

# かえる便り 28年度13号

平成28年7月29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。

やれなかった やらなかった どっちかな (相田みつを)

私達の脳は、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。同じ過ちを繰り返しているように見えても少しずつ成長している人、毎回同じパターンの失敗をする人がいます。私達が情報を脳に取り入れる際、経験や知識をもとにしていろいろな面に注意しながらその情報を入力するそうです。どのような気配りをするか、できるか?ここに伸びる人かどうかのポイントがあると思いませんか?



人は誰も“未熟で生まれ”成長していきます。未熟で生まれたにも拘わらず大きな差が出ます。気配りとは 相手を思い遣る心です。それは、自分自身へ 問いかけをしているのではないのでしょうか? 自分がされて嫌なことは何か? 自分がされたら嬉しいことは何か? 考えていますか? その場、その時々で 人の想いは違いますよ!!

沸騰したお湯も時間の経過とともに常温の水になります。心は、水に比べると冷めるのも熱するのも 凄く速い ですよ! 目標を定め“今回はやり抜くぞ”と心に決めても三日坊主で終わることがよくありますね…? 日々、心を新たにし、自らの心に点火しないと“想い”は燻るだけです。毎朝、すべきことを明確にして氣力を充実させ“目標”に取り組み、反省をすることが重要なのです。それが習慣になったら結果が変わって来ると思いますよ! 一日の計は朝にあり!! 想いは言葉になり、言葉は行動に、行動は習慣になります。 毎朝、何を想う…

ともかく 具体的に 動いてごらん

具体的に動けば 具体的な答えが出るから 相田みつを