

より、パワーフルに、よりエネルギーに！！

この世の中の全体の流れは、個々のエネルギーの集合体だと思えます。外的要素とは、精神にいろいろ影響を与える。いわゆるよくない、ニュースが介入してくるなど、やさふりをかけられる場合が多々ある。

戦争や不況や政治不安。身近な出来事の中でも、心が折れそう、失望しそうな出来事もいっぱいある。でも、何があってもポジティブに自分自身が保てれば、その波は、以外なところまでたぐり、そのうち、全体をおおいつくすこともできると思う。

一人の力は決して小さくはない、小さい小石でも、池に投げると波紋がどんどんたぐり、ゆく。自身が元気で前向きなら、人を癒すことも不可能じゃない。では、ポジティブになるにはどうするか、どうすれば前向きになれるのか。カラダを大切にするのが、大きな要素の一つだと思う。

自分も同じく、自己管理ができていいな、と、気づかぬうちに、不機嫌になら、たり、ネガティブになら、たりする。敬愛する 富田貴史 氏いわく、人間の思考は、内臓、特に、腸の具合と直結している、いわゆる、ハラで物事を考えが左右されている。と、だから、お侍さんは、七刀腹によって全てを断り、決断することを「ハラを決める」と言うのだ。

健康な肉体には健康な精神が宿る。当たり前なことだ。

何でも、適度に、適当にか"大切だ、

どんだけおいしいものでも、過ぎると負担が掛かる、

病んでくると、お腹を守る為に背中が丸くなり、うつ向き
かげんになる、

お腹が"元気だと、胸を張り見て見るからに"元気、

元気な人に会ると、元気に"なる、

そうや、波及してゆくと、悪いことを考へる人たちにまじり
影響を与えらるかも、

一人じゃ無理、ムダ"じゃなく、まずは一人から、

世の中は確実にいい方向に変わって"い、こま、

これは、いろいろの所へ出向いて、いろいろの人と会って

実感して"いることです、だから、メディアより確実なニュース
です、

信じて"いけば必ず、同志と出会えて、いい波が"増殖します、
太鼓は"特、いい者だと人が集ま"ります、

農業、土にいいことをすれば、"いっし地球が全体に"いいです、
一生はそんな風に長く"なれし、できる事は限ら"れます、

目かけ合"い、励まし合"い、ほめ合"い、愛し合"い、一人一人の小さな
波紋が重なり大きくなり、悪い"心をつつみ込"むイメージ

で、健康で仲良"く、正直にぶ"つかりながらも前向きに、

世界中みな親"せきです、力を合"わせ、次世代へつな"ぎましょ、

今年もひま"つぎ、すばら"い年になることまちが"いないです、
健康な一"年を、