

愛の反対は無関心

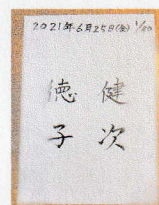
マザー・テレサ

愛とは
関心を持つこと

13

1日一回同じ時間

- ①日付 ②何日分の何日 期間を決める(30日~60日)
- ③二人の名前を並べて書く
(夫・妻・恋人・片思いの人・父・母等)
- ④名前を観ながら、浮かんできた気持ち等を書く
- ⑤何を書いても、最後は【ありがとう】で終わる



- ◆結婚前の名字で並べて書いてみる
- ◆数日間二人の名前を書いてから、自分の名前だけを書いてみる
- ◆それぞれの両親の名前を入れてみる
- ◆褒める◆感謝する◆想う◆愛する等

【ポイント】は喜んで