

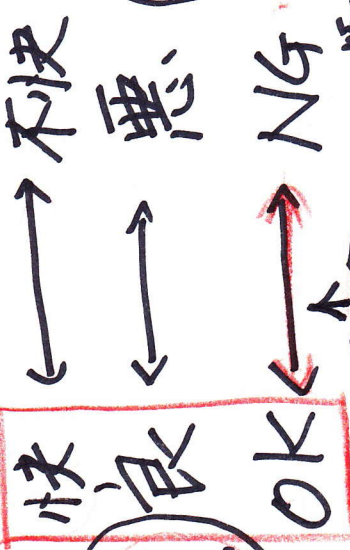
"ありのまま"って、本当はどいうこと？

〈慣れるエリア〉

「私」

〈慣れてないエリア〉

「私がやること」



辛せ
N極
視点
いはい

S極
視点

小迷い
小迷いニ極バクテリ

行動の選択のぶてを
ニ極性で行う。

言えぬ言えぬ = 無価値

存在価値

存在価値

言えぬ言えぬ =

無限の価値

視点が
変わる

俯瞰
ニから見る

無価値ニ極バクテリ

無限

"ありのまま"

存在しているだけ
私という存在があるだけ

「私」でいること

不快不快も... 思考.感情
良くても悪くても... 行動
OKもNGも...
必死く. 笑う. うらみ. 優化する
自命を責める. 自分をほめる...etc.

「私」をやめるうえで、「私」が
やることは、「私」以外にない!