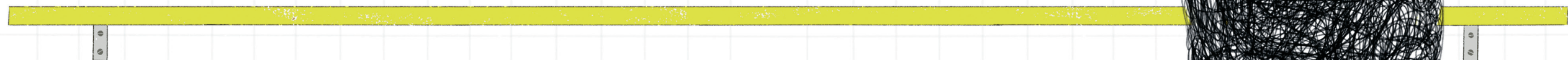


心配ごとをたなあげ

頭のなかに心配ごとがあるなら、それを取り出して、
想像上のたなにのせてしまおうといいよ。

そのたなは、キミがほかのことにとりこんでいる間、
心配ごとを置いておくところだ。

ひつようなときにはいつでも、キミの心配ごとをこのたなの上に置いていいよ。
本をとして、中にとじこめておくこともできる。



心配ごとをたなあげしている間に、
心配ごとがひとりでに解決してしまっ
ていることに気づくかもしれないよ。
今度もどってきてみたら、
もう問題じゃなくなっているかも。

