

Aozora Train thanks Free paper

# 青空列車サングラス新聞

「笑顔」が親孝行

出逢えただけで

思い出に、

今年も一本桜にありがとう。

nobiron  
song

## NOBIRON

spiring family & comedy .fes



のびろんソングのYouTubeで  
「山の茶屋きてきてカフェライブ」  
の映像が見れるようになりました！



青空列車  
サングラスパーティー

なら歴史芸術文化村の一本桜／photo nobiron



パパママも

「親孝行は3歳までに終わっている」とよく言われます。

生まれてから3歳までの間の育児は、特に大変ですが、その時期にたくさんの「愛」を親へと届けてくれます。



成長して、大人になってからも「親孝行しなさい」と言う親はいないかもしれませんが、もしそんな言葉をかけられたときは、親離れをするタイミングなんだと考えてみるのも一つです。親孝行はもうすでに終わっていますから。

1

笑って  
生きる！

2

やりたいこと、好  
きなことをする！

3

「ゆるして」  
生きる

自分が笑える場所を自分で見つけたい

小さいころに親から言われたあの言葉が忘れられないという人も多いものです。うれしい言葉もあれば、つらかった言葉もそれぞれ胸のうちに秘めています。あなたが15歳になっているなら、もう、あなたのやりたいように決めたらいいのですから、親をうらむことも必要ありません。

# ふわっとふしぎ

ついつい「親孝行」を難しく考えてしまいます。

「帰省できていない」「家に電話の一本もできていない」と…。気づくと、カタチや体裁を意識した親孝行になることがあります。

親孝行が、何かをしなくちゃいけないと考えはじめると、できていないことにとらわれて、前向きな心を失うことがあります。

親孝行はカタチではなくココロが大切だとわかっていくのに。

## 親孝行は「笑顔」で生きること。

だからこそ「親孝行できていない」というフレーズを自分で唱えているときは、自然体で歩めなくなっていることに気づきたいものです。

ありのままの、そのままのあなたが、いまこの瞬間を笑って楽しんで生きるのは親孝行になるのですから。

生みの親、育ての親がたとえ近くにいないとしても、あなたが笑って過ごす一瞬一瞬がかけがえのない恩返しになります。そして感謝の気持ちで徳つみへとつながっていきます。

親孝行はカタチではなく

「感謝のココロ」と「楽しく生きる」道

感謝はご先祖さまへ届いて、また自分に戻ってくる



# イマ、キセキ。

ゆっくりあせらず  
ゆるふわの道

職場でも家庭でも

イマ、置かれた場所で

イマ、一緒にいる仲間と家族と

同じ時間を過ごせることは

イマしかできない、キセキだよね。

きっと。

自分の好きなこと、やりたいことを

楽しみながら小さなアクション。

それが世界を少し動かす。

きょうも、ちょっとだけ動いてみたい。



まあいいやわらかいココロを作るフリーペーパー

青空列車サングラス新聞

<https://yukarin.nobiron.com>

ゆかりん のびろんファームQ

[vol.03 2023.4.1発行]

