



はじめまして！  
兔咲(うさぎ)です。

1972年生まれ、2人の子供を育てるシングルマザーです。

ブログやメルマガを通じて情報を発信しようと思ったきっかけは産後離婚。

10数年ほど前に離婚しましたが、当時は、まだ産後クライシスという言葉もありませんでした。

この産後クライシスという言葉を知ったのは、ここ最近のこと。

夫婦生活を思い返してみると、産後クライシスの症状に当てはまることばかり、、、

2人目の子を出産する前から夫婦仲が悪化し、夫の心を取り戻すために、あの手この手で改善を試みましたが、しかし、どれもこれも失敗ばかり。夫の心を取り戻すどころか、どんどん夫婦の距離は離れていきました。

そして、もうどうしようもなくなり離婚。

離婚した当初は、周りの人達は幸せな結婚生活を送っているのに、なぜ私だけうまくいかなかったのか？悩みました。

その答えを求めて自己啓発、心理学、スピリチュアル、問題解決法などあらゆることを学びました。

一時期はレイキヒーリングというスピリチュアルな手法を学んで、セッションを行っていたほどです。

しかし、何を学んでもどこにも私が知りたかった答えは見つかりませんでした。仕方がなかった、これが私の運命だったと諦めかけた時、ある真実とも言えるひとつの答えにたどり着きました。

私の結婚生活がどうしてうまくいかなかったのか、ようやくその理由がわかったのです。

この答えを元に、自分自身を解放していたった結果、本来の自分の姿を取り戻していきました。会う人、会う人に「変わったね！」と言われるようになり（もちろん良い意味で！）、離婚したことがコンプレックスで、誰からも愛されない、何をやってもうまくいかないと思い込んでいた私でしたが、今は離婚した経験さえもこれよかったと思える後悔のない人生を歩んでいます。

過去の私が悩んでいたように、今、夫婦関係で悩まれているあなたに、私の経験から学んだことをお伝えすることで、お役にたてれば、、、と思っています。

このメルマガを読んでくださっているあなたは、夫婦仲が悪くなってしまったけれど、なんとかやり直す方法はないか、恋愛していた頃のように仲の良い関係に戻れないか、その方法を模索していらっしゃるのではないのでしょうか？

そう、過去の私のように。

このメルマガでは、離婚したからこそわかるパートナーの大切さや結婚しているときには気づけなかったこと、今だからわかること、過去の自分に教えてあげたかったことなど、表面的な対処療法ではなく、夫婦関係の本質とも言える部分にフォーカスしてお伝えしていくつもりです。

**大事なことは、あなたが本当はどうしたいのかに気づくこと。**

しっかり自分と向き合って、今ある幸せに気づいてもらえるきっかけになれば幸いです。