

目次

まえがき 2

第1章 ぼくたちの暮らし

| | |
|------------|----|
| モーニングルーティン | 12 |
| 好きな仕事 | 15 |
| ネコたちとの暮らし | 20 |
| 休日の風景 | 25 |
| ナイトルーティン | 29 |

第2章 今に至るまで

| | |
|-----------------------|----|
| お店の歴史 | 34 |
| 直感に導かれる | 34 |
| ミッシヨンステートメント | 41 |
| サッカーの応援 | 47 |
| シンクロニシティから始まったサポーター活動 | 47 |
| セラピストとして | 53 |
| 投資家として | 59 |
| 夢を叶える | 63 |
| 初めての著書・出版 | 63 |
| さいしょのカギ | 68 |

第3章 人との関わり

パートナーシップ

72

家族との関わり

80

親友

84

お客様

88

お取引先さん

91

第4章 我がままに生きる

時間をかける

98

1万時間の法則

102

ワガママと我がままの違い

106

愛のゾーンで生きる

106

第5章 自分らしく生きる

| | |
|-----------------------------|-----|
| まほうのカギ | 117 |
| 12年周期の法則 | 118 |
| 心を整える | 123 |
| ハワイの自己問題解決法『ホ・オポノポノ』 | 123 |
| 個人の時代 | 130 |
| ファッションに学ぶ自分軸 | 130 |
| SNSでの発信 | 133 |
| 情報の民主化へ | 133 |
| 隣の芝生は青い | 137 |
| 天上天下唯我独尊。お釈迦様は言った「隣の芝生は青い」と | 137 |
| 成功とは | 140 |

そしてインサイドアウト

地域への貢献

145

さいごのカギ

147

あとがき

149

スペシャルサンクス

151

参考文献

153