

暗いときほど

不愉快のときに

あらわに顔にあらわす人がいる

眉をひそめ暗い顔をしていては

まわりの人まで不愉快になる

他人を暗くさせては

自分もさらに暗くなる

人々とともに生きる

お互いであるからには

不愉快のときほど

努めて明るくふるまうことだ

暗いときほど

努力して笑顔をつくることだ

そうすれば周囲の人が明るくなり

やがて自分も楽しくなる