

かえる便り 28年度12号

平成28年7月20日

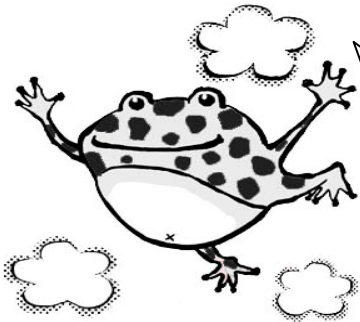
盛夏の候、皆様にはますますご健勝にてお過ごしのことと存じます。

しあわせは いつも じぶんの

こころが きめる (相田みつを)

人生は自分との闘いの連続ではないでしょうか？私達の脳は、外界からの感覚情報を受け、過去の記憶等から“総合的に判断”して行動を行っています。人により判断や行動が異なるのは、“記憶”（量・正確さ）が影響していると思います。正しい動作や理にかなった行動をすることが重要です！ 自分に克ちましょう！

暑い…	走りたくない	暑いけれど、存分に試合を楽しもう!!
疲れた…	戻らないで休む	敵も疲れている今がチャンスだから走ろう!!
眠い…	宿題をしないで寝よう	朝早く起きて必ずやる!!



総体後、心を奮い立たせ努力しているように見える人が少ないように感じます。それは、試合中の行動に現れています。小さな成功体験や幸せを積み重ねることで人は成長します。成功するために原則を守り、悪癖を改善する努力をして欲しいものです。他人から協力してもらえ人が人生で成功します。“運”は他人が、“不運”は自分がもたらす。

刑務所を出た人のうち3人に一人が2年以内に戻るそうです。彼らは居場所を求めて刑務所に戻るのだそうです。出所時『二度と戻ってきません』と誰もが誓うそうですが… 自立を許さない社会が存在するのですね?!

過去は変えられないが、自分と未来は変えられる!!

改心は一人で出来ても、更生は一人ではできない!!

依存できる存在（親・友・仲間）がいるからこそ、人は自立できるのです。人生の最初に依存するのは親です。人生の最後、親は子に依存するようになります。思春期から壮年期の充実期、また、老年期は友や仲間に依存しているのです。良い友の存在こそが自分を成長させるのです。自分を墮落させる仲間は友ではないのです。

友とは其の徳を友とするなり (友とは、その人徳を友とするのである) (松陰)