

はじめに

突然ですが、あなたは今の自分の「生き方」や「働き方」に満足していますか。この問いに自信を持って、満足していると回答できる人がいるかもしれません。一方、現状に不満や不安を感じている人や、それを改善しようと努力している人も当然いると思います。また、上手く改善できず諦めてしまう人や、そもそも改善の仕方が分からず途方に暮れる人もいると思います。では、満足している人とそうでない人の差は一体どこにあるのでしょうか。

私もこの本を執筆する1年前までは、自分の「生き方」や「働き方」に強い不満や不安を感じていました。特に、当時の「働き方」にはどうしても満足することができませんでした。私は妥協することができない性格だったので、現状を何とかして変えたいと思いました。しかし、自分が満足できる「生き方」や「働き方」が何なのか明確に定義することができず、答えが出ない思考が続きました。まるで暗いトンネルの中を歩き続けているようで、私の心身はすり減っていききました。

もう諦めて思考を停止した方が楽になれるのではと何度も思いました。しかし、現状を受け入れるという答えには至りませんでした。少しずつでもいいので、私は解決方法を探す道を選びました。突破口

が全く見えなかったもので、とにかく本や人から知識や知恵を学び続けました。また、自分の常識は一度捨てました。そして、得た情報を使って自分で考え、行動を起こし、ひたすら試行錯誤を繰り返しました。その結果、社会人になってから約6年という長い時間がかかりましたが、自分が本当に望む「生き方」や「働き方」の輪郭が見えてきました。今はそれを具現化するために挑戦する日々を送っています。勿論、上手くいかないことも多いですが、自分自身で選んだ道なので後戻りはしません。

本書では「生き方」や「働き方」を根本から変えるために、私が今まで学んできたことや考えてきたことを体系化しています。また、よりリアルに感じてもらうために、私自身の過去の失敗事例を紹介しています。理解を促進するために、図による視覚的な説明も多用しました。本書の内容はすべての人に有益ではないと思いますが、今の「生き方」や「働き方」を本気で変えたい人にとって、具体的な行動を起こすための1冊になれば幸いです。