

いい言葉はいい人生をつくる

斉藤 茂太

自分を変えるにはまず言葉を換えることだ！

言葉の島が大きくなるほど、知恵の海岸線もよくなる。

「できること」が増えるより、

「楽しめること」が増えるのが、良い人生

「ありがとう」を多く言うと、

ストレスが少なくなる。

気持ちを合わせるには、

言葉を合せれば簡単。

1961年東京生まれ

日本精神科病院協会名誉会長など数々の要職を歴任。

歌人 斉藤茂吉の長男 作家 北杜夫の実兄