

# 自然との対話

森の中を歩いていると、木々のざわめきが心に響いてきます。風が葉を揺らす音、小鳥のさえずり、そして遠くから聞こえる川のせせらぎ。これらの自然の音は、私たちに何かを語りかけているようです。現代社会では、人工的な音に囲まれて生活することが多いですが、時には自然の中に身を置いて、心をリセットすることも大切です。自然は私たちの心の奥深くにある何かを呼び覚ましてくれます。

