

# ひらほく新聞



「ひらほく新聞」で検索!

★感謝で継続13年目突入★

<http://www.hirahoku.com/>

☆ぜひ、バックナンバーをどうぞ!

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



「ちむどんどん」とは沖縄方言で「胸がわくわくドキドキする気持ち」



『あなたは絶対ー連がいい』の600万部「ミリオンセラー作家」浅見帆帆子さんと、SNSフォロワー30万人「潜在意識の実践家」Honamiさんが豪華コラボ! 引き寄せの法則と潜在意識のカリスマによる20年の時を越えた集大成を大公開。  
「今のままのあなたでいい。」夢がごく自然に、自動的に叶う「新しい時代の夢実現5つの方法」とは? 現実とは自由自在に作り変えられる。本書では、「思いを形にする(夢を叶える)方法」が5つのステップで分かりやすく伝えられています。

## 5つのステップ

- ① 夢を決める
- ② 夢と波長を合わせる
- ③ 不要なものを手放す
- ④ 直感で行動する
- ⑤ すべてに感謝する

「そうなるー」と、はつきり決めること。あとは毎日ワクワク、夢と波長を合わせて過(せ)せばいい、それだけです。  
浅見帆帆子  
夢の実現は、実はすごくシンプル。これまでの常識や世間体をすべて脱ぎ捨て、1人ひとりが自由に羽ばたく時代が、ついにきたー!  
Honami

「この世の絶対法則」は、「今も未来も、すべて自分で自由自在に作り変えることができる」ということ。この5つのステップを、まっさらな気持ちで、無理なく楽しみながら実践できれば、結果的に潜在意識がきれいになり書き換わっていく。

自分の潜在意識に刻まれた信念や思い込みは、良くも悪くも、半自動的に「行動」に出て、その「信念」どおりに「現実」をつくる。  
私は中学校のとき、「自分はブスだ」と思っていて、その信念で行動していたので、自信がなく猫背になり、お肌も手入れせず、髪はいつもボサボサ、見事なまでに信念どおりの「ブスな自分」でいた。(Honami) しかし、反対に「私は美人だ」と思ったら、

「美人な自分」であるための情報を脳がキャッチ、あらゆる関係する情報はかなりが視界から飛び込んでくる。人間の脳というのは、自分の意識や信念、考えていることに必要な情報をキャッチするようになっている。だから「ありたい自分」を設定し、自分がキャッチしたものを信じて迎っていくことによって、夢は必ず叶えることができる。

## ワクワク、楽しく、ワクワクする

新しい時代は、「自分の感覚に素直に生きる人」が「幸せ」になる時代。  
昔は「〇歳までに結婚、出産が理想」という常識のようなものがあったが、女性に限らず、「高学歴、社会的地位、経済力」などの成功、幸せの定義が崩れて、現在では各人が「自分が好きな形」を追求している(そのほうが幸せ)ということに気づいた。

この時代に絶対的に必要なのが、各人の「感じる力」。あなたが感じること、あなたが感じることは、「あなたへの答え」になっている。だから、何に対しても「世の中から見ると正しい」ではなく、「こっちは好き、ワクワクする、楽しそう」と感じるほうを選ばないだけ。

## 正しい”生き方”から脱却しよう

「頭で行う『思考』ではなく、心(感情)が本当に求めるもの」を優先する。「情報や周りの意見」「過去の経験」に流されて、善悪や良し悪しを「判断」しない。「へき」「ねばならない」という「常識」を手放す。つまり、「これが正しい(常識)」という考え方から脱却して、自分の心が「何を求めているのか」を感じ、それに従って生きていく。

## 「決める」こと

「圧倒的に豊かな人たち」が、自分の夢を実現するためにしている共通点は、「決めている」こと。「願う」のではなく、「決める」。だから、書き出すときは、もちろん断定的形。「こうなる!」と言い切つて、予定のように書き出す。「決めたら叶う」のは、「決まると波動が変わるから」。「こうだ」といいたく、「こうだ」と思っていれば、「こうだ」といいなあ」といつまでも思い続ける現実」しか引き寄せない。しかし、「こうなる」という「決定事項」として思い始めると、それにふさわしいことを引き寄せ始める。

## 偉大な力を味方に

「叶うという確信」に伴った「楽しい」「うれしい」感情が、さらに引き寄せを強化することになり、夢に近づくいいことが起こり、現実に至る。この心地よいときこそ、「潜在意識」が活性化される。そうした引き寄せを起こすときは、潜在意識の中でも深い領域である「集合的無意識」や「超意識」とつながっている。だからこそ、意味のある偶然の一致(シンクロニシティ)が起こるようになる。

## 好きで日常を

### あふれさせる

「好きなものリスト」をつくり、とにかく「好き」「うれしい」「心地よい」と感じる場面を日常に増やす。  
◆身の回りを「好き」で囲む「自分のSNSを大好きなものに埋め尽くす」等  
◆すべての選択を「好き」基準で行う  
◆ゆつくりじっくり「好き」を味わう  
◆自分の夢を共有できる人と語り合う  
◆「情熱を注ぐ対象」を見つけて、没頭する  
◎究極、感謝さえあれば、今も未来も、すべて勝手によくなっていく。  
感謝は、夢実現の根幹であり、土台。

## 毎日5分実践

### ワークの実践例

24時間、同じようにワクワクし続けて暮らすために:  
◆鏡のワークステップ①でオーダーした(決めた)夢に対して思わず「ニヤリ



# 追悼抄

## 人生で

### 一番大事なもの

稲盛和夫

やっぱり人生で一番大事なものというのは、一つは、どんな環境にあろうとも真面目に一所懸命生きることに。私が京セラや第二電電をつくり、JALを再建し、素晴らしいことをやったと多くの方々から称賛していただきますが、ただ一つだけ自分を褒めるとすれば、どんな逆境であろうと不平不満を言わず、慢心をせず、いま目の前に与えられた仕事、それが些細な仕事であっても、全身全霊を打ち込んで、真剣に一所懸命努力を続けたことです。

全生命を懸ける努力、世界中の誰にも負けない努力をしていけば、必ず時間と共に大発展を遂げていくものと信じて疑いません。それともう一つは、人間は常に「自分がよくなりた」という思いを本能として持っていますけれども、やはり利他の心、皆を幸せにしてあげたいということ、強く自分に意識して、それを心の中に描いて生きていくことです。いくら知性を駆使し、策を弄しても、自分だけよければいいという低次元の思いがベースにあるのなら、神様の助けは

おろか、周囲の協力も得られず、様々な障害に遭遇し、挫折してしまってください。

「他に善かれかし」と願う邪心のない美しい思いにこそ、周囲はもとより神様も味方し、成功へと導かれるのです。

致知出版社『1日1話、読めば心が熱くなる365人の生き方の教科書』より

### 超オススメ本

## よくがんばりました。



出会った人の人生を変え

ると評判の本を多数発表。国内累計100万部超え。何度も書籍紹介してきた作家・講演家の喜多川泰さんの『運転者』以来、3年ぶりの超感動作、心の再生物語。

38年前、逃げるように母親と二人で家を飛び出してから会っていない父だが、突然その父の訃報が届く。

帰省した10月の故郷は折りしも「西条まつり」。自分の記憶からも消していた父の存在だが、江戸時代から続く日本一のだんじり数を誇る祭りの高揚感が、唯一

の父親との記憶を蘇らせた。そして、生まれて初めて父親の実像と向き合う決心をする。それは、自分の心を癒す再生の時間でもあった。

「以下、本文より」  
自分に与えられた条件のなかで、起こることすべてを受け入れて、誰にもその苦しみを理解してもらえないままに、ひとつの旅を終えた人に対して湧いてくる言葉は、嘉人のなかではひとつしかなかった。

「よくがんばりました」。そしていつか自分も人生を終えるときに、誰かが、誰でもいい、たった一人ですう言ってくれたら、自分の人生は報われるんじゃないか。そう思えた。

故郷のお祭りをテーマにした、愛媛県西条市出身の喜多川さん。「日本各地で繰り広げられる「祭り」には、代々続く家族の物語が詰まっている」と後書きに記されている。作中には、「人生には祭りが必要だ」。(主人公)嘉人は、心の底から思った……とある。

自分も小さい頃、故郷、新潟・魚沼の毎年夏の氏神様のお祭りが大好きだったことを思い出した。早い時間から踊りを始める青年会

の人たちに交じり、境内の中心のご神木と脇の櫓の輪は次第に三重にまでなり、終演まで何時間もずっと踊り続けたものだった。

実は2日あるお祭りの初日は、亡き父の誕生日。やはり、お祭り大好きだったのだろう。恒例の2日目の余興、仮装大会には、毎年趣向を凝らして変装、戯けて踊っていたことを思い出す。晩年、民生委員の傍ら、地区の記念誌づくりや上流地区の記念誌づくりや上流地区の制作に尽力した父。他喜力満開、その郷土愛に、「よくがんばりました」の言葉を送りたい。

お祭りの盆踊りはずっと同じ音色、お調子。そして櫓の上の太鼓の二人は、「選手交替」しながら延々と同じ拍子で続く。小さい頃、大きくなって上でやりたい！と思い、よく真似をしていたものだ。

振り返れば、いまだ実現していない。夏祭りに合わせて帰省、自らの太鼓の音色をせひ天国の父母に届けたい。ワクワク有難く新たな「夢」ができた。

品「おいべっさんと不思議な母子」を読み返した。「きっとあなたに「生きる力」を与えてくれます」とある帯を開くと、そこには『一冊の本との出会いで、人生は変わる』という筆名

日付けと喜多川さんのサインがあった。

## 喜多川ワールド

さらに父子物語で思い出し、デビュー作の『賢者の書』と『上京物語』を再読。『上京物語』の父からの手紙にある「破るべき5つの常識の殻」をご紹介します。

- ① 幸せは人との比較で決まる
- ② 今ある安定が将来まで続く
- ③ 成功とはお金持ちになることだ
- ④ お金を稼げる中からやりた
- ⑤ 失敗しないように生きる

主人公・祐輔は、一浪後大学生活のスタートで東京へ向かう新幹線車内でこの手紙を読んだ。そして、「数時間前までは憧れの東京生活を活かすことしか考えていなかったが……」祐輔は新幹線に乗っていた四時間ほどの間に、自分の価値観が、そして自分の人生そのものが大きく変わったのを感じた。今はいろんなことを知りたいと思った。自分の行動基準がお金ではなく

なっていることを感じていた。それを伝えてくれた父親に心から感謝した。「俺の人生は、思っていたよりもずっとずっとすばらしいものになりそうだ」とある。

次に、2013年に聴いた喜多川さんの講演から。愛媛県の喜多川家の実家では、高卒の18歳で家を出て一人で生きていくことが暗黙で決められていた。そして、大学受験をすべて失敗、浪人生として東京に行くことになったという。

ホームでの見送り、両親の涙眼を見て必死に堪えたが、その後大阪に着く頃まで3時間ほど、しゃくり上げるほど泣き続けた。その涙は、自分がもっとしっかり勉強しておけば、こんなことにならなかつたのにと、両親に対しての申し訳ないという思い。そしてその時、絶対に親孝行するぞ！と固く誓ったという。

その後大学卒業、就職、初任給18万でも親孝行と想って頑張って仕送りを続けていた喜多川さん。しかし、ご両親がもっと喜んでくれたこと、それは、書いた本を読んでもらったり、講演会で多くの人に聴いてもらったりして、たくさんいる人に見せることだった。親にとつてそれが最高に幸せな瞬間！と語っ

てくれたお話は、まさに「人に喜んでもらう」という「働く本質」の教えだった。

映画化され、無料上映支援のご縁により、私も3カ所でお話を開催させていただいた『また、必ず会おう』と誰もが言ったのは、中学・高校に寄贈もした。

プライド高く、嘘つき、見栄っ張りの少年が、一人東京へ。飛行機に乗り遅れ、お金もなく何とか帰ろうとするなか、その途中で様々な人と出会い、人として成長していくという物語。

あつという間に引き込まれていく、まさに「喜多川ワールド」。読めば読むほど、中学生、大学生、新社会人、そしてその親御さん達にもぜひと、勧めたくなる作品ばかりだ。

「本との出会い、人との出会いで人は成長していく」

私は18歳で新潟から上京、大学中退で両親に多大な迷惑をかけた。紆余曲折あったが、両親が亡くなり、自分にできる恩送りを続けている現在、とても有難い道のりだったと振り返る。

書籍「決めれば叶う」の最後のステップは「すべてに感謝」。出会った書籍、出会った人たちからの教え、学びを感謝で受け取り、何より失敗を恐れず『実践行動』する人でありたい。