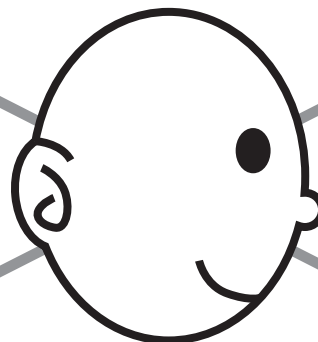THINK
考えていること

FEEL
感じていること

HEAR
聞いていること

SEE
見ているもの

DO
していること

SAY
言っていること

PAIN
痛み、嫌なこと

GAIN
得たいもの

doyolab