**魔法の杖**

**あなたは魔法の杖をもっています。頭の上で杖を振ると、あなたがこれまでに苦しんできた物事をあなたの人生から全て取り除くことができます。嬉しくなかった経験、苦しみ、不快感、嫌な考え、感情、思い出、これら全てはもうあなたと関係ありません。消えてなくなってしまいました！自分自身に問いかけてみましょう。さて、あなたはこれからどうしますか？新しいことを始めますか、それとも何かやめますか。もっとやりたいこと、あるいは減らしたいことはありますか。あなたの行動はどう変わるでしょうか。もし自分自身をビデオに撮ってみることができるとしたら、あなたの人生は、苦しみが無くなった今どう見えるでしょうか。何が見えたり聴こえたりしたら、魔法が効いたことがわかるでしょうか。出来るだけ具体的なあなたの行動について考えてみてください。あなたの人生はどう変わるでしょうか。**

**Student name:** [First name Last name]

[Write essay here.]