

## はじめに

私が執筆のお話をお受けする決意をした理由は、たつたひとつです。自分の経験してきたことを発信することで「ひとりでも多くの女性の活力が増し、躍動し、魂が輝くきっかけになればいいな」という強い想いからです。実際、書き始めると時間は、予定よりも大幅にかかりましたが、書き終えたあと「自分の人生の中の暗黒時代のようなつらい時期に、このような本があったら、どんなに救われただろう」と、心の奥から湧き上がりました。知恵もない、人脈もない、スキルもない。

そこで右往左往するしかなかった私がいいます。自己嫌悪と自己卑下で、凝り固まった当時の心が、写真を見るとそのまま顔の表情に表れています。

どんなに歳を重ねても、どんなに大人になっても、理想は雲の中のまま。大人になれば、うまくやれると信じていたのに、手ごたえのないまま。

このまま枯れていってしまうのではないか。かつては、白馬の王子さまに引き上げられ、後ろからハグされながら、馬に乗せてもらえた結婚生活も、たちまち現実に取り戻され、落馬してしまう。カウンセリングを通し、そんな感覚を持つ女性が、実に多いことを知りました。

若い頃は不安と不満が交差していた私でしたが、今では、「夢中に生きてしまう」ようになりました。それはまるで、子どもが砂場で遊んでいるうちに、いつしか日が暮れてしまったかのように、今50歳目の私は、躍動

しっぱなしの人生へとシフトされました。

たくさんタイヤを紐で腰に縛り、齒を食いしぼりながら進んでいたような若い頃の私とは、今は雲泥の差。執着、エゴ、ネガティブなど重たい砂袋を一つひとつ手放し、自由な空をゆく気球のようです。そしてこの先は、いつか透明で気ままな風になりたいと憧れています。

今、このメッセージを読んでいただいているあなたも一期一会の天からのご縁です。ぜひ、本を読み進めていただき、躍動の人生の扉が開きますよう、心からお祈り申し上げます。