

祈りの共鳴『一元の霊光』★「機会を受け取る・「自分に深く関心を持ちなさい」の真髓・共鳴という仕事・呼吸の真髓と祝福・ババジの祈りを受け尽くす／神様の高鳴りで貫かれていた」 20250422

動画

<https://www.youtube.com/watch?v=atvIHT1RRLM&t=2s>

シェア前のT-UP 《鶴飼哲也さん》

7時まであと15分ほどとなりました。最後の5分間は、集中を極めた一体の祈りを共に捧げ、終了となりますが、それまでの時間、分かち合えるべきが共有される機会として与えられています。皆さんのされた体験や授かったメッセージなど、共有されるものはありましたら、どうぞご自由にご発言ください。

いつもいつもありがとうございます。

《佐藤実佐子さん》

おはようございます。佐藤実佐子です。今日からまた新しくお二人がプロジェクトマントラをスタートされております。

お一人は小林千恵さんのご友人の方で、先週の諏訪さんの瞑想会にご参加され、その時に諏訪さんから、この一元の霊光の朝のお祈りのお時間とプロジェクトマントラがすごくいいよというシェアをしていただいたことから、高師真利子さんという方なんですけど、ぜひということで。

先週私もティーブコースに参加したり、バタバタしていたのでお話ができず、昨日やっとズームを繋げてお話しすることができ、今日スタートされています。もう一人は竹森仁美さんのご友人の方で、ちょうど昨日そのズームをつなげる時間の30分ぐらい前に、仁美さんから連絡が来て、自分がインストラクターできるようになったらご自分で伴走されようとしていたんですが、やはりタイミングがあり、「今」スタートされるのが良いということで、実佐子さんお願いできますか、ということで、じゃあ今から30分後にズームを繋げるけれど、一緒に入れるかなということで入っていただきました。すごいタイミングでお二人一緒に説明をさせていただき、今日からスタートされています。

（竹森仁美さんのご友人の方は）多分ちょっと今日は早い時間にお入りになってたと思うんですけれども、この時間は結構ご準備があるということで、なかなかシェアの時間に入れられないかもという話を伺っておりますので、また入って来られるときにご挨拶していただけたらと思います。ということでまた新しいお二人がこちらに入らせていただきますので、みなさんよろしくお願いします。高師さん、もしよければ一言。

《高師真利子（たかしまりこ）さん》

おはようございます。高師真利子と申します。今日から参加させていただきます。よろしくお願いいたします。朝は苦手なんですけど、今日は起きられました。よろしくお願いいたします。

《坂本淳さん》 機会を受け取る

おはようございます。坂本淳と申します。昨日、哲也さんからメッセージをいただきまして、ぜひこの機会を活用してください、ババジからメッセージを受け取っているはずなんですけれども、という

ことで。

シェアするときに人に伝えようとしてしまう、モードが変わってしまうっていうところがあり、どうしよう、今日何をシェアするのか…。確かにいろんなものを感じてはいるけども、シェアすることのこともないなと思いつつ、今朝過ごしていたら、たまたま「神との対話」という本が目に入ったので、パラパラとめくってみて、何かヒントがあるかなと思って開けてみました。そしたらキリストの死の復活のところのくだりのところで、神様がニールに対して、「マハヴァター・ババジっていうのを知ってるか」というところが、ちょうどそのページだったんですね。

神との対話の中でババジに触れているところは、たぶんそこだけなんです。何か本当にささやかにどうしようって思ったときに、ふとこの本を手に見ようっていう、そんなささやきというか、ほんのちょっとのささやかなところに、すべてが何か生まれているんだなっていうのをすごく感じました。日々の生活の中でも、きっとそうやって、そういうささやかなメッセージっていうのがあって、そういったものを明確な形で示してくださったのだな、というふうに思いました。それは別に伝えるほどのほどじゃないなって思えばそうだし、でも何か誰かに伝えるっていうよりかは、「自分の中で起きていることを、ただシェアする」ということが大切なのかなと思って、今日シェアさせていただきました。ありがとうございます。

《千葉久美子さん》 機会を受け取る

おはようございます。千葉久美子と申します。私も昨日、哲也さんから、この機会を生かしてくださいという、ババジからのメッセージをいただきましたよ、と、そういう言葉をいただきました。今、淳さんも受け取られていたんだなと、嬉しい気持ちで今、シェアさせていただきます。

昨日、そのメッセージをいただいたときに、あ、言われちゃった！って思いました。私は1月23日からのプロジェクトマントラに参加させていただいて、そのとき、今日のお祈りの中で、相馬灯みたいになってきたので、そこをシェアさせていただければと思います。そのときの氣付きというのは、好きな人ができて、氣付きが「好きな人」みたいな感じだったなっていう感覚だになって、今、さっき思ってたんですね。ちょっと氣付きがあると、振り向いてもらえたみたいな、目が合ったみたいな、皆に聞いて聞いて！みたいな。目が合ったんだよとか、そういうふうにシェアしたくなるみたいな感覚だったな…。っていう感じだったんですね。先週も1週間本当に、自分の中ではすごくいろんな体験が現象的にはありまして、恩寵もすごくいただいている。

お祈りに入らせていただいた後に、あ、「結び」のようなメッセージだったというのもあったりしました。でも、無理に留まるわけでもなく、満たされきった今、鈍感みたいな、そういう感じにいたんだなと。聞いて聞いて！みたいな感覚ではなくて、自分の中で受け取って満足、っていう感じっていうんでしょうか。

何かそういう必然みたいなのがグッと起きた時に、シェアとか分かち合うっていう、分かち合いをさせていただくみたいな、何気ない感覚の中でお話するみたいな感じがあったんですけども、お祈りの中で満たされた状態になると、そういう前のようなバーツという発露、みたいなことが出てきにくくなっているとか…。そういう、良い意味合いでの満足感の中で、ここに留まっている、みたいな状態に、自己満足みたいな感覚になっていた。

昨日も御代田の初受講の方の講座に参加させていただいて、終わっての翌日だったので、そこでも、本来でしたら、体験を分かち合うということもできたんでしょうけども、そこもどうも満たされた感じに留まっていたみたいな感覚だったなと。でもシェアをするタイミングなんだろうなってどこかで感じていたら、最後は貴子さんの結びで、貴子さんが言われたんだなっていうことで、ちょっとそ

うという思いもあったりしました。もちろんそれを聞かせていただくことが本当に大なる必然だということも感じつつ、私動いてないなっていう感じもどこかで感じていたところで、昨日のメッセージをいただいたので、前にズズって脱がされたっていう感じで、本当に貴重な機会というか、大事なお知らせをいただけたなと思っております。

今そういう感覚の中におりまして、もし同じようなそういう感覚があるという方がいらっしゃれば、その分かち合いもまたさせていただけたらなというふうに思います。ありがとうございます。

《馬淵深己さん》

おはようございます。いつもありがとうございます。今日は瞑想していても何も出てこなかったんですけど、さっき坂本淳さんのシェアを聞いたときに、自分が何か感じたりメッセージを受け取ったり、体験をシェアするっていうときに、やっぱりどうしても人に伝えようとしてしまうっていうのは、やっぱり自分もあって、そのことを聞いたときに、これ一緒だ！って思って。

坂本淳さんが、神との対話を見て、とにかく自分に起きていることを真っ直ぐにシェアするっていうこと。真っ直ぐに受け取って真っ直ぐに発するっていうのが、自分が聞いたときに答えが与えられたなというふうに思いました。今回のミーティング後の瞑想も、ちょっとパソコンがつながりにくかったんですけど、あるときふっとつながって、そしたら坂本淳さんのシェアのところだったんです。これ、ババジが答えを与えてくださったなっていうふうに思って、本当に感謝しています。いつもありがとうございます。

《馬淵貴子さん》

「自分に深く関心を持ちなさい」の真髄・共鳴という仕事・呼吸の真髄と祝福・ババジの祈りを受け尽くす

Jai Gurudevおはようございます。初めての方もいらっしゃると思います。馬淵貴子と申します。

アートマ・クリヤ・ヨーガ・ティーチャーをしています、馬淵でございます。「ババジのメッセージをお伝えします」という、そういう発声よりも、私はレクチャーのように言ったほうが、らしいなと思いますので、そういうふうにお話をさせていただくと、「自分に深く関心を持ちなさい」ということなんです。その深く関心を持つということがどういうことか。自分がイケてるとかイケてないとか、今、これがうまくいっているとかいっていないとか、そういう、「人と比べてどうなのか」とか、「あの人はこうだけど私はこうだ」とか、そういうことではないということです。

そのどの瞬間も、自らのハートの愛が震えているかどうか、愛たる何かが培われていっているかどうか、この瞬間を無条件に堪能しているかどうか、そういうふうに深く自分に関心を持ちなさい、ということですね。はっきりと、講座の中でも拝見していると、そのように関心を持たれている方は、どんどん変容が起きていくんですね。あの人はこうだけど自分はどうか、自分の現在地はこうなんだけど、どうなっていくんだろうか、過去世がこうだからどうなんだろうか、カルマは何だろうか、それも大事なことなのですが、自然に気付くことでもあるのですが、それよりももっともっと大事なものは、この瞬間自分が最奥で何を捉え、何に振動していっているのか、何の響きを捉えているのか、それは良いとか悪いとかではなく、ただ何の判断も評価もないところで、自分の愛というものがどのように培われていっているのか。そのためには「プラーナーヤーマ」、呼吸法を大事にしなさい、というのがあります。

深い呼吸にて自分は本当の自分に関心を持つことができます。その呼吸を十分に、自らの呼吸の潜在

性を充分に開き、その呼吸とともに最奥へ、最奥へ・・・、そのことを培うことをとても大事にしないということをお伝えすることが、大事だなと感じています。それによりて、「メイン・クリヤ」、アートマ・クリヤ・ヨーガの中の最も大事なサーダナがあるのですが、深い呼吸の後のメイン・クリヤ、これこそは、私たちを完全に神のもとへ連れていきます。

そのことへ深い信頼と喜びと感謝で、日々サーダナを大事に抱いて堪能していきたいと思います。いつもありがとうございます。

《柳瀬雅夫さん》

どうもみなさんおはようございます。さっき馬淵さんがお話しされた後に、庭からカエルの声が一斉に鳴き始めて、ここなのかな、ってすごく実感が深まりました。それと僕ね、4年間してた仕事はただ一つで、「共鳴」なんです。

それで僕は山の中で筆とキャンバスを持って、自然の中でずっと会話をするんですよね。それで、先ほど馬淵さんが言われた呼吸、それがね、水と一緒にあったり、風の音と一緒にあったり、全ての空間、360度の空間と一緒に呼吸をする。昔の人はこのことを本当に自然にしていたような感じがすごくするんです。

それとね、最近すごく感じるんですが、僕は芸術をやっているんですけど、すごくナーラーヤナ様とかアメノミナカヌシ様、この存在がすごく深くて、それはどういうことかっていうとね、今あるものを一瞬にして消し去ってくれる。そうすることによって、自然に手を合わせるができるんです。もう一瞬一瞬が本当に美しくて、もうそこだけにいられる。

なんかね、そういうことを与えてくれるっていうことが、本当に生まれてきてね、すごく幸せだっていうことを最近深く実感として感じています。

《高畑光宏さん》

Jai Gurudev、おはようございます。高畑光宏、Vidura Dasです。先ほど貴子さんのシェアを伺いすぐにシェアをしたかったんですが、トイレに行きたくなって中断させていただきました。

私もアートマ・クリヤ・ヨーガの再参加、ディープコースの後にも、初受講者コースのほうにも再参加させていただき、そこで改めてサーダナのことを深めさせていただきました。二つの呼吸法のフルラウンドをやったことがありませんで、今回そちらの方を終わった後にやっております。今また長野テンブルのほうに滞在させていただいていますが、そのテンブルで朝、サーダナをさせていただきまして、呼吸というのを深めているところでの貴子さんのお話だったので、本当にこのことが大切なんだというのを改めて感じました。

今ハーモニウムの練習をしています。インドのオルガンのような空気を入れて演奏する楽器で、自分のハーモニウムを持っているのですが、空気が非常に入りづらくて。一生懸命空気を入れないとなかなか入らないので、一回修理にも出してみましたが、特に問題ないということでした。ハーモニウムは自己調律に使うような楽器でもあって、楽器の持ち主の状態がハーモニウムにも現れるということを聞いたこともあります。自分は呼吸が苦しいな、通っていないなというのを思っているので、ハーモニウムも自分の呼吸を深めたら、きっとまた音が変わってくるのかなと思って楽しみに練習しているところです。いつもありがとうございます。

《諏訪瑞昇さん》

おはようございます。諏訪です。伝えようとしてしまう・・・という反面教師としてシェアをさせていただきます。よろしくお願いします。

先ほどもババジからメッセージをいただきまして、まず人間って生まれた時のおぎゃーって呼吸から始まるよね、人生。死ぬ時って息を引き取ってこの世を去りますよね。人生って呼吸なんですよねってババジがおっしゃいました。

はいそうです。だとしたら、この一呼吸一呼吸、この呼吸の連続だよね人生、って言われました。はいそうです。

だとしたら、この呼吸、一呼吸一呼吸に、本当に心を込めて呼吸の中に神を見たら、人生そのものが神になるよね。はいそうです。そうしてごらん。

吸う時に、吐く時に、私は神である・・・私は神である・・・。そのような呼吸を歩きながらも、何かしながらでも意識したら、呼吸そのものが喜びになるね。

はいそうです。呼吸ってブレス (breathe) って言うでしょ。このブレスに常に神を見て、ブレスに常に光を見たらこのブレスがブレッシング (Blessing) になるんだよ、と言われました。

ああそうですね。言葉ってすごく意味があるね。

ブレス、この一呼吸一呼吸に神を見なさい。そうするとそれが全て祝福になり、そしてあなたの人生そのものが祝福になるね。はいそうです。

というメッセージをいただきました。伝えさせていただきました。ありがとうございます。

《服部岳史さん》

服部です。最近、主客というテーマをいただいております、自分の生活、生き方が何に乗っているかということで、神の上に乗っていますかと問われて、ちょっとそこが自分の中でしっくりきていなかったんですが、昨日氣がついたことがありました。今ちょっと仕事や何やらいろんなことが立て込んでいて、いよいよ切羽詰まった状況というのがありまして、その状況で初めて神に祈ろうって思ったときに、あれ今まではこれ全部自分で何とかできると思っていたなと思って、困ったときの神頼みという生き方だったなということに氣がきました。そうじゃないなというふうに思いました。以上です。

《熊田妙子さん》

Thaeです。熊田妙子です。10年働いた会社を昨日で終わりました。ありがとうございます。

保育園の調理の仕事だったんですけど、本当に可愛い子たちに恵まれて幸せな日々でした。次の仕事までお休みの期間があるので絵を描くのと、あと今日、呼吸のことをお話しいただいたので、本当に呼吸に意識を向けて神を感じてみたいなと思います。ありがとうございます。

《鶴飼哲也さん》

ありがとうございます。いくつか分かち合われるべきことがありまして。

まず最初に、今大阪の梅田画廊というところで先ほどシェアしてくださった柳瀬雅夫さんの油絵の個展が開かれています。30日まで開催されていて、柳瀬さんがギャラリーに実際にいらっしゃるのは、

24日と26日と最終日の30日ということなんですね。可能な方はぜひ足を運んでその空間、その振動を体験してきていただきたいと思います。柳瀬さんの作品展は追っかけをしてもいいんじゃないかなと思うぐらい、本当に得難い体験に必ずなると確信しています。

昨日、お二人、坂本淳さんと千葉久美子さんに、それぞれ、ババジからのメッセージをお伝えしたんですね。

それには、いくつか理由があります。

言葉、言霊を通して宇宙の真理や存在波動を時空に分かち合うという定め、役割を預かっていらっしゃるんですね、お二人ともね。ですから、やっぱり時っていうのがあって、その時までにはその部分が磨かれきっているということが、とても大事な、そういうお役割を預かっていらっしゃるということです。ババジは本当、どうぞお使いくださいというね、アバターであり聖者でありながら、そうしてもらいたいって言うんですね。使っていただきたい、活用して磨く機会として使ってもらいたいんだと、このことを伝えてくれと。

もちろん本人たちは受け取っているんですけども、これ皆さん、よくよく、よくよく、覚えておいてほしいんですが、「パツ」とよぎることがありますよね。で、我々がこの表面の現れ出ているこの世界、社会を生きていると、パツとよぎることがささやかなことだと思いがちなんです。やり過ぎても問題ないようなささやかなことだと思いがちなんです。

けど、感じてみてください。我々は日々いろんな考えが巡っていて、日常というものがあって、ずっと暇をしている人というのはそんなにいないですね。ずっと何かしている。

精神活動も、思考の活動も、感情活動も、体を使った活動も、社会活動も、ずっと何かしらの活動、多層多次元ですずっとぐんぐるぐんぐる、ぐんぐるぐんぐる回っている。そんな最中（さなか）でさえ、何かがスッとよぎる、フツと思いつくっていう、この背後には、どれほどの仕込みが内側にあって、積み上がって積み上がって・・・そんな忙しい活動の最中にも表面化して、知覚できる、背後にある、ものすごいエネルギーというのを、ぜひ感じてください。

甘い話ではないんです。ものすごい珠玉の瞬間なんです。本当に本当に、本当に。だから、こうかなって思って、軽くやり過ぎしてしまうのではなく、この珠玉の本当にとんでもない恩恵を深々と押し戴く、受け尽くす、というのが、もうめっちゃめっちゃ大事なんです。たったこれだけのことなんです。本当に神一重なんです。

たったこれだけなんです。その恩恵に痺れ倒して受け尽くす。そしてその瞬間に捧げ尽くすという、たったそれだけなんです。本当に。

いずれそのうちじゃないんです。誰でもできるこのささやかな神一重を確実に体験し尽くすだけなんです。本当に。

シェアというのはすごく学びになるんです。我々の日常の行為も一種のシェアと同じ構造なんですね。

階段を登るとか、メールを打つとか、食事をするとか、この何かをしているとき、大事なことがいくつかあるんですが、無自覚で無意識であることっていうのはとても残念なことです。「意識的である」っていうことがものすごく大事。これ本当に最初の一步。

意識的であるということが大事。そして今日分かち合われるべき、もっともっと大事なことはその

「意識の向き」なんです。

私たちはあまりにも当然にこの外側の世界で生きています。だから意識が意識的であろうと思う人も、外側で活動してしまう。シェアするときも外側に向かってしまうのです。何かを食べるとき、何かを活動するときも、呼吸するときも、思考するときも、全部外側へ外側へと向かってしまう傾向がものすごく強いんです。

でもそうすると、燃えかすの中で生きているような感じになってしまうんです。ですから先ほど馬淵がシェアしましたよね。あの部分、本当に繰り返し聞いてもらいたい。

いろんな人が聞いて、ああそうだなって思っているかもしれないけど、もっともっと、もっともっと、深く受け取ってもらいたい部分です。外側じゃないんです。「最奥」でなんです。

我々はその瞬間をどこと分かち合うかって言ったら、「自己の最奥」と分かち合うんです。この意識活動がものすごく大事で、自己の最奥で分かち合っているとき、我々は神と分かち合っています。そのときに存在するすべてのもの、永遠の過去から永遠の未来に至る、ありとあらゆる次元の全てのものと最奥で分かち合っているのです。

ここでこうして参集しているこの祈り合わせ、ババジ肝入り。ババジは何でそんなに肝入りでこの機会を与えているか。それはこの最奥ですべてたる神、すべてたる自己で、一瞬一瞬を分かち合うためですよ。

考えてみてください。今地球というのがクライマックスであって、そしてどんな現状であるか。この現状を私たちの意識の活動が外へ、外へ向いて、燃えかすの中でどんなに愛であってもですよ、どんなに喜んでいようが、どんな活動をしていようが、どんな命がけであろうが、我々の意識のベクトルが外側へ、外側へ、外側で活動していたら、この地球自体が燃えかすになってしまいます。

そんなことにババジは肝入りで機会を与えたりしないです。だから社会で今何が起きているか、一人一人の中に一体何が起きていて、一人が預かっているカルマのボリューム、エゴの量がどれほどのもので、それが変化変容するのが、どれだけの時間とエネルギーと恩恵とに、奇跡によって初めてあり得るのかということを、よくよく、よくよく、分かっている人は、この地球という試みの最も美しい流れに関して果てしないもの、果てしない距離を感じる人、これはノーマルです。でも感じてください。

私たちは最奥で神そのものであり、そして一体です。最奥で一体なんです。その部分で私たちが呼吸をし、サーダナをし、マントラを唱え、愛であり、そのように最奥に向かって最奥で、こういう機会さえ分かち合った時に、何が起きるかです。何が起きているかなんです。だからババジは、究極はあなた一人で充分だとおっしゃる。本当にそうなんです。

私たちは小さい存在ではありません。私たちが知り得たこの全てを、この究極を本当に受け尽くして、本当に体験した時に、この真実の共鳴が存在する全てに響き渡るんです。皆さん、今、響き渡っているでしょう。

響き渡っているんです、今この瞬間も。淳さんも久美子さんも、このように生きることを分かち合う定めを預かっていらっしゃるんです。ですから磨いてくれ、そのために与えているのだから。その機会を受け尽くしてくれ、というババジの祈りを届けさせていただいたんです。

だからね、ネタばらしはあまりいらないんですよ。昨日哲也さんからこんなメールをいただいて・・・、そこは真実じゃないんです。私たちは常にこの神たる宇宙と最奥で一体であり、そこで分かち合っ

いるんです。

その真実を分かち合うことにこそ真の価値があります。深己（みき）が言いましたね、答えを受け取ったなって。本当にそうなんです。私たちは最奥でこの真なるものを体験するために、この壮大な試みの当事者として、一瞬一瞬にあります。

そこに関心を持ってください、そこに関心を持ってくださいよ、ババジの本当にここが肝入りの、絶対に分かち合いたくて絶対に体験してもらいたいメッセージを、先ほど馬淵は時空に放ってくださったんです。浅く受け流さないでいただきたい。その部分を何度も何度も聞いたり、文字起こしして、マントラのように繰り返したっていいぐらいです。

私たちはもっともっと、もっともっと、受け尽くすことができます。どれほどまでに受け尽くすことができるのか。

冒頭にぜひ柳瀬さんの作品展に行ってくださいと言ったのは、そのどれほどまでに私たちは感じ尽くし受け尽くし、そのことをそれそのものとして分かち合いきれのか時空に、自己の最奥に、宇宙に、神に、そのように望んだら、彼の作品展でその在り方、息遣い、絶対に体験できます。そしてそのことを受け尽くして日常に生かし切ることが必ずできます。

彼が絵を描くとき、「僕のしている仕事は」って言いますでしょう。この感覚、この言葉の正確性をぜひぜひ共に体験しましょう。

いつもいつもありがとうございます。

それでは5分間、集中を極めた一体の祈りを共に注げ、今日の祈り合わせとしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

《集中を極めた一体の祈り》

ありがとうございます。

それでは本日、朝の祈り合わせを結んでいただく方、どうぞよろしくお願いいたします。

《佐藤明日美さん》 結びの言葉 神様の高鳴りで貰かっていた

おはようございます。佐藤明日美です。今日は入社日で、一旦カメラを切って、出たんですけれども、やっぱりどうしてもと思いまして、戻ってきました。

貴子さんのお話を聞いたときも、哲也さんのお話を聞いたときも、先日のアートマ・クリヤ・ヨーガの講座のときの2日目のことを思い出しまして。あの日の朝の祈り合わせで、律子さんがカメラがマイクがうまく外れなくて、本当にジェスチャーだけで、その思いを伝えてくださったときに、すごく胸が高鳴ったんですね。

それに何か私も応えたいと思って、そのとき発言させていただいたんですけれども、その後、朝ごはんを食べたり準備をしたりとかして、お部屋にもう一度戻ってきたときに、ちょっとひと心地ついたら、高鳴りって何だったんだろうなっていうふうな疑問が自分の中に湧いたんですね。その瞬間に、神様の高鳴りっていう言葉が浮かんできたんです。

その瞬間に、お茶の師匠に、澄子先生に出会ったときに、初めてヴィシュワナンダさんのダルシャン

を受けたときに、すべてその高鳴りというか、愛のそれで貰かれていたということが直感的にわかりまして、ただただ感謝の涙を流すしかできなかったんですけども、貴子さんのお話を伺ってすごく感じたのが、何かふと自分の中に湧いたっていう、「何か」にとどまると、本当にそれが一つの呼び水、風穴のようなものになって、さらにもっと大きなものが流れ込んでくるっていうことを、私は体験させてもらったんじゃないかなと思ったんですね。なので、今話さずして、この話をいつ話すんだろうというふうに思ったこともあり、今日、ぜひシェアさせていただきたいと思いました。本当にお話しさせていただいてありがとうございます。

本日も皆様的一天が光に溢れた、愛に溢れた、一日でありますように。

本日はありがとうございました。