

「顔を洗うこと 心を洗うこと」

世界一エステティシャン及びタラサ志摩ホテル&リゾート㈱社長

こんの かつこ
今野 華都子

顔を洗うという毎日のきわめて日常的なことが、やがて気づかせてくれる大切なことを、さまざまなエピソードを交えての著書の中の一部です。

ほとんどの人の悩みや迷いは
「自分と人を比べること」や
「他人の評価」を気にするために
起きているのです。

自分が誰と比べることのない
唯一無二の存在なのだと
いうことがわかれば
比べることで悩みが生じたり
他人に「どう思われるか」
で揺れたりすることも
なくなるでしょう。

中略・・・

自分の存在を喜びましょう。
ここに形ある存在 肉体という部分と
心としていただいた「自分」を喜びましょう。