

## 運命を変える

(189)

あと3秒早く、こちらから挨拶をしよう。  
受け取る時に「素晴らしい」と言おう。  
挨拶しなくていい人にも、挨拶してみよう。  
エレベーターがあるところでも、階段で上がろう。  
1日に1度「よかったね」と言おう。  
自分がどう見えるか、人に聞くのはやめよう。  
お祈りをする時は、大切な人の分も忘れずに。  
尊敬する人の、考え方のモノマネをしよう。

「何でもいい」と言わずに、自分で選ぶ。  
買わなくても「ありがとう」と言ってお店を出よう。  
大事なものが見つからなかったら、余計なものを捨てよう。  
人と話をしないで2時間集中できるものを持つよう。  
行き詰まったら、「でも、OK」と言おう。  
する前から、予防線を用意しない。  
緊張することほど、ゆったりした気持ちでしよう。  
欲しいものは、注文して買おう。

「……さえあれば」と言わないようにしましょう。  
反対されることを期待して、相談しない。  
断られたら、熱意だめしだと考えよう。  
今度は早めに行ってみよう。

バスが来るほうを見ながら、バスを待たない。  
後ろの人のために、もう1歩奥へつめよう。  
いつも薬を受け取るカウンターにいるつもりでいよう。  
イヤな人を、自分の鏡にしよう。  
入会する時に、特典を考えるのをやめよう。  
損得よりも、納得で選ぼう。  
挨拶をしそこねている人に、挨拶をしよう。  
謝っている相手の話を最後まで聞いてあげよう。

先天的な理由のせいにするのはやめよう。  
たとえ1時間後に会う人でも、連絡を入れよう。

いきあたりばったりでやってみる。  
電話を切る時に「プチー」と言ってみよう。  
異性がすることを、やってみよう。  
動物を洗ってあげよう。  
花や木の名前を覚えよう。  
イライラしている時には、イライラを人にぶつけない。  
イヤなことがあった時ほど、いいことをしよう。

「今月の私のNG大賞」を表彰しよう。  
職場の神様に、挨拶をしよう。  
電話の切り際に気を使おう。  
腰が低い人には、それ以上に腰を低くしよう。  
手作業をしよう。  
独り言を言おう。

自分の乗る車を、自分で洗おう。

料理と同じくらい、後片付けにも心を込めよう。

写真を撮る前に、まず生の五感で感じよう。

どこまで行けるか、行く前に考えない。

簡単なことを、1つでいいから続けよう。

いつもの逆をやってみよう。