

2月21日（金）

信頼と感謝を忘れさえしなければ、今日一日を無事に過ごすことができる。

信頼は、くよくよ悩んだり、心配することから守ってくれる。

感謝は、人のあら探しをしたり、不平不満を言うことから遠ざけてくれる。

信頼と感謝なしでは、あなたはこれらの“罪の姉妹”たちの罠にいと簡単に落ちてしまう。

わたしから目を離さないでいることは、わたしを信頼することにはほかならない。

それはあなたの自由意思による選択で、一日に何千回と行わなければならないものだ。

あなたがわたしへの信頼を選ぶ回数が増えれば増えるほど、もっとたやすくできるようになる。

信頼という思考パターンが、あなたの脳に刻みこまれるからだ。

わたしをあなたの思いの中心に据えることができるように、心配ごとはあなたの心の淵に追いやってしまいなさい。

