

CONTENTS

はじめに 2

第1章 恋愛

恋愛って何？ 付き合うって何？ 8年間迷走しつづけた恋愛	12
好きを貫きたかった	18
周りの声と闘った2年間	25
失恋	35
新しい恋愛の始まり	42
現実世界は自分で起こしている	52





第2章 ビジネス

世間と、社会の中でわたしは自由を体現したかった
愛のエネルギー

62 59

新卒1年目で辞めたくなった話

68

仕事とは？ について考えさせられた4年間

71

好きだと思ふものを、思いきり好きなエネルギーで世に出していきたいんだ

74

起業

77

美容液制作から販売に至るまで

80

カウンセリングビジネス

86

自分ビジネス

90

第3章 人間関係

自分に正直になると人間関係にも花が咲く

相手とwin-winの関係を築くこと

自分と相手を知ること

メリットを与えているのか、デメリットを与えているのか

人間関係は自己投影



108 104 101 98 94

第4章 自分と向き合うこと

内側が真実というけれど、本当はすべてあつていいもの

ブロックは幸せの延長線上にあるべきもの

「善」と「悪」その間にいる存在が自分

この世の中、「ある」がわかるために「ない」を知る

124 121 117 114



自我は自分への愛

選択肢はいくつあってもいい

おわりに

138