

마음에도 거절이 있습니다.

지금의 시린 겨울도 결국은 봄을 부르기 위한 기다림입니다.

좋은 풍경을 보고 있음에 살아 있음을 느끼고

이 적막한 고요함에 귀가 열리고 이 자연의 색에 눈이 열리고

이 물내음에 코가 떨리고 이 깨끗한 공기에 입이 떨리고

이 산뜻한 바람에 피부 감각이 열리고

이 풍경과 바람소리 온도와 습도 모든것이 나를 더 새롭게 만든다.

이 찰나리 순간이지만 그동안의 한숨을 자연으로 치부하는것에 감사하자.

조는것만 다 이치가 있고 모든것엔 다 책임이 따르고 조는것만 다 해결이 언제가 된다.

그러나 조금씩 하지말고 살아가면 그 안에 답이 있더라...

- ZEUS -

▶ 진안군 정신건강복지센터 (063)430-8529

▶ 자살 · 정신건강 위기상담 1577-0199

QR코드를 찰칵! 찍어주세요



나들e진안



마음건강