



*Unless your experience goes beyond
the limitations of your body and mind,
fear is natural.*
-Sadhguru

Sadhguru

頭 ころ からだの限界を越えていく。

さもなければ、恐怖はそこにある。

まずは現実を見据えて生きる勇気 力を持ちたい。

現実から目をそむけず生きることが最初のステップ。

どんな現実も受け入れ、そこにカルマ(レッスン)、ダルマ(意味)を見出すことができれば、すべてに感謝して生きることができる。

恐怖はなくなる。

なんという自由！ 喜び！

猫のようでありたい。
猫はいつも好奇心満開！