



source message

~ for you ~

sou

ありがとう



ありがとう。 そう言われただけで、

なぜこんなにも私の心は、 たかなるのでしょうか・・・

ありがとう、 そう言ってくれたあなたに、

ありがとう。



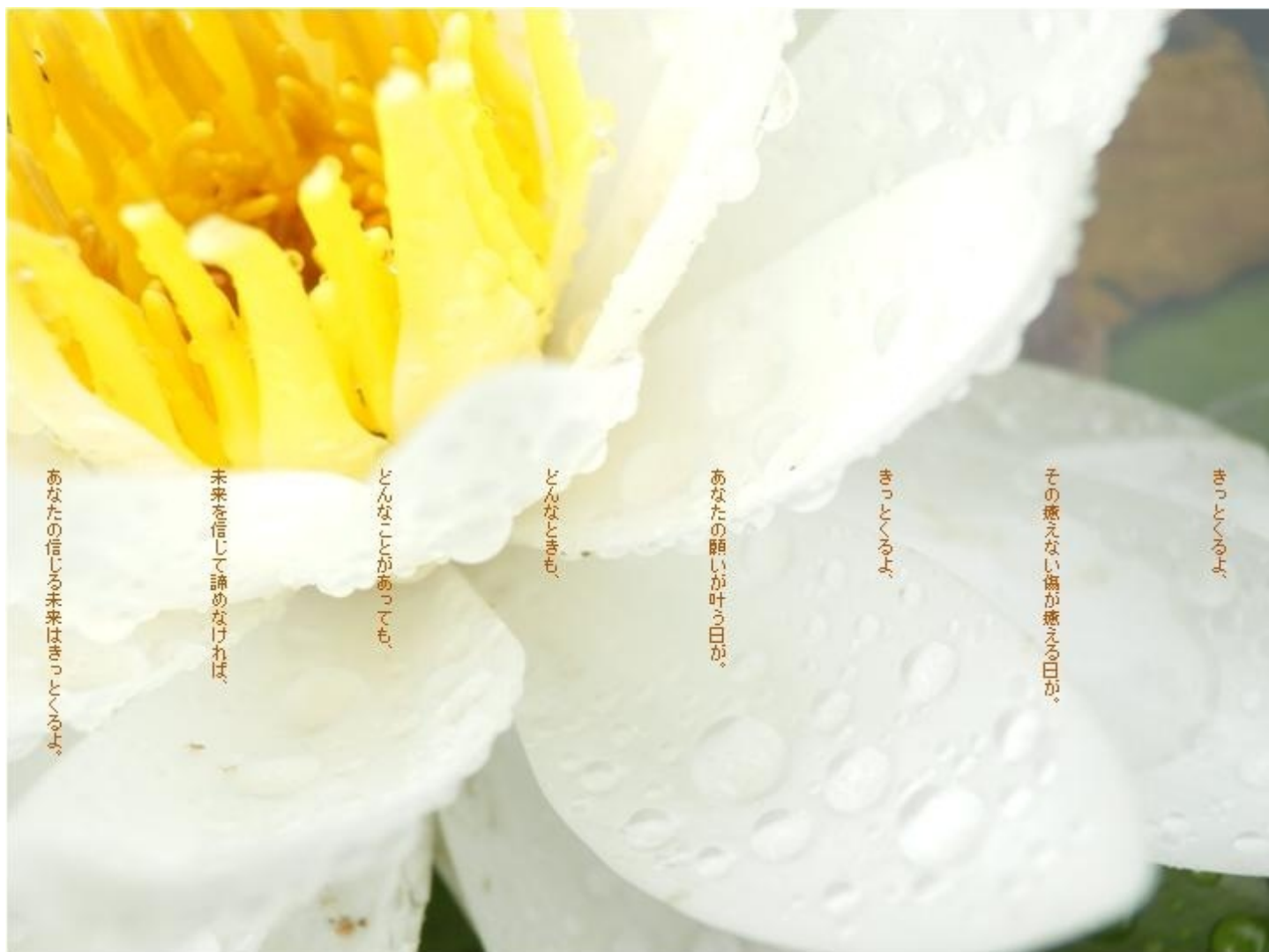
あなたへの感謝、みんなへの感謝。

自然への感謝、地球への感謝。

いのちへの感謝、自分への感謝。

感謝、感謝、感謝・・・

きつとくるよ...



きつとくるよ。

その癒えない傷が癒える日が。

きつとくるよ。

あなたの願いが叶う日が。

どんなときも。

どんなことがあっても。

未来を信じて諦めなければ。

あなたの信じる未来はきつとくるよ。

きつとくるよ、 その癒えない傷が癒える日が。

きつとくるよ、 あなたの願いが叶う日が。

どんなときも、 どんなことがあっても、

未来を信じて諦めなければ、

あなたの信じる未来はきつとくるよ。

そうやって少しずつ...



たくさん笑って、 たくさん泣いて、

そうやって少しずつ、 優しい気持ちが増えてくるように、

苦い経験もいっぱいして、 後悔することもしっぱいして、

そうやって少しずつ、 人を傷つけることをしないで済むように、

自分を傷つけることをしないで済むように、

そうやって少しずつ、

そうやって少しずつ・・・



ゝ立派になろうゝなんて、無理に頑張らなくていいから、

ゝ認められたいゝなんて、他に求めなくていいから、

それよりもなによりも、まずは自分自身をゝ慈しむ気持ちゝを、

多く持とうとしてみるの・・・

なによりも大事なのよッ！

ホントにこれがあれば、大抵のゝ苦悩ゝは乗り切れちゃうんだからッ！

リラーーーーツツクスーーーー、、、、、、



リラーーーーツツクスーーーー……

手を抜かずにリラックス！

気負いすぎず坦々と

頑張りすぎず頑張って

そんなに気張っちゃ続かないよ！

そんなに気張っちゃ続かないよ！

頑張りすぎず頑張って、

気負いすぎず坦々と、

手を抜かずにリラックス！

リラーーーーツツクスーーーー……………



さあ笑って！

嫌なことがあったなら、 次はきっと、いいことが起こるからッ！

神様は厳しい時もあるけれど、 ホントはとっても優しいの・・・

嫌なことがあったなら、 次はきっと、`素敵なプレゼント`を用意してくれるから・・・

だからさあ笑ってッ！

雨上がりの`空`が、 雲間から射す`光`が、

一番`綺麗`に見えるんだからッ！

空に向かって祈るの。

苦しい時や悲しい時、

寂しい時や辛い時に、

大きく息を吸いながら、

空を見上げて祈るの。

あなたを守ってるたくさんの人達や、

あなたの大切な人達みんなに、

空を見上げてありがとうって、

みんなみんなありがとうって、

空に向かって祈るのよ。



空に向かって祈るの。

苦しい時や悲しい時、 寂しい時や辛い時に、

大きく息を吸いながら、 空を見上げて祈るの。

あなたを守ってるたくさんの人達や、 あなたの大切な人達みんなに、

空を見上げてありがとうって、 みんなみんなありがとうって、

空に向かって祈るのよ。

☆*° ° *☆*° ° *☆ やさしいキモチ ☆*° ° *☆*° ° *☆



心に「やさしいキモチ」を写せば、 世界もまた、

ホワンとやさしく様が変わり・・・

普段は見落としていた、 なにげない景色も、

ほらねっ、

こんなにやさしくなりました！



短所は悪いところ？

違います！

人とは違う、 あなただけが持っている、 あなただけの「特性」を、

あなたが「わるもの」として見ているか、 良く「生かしているか」の違いだけ・・・

短所と見てる一直線上、 その片方に、

あなたが生かすべき、

あなたの長所があるはずです・・・

その先をみすえて、、、



己の歯がいなさ、

悔しさに、

自分を責めてしまった時もある・・・

そんな時だからこそ、

自分を労われる人に、

ゆっくりと、

静かに、

優しくなれる人に、

そして前を向ける人に、

わたしは成っていきたくです。

己の歯がいなさ、

悔しさに、

自分を責めてしまった時もある・・・

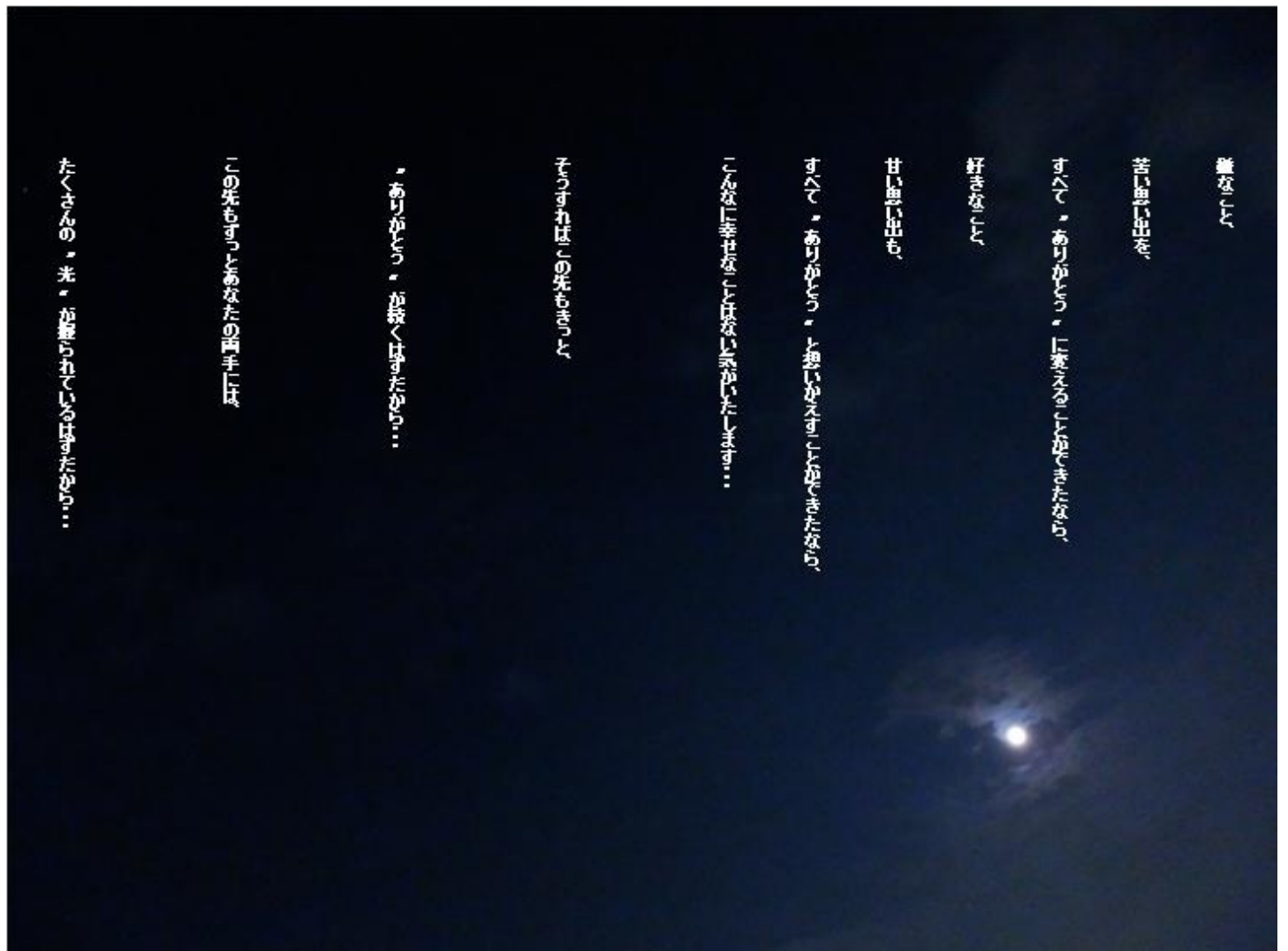
そんな時だからこそ、 自分を労われる人に、

ゆっくりと、 静かに、 優しくなれる人に、

そして前を向ける人に、

わたしは成っていきたくです。

あなたの両手にたくさんの「光」を、、、



嫌なこと、

苦い思い出を、

すべて、「ありがとう」に変えることができたなら、

好きなこと、

甘い思い出も、

すべて、「ありがとう」と想いかえすことができたなら、

こんなに幸せなことはない気がいたします・・・

そうすればこの先もきっと、

「ありがとう」が続くはずだから・・・

この先もずっとあなたの両手には、

たくさんの「光」が握られているはずだから・・・

嫌なこと、 苦い思い出を、

すべて「ありがとう」に変えることができたなら、

好きなこと、 甘い思い出も、

すべて「ありがとう」と想いかえすことができたなら、

こんなに幸せなことはない気がいたします・・・

そうすればこの先もきっと、 「ありがとう」が続くはずだから・・・

この先もずっとあなたの両手には、 たくさんの「光」が握られているはずだから・・・

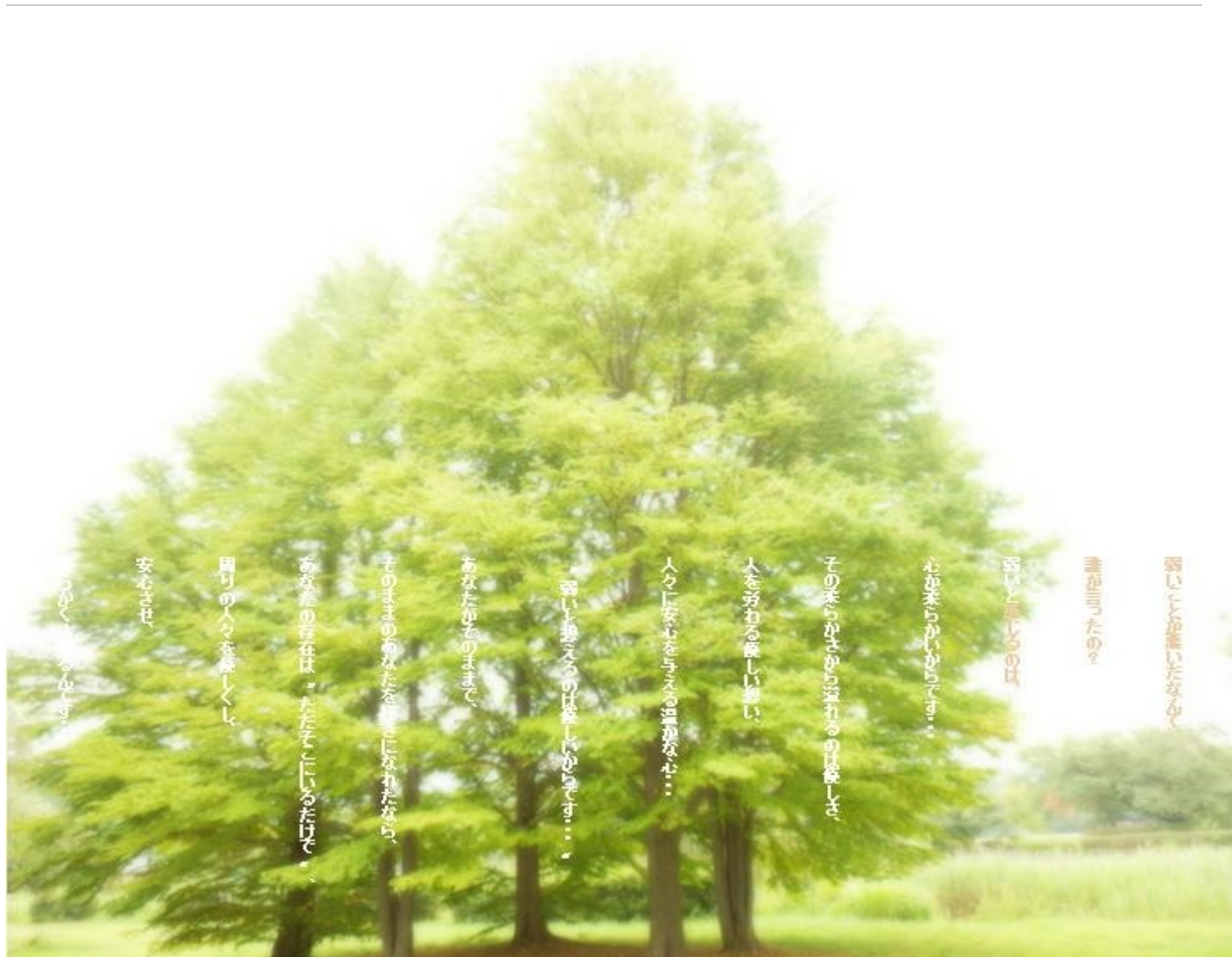
最後に残るのは。。。



最後に残るのは、

憎しみではなく、

柔らかさ・・・



弱いことが悪いだなんて、 誰が言ったの？

弱いと感じるのは、 心が柔らかいからです・・・

その柔らかさから溢れるのは優しさ、

人を労わる優しい想い、 人々に安心を与える温かな心・・・

ゝ 弱いと想えるのは優しいからです・・・ 。

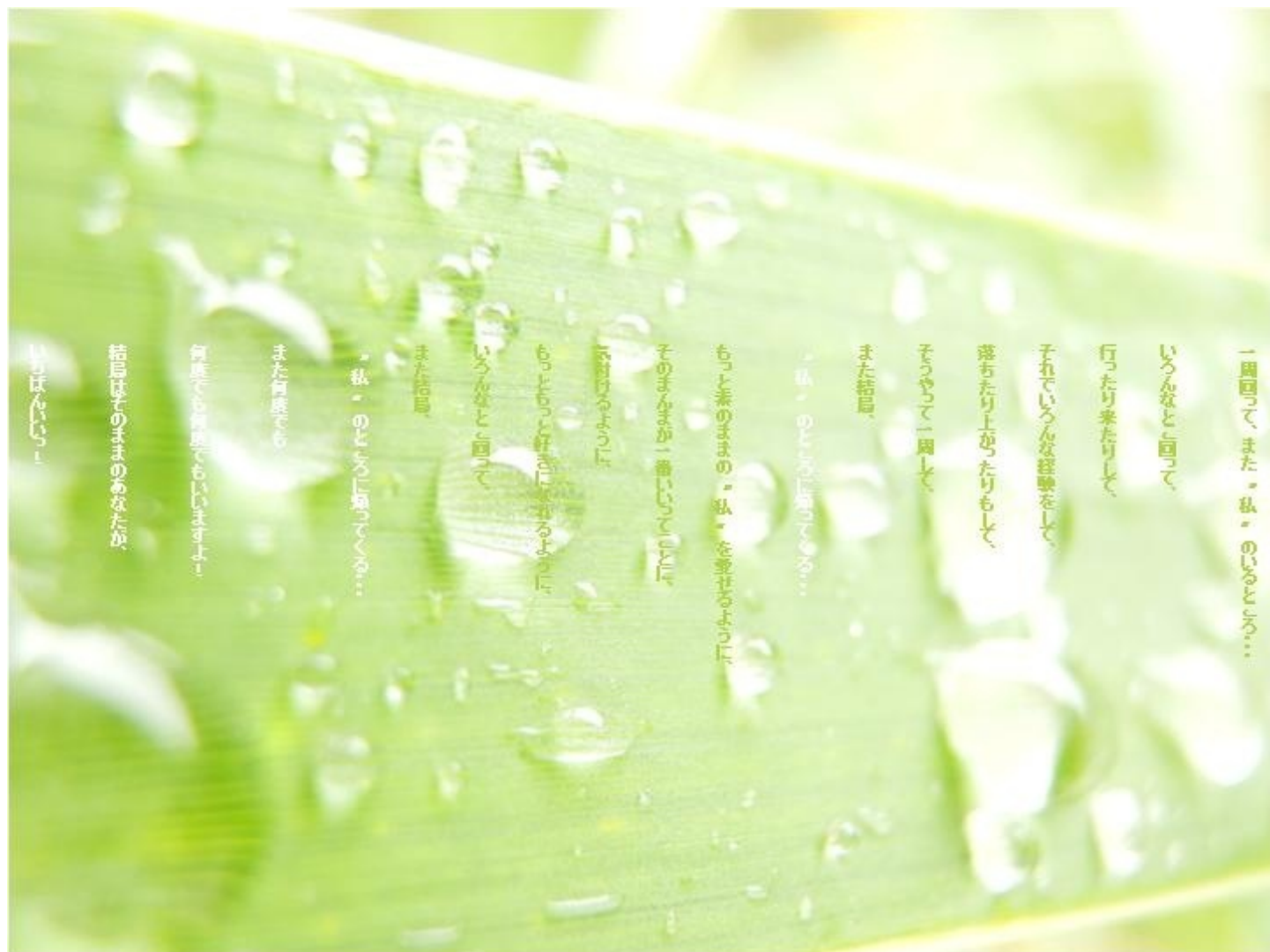
あなたがそのまま、 そのままのあなたを好きになれたなら、

あなたの存在は ゝ ただそこにいてだけで 。

周りの人々を優しくし、 安心させ、

柔らかくさせるんです・・・

一周回って、、、



一周回って、また、私、のいるところ・・・

いろんなとこ回って、行ったり来たりして、
それでいろんな経験をして、落ちたり上がったりもして、
そうやって一周して、また結局、私、のところに帰ってくる・・・

もっと素のままの私、を愛せるように、
そのまんまが一番いいってことに、気付けるように、
もっともっと好きになれるように、いろんなとこ回って、また結局、
私、のところに帰ってくる・・・

また何度でも、何度でも何度でもいいますよ！

結局はそのままのあなたが、

いちばんいい！



あなたに会えた、 みんなに会えた、
私はそれを「誇り」に想います・・・

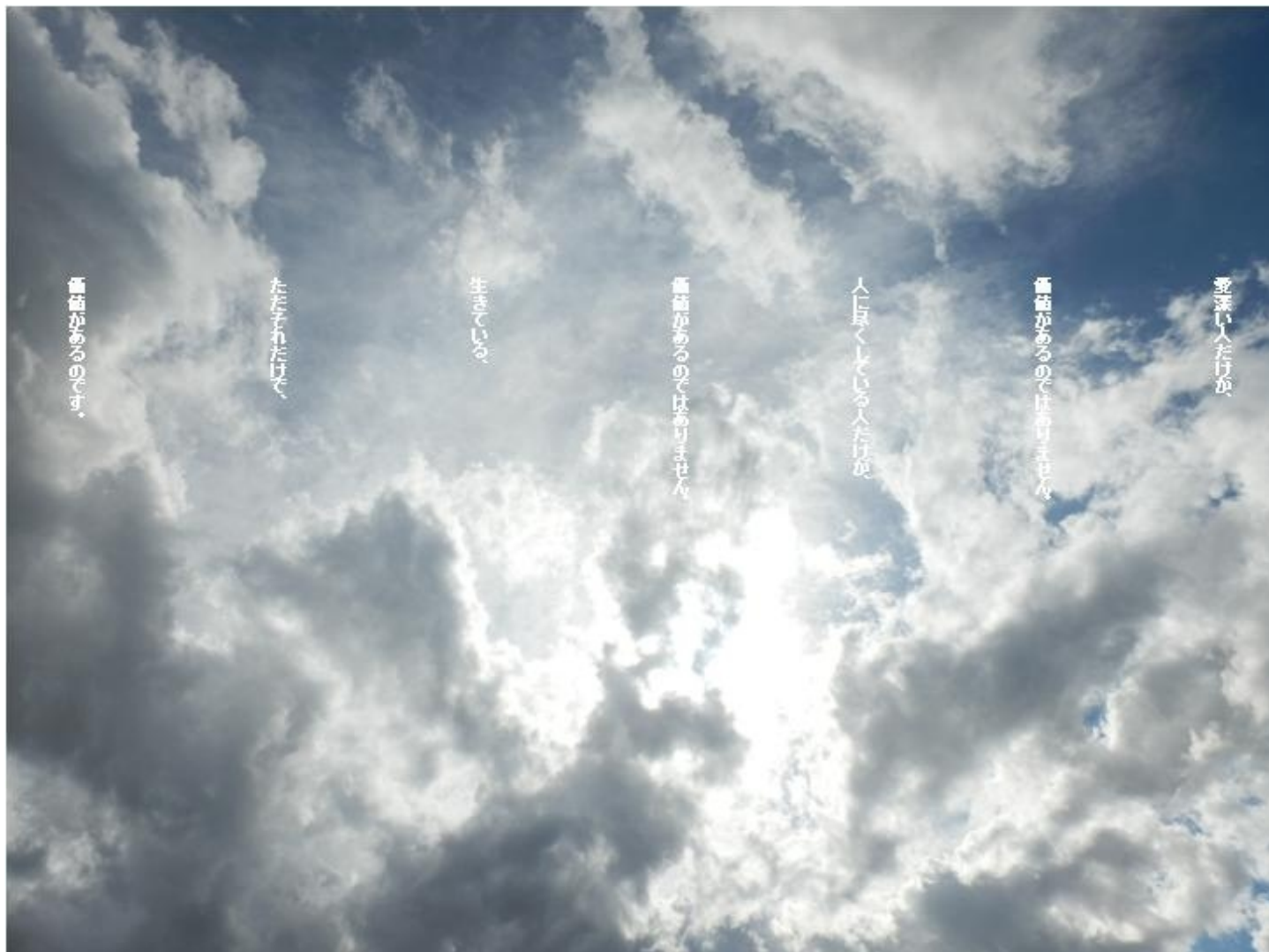
生きていることは素晴らしいことだから・・・

生きるとは、 みんなに出会って、
みんなと笑って、 学び合って、
そしてみんなと「手」を取り合うこと、
手をつなぐこと、 そう願うこと・・・

だから、

あなたと会えた、 みんなに会えた、
私はそれを「宝物」に想います・・・

生きている、ただそれだけで、、、



価値があるのです。

ただそれだけで、

生きている。

価値があるのではありません。

人に尽くしている人だけが、

価値があるのではありません。

愛深い人だけが、

愛深い人だけが、 価値があるのではありません。

人に尽くしている人だけが、 価値があるのではありません。

生きている、 ただそれだけで、

価値があるのです。



あなたは決して、弱くなんかない。

どんなに理解されなくても、

どんなに自信を失っても、

あなたは今まで何度でも、未来を信じて進んできた。

光を信じて立ち上がってきた。

どんなに長いトンネルの中でも、

その深い暗闇の中で、進む方向がわからなくなっても、

あなたはその光を信じて、

しっかりと、進んできたの・・・

あなたが待たのは希望の光。

それは、決して折れることのない心の強さ。

どんな時も光を見出せる、本当の強さ。

あなたは決して、弱くなんかない。 どんなに理解されなくても、
どんなに自信を失っても、 あなたは今まで何度でも、未来を信じて進んできた。

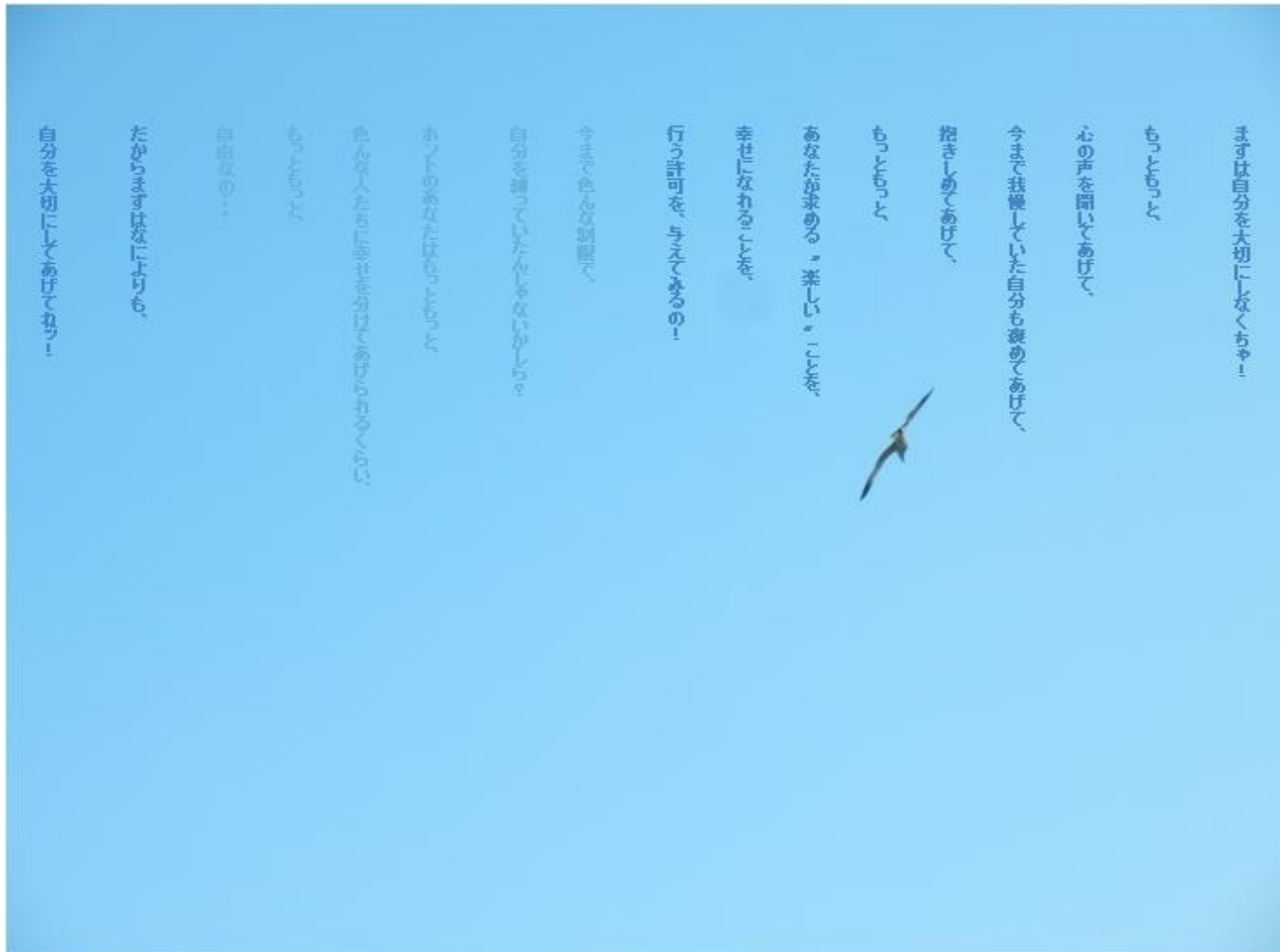
光を信じて立ち上がってきた。

どんなに長いトンネルの中でも、 その深い暗闇の中で、進む方向がわからなくなっても、
あなたはその光を信じて、しっかりと、進んできたの・・・

ゝ あなたが得たのは希望の光。 それは、決して折れることのない心の強さ。

どんな時も光を見出せる、本当の強さ。 々

もっともっと、大切に・・・



まずは自分を大切にしくちゃ！

もっともっと、 心の声を聞いてあげて、
今まで我慢していた自分も褒めてあげて、 抱きしめてあげて、
もっともっと、 あなたが求める、楽しい、ことを、
幸せになれることを、 行いう許可を、与えてみるの！

今まで色々な制限で、 自分を縛っていたんじゃないかしら？

ホントのあなたはもっともっと、
色々な人たちに幸せを分けてあげられるくらい、 もっともっと、 自由なの・・・

だからまずはなによりも、

自分を大切にしてくださいねッ！

幸せッ！な、、、



一人でも幸せッ！

二人だともっと幸せッ！！

みんなといると

もっともっと幸せッ！！！！

幸せッ！な、そんな心ッ！！！！

一人でも幸せッ！ 二人だともっと幸せッ！！

みんなといると、 もっともっと幸せッ！！！！

幸せッ！な、そんな心ッ！！！！

だから笑って！



笑顔が似合わない人なんていない・・・ 笑顔が素敵じゃない人なんていない・・・

だから笑って！

あなたが一番似合うのは笑顔、

いつだって、あなたの笑顔は素敵です！



大丈夫よ。

今までどんなにダメだって思ったときだって、

なんとか乗り越えてきたじゃない。

思い出してみて・・・

乗り越えてきたから、

今のあなたがあるんじゃない。

大丈夫。

今回もきっと乗り越えられる。

あなたを信じて。

今までを信じて。

大丈夫よ。

今までどんなにダメだって思ったときだって、 なんとか乗り越えてきたじゃない。

思い出してみても・・・ 乗り越えてきたから、 今のあなたがあるんじゃない。

大丈夫。

今回もきっと乗り越えられる。

あなたを信じて。 今までを信じて。

願っていた明日がやってきたのなら、、、



もしこの世界で生きていられるのが、 今日までとわかったなら、
あなたは今、何を見て、 何を聞き、
何をしたくなるでしょう・・・

太陽の温かさを感じる事が、 空の青さを見る事が、
小鳥のさえずりを聞くことが、 あなたといれるこの時間が、
今日までだと知ったなら、 明日はないと知ったなら、
あなたは何を想い、 何をしたくなるでしょう・・・

今まで会ってきた人たちを思い出し、 何を感じるのでしょうか・・・

そしてまた、

♪ 願っていた明日 ♪ がやってきたのなら・・・



鳥が舞い、風が踊るこの世界で、

あなたに会えた、それは空にかかる虹となり、

わたしの心を満たすもの・・・

光が飛び交い、愛が満ちるこの世界で、

みんなに会えた、それは青と白の宝石となり、

この宇宙を満たすもの・・・

鳥が舞い、風が踊るこの世界で、

あなたに会えた、それは空にかかる虹となり、

わたしの心を満たすもの・・・

光が飛び交い、愛が満ちるこの世界で、

みんなに会えた、それは青と白の宝石となり、

そら
この宇宙を満たすもの・・・

なんの変哲もない、穏やかな時間が、、、



やっぱり、

穏やかな時間が一番ですねッ！

家があって、生活できて、

ご飯を食べて、お風呂に入れて

家族や大切な人たちと過ごす、

別になんの変哲もない、

穏やかな時間、

ホントは一番大切な時間なんじゃないかと、

今あらためて想いました・・・

やっぱり、 穏やかな時間が一番ですねッ！

家があって、生活できて、 ご飯を食べて、お風呂に入れて、

家族や大切な人たちと過ごす、 別になんの変哲もない、 穏やかな時間が、

ホントは一番大切な時間なんじゃないかと、

今あらためて想いました・・・

大切なことに、気づくあなたに・・・



落ち込んだ時は、 落ち込んだままでいいからさ、
そのままの自分を、 責めなくたっていいからさ、

♪ そのままの自分 ♪ をゆっくり大切にしながらも、

ちょっと周りを見渡してみると、

いつもとはちょっと違うものが、 見えてきたりするんじゃないかしら・・・

その時は、 元気なときには見落としていた、

♪ 大切なこと ♪ に気づくあなたに、 なっているのかもしれない・・・

落ち込んだならその時は、 そのままのあなたでゆっくりと、

いつもと違う ♪ 風景 ♪ を見てみたら、 そして ♪ 気づく ♪ ことがあったなら、

大丈夫ッ！

時間が経てば、 また元気なあなたになっているからねッ！

変わらないのは



変わるのは難しいのとおなじように、

変わらないことも難しいけれど、

それでもあなたはあなたらしく、

いつの日もいてほしい・・・

変わっていくときも、

どうかあなたは、

あなたのままで・・・

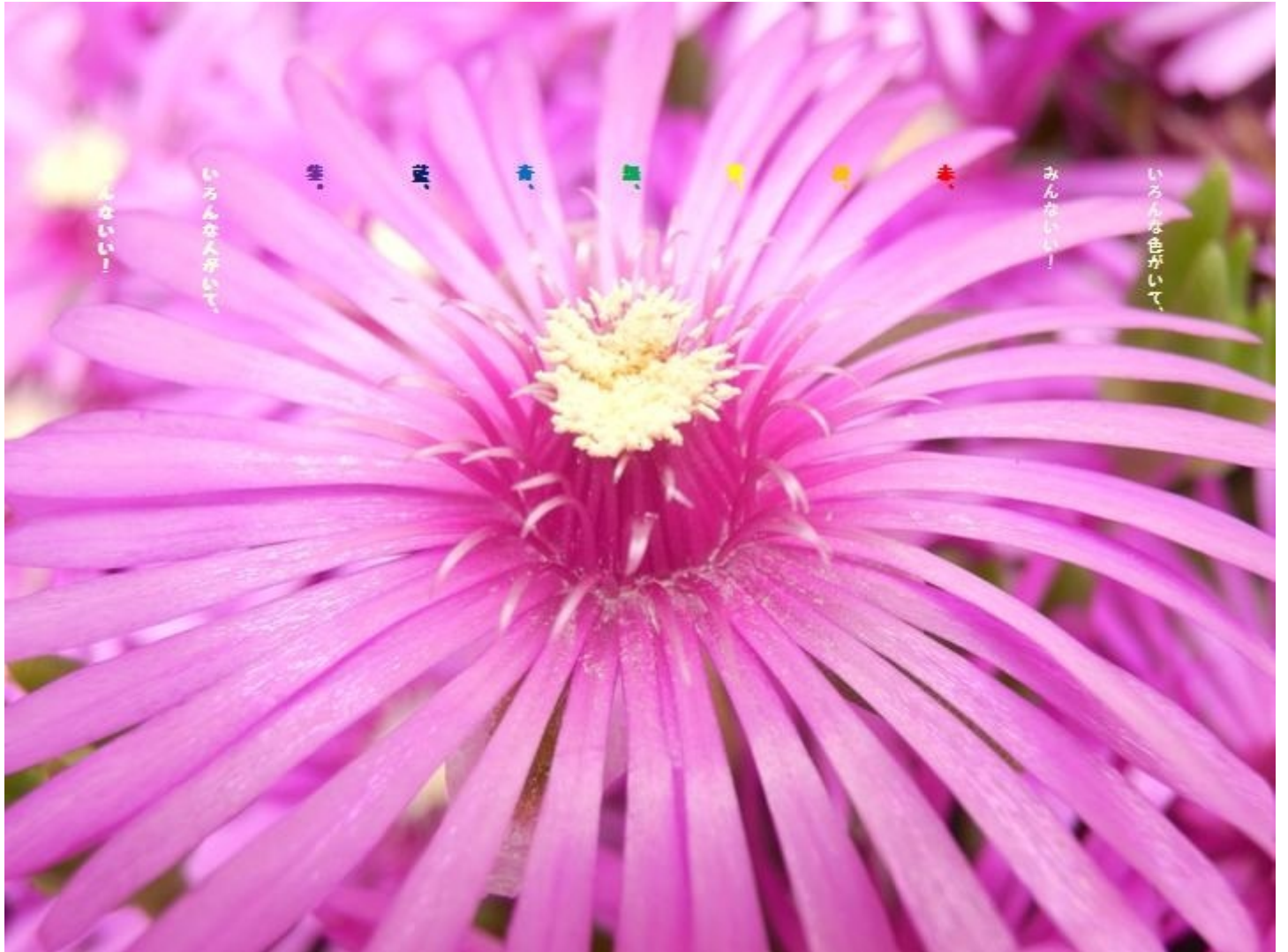
変わるのは難しいのとおなじように、 変わらないことも難しいけれど、

それでもあなたはあなたらしく、 いつの日もいてほしい・・・

変わっていくときも、 どうかあなたは、

あなたのままで・・・

みんないい！



いろいろな色がいて、

みんないい！

赤、 橙、 黄、 緑、 青、 藍、 紫。

いろいろな人がいて、

みんないい！

あなたを一番愛せるのは...



あなたを一番愛せるのはあなた自身。

あなたを一番わかってあげられるのは、あなた自身。

あなたを一番いたわれるのは、あなた自身。

だからあなたを信じるその気持ちが、

あなたを幸せに導く舵となり、

あなたを大切にするその気持ちが、

あなたを安らぎに導く光となるの。

だからどうか私の願いが届くのならば、

あなたを心から愛してあげて・・・

それはあなたを抱きしめるように、

天使の羽に包まれるように、

あなたが愛しみで満たされることなのよ。

あなたを一番愛せるのはあなた自身。 あなたを一番わかってあげられるのは、あなた自身。

あなたを一番いたわれるのは、あなた自身。

だからあなたを信じるその気持ちが、 あなたを幸せに導く舵となり、

あなたを大切にするその気持ちが、 あなたを安らぎに導く光となるの。

だからどうか私の願いが届くのならば、 ♪ あなたを心から愛してあげて・・・ ♪

それはあなたを抱きしめるように、 天使の羽に包まれるように、

あなたが愛しみで満たされることなのよ。

誰よりもあなたに、、、



ゞ ありのままの 、自分を好きになれないことが、 ホントはとっても悲しいことなんだ・・・

私は知ってるよあなたの ゞ 優しさ 、を・・・

ホントはとってもとっても優しくて、 柔らかで、 ゞ 笑顔がステキ 、なんだってことを、

私は誰よりもあなたに、 知ってほしいんです・・・

なくてはならないものとして、、、



日常のささやかな一瞬を、 優しく穏やかに見ることができたなら、

試練とも思える過去の出来事も、 大切な教訓を与えてくれた、

とても価値のあるものとして、

今の私をつくる、

なくてはならないものとして・・・



みんなが幸せでありますように・・・

私が会った人、会わない人問わず、 みんなが幸せでありますように・・・

笑いが多い毎日でありますように・・・ 穏やかでありますように・・・

苦難にあっている中でも、 希望を見いだせますように・・・

生命健やかに、 広々とした気持ちで過ごせますように・・・

清々しい気持ちで生きられますように・・・

いろんな人たちが住んでいるこの世界で、

いろんな人たちがみんなみんな、 幸せでありますように・・・

みんながみんなこれからもずっと、 幸せでありますように・・・

source message

～ for you ～

SOU

souのライブラリー : <http://p.booklog.jp/book/57885>

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...

<http://msg.ameba.jp/pub/send/index?toAmebald=source-message>

ブックログ本棚へ...

<http://booklog.jp/item/3/57885>

電子書籍プラットフォーム : ブクログのパバー (<http://p.booklog.jp/>)

運営会社 : 株式会社ブクログ