



かな  
悲しいことがある時は、  
よ  
良いことについて考えよう。  
かんが  
わる  
悪いことじゃなくてね。

よ  
良いことを考えれば、  
かんが  
そうすれば、わたしは1日を  
いちにち  
しあわ  
す  
幸せに過ごすことができる。

—カチューシャ・ジュスティ