

まえがき

あなたは今本当の自分を生きられていますか？

そして

今、どんなことで悩んでいますか？

もしも、あなたが

疲れる人間関係のなかで、その感情のやり場に困っているのなら今の環境から出たいと心の声が叫んでいるかもしれません。

私も、

「お前の代わりはどこにでもいる」

ということをさまざまな場面で言われてきました。

一生懸命頑張ってもその努力は報われることはなく

それでも、すがりつづける自分は惨めで、みっともなくて

人と関わるたびに自信をなくし

私は、長年の間、この世で生きる自分の存在意義を見出せませんでした。

それでも、人のために貢献しながら
今、私の目の前に広がっているような

人それぞれが持っている才能を活かしながら生きられる世界を諦めることはありませんでした。

生き方を変えて人生そのものを変えられた理由は何か？

本書では、私の半生とともに、どん底から這い上がっていった成り上がり人生を記しています。

人が幸せになるには、理想を下げるか、現実を上げるかの二通りがあります。

今のあなたにとって何か一つでも生きるヒントなどが見つければ幸いです。

残酷で厳しい社会や、合わない集団のなかであなたは、どれだけ感情を押し殺してきたことでしょう。

私はあなたではないから、あなたのつらさを全部はわかってあげられないかもしれませんが、もしかすれば、本書はあなたにとっては期待はずれの内容かもしれません。

それでもこの1冊の本で、今、つながれたご縁は意味があるものだと思っています。

私は、ストレス社会で闘うあなたの心の居場所でありたいです。

誰かに何かを言われた一言で、人生を諦めることなく

あなたがあなたらしく生きられますように。