

<2022年は>

「2022年は、私にとって素晴らしい年になりました！ありがとうございます！」
と声に出して言ってみます。

「私にとって」であることが大切です。

こんな風に言うと一見、自分のことしか考えていないみたいですが、そうではありません。

「結局、私たちは自分のことにしか責任を取れない」ということを自覚し、自分の感情と在り方、そして言動に責任を取る覚悟を決めて生きているかどうか。

ここで言っている責任を取るとは、「何かマズイことをして、責任を取る」という意味では無く、「感情、在り方、言動」を自分で選んでいるということを知覚して生きているかどうかです。

自分がしあわせであることに自分で責任を取る。

自己を満足させるのは、自分の仕事です。

ですから「自己満足」というのは実はとても素晴らしいことなのです。

「これでいいのだ」 (byバカボンのパパ)

結局、私たちは自分しかどうにも出来ないのです。これも素晴らしい自覚です。

人のことをどうにかしようとする、物事はややこしくなるものです。

自分をしあわせに出来ていたら、結果的に

「周りに対して最大限に貢献することになる」のだと、私は思います。

さあ、嬉しい気持ちで自分を満たして声に出して言ってみましょう。

「2022年は、私にとって素晴らしい年になりました！ありがとうございます！」

さて、今年は何をして遊ばしましょうか？

「2022年1月は、私にとって素晴らしい月になりました！ありがとうございます！」

さて、今月は何をして遊ばしましょうか？

「今日は、私にとって素晴らしい1日になりました！ありがとうございます！」

さて、今日は何をして遊ばしましょうか？