

source message

自分を愛することから始めよう

SOU

1.まえがき☆彡

2.自分を愛することから始めよう☆彡

3.人とかかわって☆彡

4.間違いは誰しも持っている☆彡

5.過去はきれいさっぱり清算だ☆彡

6.好きなことから始めよう☆彡

7.個性という果てしない世界☆彡

9.常識は必ずしも、あなたを幸せにするわけではない☆彡

10.あなたは今、誰の人生を生きている？☆彡

11.人との関わり、自分自身との関わり☆彡

12.感謝は`光、☆彡

13.それが人生だ☆彡

14.あとがき ～ 私たちは前を向く ～ ☆彡

1.まえがき



前書き。

どうも 〴sou〵と申します！

どうも初めまして！ ✧

ゝ ✧ピース・メッセンジャー ✧ゝ と勝手に名乗って活動しております、

ワタクシ ゝ ✧SOU ✧ゝ と申しますどうも！ ✧🍡✧✧✧✧

これはもうすぐ26歳になる若人が、

若人なりに今しか書けないこともあるんじゃないのかと、

今感じてること、

今まで感じてきたことを、

そのまま書き殴ってみる、

そんな日記のようなもの！ ✧

今までみたいに、

魂の奥から湧いてきた言葉を書いていくんじゃなく、

想ったことをそのまま書き残していくので、

少々荒いことを言うかもしれません！ ✧(^ ^ ; > ✧ ✧

それでも誰かしらの、

何かしらの共感を得て、

どこかしら心が軽くなったなら、

私はそれだけで、

書き甲斐があるってえもんですが、

結局は私が書きたいだけだったりもします！ ✧

こんな私ですが、これからどうぞよろしく！ 🍷🍷🍷



2.自分を愛することから始めよう



自分を愛することから始めよう。

人生の門出の時、

心のリハビリの時、

まずはそこからだ。

自分を愛することから始めよう。

人生の門出の時、

心のリハビリの時、

まずはそこからだ。

人は基本、一人だ！ ✧

そこからあなたの世界は広がっていくんだけど、

最初の土台はこの足元、

たったひとり分の足場しかない ✧

嫌な人からは逃げられるが、

自分からは逃げられない ✧

だとしたら、

ここはもう腹を括って、

とことん自分と向き合っていくしかない！ ✧

自分が好きな人は、

相手の幸せを心から願えるようになるし、

自分を心から100%愛せるようになれば、

あなたは最高だ！ ✧

そうなるように、

そうなれるように、

私たちはこの世界に生まれ落ちてきたのだとしたら、

こんなに素晴らしいことはない、

こんなに素晴らしい世界はない ✧

あなたの旅路、

ひとりひとりの旅路、

それぞれが輝きを放って、

それぞれの ✧ 色 ✧ がこの世界を満たしたら・・・ ✧

自分を愛することから始めよう、

それはホントのあなたに還る旅、

一生付き合っていく私自身、

どうぞこれから、

よろしくお願いいたします！ ✨



3.人とかかわって



人は基本、ひとりだ。

そこから、

人とかかわって、

そこから、

多くの大切な教訓をもらって、

それをお土産に、

また次の、新たな世界へと旅立っていく・・・

人は必ず、

いつかはこの人生を、

離れなければならない時がくる ✧

それまでに、

たくさんの人に出会えよう ✧

大切な人も増えるし、

嫌な人とも出会えよう ✧

それらすべてが、

あなたの心の中で、

確かな宝物になっているはずだ ✧

最初は立つのを助けられ、

やがてひとりで立ち上がり、

やがてひとりで歩き出し、

やがては誰かと寄り添い合い、

そうして大切な人たちと、

人生を分かち合うかもしれない ✧

それでもいつかは、

この人生を、

離れなければならない時がくる ✧

たくさんの人たちからもらった、

たくさんの宝物を、

その胸に抱いて、

新たな旅立ちを迎える時がくる ✧

その時、

なにを想うのか、

なにを感じるのか、

その時、

なにを感じたいのかを、

今の自分に問かける、、、 ✧

ああ歩いてきて良かったと、

その時にそう、

想えるように・・・ ✧



4.間違いは誰しも持っている



失敗したことない人なんていないよ。

過ちの一つや二つ、

誰しも持っている。

完璧を求めるのはいい事だけど、

時にそれは、

ほんのささいな躓きも、

許せなくなってしまう・・・✧

自分を磨くために、

この世界があるのなら、

いろんな経験があるのなら、

失敗も、

過ちも、

そのためにあるのなら・・・✧

どんなことにも意味があるなんて、

そんな簡単には言えないけれど、

もう二度と、

過ちは繰り返さないと、

そう心に誓えれば・・・

深呼吸して、

前を向く ✧

また下を向いたって、

それでもまた、

前を向く ✧

後ろを振り返るのが怖いなら、

今はそれでもかまわない、

少し歩いたあたりから、

昔の景色を見まわせば、

また違うものがみえてくる ✧

その時には見落としていた、

大切なことに、

気付くかもしれない ✧

過去はすべて過去のもの、

それでも私にとって、

すべてが必要なことだった、

今はそう、

想えます ✧



5.過去はきれいさっぱり清算だ



過去はすべて、

きれいさっぱり清算だ！

バカなこと、

嫌なこと、

嫌な人、

嫌な自分、

嫌な過去、

それらはすべて、

過去のこと ✧

ほじくりかえしたって、

何も始まらない ✧

いつか必ず、

そんな過去に向かって、

感謝できる時がくる ✧

バイバイってね ✧

未来に持って行くのは、

✧大切な想い ✧、だけでいい ✧

誰かを大切に想えたこと、

家族の温もりとか、

ふとした時に感じた、

優しい気持ちとか、

そんな想いだけを持って、

これから先、

なりたいあなたになっていく ✧

未来のあなたは、

今のあなたがつくってく ✧

過去は関係ない！ ✧

過去は過去、

今は今、

そして未来は、

これからのあなたがつくってく ✧

何度でも、

少しでも、

なりたいあなたに・・・ ✧

そのままのあなたに・・・ ✧

ほんとのあなたになっていく ✧



6.好きなことから始めよう



好きなことから始めよう！

好きなことから始めよう！

自分を好きになるには、

自分の好きなことをすることだ ✨

読書？

どんな本を読みたい？

ドライブ？

どこにいきたい？

何を見るのが好き？

私は空かな！ 🍡 ✨ 🍷 ✨

海？

花？

じゃあ何が食べたい？

パスタ？

ケーキ？

私はラーメンだな！ 🍜 ✨ 🍵 ✨ 🍜 ✨

走るのも、

散歩も、

体動かすのはなんでも好き ✨

🎵 ✨ I LOVE MUSIC ! ✨ 🎵

映画も好き、

犬が好き、

動物が好き、

そうやって、

好きなことしてる自分が好き、

好きなものと一緒にいる自分が好き、

好きなことを好きと言える、

素直な自分が好き ✨

本当の好きを、

広く、

深く、

見つけていく・・・✧

好きなことをしている時は、

人生を楽しんでいる時ではないですか？ ✧

それをもっと増やしていけば、

人生を好きにはなりませんか？ ✧

それを深めていけば、

かけがえのない、あなた色の大切な人生に、

なっていくませんか？ ✧

私もまだその途中、

もっと私を、

輝かせるために、

好きなことを、

もっと磨いていく途中 ✧

そうやって好きになっていく ✧

好きを磨いて、

もっと私を磨いてく ✧

ホントの好きをみつけてく ✧

ホントの私を見つけてく ✧



7.個性という果てしない世界



人それぞれ、

外見が違っているように、

人それぞれ、

感じ方も違うように、

ゝ 個性 ゝ という、

たったひとつの世界が、

あなたの中には広がっている・・・

人それぞれ、

それは当たり前なこと ✧

得意なこと、

苦手なこと、

みんな同じだったらつまらないね！ ✧

個性があって、

それはかけがえないもので、

💖 神様からもらった最高の贈り物 💖 で、

それをちゃんと知って、

大切にしている人は、

なんだか輝いて生きているし、

それを疎かにしている人は、

どこにいたって生き辛い・・・💖

自分が嫌って想いは、

どこにいったって付き纏うからね 💖

その想いは、

自分を不安にさせるし、

生きるエネルギーも湧いてこないね ✧

ホントはいいもん持っているのに、

繊細で敏感だから、

傷つきやすいのかもしれないし、

怯えているだけなのかもしれない ✧

自分の個性を、

まだはっきりと、

知らないだけなのかもしれない ✧

ああこれが私なんだって、

気付いていないのかもしれない ✧

いつも一緒にいる自分なのに、

まだまだわからないことだらけさ ✧

今知ってる私なんて、

≡ ✧ 本当の私 ✧ ≡ の、

表面をなぞっているだけなのかも ✧

奥が深い ✧

それが私 ✧

そのことを、

まずは知れてよかった ✧

自分を知ることが一番難しい ✧

難しいことなんだよ ✧

いろんな経験で、

自分を知っていく ✧

知ってって、

受け入れていく・・・✧

そうしたら、

もっともっと大きな、

新しい自分に出会えるかもしれない ✧

自分探しは大変なこと、

だから一生かけて、

取り組んでいけばいいのさ ✧





人生をさらにカラフルに移してくれるもの。

恋も夢も、

恋も夢も、

人生をさらにカラフルに彩ってくれるもの。

恋をしよう！ ✧

なんてね ✧👧✧👦✧

安っぽい言い方かもしれないが、

相手を大切に想えることが、

生きるすべてのものたちにとって、

最も美しいことだと想っている ✧

♡ ✧恋 ✧、と言わずとも、

大切な人を想えることが、

私たちの人生を、

よりカラフルにしてくれる ✧

恋が一番いいけどね ✧🍡✧🍷✧

それに自分を好きに見てもらえるように、

外見を磨いたり、

色々なことに気を使ったり、

するでしょう ✧

外見で人の価値は決まらないけれど、

いつも一緒に持ち歩く、

💖 ✨体 ✨💖 というものが、

キレイでおしゃれして、

乗り心地がよかったら、

やっぱり楽しくなるじゃない ✨

恋が相手をおもいやる、

最高の経験だとしたら、

そして自分を磨く、

良いスパイスになるのなら、

色々な色々な色々な想いを、

おいに感じていったらいいね！ 🍡 🍣 ✨

そして夢は、

あなたの人生をつくる柱になる ✨

小さな柱から、大きな柱、

人生を貫く 〰️ ✨大黒柱 ✨〰️ は、

人の心の中心に必ず立っている ✨

たくさんの経験をした後に、

その柱の存在に気付くかもしれない ✨

その時は、

ああ私はこのために、

すべての経験が必要だったのかと、

そう感じるかもしれない ✧

夢は人を強くする ✧

相手をおもいやること、

人生を光らすこと、

それらすべては、

最初からあなたの中にある ✧

安っぽい言い方かもしれないが、

自分を探す旅、

光らす旅、

そしておもいやることを学ぶ旅、

人生ってのは簡単に、

そんなものじゃあないのかな ✧



9.常識は必ずしも、あなたを幸せにするわけではない



常識は必ずしも、

あなたを幸せにするわけではない。

常識を超えて生きよう！ ✧

今の社会の常識は、

未完成だ ✧

それが人を本来の姿に、

立ち還らせてくれるわけではない ✧

あなたを幸せにしてくれるルールが、

常識であるとは限らない ✧

例えば今のあなたが、

一生を終えて、

この体を離れる時に、

常識ではその先を教えてはくれない ✧

なぜ？ ✧

今の科学では証明できないから ✧

だから今の常識を超えて、

世界は限りなく広いことを、

知っている人たちは、

今の社会を静観しながら生きている ✧

本当のことを知れば知るほど、

世界の真実をみつけていけばいくほど、

それは本来のあなたの生き方を、

思い出していくことに繋がるかもしれない ✧

あなた自身の可能性は、

常識という檻の中では、

窮屈すぎて羽ばたけないのかもしれない ✧

心に正直に ✧

すべては ♪ ✧ 心 ✧ ♪ が導いてくれる ✧

時にその導きは、

あなた自身が作り上げた限界を、

いとも簡単に飛び越えて、

あなたを新しい世界へと、

引っ張って行ってくれる ✧

あなたが最高に輝ける世界に ✧

心がすべて知っている ✧

常識が作り上げた限界など、

いとも簡単に飛び越えて、

あなたを限りない大空へと、

飛び立たせてくれるのだ ✨



10.あなたは今、誰の人生を生きている？



あなたは今、

誰の人生を生きている？

あなたは今、

誰の人生を生きている？ ✧

あなたの人生を生きている？ ✧

本当に、

あなたが心から、

生きたいように生きている？ ✧

本当になりたい自分を目指して生きている？ ✧

これは理想で、

現実はそんなに上手くはいかないかもしれない ✦

それでも、

必要以上に、

周りの目を気にして、

生きてはいないかということです ✦

親や親戚の期待に応えたい、

会社の先輩や上司、

友達や知り合い、

あなたの周りの人たちから、

良く想われたいと想うのは、

たまには仕方のないことなんじゃないのかな ✧

それでもそんなものは、

あなたの人生を生きる、

大した動機にはならないと想います ✧

あなたがどうしたいか、

周りの目など、

気にせずに、

あなたはどうしたいのか ✧

周りからは、

大いに刺激をもらって、

それでもやっぱり、

私がいつも感じているものは、

私はどうしたいのか？ ✧

私はなにがしたいのか？ ✧

そうすれば、

周りの目とか、

そんなものは全く関係ない空間で、

人生を、

ただひたすら光らすことに、

意識を集中できる ✧

これはあくまで、

私の感じ方のひとつさ 🙄👉 ✨

✨ 🎵 ✨ 🧠 ✨ 🎵 ✨

✨ 🎵 ✨

11.人との関わり、自分自身との関わり



人との関わりは、

人生を豊かにしてくれる。

自分自身との関わりは、

人との関わりを、

より豊かにしてくれる。

一人の時間、

楽しんでる？ 🍷👏 ✨

誰でもずーっと誰かと、

一緒にいれるわけじゃないじゃない ✨

どんなに好きな人とも、

24時間365日100年間、

くっついていけるわけにはいかないからね ✨

人それぞれ、

色んな一人の過ごし方があるとは思うけど、

そんな時間を、

豊かに過ごすことが、

人と過ごす時間をさらに豊かにしてくれて、

それがそのまま、

人生が豊かになることに、

繋がっていくのかもしれない ✧

一人の時間ってすごい大事 ✧

自分と向き合ったり、

休んだり、

新しい自分を発掘したり、

すごい大切なことに気付いたりもする ✦

そうして得たことが、

あなたに関わるすべてのことに影響していく ✦

基本はひとり、

そこからあなたの人生が、

広がっていく ✦

だから私は、

一人の時間を充実させることを、

まずは教えられて良かったね！ ✨



12.感謝は 〰 光 〰



感謝は 〰 光 〰

〰 ありがとう 〰 は魔法の言葉。

言ったら言っただけ、

想ったら想っただけ、

あなたは幸せになっていく。

世界は ♪ ✧感謝の響き ✧ ♪ に満ちている ✧

それに波長を合わせれば、

あなたは最高の人生を歩いて行ける ✧

♪ ✧感謝 ✧ ♪ は最高の想いのひとつ ✧

♪ ✧ありがとう ✧ ♪ は、

最高の言葉のひとつ ✧

あらゆるものに感謝できるようになるために、

私たちは生きている ✧

すべてに感謝できるようになるために、

真理を学び、

人生から教訓を得て、

私たちは ♪ ♡永遠の命 ♡ を生かされている ♡

心を静めて、

今、

生かされていることを、

ただ感じる ♡

この世界には、

本来、

感謝できることしかない ♡

この世界の完璧さを、

必ず知る時がくる ✧

感謝は ゝ ✧光 ✧ゝ

それはすべてを癒すもの、

輝かすもの、

生かすもの ✧

ゝ ✧ありがとうの心 ✧ゝこそ、

人生を最高にしてくれる ✧

そしてこの想いは、

世界をも、

やがて ✧ 光 ✧ に変えてしまう ✧



13.それが人生だ



それでよい。

泣くのも笑うのも、

傷付くのも立ち上がるのも、

それが人生だ。

ゝ ✧それでよい ✧ゝ という言葉に、

私は何度も救われてきた ✧

もし、

人生になにも困難がなく、

苦悩がなく、

なに不自由なく、

平穏無事に過ごして来たら、

私は今、ここにはいない ✧

こうして今、パソコンの前で、

言葉を綴ってはいないだろう ✧

もし私が生まれてくる前に、

人生を ♪ ✧設計 ✧ ♪ してきたのなら、

様々な困難の意味が、

どうして色々な経験を味わったのかが、

今ならなんとなくわかる気がする ✧

泣くこともあるだろう、

傷付くこともあるだろう、

そしてそれと共に、

喜ぶこともあるだろう、

心から、

笑えることもあるだろう、

色々ある、

色々あった ✧

答えなんてものは、

頭の中のちっぽけな考えだ ✧

そんなもの、

紙切れにでも書き殴って、

クシャクシャに丸めて、

ゴミ箱に ✧ シュート ✧、したらいい ✧

人生は感じるもの ✧

おいに感じることだ ✧

生きてることは素晴らしい ✧

綺麗ごとだけではない ✧

だからこそ、

あなた一人の、

かけがえのない人生だ ✨



14.あとかき ～ 私たちは前を向く ～



後ろを振り返って、

過去の自分を許せるようになるために、

私たちは前に進む。

いつか必ず、

理想の自分になるために、

私たちは前を向く。

あとかき ✧

自分を愛するってことは、

人によってはかなり難しいプログラムかもしれない ✧

それでも、

だからこそ、

少しずつでも人生を通して、

取り組んでほしい大切なプログラムだ ✧

この電子書籍はここで終わるけれども、

≡ ✨SOU ✨ ≡ のメッセージは、

永遠に終わることはない ✨

世界の真実は、

すべての人たちの心の中に、

いまだ眠っているからだ ✨

だからこそ、

人の探求は終わらないし、

人が人を、

自分が自分を、

♪ ♡愛する♡ ♪ という大切なプログラムは、

これからも永遠に続いていく ✧

それがこの世界を創った、

偉大なプログラマーの願いだから ✧

その願いをひろげていくことが、

私の祈りだから . . . ✧

それではまた、

次の機会に会いましょう ✨

またねん！ 🍡 🍷 ✨

✨ 🎵 ✨ 🍷 ✨ 🎵 ✨

✨ 🎵 ✨

source message

自分を愛することから始めよう

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/3/76962>

ブックログ本棚へ : <http://booklog.jp/item/3/76962>

