

心の栄養剤No63「日めくりカレンダー」



小林正観「宇宙賛歌・日めくりカレンダー」より



てんつくマン「ありがとう・日めくりカレンダー」より

この二つの文は、店に飾っている2冊の日めくりカレンダーの同じ『16日』のページの文で、両方とも同じ事を言っているように感じ、毎月16日は「そうだ そうだ」と自分に言い聞かせる日になります。大好きな文なので一度皆様にもご紹介したくて、今回の「心の栄養剤」にしました。

“幸せ”とは自分が感じれるかどうか大切です、その感じれる能力はズバリ“感謝力”をつけることだと思います。

病気で入院された方が回復され退院された時に、よく「外の空気が美味しい」とか「陽射しがありがたい」とか言われ、なかには「道端の雑草の小さな花まで愛おしく感じた」などと言われ～その都度感心しつつ一緒に喜び合うのですが・・・よく考えると、元気な時、普通の生活の中で、そんな感謝の気持を持って過ごせる事が最高の人生の過ごし方かもしれません！

P.S.

今の私にとって、当たり前的事たとえば～「歩ける事」「食べれる事」「眠れる事」「仕事ができる事」「笑える事」「話せる事」などに一つ一つ「ありがとう」という感謝の想いを持って過そう！！

まず一発目は「心の栄養剤」を皆様に発信できる事に「ありがとう」（笑）

