

まえがき

本を手を取っていただき、ありがとうございます。この本を手を取っていただいた方は、きつとどこか私と似たところがある方だと勝手に想像しています。情熱はあるが、冷静かつ総合的に考えすぎて行動に移せないタイプとか、マイペースで頑固とか。少し限定しすぎました。

世の中草食時代だとはいえ、ただなんとなく生きていきたい人などいないと思います。誰かに求められたい、自分自身の存在を確かめたい、自分にしかできないものを見つげたいと思うのは、人間なら当然の欲求だと思います。そのような欲求とは裏腹に、現実に行動に移すことがどれほど困難であるでしょうか。いつかこのようになりたい、というおぼろげな夢。そして、悲しくも生活感あふれる現実。私自身、この両者の狭間で苦しんだ日々を思い出します。

夢をかなえるため。そのために必要な努力を考えると、うんざりしてしまいます。自分より先手があるだろう、自分より長けている者がいるだろう、などと妄想の中で可能性を制限してしまうのです。

このようにして、私は危うく妄想の世界で夢を終わらせてしまうところでした。

ある日私は、このような考えを断ち切りました。会社を辞め、生活を一変することでまっさ

らの頭で考えることができるようになったのです。すると、昨日までの苦しみは消え、まったく別の苦しみが現れました。しかし、新しいほうの苦しみは意外なものでした。それは私を試し、成長させ、対価を与えてくれました。残念ながら現在も、後者の苦しみは試練を与え続けてくれています。

私は、平成22年からヨガイインストラクターを育成する学校を国内に4校立ち上げ、総勢2000人を超える卒業生を送り出してきました。卒業生の中には、私と同じように学校運営者になった者や、インストラクターとして一線で活躍している者もいます。

この本は、私がいかに一般的な人間であり、皆さんと同じような困難を経験してきたかを、知っていただく機会になることを期待して執筆しました。この本のメッセージが、心が折れそうな人の、ほんの少しでも支えになればうれしいです。