

しあわせレックスン

大川隆法先生の書籍『しあわせってなあに』をヒントに、しあわせになる方法を学ぼう!!



『しあわせってなあに』第1巻
幸福の科学出版
定価 1,296円(税込)

声に出して読んでみようー

人がよろこぶことをしようー

自分がしてほしくないことは、きつと、

ほかの人もしてほしくないのに決まっています。

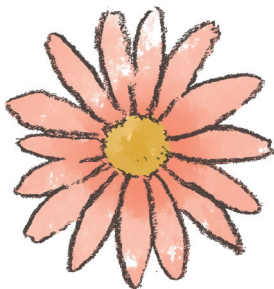
あなたがよろこぶことは、

ほかの人もよろこんでくれることでしよう。

だから、あなたは、

ほかの人がよろこぶようなことをしましょう。

『しあわせってなあに』第1巻「73〜75ページより」



ふり返ってみようー

今までキミが友だちにされてうれしかったこと、いやだったことはあるかな？ それを考えれば、友だちに何をしてあげたらいいのかわかるよ。

① 友だちにされて

うれしかったことを書く。

うれしかったことは、
自分も友だちに
してあげよう。

② 友だちにされて

いやだったことを書く。

いやだったことは、
自分は友だちに
しないようにしよう。

思ったことを
書こう！
おうちの人から
メッセージ



「しあわせワード ゴールデン・ ルール」

「自分がしてほしいことを相手にもしてあげよう。」という、しあわせになる法則のこと。この法則を使えば、しあわせがどんどん広がるよ！