

source message

sou

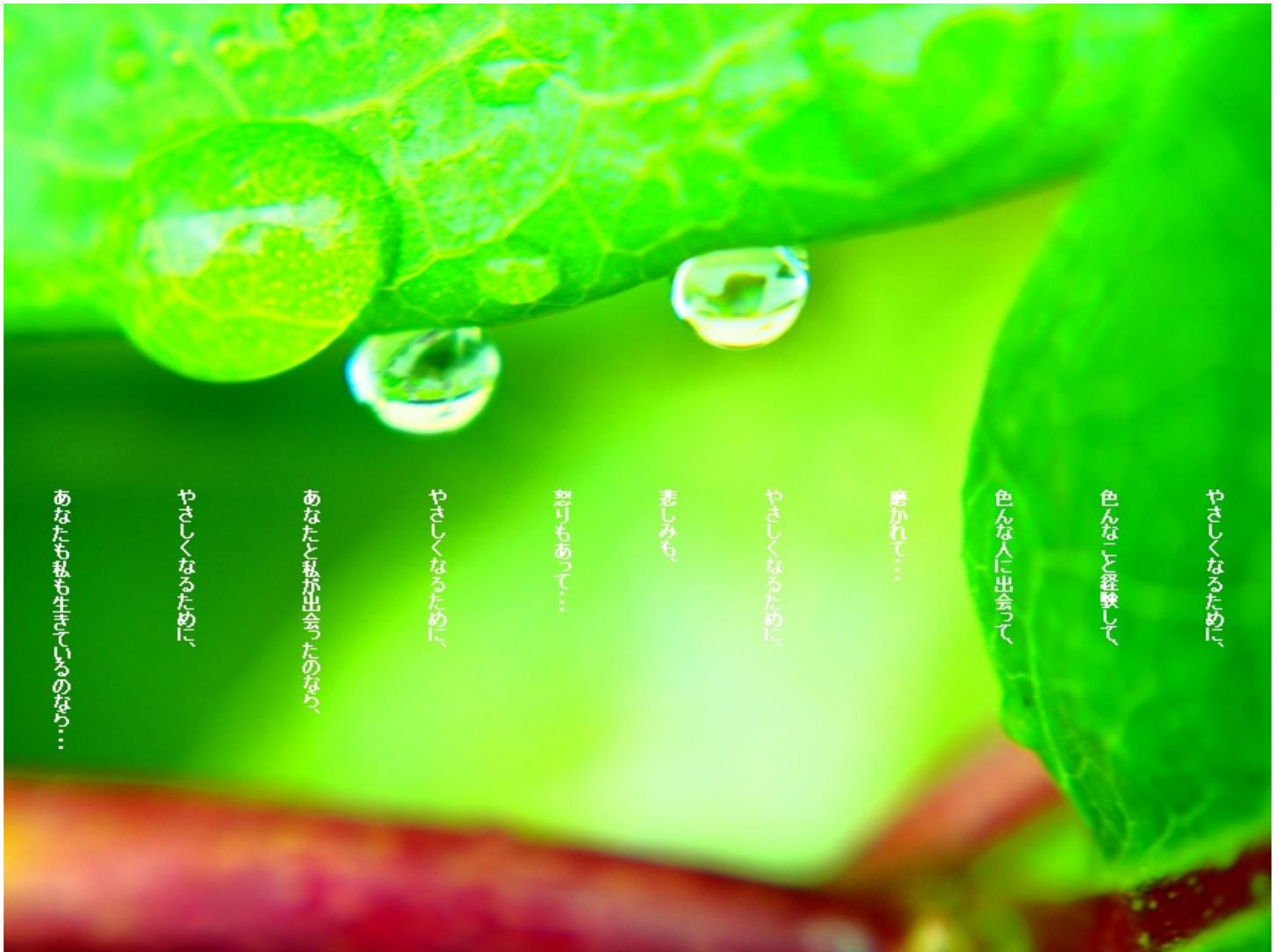
やさしく
なるために

A close-up photograph of several pink flowers, possibly carnations, with green leaves. The background is a soft, out-of-focus blue and green. The Japanese text 'やさしくなるために' is overlaid on the left side of the image in a white, glowing font.

source message

やさしくなるために

SOU



やさしくなるために、

色々なこと経験して、

色々な人に出会って、

磨かれて・・・

やさしくなるために、

悲しみも、

怒りもあって・・・

やさしくなるために、

あなたと私が出会ったのなら、

やさしくなるために、

あなたも私も生きていくのなら・・・

やさしくなるために、

色々なこと経験して、

色々な人に出会って、

磨かれて・・・

やさしくなるために、

悲しみも、

怒りもあって・・・

やさしくなるために、

あなたと私が出会ったのなら、

やさしくするために、

あなたも私も生きているのなら・・・



“あなたの人生を豊かにする…”

あなたの心を穏やかにする…

そんな祈りが、

“あの人が幸せでありますように…”

、あの人が幸せでありますように・・・

そんな祈りが、

あなたの心を穏やかにする・・・

ゝ あなたの人生を豊かにする . . . ゝ

そんなに頑張らなくていいんだね。

そんなに気張らなくていいんだね。

もっと安心していいんだね。

もっと力を抜いて、

生きてもいいんだね。

そんなに頑張らなくていいんだね。

そんなに気張らなくていいんだね。

もっと安心していいんだね。

もっと力を抜いて、

自分を大切にしないのはもうやめた。

やーめた……！

自分を大切にしないのはもうやめた。

やーめた！！！！



お日さまの下を歩いて行こう！



生きていこう。

のんきに散歩するように、

空を仰いで、

空を仰いで、

のんきに散歩するように、

生きていこう。



悩んだ分だけ、

落ち込んだ分だけ、

人は優しくなれるのだから・・・

悩んだ分だけ、

落ち込んだ分だけ、

人は優しくなれるのだから・・・



自分を好きになれたとき、

心があつたかくなって、

なんだか嬉しくなってきた、

今までのすべてが、

必要だったんだなあって、

大切なことだったんだなあって、

想えるようになったんだ...

私は私なりに、

いろいろあつたけれども、

それでも私は何度でも、

私のことを、好き、ってみたいです...

きっとこれからもいろいろあるさ...

また自分を責めちゃうことだって...

それでも私は何度でも、

私のことを、好き、ってみたいです...

自分を好きになれたとき、

心があつたかくなって、

なんだか嬉しくなってきた、

今までのすべてが、

必要だったんだなあって、

大切なことだったんだなあって、

想えるようになったんだ...

私は私なりに、

いろいろあつたけれども、

それでも私は何度でも、

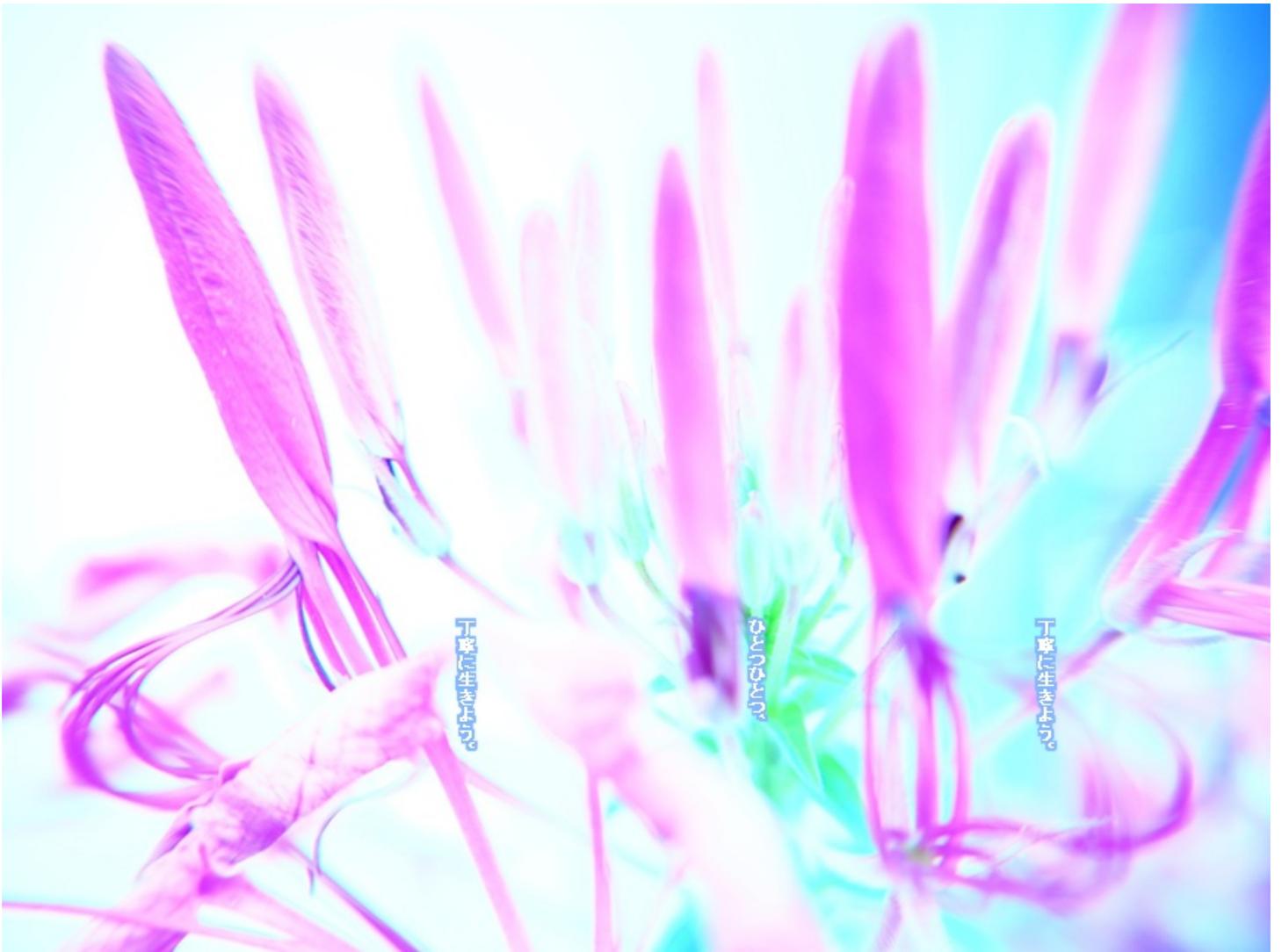
私のことを、好き、ってみたいです...

きっとこれからもいろいろあるさ！

また自分を責めちゃうことだって...

それでも私は何度でも、

私のことを「好き」ってほしいんです！



丁寧に生きよう。

ひとつひとつ、

丁寧に生きよう。



焦らず、

力まず、

早まらず・・・



雨が止んだ後の「晴れ間」が、

一番綺麗なんだ。

人だってそう、

悩みもがき、足掻いた末に、

心が晴れ渡る瞬間、

世界は何倍にも

輝いてみえるのです。

雨が止んだ後の「晴れ間」が、

一番綺麗なんだ。

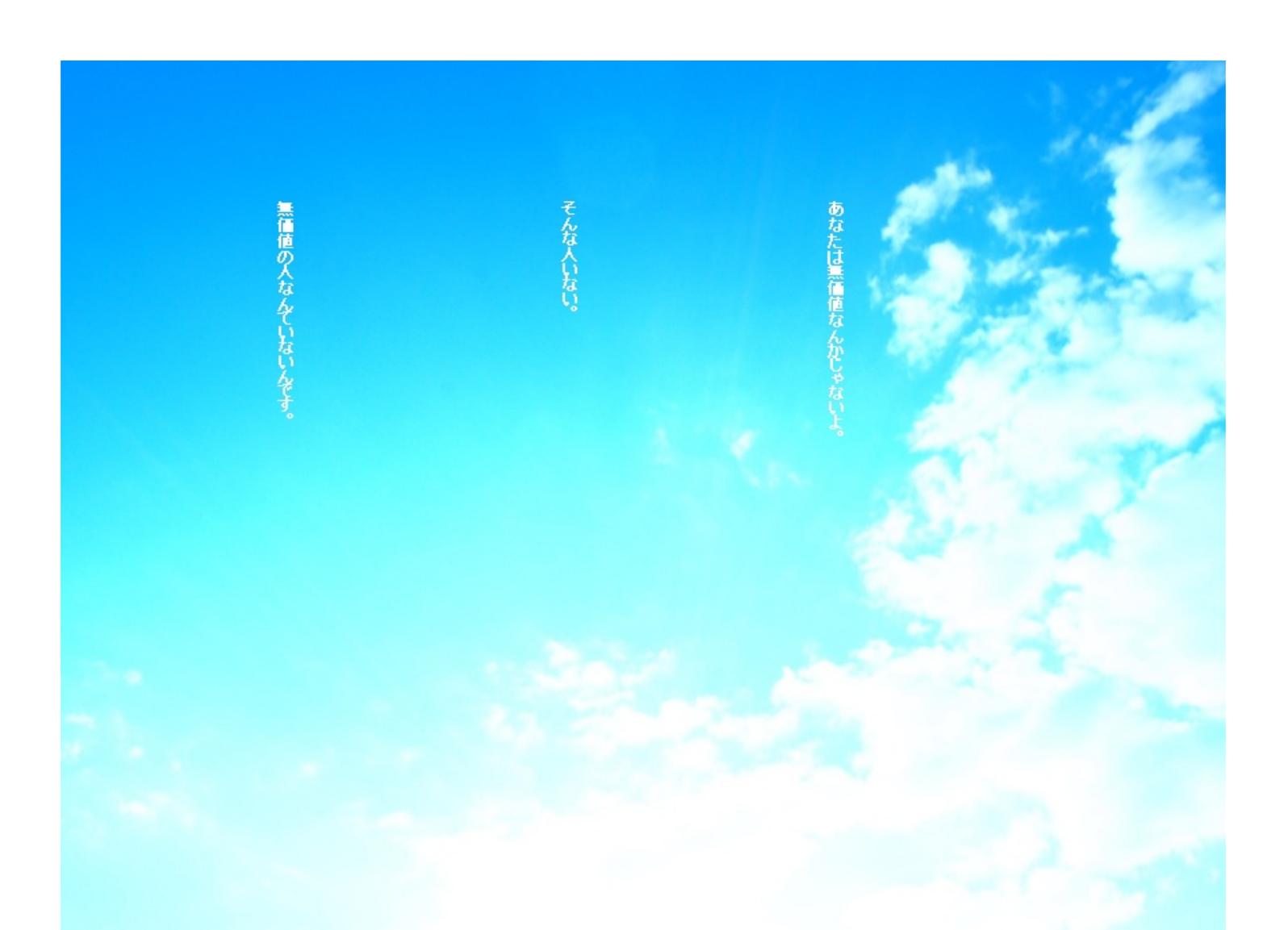
人だってそう、

悩みもがき、足掻いた末に、

心が晴れ渡る瞬間、

世界は何倍にも、

輝いてみえるのです。



あなたは無価値なんかじゃないよ。

そんな人いない。

無価値の人なんていないんです。

あなたは無価値なんかじゃないよ。

そんな人いない。

無価値の人なんていないんです。



今は会うことすら、

叶わない人たちとも、

いつか必ず、

笑い会える日がくることを、

信じて、

私は今日も祈り、

生きています。

今は会うことすら、

叶わない人たちとも、

いつか必ず、

笑い会える日がくることを、

信じて、

私は今日も祈り、



ノビノビとした心で、

ノビノビと生きる！

ノビノビ————!!!!

悲しみや孤独を感じるのは

生きているからなんだ。

温もりを幸せと感じるのは、

あなたが「愛」だからなんだ。

愛し合うことを素晴らしいと感じるのは、

みんなが一つの愛から生まれた「家族」だってことを、

思い出しているからなんだ……

悲しみや孤独を感じるのは、

生きているからなんだ。

温もりを幸せと感じるのは、

あなたが「愛」だからなんだ。

愛し合うことを素晴らしいと感じるのは、

みんなが一つの愛から生まれた「家族」だってことを、

思い出しているからなんだ……



ありがとうの言葉の大切さを、

もっともっと、

あの時に知っていたのなら・・・

あなたはいますか？

身の周りに、

ありがとうと言える人たちが、

もっと言える時に、

もっと一緒にいる時に、

「ありがとう」と、

言っておけばよかったな・・・

ありがとうの言葉の大切さを、

教えてくれた人たちへ、

もうあなたたちに、

「ありがとう」と言うことはできなくても、

それでもあなたたちに、

少しでも少しでも届くようにと、

あなたたちに教えられた、

ありがとうの言葉の大切さを、

これから会うたくさんの方に、

私は伝えていきたいと想います・・・

ありがとうの言葉の大切さを、
もっともっと、
あの時に知っていたのなら・・・

あなたはいますか？

身の周りに、
ありがとうと言える人たちが・・・

もっと言える時に、
もっと一緒にいる時に、
「ありがとう」と、
言っておけばよかったな・・・

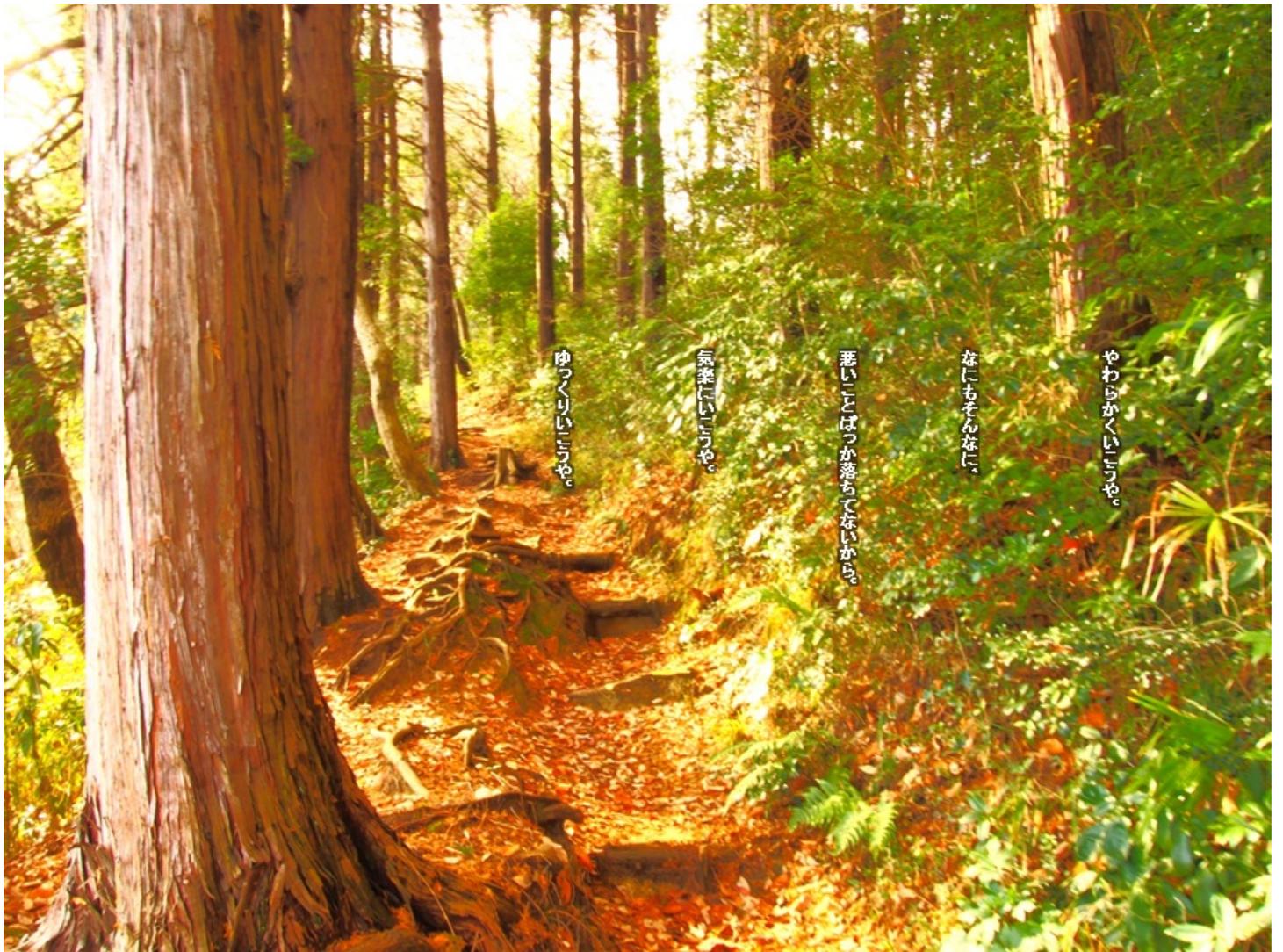
ありがとうの言葉の大切さを、
教えてくれた人たちへ、

もうあなたたちに、
「ありがとう」と言うことはできなくても、

それでもあなたたちに、
少しでも少しでも届くようにと、

あなたたちに教えられた、
ありがとうの言葉の大切さを、
これから会うたくさんの人たちに、

私は伝えていきたいと想います・・・



やわらかいこうや。

なにもそんなに、

悪いことばっか落ちてないから。

気楽にいこうや。

ゆっくりいこうや。



あなたの心の弱いところが、

共に生きている誰かの心を、癒すかもしれない…

傷ついた心が、

共に生きている誰かの傷を、癒すかもしれない…

だから弱さは欠点じゃない！

そのままを出していこう！

生きているみんなが、強い人ばかりじゃない…

そのまままで生きて行こう！

弱くてやわらかい心が、世界を救う時もある！

あなたの心の弱いところが、

共に生きている誰かの心を、癒すかもしれない…

傷ついた心が、

共に生きている誰かの傷を、癒すかもしれない…

だから弱さは欠点じゃない！

そのままを出していこう！

生きているみんなが、強い人ばかりじゃない…

そのまままで生きて行こう！

弱くてやわらかい心が、世界を救う時もある！



いまそばにいる人たちが

これからもそばにいるとは限りません…

たとえ大切な人とでも、

別れなければならない時が、

この先あるかもしれません…

それは明日かも…

明後日かもしれません…

その時に今日を後悔しないように、

大切なこの時を、

大切な人といるこの瞬間を…

それは明日かも…

明後日かもしれません…

大切なこの瞬間を、

かけがえのない人たちと共に、

どっか給一杯、生きてくたさじ…

いまそばにいる人たちが、
これからもそばにいるとは限りません…

たとえ大切な人とでも、
別れなければならない時が、
この先あるかもしれません…

それは明日かも…

明後日かもしれません…

その時に今日を後悔しないように、
大切なこの時を、
大切な人といるこの瞬間を…

それは明日かも…

明後日かもしれません…

大切なこの瞬間を、

かげかえのない人たちと共に、

どうか精一杯、生きてください・・・



楽しめるペースでまた一歩...

あなたのペースでまた一歩、

風を感じて、

空を見上げて、

ひとりひとりのペースで一歩、

楽しまなくちゃもったいない！

早く歩いても歩けることを、

そんな重要なことじゃない...

人と比べることなんて、

遅れたっていいじゃない！

あなたのペースで二歩一歩、

あなたのペースで一歩一歩、
遅れたっていいじゃない！

人と比べることなんて、
そんな重要なことじゃない...

早く歩いても歩けることを、
楽しまなくちゃもったいない！

ひとりひとりのペースで一歩、

空を見上げて、

風を感じて、

あなたのペースでまた一歩、

楽しめるペースでまた一歩...



あなたには心から、大切に想える人がいますか？

もしその人が

今でもあなたのそばにいるのなら、

あなたの気が済むまで精一杯、

例えうるさく想われたって、

あとから後悔しないように、

大切だという気持ちを、

あなたが大切だというその気持ちを、

どうか後悔しないよう精一杯、

一緒にいる時に精一杯、

伝えたい気持ちを精一杯、

いまそばにいるひとたちに…

あなたには心から、大切に想える人がいますか？

もしその人が、

今でもあなたのそばにいるのなら、

あなたの気が済むまで精一杯、

例えうるさく想われたって、

あとから後悔しないように、

大切だという気持ちを、

あなたが大切だというその気持ちを、

どうか後悔しないよう精一杯、

一緒にいる時に精一杯、

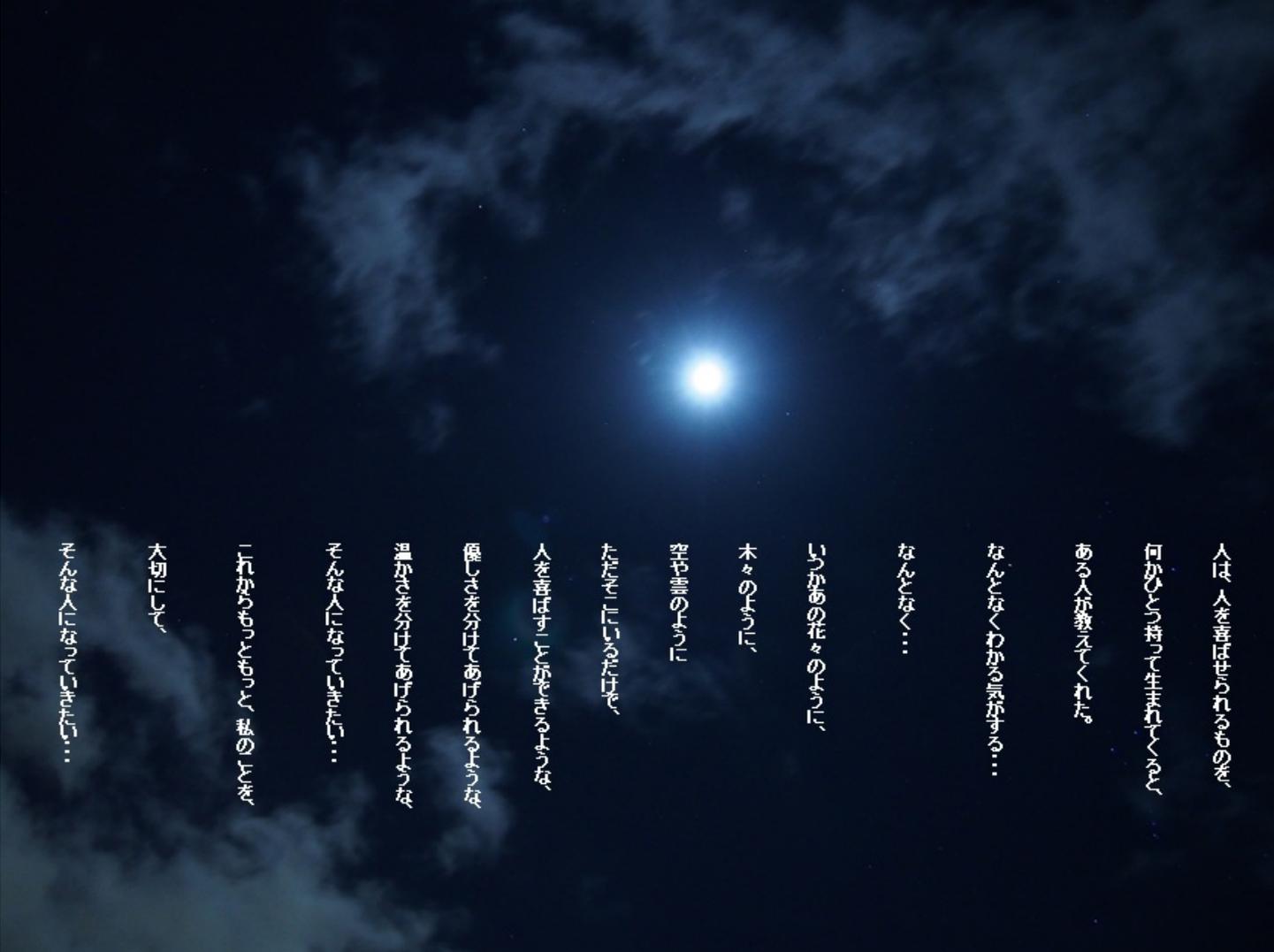
伝えたい気持ちを精一杯、

いまそばにいるひとたちに・・・



よく頑張った！

最後は自分で自分に、



人は、人を喜ばせられるものを、
何かひとつ持って生まれてくると、
ある人が教えてくれた。
なんとなくわかる気がする……
なんとなく……
いつかあの花々のように、
木々のように、
空や雲のように
ただそこにいるだけで、
人を喜ばすことができるような、
優しさを分けてあげられるような、
温かさを分けてあげられるような、
そんな人になっていきたい……
大切にして、
これからもっともっと、私のことを、
そんな人になっていきたい……

人は、人を喜ばせられるものを、
何かひとつ持って生まれてくると、
ある人が教えてくれた。

なんとなくわかる気がする……

なんとなく……

いつかあの花々のように、
木々のように、
空や雲のように
ただそこにいるだけで、
人を喜ばすことができるような、
優しさを分けてあげられるような、
温かさを分けてあげられるような、
そんな人になっていきたい……

これからもっともっと、私のことを、



だめな人なんていない。

少しずつでも、認めてあげる。

自分を少しずつ、認めてあげる。

ほんとにだめな人なんていない。

小さなことから少しずつ、

そうやって自分を認められるように、

自分に優しくなれるように、

人に優しくなれるように、

「誰かには優しくなりたい」

「誰かには優しくなりたい」

だめな人なんていない。

少しずつでも、認めてあげる。

自分を少しずつ、認めてあげる。

ほんとにだめな人なんていない。

小さなことから少しずつ、

そうやって自分を認められるように、

自分に優しくなれるように、

人に優しくなれるように、

そうやって人を愛せるように、

そうやって自分を愛せるように・・・



すべてが必要、

すべてが必然…

今想えば、

すべてが必要なことだった…

それらすべてが、

今の私を創ってる…

今までのすべてが、

これからの私を創っていく…

そうやって、

何かの役に立てることがうれしくて…

こんな私でも、

誰かの役に立てることが出来るなり…

すべてが必要、

すべてが必然…

今想えば、

すべてが必要なことだった…

それらすべてが、

今の私を創ってる…

今までのすべてが、

これからの私を創っていく…

そうやって、

何かの役に立てることがうれしくて…

こんな私でも、

誰かの役に立てることができるなら・・・



自分と向き合って、

向き合って向き合って向き合って、

それで毎回、

そのまんまがいいんだって気付く・・・

今まで何回も確かめたことを、

今になってまた思い出す・・・

そのまんま、

そのまんま、

悪いことをそのまんまにしろってことじゃないよ！

自分を責めないで、

「それでいいんだ」ってことをなします・・・

自分と向き合って、

向き合って向き合って向き合って、

それで毎回、

そのまんまがいいんだって気付く・・・

今まで何回も確かめたことを、

今になってまた思い出す・・・

そのまんま、

そのまんま、

悪いことをそのまんまにしろってことじゃないよ！

自分を責めないで、



なにか小さなことでも果せたら、

自分で自分に、

〇印、をつけてあげる。

それが自分を、

更に好きになつてく、おまじない、

よしやり遂げたって、

力を抜いて想えたら、

がんばった自分が誇らしくて、

なんだかいとおしくもなりますよ！



出会いと別れ、

ほんの一瞬の人生の中で、

更に短い時間の中を、

様々な人と共にする・・・

本当は知ってるはずなのに、

♪ はじめまして！ ♪

そして最後は、

♪ また逢う日まで・・・ ♪

何度も何度も、

廻る時の流れの中を、

私たちは生きている・・・

そして別れた時、

必ず最後に残るのは、

やわらかな、ありがとう・・・

ちょっぴりさみしくても、

必ずまた、逢う日まで・・・

私もあなたも、

新たな旅立ち、

それぞれの期待を胸に、

必ずまた、逢う日まで！

出会いと別れ、
ほんの一瞬の人生の中で、
更に短い時間の中を、
様々な人と共にする・・・

本当は知ってるはずなのに、

♪ はじめまして！ ♪

そして最後は、

♪ また逢う日まで・・・ ♪

何度も何度も、
廻る時の流れの中を、
私たちは生きている・・・

そして別れた時、
必ず最後に残るのは、
やわらかな、ありがとう・・・

ちょっぴりさみしくても、
必ずまた、逢う日まで・・・

私もあなたも、

新たな旅立ち、
それぞれの期待を胸に、
必ずまた、逢う日まで！



神様は誰も責めたりしない。

罰なんて与えないし、
そもそも誰も、
責めたりなんかしていないんです…

愛しているだけです…

幸せになってほしいだけ…

赦すもなにも、
愛しているだけなんです…

自分を責めたり、
相手を憎たらしいと想うのを、
和らげようとしてくれる…

誰も責めたりなんかしていないんです…

もし、間違っていることをしたならば、
もうやるまいと決意すれば、
誰も責める必要なんてないんです…

神様は誰も、責めたりなんかしていない…

愛しているだけ、
幸せになってほしいだけ、
自分を責めずにあなたらしく、

生きて行ってほしいだけなんです・・・



これからは、

ワクワクを選んでいきましょう！

キラキラを選んでいきましょう！

温かさをを選んでいきましょう！

温もりを選んでいきましょう！

愛を選んでいきましょう！

希望を選んでいきましょう！

夢を選んでいきましょう！

喜びを選んでいきましょう！

これからのあなたが生きるのは、

そんな、世界、

どうか穏やかに、

この 光の道 を信じて、

真っ直ぐ進んでいってください！



ありのままに生きていこう！

あなたがあなたらしく、

生きてる姿が、

誰かを笑顔に変えるかもしれない・・・

ありのままに生きていこう！

やっぱり、

ありのままに表していこう！

あなたがあなたらしく、

生きる姿が、

なによりもあなたを、

最高の笑顔に導くのかもしれない・・・

辛い経験をした人ほど、
朝日が優しくみえるでしょう・・・
木漏れ日の輝きに、
柔らかな風の音に、
心から癒されて・・・
太陽の光に、
星々の煌きに、
心から励まされて・・・
日常の中にある、
ほんの些細な幸せにも、
涙を流してしまうでしょう・・・
求めたのは穏やかさ・・・
平和な心・・・
安らかさ・・・
辛い経験をした人ほど、
穏やかさが心にしみわたり、
世界が天国になるでしょう・・・
求めたのは安らかさ・・・
おだやかさ・・・
やすらかさ・・・

辛い経験をした人ほど、
朝日が優しくみえるでしょう・・・

木漏れ日の輝きに、
柔らかな風の音に、
心から癒されて・・・

太陽の光に、
星々の煌きに、
心から励まされて・・・

日常の中にある、
ほんの些細な幸せにも、
涙を流してしまうでしょう・・・

求めたのは穏やかさ・・・

平和な心・・・

安らかさ・・・

辛い経験をした人ほど、
穏やかさが心にしみわたり、

世界が天国になるでしょう・・・

求めたのはやわらかさ・・・

おだやかさ・・・

やすらかさ・・・

「愛の形」ってなんだと思う？

僕たちが生きていけるのは、

植物さんが空気を創ってしてくれるから。

だから空気は、植物さんが生み出す「愛の形」なんだ。

植物さんたちが生きていけるのは、

地球さんが空と大地を創ってしてくれるから。

だから空と大地は、地球さんが生み出す「愛の形」なんだ。

地球さんが生きていけるのは、

太陽さんが光を創ってしてくれるから。

だから光は、太陽さんが生み出す「愛の形」なんだ。

太陽さんやすべての星さんたちが生きていけるのは、

宇宙さんが繋がりを創ってしてくれるから。

だからすべての生命の繋がりは、宇宙さんが生み出す「愛の形」なんだ。

そして宇宙さんが生きていけるのは、

すべての生命が一つに繋がってしてくれるから。

だから僕たちが創っている「愛の形」はこの宇宙そのものなんだ。

その宇宙の一部である僕たち一人一人が、「愛の形」そのものなんだ。

「愛の形」ってなんだと思う？

僕たちが生きていけるのは、

植物さんが空気を創ってしてくれるから。

だから空気は、植物さんが生み出す「愛の形」なんだ。

植物さんたちが生きていけるのは、

地球さんが空と大地を創ってしてくれるから。

だから空と大地は、地球さんが生み出す「愛の形」なんだ。

地球さんが生きていけるのは、

太陽さんが光を創ってしてくれるから。

だから光は、太陽さんが生み出す「愛の形」なんだ。

太陽さんやすべての星さんたちが生きていけるのは、

宇宙さんが繋がりを創ってしてくれるから。

だからすべての生命の繋がりは、宇宙さんが生み出す「愛の形」なんだ。

そして宇宙さんが生きていけるのは、

すべての生命が一つに繋がってしてくれるから。

だから僕たちが創っている `愛の形` は、この宇宙そのものなんだ。

その宇宙の一部である僕たち一人一人が、 `愛の形` そのものなんだ。



あの青空のように、
伸びやかに生きよう！

空はいつも、
私たちの上に広がってくれている・・・

あの青空のように、
爽やかに生きよう！

なんのてらいもなく、
そのまま笑っていられるような、
そんな気持ちのいい人になろう！

小さい人も、大きい人も、
貧しい人も、富んでいる人も、
卑しい人も、立派な人も、
空からみたら、みんな一緒。

。そのまんま、で生きよう！

どんな人の上にも、

空は澄み渡り、

果てなく広がってくれている！



「この世界に生きる喜びを…」

もっと伝えていきたい。

どんなにかけがえのないことを…」

生きるということが

「この世界がどんなに美しいかを…」

もっと伝えていきたい。

もっと伝えていきたい、

この世界がどんなに美しいかを・・・

生きるということが、

どんなにかけがえのないことを・・・

もっと伝えていきたい、

この世界に生きる喜びを・・・



もっと長く、

より広く、

この星の上で生きていたい……

いつ終わるともわからない、

限られた命の中で、私は、

この星の人たちと、

共に生きていたい……

少しでも長く、

より広く、

世界中の人たちが、

手を取り合い、

繋がっていく星の姿を、

一緒になってみていたい……

もっと長く、

もっともっと広く、

この星のことを、

愛して生きたい……

もっと長く、

より広く、

この星の上で生きていたい……

いつ終わるともわからない、

限られた命の中で、私は、

この星の人たちと、

共に生きていたい……

少しでも長く、

より広く、

世界中の人たちが、

手を取り合い、

繋がっていく星の姿を、

一緒になってみていたい……

もっと長く、

もっともっと広く、

この星のことを、

愛して生きたい・・・



「あなたの愛」を知ってから、

私は「の世界が「こんなにも美しく、

輝きに満ちているのに気付くことができました…

「こんなにも眩しく、

「こんなにも嬉しいことだったなんて、

生命が溢れ、

「光」が溢れ、

清々しく、

温かく、

どこにでも「優しさ」が満ちている…

それは「花」の愛おしさの中に、

それは「鳥」の歌声の中に、

それは頬をかすめる「風」の中に、

それは「月」の白い輝きの中に…

その優しさか溢れていることに、

優しさの中で生きていくことに、

気付くことができました…

「あなたの愛」を知ってから、
私はこの世界がこんなにも美しく、
輝きに満ちているのに気付くことができました…

「こんなにも眩しく、
「こんなにも嬉しいことだったなんて、
生命が溢れ、
「光」が溢れ、
清々しく、
温かく、
どこにでも「優しさ」が満ちている…

それは「花」の愛おしさの中に、
それは「鳥」の歌声の中に、
それは頬をかすめる「風」の中に、
それは「月」の白い輝きの中に…

その優しさが溢れていることに、

優しさの中で生きていることに、

気付くことができました・・・



伝えたいことがたくさんあるんだ、

木漏れ日の優しさを、

空の青さを、

日の光の輝きを、

世界の素晴らしさを・・・

生きているうちに伝えたいんだ、

生きることの素晴らしさを、

あなたと生きる素晴らしさを、

あなたたちと生きる素晴らしさを、

この世界で生きる素晴らしさを・・・



「この星への恩返し・・・」
たくさんお世話になりました。
あともうちょっとだけ、
お世話にならせてくださいね！
あともうちょっとだけ、
時間がかかると思うけれども
それでも、叶わないことはないからね！
これが最後の時だと想います・・・
与えられたこの期間で、
やれることをやってみたいと想います・・・
この体があってよかった！
これでこの「命」のままに、
「この世界で自由に働くことができる・・・」
命はそれだけで美しいもの、
そのなかで、
あなたと共に、
あなたの「命」の中で生きられたことを、
私に誇りに想います・・・
だからもうちょっとだけ、
あともうちょっとだけ、
お世話になりますね！！

この星への恩返し・・・

たくさんお世話になりました、
あともうちょっとだけ、
お世話にならせてくださいね！

あともうちょっとだけ、
時間がかかると思うけれども、
それでも、叶わないことはないからね！

これが最後の時だと想います・・・

与えられたこの期間で、
やれることをやってみたいと想います・・・

この体があってよかった！

これでこの「命」のままに、
この世界で自由に働くことができる！

命はそれだけで美しいもの、
そのなかで、
あなたと共に、
あなたの「命」の中で生きられたことを、

私は誇りに想います・・・

だからもうちょっとだけ、

あともうちょっとだけ、

お世話になりますね！



さあ未来へ!

だから駆け出そう、

たくさんの笑顔が待っている。

きつこの先も、

わくわくを胸にして

また歩き出そうか。

たくさんの光が待っている。

きつこの先も、

心を真っ白にして。

また歩いてみようか。

また歩いてみようか。

心を真っ白にして。

きつこの先も、

たくさんの光が待っている。

また歩き出そうか。

わくわくを胸にして。

きつこの先も、

たくさんの笑顔が待っている。

だから駆け出そう、



「あふれんばかりの秋」

「あふれんばかりの秋」

一休みしたらまた行こうぜ！

この先の、光の道へ。



左手でもらった優しさを、

右手から、

たくさんの人たちに返していこう！

ありがとうの連鎖だ！

心から溢れ出る想いを、

たくさんの人たちに返していこう！

今までもらったたくさんの想いを、

たくさんの人たちに返していこう！

ありがとうを返すんだ！

それが今の私にできること！

それがこれからもずっと、

私がやっていきたいこと！

☆彡

☆彡 世界が平和でありますように ☆彡

☆彡

☆彡

source message

やさしくなるために

SOU

souのライブラリー : <http://p.booklog.jp/users/source-message>

souのブログ : <http://ameblo.jp/source-message/>

souのプロフィール : <http://profile.ameba.jp/source-message/>

感想はこちらへ...

<http://booklog.jp/edit/3/108451>

souへお問い合わせ...

<https://mailform.mface.jp/frms/sourcmessage/2c29j53an5i0>

ブックログ本棚へ...

<http://booklog.jp/item/3/108451>