

* * * * *

キラキラ輝くって結局なあに？

* * * * *

簡単に言うと、可能性が花開くということ
です。

「もうちょっと頑張れたはず」

「もっと違う人生があったはず」

そんな後悔があってもよくって、それもひっく
るめて「なりたかった以上のあなたになる」こ
とができます。

* * * * *

わたしは28歳のとき、
人生のどん底でした！

* * * * *

いま、わたしは好きなことを仕事にしていま
す。

わたしのことを大切に思ってくれる夫と出会い、それはそれは幸せです。

でもね、そんなわたしが一番つらかった時期は、28歳の時でした。

就職はうまく行かずにフリーターや派遣で働いて、それなりにやりがいがあったり人に恵まれていたと思っていたんだけど、どこか常に虚しかった。

それは、就職をちゃんとしなかったわたしは人生の負け組だって、どこかで思ってしまったから。

そして同年代の人が活躍すればするほど、「わたしなんて・・・」という気持ちが抑えられなくなって、「ふん、そうはいつでもわたしの方

が人生を楽しんでるし！」なんて自分が勝っている部分を見つけては安心していました。

物事を斜めから見る、斜に構える、軽口を叩く、人を悪者に仕立てる、悪口を言う。

そんな感じの人間だったのです。

いま思い出してもひどいです。

あの時はそうやって自分を保とうとしていたんですよね。

* * * * *

過去の点と点をつなげると
線になっていきます

* * * * *

ただ、あのときどん底があったからこそ、助け
てくれる人がいたし、いまこうやってやりたい
ことが明確になりました。

でもね、その渦中の時は「未来のために、今の
このドロドロした気持ちや不安で押しつぶされ
そうな思いがあるんだ！」なんて思えませんで
した。

悩んで人知れず泣いて、もがいていました。め
っちゃくちゃツライ失恋もしました！！

つらい中でもやれる事をやって行ったら、少し
ずつ不安が消えていったんです。

それから少しして、iPhone で有名な Apple 社の
創業者、故スティーブ・ジョブズ氏のスピーチ
を知りました。

あの時にやったことって無意味で無駄だったと
思っていたけど、その経験は生きていくものな
んだ！と。

過去、今起きたことは、意味があります。それ
を伝えてくれるものでした。

YouTube に動画があつたので、リンクを貼りま
した。

14分と長い動画ですが、先の長い人生のうちの
たった14分を使う価値のあるはなしだとわたし
は思っているので、どうぞ見てくださいね！

https://www.youtube.com/watch?v=XQB3H6I8t_4

* * * * *

わたしがやってきたこと &
やっていること

* * * * *

大学でのキャリアカウンセリング・・・2000名以上

人間関係のコーチング・・・100名以上

輝くための継続的サポート・・・30名以上

大学は明治学院大学、関西大学（東京センター）、大正大学、千葉商科大学です。

学生さんの支援、大好きでした！

悩んでどうしたらいいのかわからず、不安を抱えながら来談に来て、「来てよかった。やることがわかったからやってみます！」と笑顔で帰る。そして時に立ち止まったり悩みながらも前に進んで内定を掴む！その喜びに携われたことは本当に幸せでした！！

いまでも何度も何ヶ月も相談に来てくれた学生さんのことは覚えています。

人間関係のコーチングは、「あの人が本当にイヤだ、無理。」という状態の方の関係を劇的に変えています。

普通、相手の人が自分のことをどう思っているかわからないじゃないですか。このコーチングだとわかるんです。相手の目玉から、相手の靴を履いた方にお互いの関係性を見ることができ「関係コンディショニング」という手法でコーチングをしています。

輝くための継続的サポートは、「どうせわたしなんて・・・」や「どうやったらあの人がみたいにキラキラできるの？」という方に「わたしはわたし。今が一番人生でラクだしハッピー！」
「いますごく波に乗ってて、こんないいことが次々起きちゃいました！」となる支援です。

全てに共通しているのは、「その方の可能性が開くために一步を後押しする」ことです。

わたしがあなたと約束すること

一言で言います。

あなたの人生を「めっちゃこの人生、生きてきてよかった！」と思ってもらえるものにする事です。

わたしは28歳の時には、「もう早く80歳とかになればいいのに」と思っていました。でもいまは「これこれ、こういう人生を生きたかったんだ、わたしは！めっちゃこの人生、生きてきてよかった！」と思っています。

そう思いながら毎日生きられたら、幸せだと思
いません？

【さいごに】

いつやるの？いまでしょ

どことなく自分の人生に物足りなさを感じてい
たり、もっとこうだったらと思っているなら、
じゃあいつから行動しますか？

いまでしょ！

「そんなこと言っても、難しいんじゃない？」

「どうせ変わらないよ！」

「わたしには関係ない」

もしもこんな事を思っていたら、これから先も
同じ人生、同じ毎日の繰り返しです。

わたしじゃなくてもいいです。世の中にたくさん成長を支援するところ、方法はありますから自分に合うものを見つけてください！

でも、より良い人生にできるんだってことだけは信じてください。そしてそれをやるかやらないかを選ぶのはあなた自身です。

大丈夫。わたしはあなたが自分の人生をキラッキラと輝かせたいと願っているのを知っているから。そしてその願いを叶えるってことも知っています。

明日からは具体的にキラキラ輝くための道のりをご紹介しますね。

来年の今頃、

どんなじぶんになっていたい？

いま、ちょっとでいいので、最高にキラキラしている自分を思い描いてください。

来年の今頃、どんな「わたし」になっていたら最高に幸せでしょうか？

それ、叶えられますよ！

そうなりたいからあなたとわたしは出会った気がします！

明日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。

今日もありがとうございました！

市原冴也香より