



はじめ君と丹沢の大山に紅葉狩りに行ってきました。私も大山に来たのは初めてです。ケーブルカーに乗ったはじめ君は大喜びでした。「抱っこ」と言わずに最後まで阿夫利神社まで歩きました。

今年もあとわずかを残して終了です。でも、あつという間の一年間でしたが、色々あった一年でもありました。来年は還暦を迎える私ですが、人生勉強をたくさんさせて頂きました。感謝します。人は、自分のためだけには中々生きられないものだと思います。「母の喜んだ顔が見たい」「子供のために頑張ろう」「彼女と結婚するためにもっと働こう」「主人においしいものを食べてもらうために、料理をもっと勉強しよう」「社員が幸せになるように会社を成長させよう」など、人のためだったらいくらでも頑張れます。人を踏み台にして、自分さえ良ければいいという人には、あまり会った事はありません。免疫がないのでそんな人に出会うと戸惑ってしまいます。

私の支えもお客様の笑顔です。元気がなかった人が健康になって、笑顔で来てくれたり、エステできれいになって、笑って話している姿を見たりすると幸せを感じます。「引き寄せの法則」があるのをご存じですか？明るい人の友達、全員が明るい人です。人の悪口ばかりを言っている人の周りには、グチばかりを言う人が集まります。

こういう事も起きます。例えば…

「～ことが起こったらイヤだなあ」「ガンになったらどうしよう」などいつも心配してると、それが実現してしまいます。人は自分が思った通りになってしまふのです。でも逆も真理です。いつも前向きで、マイナスの事を一切考えず、笑って生きているといい事ばかりが起るようになります。



マリナーズのイチロー選手が小学6年生の時に書いた作文「ボクが一番の夢は、プロ野球選手になる事です」しかも、入る球団名、契約金1億円以上と、具体的です。



ACミランに入団が決まったサッカーの本田選手の小学校時代の作文もそうです。

「ぼくはおとなになったら、世界のサッカー選手になりたいというよりなる。…

ワールドカップで有名になって、ぼくは外国から呼ばれてヨーロッパのセリエAに入団します。そして、レギュラーになって10番で活躍します」断定しています。そして、ACミランの番号はなんと10番です。

この心構えは、「笑いヨガ」の精神と同じです。今年も100回近くの公演をしましたが、毎回プラス思考の考えと引き寄せの法則の話をして、病を持っている方には「ひどくなったらどうしよう」ではなく「自分が元気になったイメージを常に持って、治った、治ったと完了形で毎日言って下さい」といいます。

ホントの話ですが、笑いヨガをやっている人で、末期と言われた方がガンを消してしまった。などという話は、ごろごろあります。

病気を作るのも自分、健康でいられるのも自分、夢を叶えられるのもあなたの考え方、行動の起こし方で全て決まるようです。学者さんに言わせるとすぐに「科学的根拠がない」なんて目くじら立てますが、医学が進歩したと言っても、人の心の解明など何一つできていないのですから…

「昨日の事は戻らない、明日の事はわからない」今この一瞬もすぐに過去になってしまいます。この一瞬一瞬が人生ですから、来年も笑って楽しい人生になるように、「ありがとう感謝の気持ち」で日々を過ごしていきましょう。今年もあなたの笑顔がたくさんありがとうございました。新年も笑顔一杯と一緒に迎えましょう(*^_^*)