

不安を半減する方法

生まれた時から人は常に不安を抱えて生きています。

生身の身体を与えられたので健康への不安、老いへの不安、死への不安。他にも人間関係での不安、学校や仕事での不安。お金が無い不安、お金がある人も持っていることの不安もあることでしょう。

ど木ど木の立場で不安は生まれまます。まさに不安だらけです。おそろく亡くなるまで不安は無くならないでしょう。しかし少しでも心が軽く楽になる言葉があります。

それは「何とかなる」「なるようになる」です。

不安な気持ちになった時口ずさんでみると不安が半減しますよ



おじどうさん だよ

2023.10月 Vol.206

作者 鳥越介順



ソニックジャパン 金沢支社 支社長

鳥越介順 (とりごえ かいじゅん)

サテ-マン川柳

笑って!! 元気 元気に!! 第一生命さん ありがとうございます

「キレイです」 「褒められたの 嬉しい」	「店員が 手とソックス セパレート	ヤクルト 1000 探し疲れて よく寝れる
「熱が出る はじめて個室 もぐらう父	送料も 無料にするため ムダ使い	パスワード つづやまなぐら 入る父
「うっせーわ オフのつもが マイクオン	現金か ペイペイですか おままごと	運動会 マスクでわがず 他人撮る

スーパーで小走り

ある日ショッピングスーパーでの話となり

妻「あなたはいつもスーパーで忙しないよね、ほとんど小走りしてるよ」

私「俺一人やと ずーと小走りかも」
たまたま居合わせた

息子(29才)「俺もスーパーで走る派かも、

目的に向かって走ってしまうなあー

女のようにスーパーで情報収集の
必要ないからなあ」

妻「それって買い物を楽しんでないよね〜」

私「……」

息子「…… 確かに」

ど木でも 今もスーパーを小走る私でした。(笑)

