

信じよう！活かせる自分の力を♡

きらきら
今、ひとりきりなのに...

～私らしくいきいき(粋♡生き)と!!～

103kgの恋愛カウンセラーで知られている羽林由鶴さんの
大好評だった講演会の内容をご紹介します。

どんな経験も失敗も財産になる！

幼稚園の頃から体型にコンプレックス、うまくいかないのは体型のせいだと思っていた。26歳の時キャッチセールス数人に囲まれ、窮地に追い込まれた時、助けてくれた外国人が最初の結婚相手。でもその結婚が地獄の始まり。数年間DVを受け“彼を治せるのは自分しかない”と思っていたが、殺されそうになり2ヶ月半入院。

父親から「もうがんばらなくていいよ、死にそうだったんだよ、これからは好きに過ごしていいよ」と言われ、そこから自分を取り戻した…。



恋愛・生き方カウンセラー
羽林由鶴さん

なりたい自分になる為には、
なりたくない自分にならないこと・・・そのためには

**自分らしさを
大切にする**

他人にどう思われるかを
気にしすぎないこと
相手の反応に傷つかない

自分の考えを持つ

自分の思いを口に出して
表明すること
人の顔色を見て行動しない

“まあまあ
悪くなければ
上等!!”

と、思うことで
幸せがゴロゴロあると
感じられる！

講演後、羽林さんは参加者全員をお見送りしてくださいました。

参加者と語り合う姿を見て、ほんの2・3分でしたが、私も父親の介護の話を聞いてもらいました。「あなたが幸せでなければ、周りも幸せじゃない。自分を大切に」という言葉が胸に沁みました。

(編集員 T)