

ゴミ出し言葉

私の心の奥にある心のゴミよ^わ湧き^い出でよ
っらい、悲しい、苦しい自分よ^わ湧き^い出でよ
っらい、悲しい、苦しい心のゴミよ、さようなら
心のゴミよ、ありがとう
心のゴミよ、あなたのおかげで大いなる自分に出^あ逢えます
魂の底の底にある真我に出^あ逢えます

1 番

〇〇、つらかったんだよお
〇〇、悲しかったんだよお
〇〇、苦しかったんだよお
〇〇、わかって欲しかったんだよお

2 番

〇〇、ごめんなさい
〇〇、ごめんなさい
〇〇、ごめんなさい
〇〇、ごめんなさい

3 番

〇〇、ありがとうございます
〇〇、ありがとうございます
〇〇、ありがとうございます
〇〇、ありがとうございます

本当にありがとうございます

※〇〇は、父、母、夫、妻、子ども、自分、その他、あなたの周囲の人たちの名前を一人に絞って、その一人の名前を叫ぶ、または、つらく苦しかった出来事を叫びながら、あなたの真我の追究を阻害していたものを発見しましょう