

收集小小的「好」

從日常生活的點點滴滴裡，收集小小的「好」，就像存錢筒那樣，一個一個銅板慢慢地放，放多了就會有一筆錢。同樣地，收集小小的好，聚沙成塔，終會形成一股力量，滴水穿石，也會變成一種正向思考的慣性。

也許家裡煮了一道好菜；也許在冷冷的天氣裡喝到一杯溫暖熱茶；也許在工作上有了一個新點子；也許對自己一點新發現；也許遇到交通好流暢；也許不經意看到一株小草好翠綠；也許發現一朵小花好特別；也許遇到一個人好有意思；也許有接到一通電話好有禮貌；也許碰到一個朋友好久不見；也許收到一封 MAIL 好逗趣……這林林總總的生活中小小事件、小小滿意、小小知足，留意它，讓這樣的感覺多多駐足在你心裡……邀請大家，在日常生活中，每一天都來做這樣的事，每天看見自己的好，聽見自己的好，注意到自己的好，讓自己養成建立正向思考模式的好習慣。