

令和5年9月27日（水）

## 嬉しい・楽しい・美しい と言っているとそうなる

この言葉は、5人の子どもを育てながら、フリーアナウンサーの仕事をしている岡本安代さんの言葉です。

自分が発している言葉が意識を作るのです。「もうダメだ」という言葉は、限界を引き寄せてしまいます。逆に「まだいける！やれる！」という言葉は気力や体力を呼び覚まします。

言葉の可能性は無限大です。「病は気から」と言います。「病気かも」と言っていると本当に具合が悪くなってきますし、「疲れた」と言っていると本当に疲れます。すべての気は言葉から生まれます。「嬉しい・楽しい・美しい と言っているとそうなるのよ」是非ポジティブな、前向きな言葉を発することで、前向きになっていきましょう。