

気づき

メモに書く→解決する・・・生活の前進→道が開ける

「1、2、3」を始めると脳が元気になります。

たとえば、今まで生活していた家や部屋でも散らかっている事などに
気づき始めます。

このような時には「後からしよう」、「めんどうだから今度」というのではなく「今すぐチョットだけしておこう」と**チョット手を動かす**事が大切です。

そのようにすると生活が前向きに進みます。

そのようにすると不思議なことに「次の気づき」が出てきます。

それにも素直に対処します。

ひとつ目に はやく気づき、対応しおわれば、脳の中にたまっている次の
気づきを出してくれます。

順に対応する事で生活は前進します。

このような簡単な作業が生活を変えてゆきます。

こんな事から「道が開けはじめます」。

むづかしい本を読んだり、いろいろ考えるよりはよほど効果的です。

「1、2、3」を続けること。

気づきを大切にすること。