

そう。そこに幸せはありませんでした。

自分の人生の手綱は自分で握る！

その経験があるからこそ、

まずは自分の人生は自分が主役なんだって事を
第一に伝えたいんです。

自分の人生の手綱は自分で握るんです。

だってあなたの人生は他の誰も生きられないから。

見せかけだけじゃなく、

すごくキラキラして見える人って

芯がしっかりありそうじゃないですか？

その「芯」って、自分が自分を主役に行っているから醸し出されるものです。

そういう人が悩まないかと言ったら違います。もちろん悩みます。

でもね、人に愚痴ったり、衝動買いしたり、八つ当たりして発散しません。

悩んだ上で、自分の中にある答えを探し出します。

まずは気づくこと！

自分自身が考えていること、
思考のクセってなかなか直せません。

ですが第一歩は

「気づく」

ことです。

明日からやってみていただきたいのですが
ふと無意識に考えていることや
気分が落ちているときに
自分がどんな事を考えているか
気づいてみてください。

もしかしたらやってみると
「あ、Aさんと比べてた」
となるかもしれません。

気づいて自分の思考のクセが発見できたら
大成功です！！

口ぐせにも現れたりするので
親しい方に聞いてみてもいいかもしれません
ね。

あなたの人生をあなたが歩むと
奇跡の連続になります

今まで気がついていなかったことに気がつく
と奇跡のようなことが起きます。

奇跡が起きたら遠慮せず受け取ってください！
それもまたキラキラ輝く秘訣なんです。

芯があればゆらいでも元に戻ります。
おおきな木が風に揺られてもしっかりと大地に
立っているのと一緒にです。

周りとは比べなくていい
思考のクセに気づく
奇跡を受け取る

これを明日から（今日からでも！）やってみて
くださいね。

今日もありがとうございました。
次回も楽しみにしててくださいね。

<https://rcw-si.com/>

※わたしのサイトに飛びます。

市原冴也香より。