

Broaden your horizons ～さあ、視野を広げて！～

梅雨を楽しみましょう

今年は平年に比べて梅雨入りが遅れていたようですが、少しずつ梅雨入りした地域が増えてきました。今年の梅雨は短期集中型になる可能性があるそうですが、雨の日のお気に入りグッズを見付けておくと、雨が降っていても楽しめるでしょう。

さて、私にはマザーテレサに会ったことがあるという看護師の友人がいます。彼女は保護猫のNPOを立ち上げており、野良猫が土管の中に泥だらけになって隠れていたり、時に噛まれたり、引っ掻かれたりといった苦難にも遭遇しながら活動していますが、本当にいつも明るく笑顔を見せてくれます。

「なぜ、そんなに明るくいられるのか」を尋ねたところ、友人はマザーテレサの言葉である「思考は運命を変える。思考に気を付けなさい。それはいつか言葉になるから、言葉に気を付けなさい。それはいつか行動になるから、行動に気を付けなさい。それはいつか習慣になるから、習慣に気を付けなさい。それはいつか性格になるから、性格に気を付けなさい。それはいつか運命になるから」を実践しているからだと答えました。

最近では「梅雨だる」という言葉が出てきたように、梅雨は心理的にも憂うつが加速しやすいといわれており、ネガティブ思考に陥りやすくなります。そんな時期だからこそ、マザーテレサの言葉を思い出し、明るく一緒に梅雨を楽しみましょう。

しゃっちょうは行く！



メ
ディ
セ
レ
ス
ク
ール
フ
ァ
ウ
ン
ダー

児
島
恵
美
子