

目次

まえがき

2

第1章

私について

- (1) 幼少期から数年前の自分 ↳ 一人でもなんでもこなしてきた自分↳
- (2) 高校受験 ↳ 担任からのアドバイス↳
- (3) 就職 ↳ 仕方なく選んだ会社へ↳

23 19 12

第2章

大手企業に就職、そして退社

- (1) 退職　↳外側の人からの問いかけから
- (2) 家業に移って
- (3) 資格取得
- (4) 太陽と影

48 40 33 28

第3章

人生の分岐点

- (1) 人を変えようとしていた自分　↳人を操作する自分
- (2) 経営セミナーでの衝撃
- (3) 自分を変える旅の始まり
- (4) メンター〈師〉との出会い

71 66 60 56

第4章

人からの言葉

- (1) 人からの言葉 その1
↳ 服装について↳
- (2) 人からの言葉 その2
↳ 肯定的な言葉を使う↳
- (3) 失敗はない
- (4) このままでいい
- (5) 人からの言葉 その3
↳ 自分を労う↳
- (6) 人からの言葉 その4
↳ 小学校の担任の言葉↳
- (7) これまでの人生を振り返って
- (8) なる前になれ！

第5章

そして、今は

- (1) そのままを受け入れる ↳ 自分に正直でいること↳
- (2) 正直に表現する ↳ 外側へ出す↳
- (3) 人は鏡
- (4) 在り方を選択する
- (5) 三つ目の仕事
- (6) 今、想うこと