

How to use LOVE LOVE Diary?

この手帳は、あなたが使いやすい方法で使っていただいてOKです。

例えば、日々の予定を書く普通のダイアリーとして、毎日の出来事を書く日記帳として、こんな未来を引き寄せたいな、こんな夢を叶えたいな、と、あなたが願う未来を記入する未来日記として……。

どんな使い方も構いません。

いつでも始められるように、あえて日付は入れていません。

1月スタートでも、4月スタートでも、誕生日や記念日からでも、あなたが「使い始めたい!」と思ったときが、この手帳を使い始めるタイミングです。使い方も、使い始めも、あなたの自由です。

しかし1つだけお約束があります。

「あなたの人生は、あなたの心が創造している」ということを忘れないでほしいのです。

あなたの心ひとつで、今よりもずっと幸せになることができます。
だからこの手帳を開くたびにタイトルを思い出してください。

あなたを絶対幸せにする LOVE LOVE Diary

Structure

- ♡この手帳には、1か月の予定表と、2週間の予定表があります
自由に書き込んでくださいね。

- ♡毎月、マンスリーのページの前には、私からの質問やメッセージ
が書いてあります
これは「幸せ」「夢」「愛」に意識をフォーカスしていく「幸せ思
考癖」の練習です。

- ♡マンスリーのページの前に、「黒板」の絵が描いてあります
この黒板の中には、あなたが今月手にしたいものを描いたり、言
葉などを自由に書いたりしてみてください。

- ♡1か月の終わりには大きなハートの絵が描いてあります
このハートは、あなたのこの1か月間の心の中をイメージして色
を塗ったり、言葉などを自由に書いたりしてみてください。

- ♡「魔法の言葉」は、こんなときどうしたらいい？ というときの
愛さんからの魔法の言葉集です

- ♡あなたのステキなところ
この手帳を使ってくださる皆さんのことを想像（妄想）しながら、
私があなたのステキな魅力を30個書いてみました。
「なんで愛さん、分かるの??」なんて思うことがたくさんあったり
して……。きっとステキなあなたにぴったりなんじゃないかなあ。

♡切り取り式の愛さん御守りメッセージカード

切り取って、シールにしたり、葉にしたり、お友だちにプレゼントしたり……使い方は自由です。

ぜひ「御守り」にしてみてくださいね。