



第332号
発行所
文通村事務局
編集 広報部
千葉県成田市

日々の中での 静かな気づき

目に映っているもの

風邪などで床に伏しているといつも感じるのは、ただ健康でいられることがどれだけ幸せなことかということ。

好きなものを食べたり、行きたいところに行ったり、それだけでなくただ「普通に」ものを食べたり、動けるだけでも少し前までの自分を羨ましく思うほど。当たり前のことをできなくなった時に、そのあまりにも「普通のこと」のありがたみを感じます。

知人のお子さんが病気で救急搬送された時のこと。

普段は言うことを聞かず怒ることばかりで、一緒にいるのが苦痛に感じることが多かったのですが、その時は改めて子どもの存在の大きさ感じて、ただ元氣に戻ってきってくれることを願ったそうです。「健康でいてくれさえすればいい」
そう思えるようになってから、お子さんの行動に



対して気持ちの余裕を持てるようになったとか。

健康でいられている時は、誰もがつい自分にも人に対しても多くを求めてしまうもの。

でも本当は今の自分は、自分が意識しているよりも幸せなんだと、辛いときも気付かせてくれるような気がします。

もちろんいつも健康でいられるのが一番だけれど、思い通りにできない時こ

そ、大事なことを思い出したり、顧みることのできる機会なのかもしれない。
いつも何気なく食べている家のご飯の味だったり、普段は手に負えないやんちゃな子どもの賑やかさだったり。
時には「普通」じゃない時のことを思い出すようにしたいものです。
何気ない毎日にさりげなくちりばめられているささやかな幸せ。それがたまにはその目に映るように。

秋がやって来た。日差しは穏やかで、木々も落ち着いた色に変わっていく。風は優しく、でもしっかりとやがて訪れる冬の気配を潜ませている。そんな風景を見つめていると、物憂げな感情が入り込み、気づけばため息をついていた。ため息をつくとき幸せが逃げる。そう聞いたからか、ため息

秋が「それでもいいよ」と慰めてくれる気がする。深呼吸は心身にいいのだと、これまで聞いたことがある。そうだが、ため息もすっかりと吐いてしまえば新しい深い呼吸につながっていく。秋の空気に誘われるままに、深く深くため息をつくのも悪くないはずだ。

深い呼吸

元氣は長持ちせず、またいつの間にかため息が出て出る。諦めて景色に視線を戻すと、深みを増し

風に揺られて誰かに届け 風船便

風船便はいつでも誰でも参加できますが、その受取は新規の方へ優先されます。送り方は簡単♪下の風船便切手を切り取って手紙に貼り宛名に「風船便を受け取った方へ」と書いて、差出人名を書きだす。事務信同の返封下流です。宛封下まで流す。局用封今交り



お知らせ

★11月の発送日

11月発送日は13日、27

日の予定です。送りたいお手紙がある場合はそれぞれ3日前(10日、24日)までに事務局に到着することをお近くの郵便局で確認の上ポストに投函して下さい。

★感想・体験談

皆さんのお声をウェブ上で掲載させて頂きたい。方法は事務局宛でのメモや便せん、何でも有り難いです。頂いたメッセージは個人情報をお返せした上でご紹介させて頂きます。なお、現在ご家族・ご友人紹介キャンペーン実施中です。紹介した人された人双方に、1ヶ月分期間を延長させて頂きます。

