



# ひらほく新聞

発行所 読売センター平塚北部(ひらほく)山本 直 〒254-0013 神奈川県平塚市田村9-4-32 電話 0463-54-2807

小さい頃から人見知りで、赤面症、いつも小さなことにクヨクヨして、人と目を合わせることでもできなかったというひすいこたろうさん。そんなひすいさんがどのようにして、現在のような著名な作家、セラピストになれたのか。伊勢原で開催されたてんつくマンとひすいさんの夢のコラボ講演会に参加してきました。最幸だったお話から、少しご紹介します。

# 勘違い 人生を変える ひすいこたろう

新潟県出身、作家、コピーライター、漢字セラピスト。日本メンタルヘルス協会の衛藤信之氏から心理学を学び心理カウンセラー資格を取得。『3秒でハッピーになる名言セラピー』がディスカヴァー・MESSAGE BOOK大賞で特別賞を受賞しベストセラーに。他ベストセラー著書多数。27000人が読む『3秒でHappy? 名言セラピー』を無料配信中。  
<http://www.mag2.com/m/0000145862.html>

ひすい語録。「僕は天才だ」って決めた。今は天才じゃないけど、5年後天才でいるから、天才だとして決めちゃおう。その勘違いすることがすごく大事。

人生は3ヶ月で変えることができる。人は自分が普段、どう思っているかで一番影響を受けている。だから「どう思っているかを考える」こと。「自分に対する認識を変える」こと。具体的には、朝起きた時と夜寝る時、鏡の自分に向かって、私って運がいい！私は力ワイイ！って言うのを続けること。詳しくは、「一生を変える小さなコツの専門家」野澤卓央さんの書籍及びサイトにどうぞ。

奇跡を起こす方法。生物のいろんな本能のなかで、「喜ばれると嬉しい」という人間だけが持っている本能がある。誰かが喜んでくれることで自分も喜べることをすると、喜びも2倍になる。喜びを増やそうとする人を、運の神様は見逃さない。そこに奇跡が起きる。

ひすいさんが新潟から上京、大学生生活を送った八王子は友だちもいなくて最も寂しく過ごした時代の街。その八王子での感動の講演があり、その後のメルマガ配信がとても素敵な内容でしたので、以下ご紹介。ぜひ、メルマガ「名言セラピー」をどうぞ。

講演の最後に僕はこう話した。

「ここからは目を閉じて聴いてください。あなたの心臓は、あなたが生まれてから一度も休むことなく、あなたを生かそうとあなたのために動いてきています。24時間、365日一秒も休むことなく、一度も有給休暇を使うことなく、あなたのためにあなたの心臓は、あなたを生かそうとして、動いてきています。」

僕は八王子時代、あまりに生きにくくて、京都にある坂本龍馬のお墓にこう祈りにいったことがあります。

『龍馬、助けてください。このままでは生きるのが苦しいです。もう限界です。助けてください』

でも、龍馬は助けてくれなかった……。じゃあ、実際に、助けてくれたのは誰だったのか。僕の心臓を鳴らしている命、この命が助けてくれたんです。僕のために生まれてから一度も休まずに僕の可能性を誰よりも信じ、どんなときも僕から離れず、ずっと一緒に僕と一緒に僕と一緒に僕を生かす命の鼓動。それが僕を助けてくれたんです。あなたの心臓の鼓動はわかってますよ。あなたの可能性のすごさを。

だから、あなたの一番ちかくで一秒も休まなくてワクワクしてあなたを見守り応援してくれているんです。あなたから一度も感謝されることがなくなっちゃった。

いま、僕は言える。神様、僕をひとみにりに産んでくれてありがとう。神様、僕を赤面症にしてくれてありがとう。神様、僕を目と目が合わせられないくらいシャイにしてくれてありがとう。神様、僕に孤独で寂しい時間をプレゼントしてくれてありがとう。だって、だからこそ、誰よりもどうすれば心が明るく生きられるか知りたかったから。

知りたかったから。僕の最大の財産だったんだ。「龍馬、助けてください。」このままでは生きるのが苦しいです。もう限界です。助けてください」

そう龍馬のお墓の前で祈ってたときには、気づかなかったよ。この苦しみが、僕の救世主だったなんて。3月16日夜、いま、僕はこうしてメルマガを書いている。キミの心を明るくしたい一心で、もう10年やってるよ。

なんでこんなことを始めたかという、僕はそのことで誰よりも悩んだから。そういう意味では、キミとこうして出会えたのは、悩みのおかげだということになる。神様が人を光らせるためにした最高の発明は、「悩み」だったなんてね。わらっちゃっよね。

いま、キミが何か悩んでるとしたら、これだけは覚えておいてね。なんで悩むのか？それは未来に、キミと出会う人の心に灯りをとすためさ。(END)

人は何のために生まれてくるのか  
昨年、胎内記憶の権威、池川明先生と出会い、講演2回の拝聴と、直接お食事をして話をいただく機会がありました。以来、「胎内記憶」について詳しく知り、これまで以上に『子育て』に関して興味を持つこととなり、妊婦さんや、小さいお子さん連れのご家族に特に目がいくようになりました。

伝えてあげたいのです。まさかのスマホを見ながら、歩く妊婦さんに……。お腹の赤ちゃんは全部見えますよ。感じてますよ。とても不安に思ってますよ。自分のことを好きじゃないのかな……。愛してくれないのかなあ……。って。どうか、歩きながらでもお腹に手を当てて、笑顔で愛あるお話がけをしてください。子どもたちは、親が全てなんです。他に頼るものがない。全ての常識は親を見て、感じて創られていきます。

あなたがしていることが、子どもたちの常識になります。赤ちゃんは危険を知らずに、ハイハイしたり歩いたり、初めてのことへ夢中に挑戦を続け、ぶつかって泣いても決してやめません。どんなことも親に危ないからダメと言われればやっつけないことになり、経験する前からやれないという常識になります。

親に愛を感じなくなったら、夢中になれるテレビやゲームで寂しい心を満足させるようになる。どうか気づいてほしい。

先月、池川先生も出演している、映画「かみさまとのやくそく」胎内記憶を語る子どもたち」を観ました。「大きな大仏さんがいた」「たくさん赤ちゃんがいて、テレビが並んでいてそこから選んだ」「子どもたちが、みな同様な記憶を話す内容に驚きと感動でいっぱいでした。そして「何のために生まれてくるのか？子どもたちは「人の役に立ちたい」から、一番最初は「お母さんの役に立ちたい」からだと語っています。

お腹の中にいる時から精一杯の愛情を伝え、つながること、とても大切です。子育ては親育て。お母さんの心からの笑顔が子どもたちの笑顔をつくります。