

## 不安はあって当たり前！

- ★ 弱気は最大の敵です！
- ★ 不安や心配事は体の中で「毒素」に変わります！
- ★ 心配する「こと」は無意識に悪い方向に物事を進めている様なものだ！
- ★ 失敗より不安の方がはるかに危険である、そして人生の様々な場面で人は失敗を恐れるあまり、始める前から負けている事がある！
- ★ 不安や心配事は頭の中で呼び合ひながらぐるぐる回り続けます。それを止める為には紙に書き出す事です。そうすれば、なんだこれだけの事かと思えてきます！
- ★ ベッドにいる間はジタバタしてもどうにもならない、抜け殻の様に眠りましょう！
- ★ どんなに心配していても明日の朝には必ず朝日が昇ります！
- ★ 悲観主義と楽観主義の違いは、ボトルを見て「あ、もう半分しか残っていない」と思うか「いやまだ半分残っている」と喜ぶかの違いです！
- ★ 人は借金を断る事で友達を失う事はないがお金を貸す事で簡単に友達を無くしてしまいます！
- ★ この世の中で即答しなければいけない事を何も無い「迷った時は、一日考える」焦りや、せかしの同情が非常心を狂わします！
- ★ この世の中に誰もが好きな色って有りますか？ そんな色有りえないのです！ 誰にでも好かれる事は出来ませんか？ そんな事出来ません！ 自分らしく生まれればいいのです！
- ★ 嫌いな相手にはむやみに近づかない、いつかふと溶け込むまで距離をおくのです！
- ★ 人の欠点を100個見つけてもあなたの生活は一つも良くなりません！
- ★ 人は人を変える事は出来ない、変える事が出来るのは、その人自身だけです！
- ★ 毎日私に困ったことば起らない！ あなたには良い事が起る！ 私の口癖です！
- ★ 世の中は道理で動いている。幾多の試練は、一つ一つの壁を乗り越えたただだけの幸せと喜びに変わります！
- ★ 世の中で向上する事に喜びを感じるのは人間だけです。
- ★ あなたがその時に与えられた役を真剣に演じていければ世の中全体があなたに最もいい役を与えてくれます。
- ★ 人は人生でその時々々の役者を演じている様なものです！