

かみさまは小学5年生

自分の言葉は一番の薬

(174)

ほんとうは自分の言葉ってなによりもつよい薬。
いい意味でも、悪い意味でも、つよい薬。

たとえば「私はキラわれものだ」とか

自分に言ったら ほんとうにそうなっちゃうし、

「私は幸せだ」って言ったら、
ほんとうに幸せになれる。

なぜ、自分の言葉がつよいか分かる？

相手に「あなたって幸せね」って言われても、

自分がそう思っていないかったら意味ないでしょう？

ようは納得しているか、納得していないのかのちがい。

自分を幸せにできるのって、

ほんとうは自分しかないんだよね。

これだけおぼえておいて。

自分で自分を幸せにできるってことを。

自分でしか自分を幸せにできないってことを。