

「気」

「気」は生命のエネルギー。「この生命エネルギーは心のありようと深くかかわっている。

気に病むこと、気が滅入ること、気が重くなること、気がかりなことが多いと、気という

生命のエネルギーの力が弱まり、病気にかりやすくなる。

でも、人は誰でも「自然治癒力」という、自分で自分の力を治す力、癒す力を持っているので、心のありようを変えることで、からだに起きている異常事態を回復させることだ

してできる。

たとえば、気分がさわやかになる所に行ってみたり、気持ちのいい時間を過ごしたり、

気が楽になる人と話したり、気が晴れることをしてみたり。

自分が心地いと思うこと、楽しいこと、好きなことをしていると自分の内側から元気が湧いてきて、生命のエネルギーが高まっていく。

でも、一番元気になるのは、愛のエネルギー。愛する人の存在。自分を愛してくれる人の存在。愛はすべてを癒し、奇跡を起す！のちの根源的なエネルギー。

でも、一番元気になるのは、愛のエネルギー。愛する人の存在。自分を愛してくれる人の存在。愛はすべてを癒し、奇跡を起す！のちの根源的なエネルギー。

でも、一番元気になるのは、愛のエネルギー。愛する人の存在。自分を愛してくれる人の存在。愛はすべてを癒し、奇跡を起す！のちの根源的なエネルギー。

でも、一番元気になるのは、愛のエネルギー。愛する人の存在。自分を愛してくれる人の存在。愛はすべてを癒し、奇跡を起す！のちの根源的なエネルギー。



できるだけ多くプラスポイントの想い(気)が一日の一年の一生の大半を占められるように過ごしたいものです!

私(キュート)も少しでも皆様にプラスポイントを提供できるように頑張ります!

