

## まえがき

ヘナという植物を知っていますか？

髪を健やかに保ち、白髪を染めることもできる植物です。

私がヘナと出会ったのは2005年、40歳のときでした。

白髪がチラホラ出始め、しかし化学染め（いわゆるヘアカラー）は髪を傷めるということを知っていましたが、本当に困っていました。というのも、私の髪は細くて柔らかく、そして少ないので、白髪染めなどしようものならすぐになくなってしまいそうで怖かったです。

そんなときに友人から教えてもらい、自然100%ヘナを体験してみました。

今も体験に来られる皆様と同じように、安全安心に髪を傷めることなく白髪を染められたらいいなという気持ちでした。

ところが、私の軽い気持ちとはうらはらに、ヘナという植物はいっぱいいっぱいエネルギーと可能性を秘めていたのです。単なる「髪にやさしい白髪染め」ではなく、髪そのものを健やかに美しく蘇

らせてくれます。自然のエネルギーを髪だけでなく、身体全体で受け取ると身体も心も健やかになっていくのです。

ヘナ体験をしたその日に、チラホラ白髪がどのように染まったかどうかは記憶にはないのですが、「ああ ここにさえ来れば私の髪は一生安泰だ」と確信しました。

それはもう直感でした。近い将来にカツラも覚悟していましたので、本当に心の底から安堵したのを覚えています。

ヘナの普及活動をするにあたって、まずは体験していただくのですが、それは私が直感で確信したのと同じように、体感していただくことがもつとも効果的な伝え方だからです。

時間も空間も超えられる現代の文明社会にあつて、なんとまあアナログな世界でしょうか。

すぐに私はヘナが大好きになり、こんなに素晴らしいものを皆に伝えなければ！ と使命感に近い気持ちを持つようになり、いつのまにかヘナインストラクターという仕事をするようになっていました。

ヘナインストラクターというのは、ヘナの普及活動とともに、お一人お一人に合わせた効果的なへ

ナの使用方法を教えて差し上げるのです。

数多くのお客様との出会い、ずっと続くお客様との髪だけではない心の交流、ひろがっていくヘナ友の輪、後輩のインスタクターの育成などを通して、自然の恵みの偉大さとありがたさを実感する毎日です。

たかが髪、されど髪。髪が健やかで美しいと心も軽くなります。  
本書を手にとってくださった方の心も軽くなりますように。