

9月20日（金）

物事を、もっともっとわたしの視点から見えるようにしなさい。

あなたの心をわたしの光でいっぱい満たして、わたしを通して世の中を見られるように。

ちょっとしたことがあなたの望みどおりに運ばなかったときは、気楽な調子でわたしを見て、“まあ、いいか”と言ってごらん。

こんな簡単な教えが、ささいな心配事や不満が積もり積もってあなたの重荷となることから守ってくれる。

この習慣をせっせと実行すると、あなたは人生が変わるような発見をするだろう。あなたを悩ませる事柄の大部分は重要なものではない、ということに気づくのだ。

肩をすくめてさっさとやり過ごし、わたしに心を向け直せば、あなたは心浮き浮きと足取りも軽く、毎日を歩き通すことができる。

深刻な問題がふりかかってきても、あなたにはそれに対処するだけの余力がある。

