

Aozora Train thanks Free paper

青空列車サンス新聞

「ちょうどいいんだよ」



家族会議memo



YES

かみさまは「この世界はすでに
しあわせに満たされているよ」
と何度も教えてくれています。



すでに幸せなはずなのに、気づく
と「しあわせになりましょう」と
いう考えを浮かべることがないで
しょうか？

「しあわせになろうね！」って考
えた時はすこし注意が必要なのか
もしれません。

思い浮かべたことが、この世界をつく
ります。しあわせじゃないという価値
観があるからこそ、しあわせになろう
という方向に心が向かいます。



何度も自分で声に出して生きたいと思
います。「もうすでに生きているだけ
で、この世界はしあわせなんだよ」



HAPPY
MEMO

ちようにいい世界というのは、目の前の自分の見える世界、感じる世界をまるごと受け入れることになんだなあ。きつと。



夫婦で「しあわせいっぱい」という言葉を使っていこうね、と申し合わせています。つつい、私たちはこれがあれば幸せになれる。こうなれば幸せに生きられる。と条件を自分の心で決めてしまうことがあります。

例えば「きょうは幸せだった」と言葉に出したとき、幸せではない時を考えたしてしまうものです。もしかしたら、明日は幸せでないのかもしれないと……。ときには、過去の幸せな時間が忘れられずに「あのときは良かった」と、過去をいつまでも引きづってしまい、今を生きられない状態もなりやすいものです。

先輩から「幸せな時間というのは感謝を胸に抱いている時間だけなんだよ」と教えてもらいました。いまのありのままの世界が素晴らしく、愛おしく、いま生かされていることへの感動が、感謝となります。

この世界で「あんなったらなあ」「こうなったらなあ」という気持ちは、どんな感謝の心を失い、不足の心を大きくしてしまうんだと気づかせてもらいます。「ちようにいい」と口に出すことで安心とぬくもりにつまれていくことを感じられたなら、それは、きつと神様の「ぬくもり」だということを最近になってわかってきました。

誰もが心を曇らせてしまうことがあります

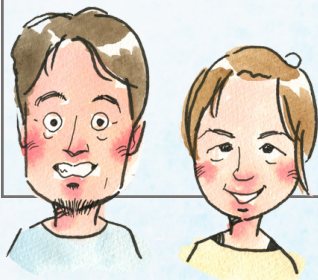
「こうなったら幸せ」という条件は自分自身がつくったもの



おたすけは気楽な心で
すでに自分に「あるもの」をおすそわけ。
がんばって苦しんで取り組むことは、
おたすけではなく自己満足になるの力ナ。

#inoribito+

夫婦で「祈り」をテーマに研究室を設立しました。研究レポートをブログ形式でWEBにアップしています。
祈りを胸に楽しく生きたい！という方に向けたサポートページになっています。お気軽にご利用ください。



祈り人ラボ 🔍

<https://inori.tech>



まあるいやあらかいココロを作るフリーペーパー

青空列車サンワス新聞

<https://yukarin.nobiron.com>

ゆかりん のびろんファーム 🔍

【2023.9.1 vol.08発行】

