



誰かに優しくしたり 親切にしたり 誰かのために行動したり

助け合ったり 誰かと一緒に笑ったり 感動したりすると

ハートが大きく広がって 心が温かくて気持ちいい！

心と心は響きあい 心で絆が結ばれる

そこには思いやり「愛」があるから

心(意識)が変わると私も変わる 私が変わるといつの間にか

周りも変わる 波紋のように広がって

世界中に広がると 地球も変わる

うそだ～！と思ったら ためしに丸一日

ニコニコ笑って周りの人たちに優しい言葉をかけてみてください

その日あなたと接した人はみんな素敵な笑顔を返してくれるでしょう

優しい思いやりのある言葉や行為は

愛のエネルギーとなって帰ってくるでしょう

時にはやっぱり それてしまう時もありますが

気づいた時がチャンス!! 心を切り替え日々頑張ります^^

その積み重ねが私たちに 心の平安と愛と調和をもたらして

くれるのですから。

