

はじめに

ある朝、いつも通り出勤すると会社がなくなっていました……。

突然無職になってしまった私は、「独立開業」という方法を選択し、お金をかき集め、同じ境遇にいる同僚にも声をかけ、2011年に、なんとか4人で再スタートを切ることができたのです、が……。

待望のお客様初来院は、“3月11日14時”。そう、記念すべき来院第1号のお客様の接客中に東日本大震災が起きたのです。

その後、オープンから3カ月間、お客様はほぼ皆無に等しく、街も「シャッター通り」と化していました。

オープンの4カ月前から家賃や給料などは発生していたこともあり、売り上げがないまま、経費だけがかさみ、内装工事や店舗契約料など準備にかかった費用十家賃など半年分の運転資金、合わせて1600万円を、7カ月でほぼ使い果たし、ほとんど返済できないまま、いきなり閉店&倒産の危機を

迎えてしまったのです……。

「なんで、こんな目に……」

当時は、先のことを考えるだけでも恐ろしく、震える毎日で、夜も眠れませんでした。

しかし、その3カ月後、ある起爆剤を使いメソッドの詳細を一齐に公表した途端、一気に予約が入りだし、それ以来10年間いまだ予約は途絶えず、現在では「4年待ち」となり、雑誌やTVなどのメディアでも「日本一予約の取れないサロン」と謳われるようになりました。

私は「運良く」どん底から這い上がることができましたが、これからの未来はどうなるのか？ それはわかりません。しかし、私は「起爆剤」をいくつか持つておりますので、現時点ではあまり不安は感じておりません。

経営だけでなく、ダイエツト、スポーツ、勉強。何においてもすべて、「うまくいく」「うまくいかない」には、必ず「原理原則」があり、現実に行き起きている現象はすべて、「偶然」ではなく、「必然」であるということ。

そして、その必然も実は、自分で築き上げた「運（準備）」であり、物事は「なるべくしてなってい

る」ということに、自らの経験で気づかされました。

世の中は、「知識のある者が得をし、知識のないものは損をする」そんなふうに来てはいるようです。こういった原理原則のことを「コツ」ともいうのですが、このコツの語源は「骨」から来ております。骨はカラダの中心にあり、全身を支えていることから、「本質」や、「要領」という意味でも使われます。

うまくいっている人は「うまくいくこと」をひたすら行っており、逆に、頑張っているのにうまくいかない人は、必要のないことをただひたすら頑張っているだけなのです。

うまくいかないことを「環境」のせいにする人もいますが、環境の多くは、自らが選んだ道であり、自ら変えることもできるので、それは言い訳にすぎません。

間違いに「早く」気づき、正しい方向に軌道修正することができれば、物事は「例外なく」好転していきます。早ければ早いほどリスクを回避することができ、理想に近づいていけるのです。

カラダにおいても、人間のバイオメカニクスやバランス理論、解剖学や生理学、脳科学などを考慮したうえで、本当に必要で正しいことを行っていれば、理想のカラダは手に入ります。人間のカラダは「真正直」ですので、驚くほどの変化を遂げていきます。

誰もが持ち合わせている「カラダ」。本書では、本来、誰もが積極的に興味を持たなければならぬ、「健康」や「美容」、そして「老化」に対して、「最低限」、知っておいていただきたいこと」逆にならぬと、「歳を取ってから必ず苦勞し、後悔する話」など、学校では教わらない「カラダの真実」を書き留めました。

カラダの「仕組みや構造、習性」を理解すれば、欲しいものが無駄なく、まとめて手に入るので、逆にこれを理解していないと、大事なものを、気づかぬうちにいくつも失っていくのです。

「知識」を増やせば問題を解決でき、「意識」を上げれば問題はなくなりません。知識を増やして意識を上げれば、戦わずして勝つことができるのです。それを「無敵」といいます。

なぜ、知名度もなく、起業してすぐ倒産の危機を迎えたサロンが、その後「たった数カ月」で、日本全国や海外からもクライアントが殺到したのか？ なぜ女性だけに限定し男性をすべて断っているにもかかわらず、4年先まで予約が取れない状態になれたのか？

この原理原則は「何にでも」当てはまりますので、「戦わずして勝つ方法」を、本書で手に入れていただけたら幸いです。

今まで使っていた、無駄な「時間」や「お金」、「労力」を、逆に、「必要」かつ「足りていない部分」に充てることで、「小さな努力で大きな効果」を上げることができます。

本書をよく読んでいただくと、一貫した「共通点」があることに気づくと思います。

その「共通点」を読み取っていただき、ご自身の生活に取り入れていただくと、人生が一変すると思います。

「人生が変わる」なんて大袈裟に聞こえるかもしれませんが、小中高と「教科書」を真剣に読まなかつた方もぜひ、自分の人生に関わってくる、この「教科書」を読んでいただくことで、今までは、考え方や意識が変わってくるでしょう。行動まで変えることができた方は、当然、人生（結果）も変わってくるはずです。

まずは、ランチ＋コーヒーを1食抜いて、この本を手にしてください。

1食抜いただけでは、当然、「成功」はしませんが、「ランチ1食分」の本書を読むだけで、きつとあなたの悩みは「1つ」、「2つ」と解消されていき、そういった悩みが解消されてくると、すべてが好転していくでしょう。

この本を手にしてくださった方々には、最低でも本の価格の数十倍の価値は、手に入れていただきた
いと思っております。

“たった一度の人生”ですから。

これからの人生を「無敵」に変えていきましょう。