

不安を半減する方法

生まれた時から人は常に不安を抱えて生きています。

生身の身体を与えられたので健康への不安、老いへの不安、死への不安。他にも人間関係での不安、学校や仕事での不安。お金が無い不安、お金がある人も持っていることの不安もあることでしょう。

ど木ど木の立場で不安は生まれます。まさに不安だらけです。おどろくなくなるまで不安は無くならないでしょう。

しかし少しでも心が軽く楽になる言葉があります。

それは「何とかなる」「なるようになる」です。

不安な気持ちになった時口ずさんでみると不安が半減しますよ



おじどうさんだよ

2023.10月 Vol.206
作者 鳥越介慎



(有)いっしょにマネープラン

サテリマン川柳

2023 笑って!! 元気 元気に!! 第一生命さん ありがとうございます

「キレイです」 「袋めんをたの しみに食べて います」	「店員が 手とソックス を交換して くれます」	「ヤクルト 1000 探し疲れて よく寝れる」
「熱が出る はじめは個室 もぐらう父	「送料も 無料にするため ムダ使に なりました」	「パスワード つづやきなぞを 入れる父
「うっせーわ オフのつもろが マイクオン	「現金か ペイペイですか おままごとで	「運動会 マスクでおかま ず他人撮る

スーパーで小走り

ある日ショッピングスーパーでの話となり

妻「あなたはいつもスーパーで忙しないよね、
ほとんど小走りしてるよ」

私「俺一人やと ずーと小走りかも」
たまたま居合わせた

息子(29才)「俺もスーパーで走る派かも、
目的に向かって走ってしまうなあー
女のようにスーパーで情報収集の
必要ないからなあ」

妻「それって買い物を楽しんでないよね〜」

私「……」

息子「……確かに」

ど木でも 今日スーパーを小走り私でした。(笑)

ワハハハ!

笑って笑って
元気に