

まえがき

はじめまして。

しんどうさおりです。

今は会社を設立し、スタイリストやセミナー開催を中心に活動しております。ほんの数年前までは、アパレル店員として勤める普通の女の子でした。

小さな頃から少し他の人より感受性が強く、どうぶつや人の気もちがなんとなくわかり、それゆえに傷つきやすかったと思います。見た目はお嬢様と思われるわたしは、いちごのように甘くておいしそうに見えて、酸っぱい思いもたくさんしてきました。

「お姉ちゃんだから、年上だから、部下だから、責任者だから、我慢しなさい」と言われる言葉に、自分の本当の思いに蓋をして生きづらさを感じていました。

「どうして、わたしに生まれてきたのか」「わたしはどこにいていいのだろうか」と思っていました。

両親の離婚や母親の再婚を機にさまざまな光景を目の当たりにし、複雑な気もちは募るばかりでした。また、父の突然の死を迎え、わかち合えなかった自分を責め、償う気もち一心に、お仕事をしながら父

の実家や身辺整理を1人で始めました。

田舎だから、会社の規則だからと先祖代々、先輩方が、

「こうしないといけない」

という風習にぶつかり、義務感と息苦しさによって身体が悲鳴をあげていました。時に周りの批判もあり、痛い思いもたくさんしましたが、わたしの代で変えてゆくことを決め、結果をわたしが出すと決めました。わたしのあとを継ぐ人が同じ思いをしないように、わたしが生きやすい道に変えてゆくと決めました。

父の身辺整理の終盤を迎えた頃、わたしの生き方も変えようと思いました。

どんな食べ物が好きだったか？ そんなことすら忘れてしまっていたのです。少しずつ、自分と向き合うようになる中、チャンネルが変わるかのようになわたしの周りの環境や出逢ってゆく人が変わりました。今はスタイリストとして、わたしを見つけ、県を越えて会いに来てくださるお客様まで現れ、ファッションコンサルをさせていただくまでになりました。

お客様のお話を伺っておりますと、お洋服の悩みだけではない方ばかりでした。両親のこと、お子様のこと、恋人のこと、お仕事のことなど、不思議なことに、わたしが経験して、若い頃に感じてきた想いと似たものを持っていらっしやる方々ばかりでした。

この本は、わたしがこどもの頃から本当の思いを蓋をし続けていて、両親へ伝えられずにいた蘇る感

情と、いろんな経験を終えて昇華できた今の感情を両方綴っております。過去のわたしの実体験や感じていた想い、今は昇華したわたしの氣もちを通して、何か心の奥にある悲しみや、まだ氣づいていない蓋をしてきた感情やコンプレックスと向き合い、心が軽くなるきっかけになればと思っております。

また、わたしは自分の過去を振り返ると、極端に嬉しいことや極端に悲しみを感じたこともありまして。何十年もネガティブで変わらなかったわたしが意識を変えただけで、ほんの2、3年で輝く人になるためのアドバイスをしたり、執筆をしたりしております。こんなネガティブだったわたしですら変わってゆくのです。

経験をを通して、視点や考え方は一つではないということ、また自分を好きになる方法や、いろんな方々と出逢う中、自己流にアレンジし、たのしみながらわたしがして効果が出た考え方や行動も書かせていただきました。平仮名をはじめ、旧字のエネルギーは、書いた人、読んだ人のエネルギーを強めてくれると廣瀬仁さんから学び、ところどころに少し使っています。ぜひ、たのしみながらヒントや氣づくにしてみてください嬉しく思います。

考え方が変わってゆくと、いろんな意味で豊かな人がどんどん増え、そんな方々の愛が世の中に循環してゆき、しあわせであふれてゆくのではないかと、わたしは信じております。

しんどう さおり