

おひさま通信 【「幸せ」を呼ぶ方法】



日本人は外国の人に比べて、「幸せ感」が薄いと言われていました。物は何でも手に入るし、様々な点で恵まれているのに、なぜか心は豊かでないのでしょうか。「幸せ」の入ったタイトルの本

や歌はたくさんありますね。

「幸せ」っていったい何？

もっと経済的に恵まれていたら

もっと仕事もうまくいったら

もっと人生が思い通りになっていたら

幸せになるのでしょうか？

今の状況が幸せでないと思うのを辞めて

今が幸せだと思えばいいのです。そう思うだけで、何となく心の中が平安になるかもしれません。それが「幸せ」を呼ぶ1つの方法だと思っている今日この頃です。

「幸福とは、なるものではなく、感じるもの。たくさんの幸福を感じる習慣で人生が変わる」

(大島健作の元気便り2020年12月7日より)

元気ニューズレター研究会