



今を生きるが未来を生きる

～自分らしさのを見つけ方～

眞橋 今日子

はじめに

今の生き方や、人生の方向性に悩んでいる人に読んでほしい！

この本は、私が知ったさまざまな情報やテーマを私なりに集約しています。心のモヤモヤが晴れて、生きることがちょっと楽になるヒントが詰まった本です。

どうしてこのような本を書いてみようと思ったかという、それは私自身がとてもとても悲しいぐらいに苦勞をしたから。

今日、私が今の立ち位置で生きているのは本当にたくさんのつまずきがあつてのこと。

どうにかしたい、自分探しをしたいと考えて、あちこち出向いてはみたのですが、なかなか見つけることができませんでした。

出会って知ったそれぞれに Good Point はあつたけれど、これ、と心から確信できるものがなくて随分とさまよいました。

そうこうしていたら、ようやくこんなふうにつながって、私の中で何かガストンと落ちました。

気持ちがホッとしたのです。

振り返ってみれば、けっこう長い年月を費やしていました。

自己啓発でもなく How To でもないものを！ とのことで進んだ本書の企画。

こんな主観的な内容が、誰かの役に立つのか、実はかなり気がかりです。

でも、一人でも自分らしさを見つけて心が楽になる人がいるなら、心が温かくなる人がいるなら、その人の手にこの本が届きますようにと願ってやみません。

とりとめのない本と思う人がいるかもしれませんが、私の中ではすべてのパズルがつながった過程を書いています。

ここまで来るのに私は少し余計に時間がかかってしまいましたが、少しでも早い段階で自分らしさが見つかると、もっともっと生きやすく、より高く羽ばたいていけるのではないかと思います。

そんなふうに誰かの役に立つことができたなら、この上もなくうれしいです。

本書1～5のそれぞれに、私が魅了され、伝えたい思いが凝縮された心震える名言を添えています。

つまりどうしていいのかわからないとき、これからの自分らしい生き方を考えるときの参考として、携えていただければ幸いです。