



# わかるはわかる 倶楽部

2024

令和 6年  
3月号

暖かくなったり寒くなったり、寒暖差の大きな2月でした。三寒四温を繰り返しながら、春に向かっていきますね。晴れた日の日差しの明るさにも春を感じます。

梅の次は、桜の開花、暖冬ということでしたから、早いかもしれませんね。



## 「ありがとう日記」から

### 「ありがとう」を他者に向けて言う効果

他者に伝える「ありがとう」は、4倍のプラスエネルギー効果があります。まず、「ありがとう」と思うことが一つの力になっています。その言葉を口にするだけで、自分自身にエネルギーを与え、1+1=2のエネルギーを持ちます。

「ありがとう」と言われた相手は、その瞬間、そのエネルギーを受けて、笑顔で返します。その笑顔は2のエネルギーを受けた笑顔なので、もともと私(本人)にある2のエネルギーと返ってきたエネルギー2で、4のエネルギーを持つことになります。

だから、自分一人で「ありがとう」と思うことの効果もありますが、相手に向けて伝える「ありがとう」は、自分自身に4倍の効果があるのです。

## いちごいちえ

冬は成長が止まっている状態だそうですが、それにしてもひ弱で、葉が次々に枯れてしまいます。一つの苗はだめになってしまいました。あとは、どうにか耐えている感じですが、心配で、新しい苗を購入しました。こちらの苗は元気です。

暖かい時季になったら、もともとの苗も成長してくれることを願うばかりです。



## 三楽の会 ZOOM

3月29日(金) 19:00~20:30

第1部 19:00~19:40

「古事記について語る会」

柳澤さんご夫妻による

第2部 19:50~20:30 親睦会

参加ご希望の方は、三楽の会ライン、会長さん、小坂までのいずれかでお知らせください。

阪神カウンセリング・ラボのホームページで読んでくださっている会員の皆様で郵送を希望される方は、その旨ご連絡ください。また、郵送停止をご希望の方もご連絡ください。

阪神カウンセリング・ラボ 梅田相談室

<https://www.hanshin-cl.com/>

〒530-0014 大阪市北区鶴野町4-11 朝日プラザ梅田9階910

Tel/Fax 06 - 6147 - 2533

E-mail [hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp](mailto:hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp)

