



みどりの寺子屋 Web 通信 003号 2020.4.27

SCHOOLHOUSE
Midorino Terakoya
http://www.midorinoterakoya.com

070-5086-6088(みどりの寺子屋)

070-6562-6088(緑川)



みどりかわより

～夢の力～

『毎日必ず10km走りなさい。』と言われてたらあなたは喜んでやりますか？運動に興味のない人にとっては苦痛でしょう。人は、興味のないことに力を注ぐことには大きな苦痛とストレスを伴います。

でも興味があれば別です。『マラソン選手になりたい！』と思っている人ならば心地よく取り組むでしょう。ストレスはむしろ解消されるでしょう。

緑川ならば、喜びはしないかもしれませんが、頑張れます。なぜなら緑川にとって『バランスの良い体作り』が一つの目標だからです。目標達成のために必要なトレーニングの一つだから頑張れるわけです。

物事を頑張れるかどうか、は生まれ持った能力や才能ではありません。目的意識さえあれば誰でも頑張ることができるのです。裏を返せば、頑張れないのは目的や目標がないからです。あったとしてもその達成への『思い』が小さいから、とすることができます。



あなたは将来の仕事や将来の自分の生き方について、どのように考えていますか？『やりたい仕事がない。』『やってみたいことがない。』『今はまだわからない。』という意見を良く聞きます。

いま ^{しごと} 仕事がないこと、 ^{しょうらい} 将来のビジョンがないこと、 ^{もんだい} は問題ありません。 ^{がくせい} 学生の大切な ^{しごと} 仕事の一つですから。 ^{なにかんが} でも、何も ^{もんだい} 考えないこと、が問題なのです。 ^き 決めろ、 ^い とは ^い 言いません、 ^{かんが} 考えるべきだ、 ^い と ^い 言いたいのです。

^{ぜんき} 前記したように、 ^{もくひょう} 目標があれば ^{ひと} 人は ^{がんば} 頑張れます。 ^い その ^い 意味で ^{ゆめ} 夢や ^{もくひょう} 目標があったほうが ^{まへむ} どんなことにも ^{がんば} 前向きに ^{ししつ} 頑張りが ^い やすい ^い 資質が ^い できあがります。 ^{もくてき} 目的や ^{もくひょう} 目標があれば ^{しぜん} 自然と ^{いまじぶん} 「今自分が ^{こと} やるべき事」 ^み が ^い 見えて ^い きます。 ^{じぶん} 「自分 ^{もくひょう} の ^い 目標 ^い 達成 ^い の ^い ためには ^{べんきょう} 勉強 ^{うんどう} や ^い 運動 ^い も ^い 必要 ^い だ」と ^{おも} 思えば、 ^{きょうみ} 興味が ^い ない ^い こと ^い でも ^い それ ^い なりに ^い 頑張 ^い れる ^い よう ^い にも ^い なる ^い の ^い です。 ^{もくてき} 目的 ^{もくひょう} や ^い 目標 ^い が ^い ない ^い 場合、 ^{べんきょう} 勉強 ^{うんどう} も ^{きょうみ} 運動 ^い も ^い 興 ^い 味が ^い な ^い ければ ^い っ ^い つ ^い ても ^い 苦 ^い 痛 ^い を ^い 感 ^い じて ^い い ^い な ^い ければ ^い い ^い け ^い ません。

^{べんきょう} 勉強 ^{きょうみ} に ^い 興 ^い 味 ^い を ^い 持 ^い つ ^い の ^い は ^い 難 ^い しい ^い か ^い も ^い し ^い れ ^い ませ ^い ん。 ^い でも ^い 自 ^い 分 ^い が ^い や ^い り ^い たい ^い こと ^い を ^い 「 ^い 考 ^い える ^い 」 ^い こと ^い は ^い 可 ^い 能 ^い の ^い で ^い は ^い ない ^い で ^い しょ ^い う ^い か ^い ？



^{しんがた} 新型 ^{まんえん} コロナ ^い ウ ^い イ ^い ル ^い ス ^い の ^い 蔓 ^い 延 ^い は、 ^{せんしゅ} オ ^い リ ^い ン ^い ピ ^い ッ ^い ク ^い 選 ^い 手 ^い た ^い ち ^い の ^い も ^い 大 ^い き ^い な ^い 影 ^い 響 ^い を ^い も ^い た ^い ら ^い して ^い い ^い ます。 ^{しゅつじょう} オ ^い リ ^い ン ^い ピ ^い ッ ^い ク ^い 出 ^い 場 ^い に ^い 人 ^い 生 ^い を ^い か ^い け ^い て ^い き ^い た ^い わ ^い け ^い ですから、 ^{えんき} 延 ^い 期 ^い に ^い な ^い っ ^い て ^い し ^い ま ^い っ ^い た ^い シ ^い ョ ^い ッ ^い ク ^い は ^い 計 ^い り ^い 知 ^い れ ^い ない ^い で ^い しょ ^い う。

でも、 ^{せんしゅ} 選 ^い 手 ^い た ^い ち ^い の ^い 多 ^い く ^い は ^い 「 ^い 自 ^い 分 ^い に ^い 可 ^い 能 ^い な ^い こと ^い を ^い 積 ^い み ^い 重 ^い ね ^い る ^い だ ^い け ^い です ^い 」 ^い と ^い 話 ^い す ^い 選 ^い 手 ^い が ^い 多 ^い い ^い です。 ^{もくてき} 目 ^い 的 ^い や ^{もくひょう} 目 ^い 標 ^い が ^い あ ^い る ^い から、 ^{たっせい} 達 ^い 成 ^い へ ^い の ^い 強 ^い い ^い 「 ^い 思 ^い い ^い 」 ^い が ^い あ ^い る ^い から、 ^{いま} 今 ^い や ^い る ^い べ ^い き ^い 事 ^い が ^い わ ^い か ^い る ^い の ^い です。 ^{えんき} 「 ^い な ^い ん ^い で ^い 延 ^い 期 ^い な ^い ん ^い だ ^い ! ^い 」 ^い と ^い 文 ^い 句 ^い を ^い 言 ^い っ ^い て ^い い ^い る ^い だ ^い け ^い の ^い 選 ^い 手 ^い は、 ^{みどりかわ} 緑 ^い 川 ^い の ^い 知 ^い る ^い 限 ^い り ^い 一 ^い 人 ^い も ^い い ^い ませ ^い ん。

もくてき もくひょう じゅんちょう
目的や目標があるからといってすべてが順調にいくわけではありません
ん。ふつごう りふじん いや の こ ぼめん
不都合や理不尽、嫌なことを乗り越えなければいけない場面がたくさん
あります。でもそれらを乗り越えなければ目標達成はありません。めいかく
明確な
もくてき あた のう いや かんが くふう
目的が与えられた脳は、嫌なことをそうでないように考えるなど、工夫して
の こ ぜんりょく とりょく ささ
乗り越えようと全力で努力するようになるのです。それを支えているのが
『おも 思い』です。たっせい への 『おも 思い』のつよ 強さはがんぼ 頑張れるつよ 強さにひれい 比例します。

みどりかわ はなし みどりかわ まいにち ひつよう
緑川の話に戻します。緑川にとって『毎日10km』は必要ないので
よろこ 喜べませんが、きょう わり ちから がんぼ あした わり ちから つか と
『今日は9割の力で頑張る』『明日は3割の力で疲れを取
るような走りをする』のように、ふか か くふう
負荷を変える工夫をすればいいわけです。
もくてきたっせい か かんきょう もんく い いみ かんきょう
目的達成のために、変わらない環境に文句を言っても意味がない。環境に
あ じぶん へんか よ みどりかわ もくてき もくひょう みどりかわ
合わせて自分を変化させれば良い。緑川には目的や目標があるから、緑川
のう の こ いしき ぜんりょく かんが
の脳がどう乗り越えるかを意識しなくても全力で考えてくれるのです。



ゆめ もくてき もくひょう も う ちから
夢や目的、目標を持つことによって生まれる力についてわかってもらえ
たでしょうか？では具体的にどうすればいいのでしょうか。こんかい しょうかい
今回は2つ紹介
します。しょうかい まえ い おな いちど
紹介する前に言っておきます。どんなことでも同じですが、一度だ
けやって上手くいくことなどありません。しっぱい せいこう
失敗なく成功することなどありま
せん。こんなん せいちょう え
困難なく成長することなどありません。得たいものがあるならば、そ
ぞうおう ぎせい ほう ひつよう げんりげんそく わす
れ相應の犠牲を払う必要があります。原理原則は忘れないでください。

め じぶん む あ じかん つく じぶん よ わる
1つ目は、自分と向き合う時間を作ることです。自分の良いところ、悪い
ところ…。じぶん む あ じぶん む
自分と向き合うことによって自分に向いていることがわかり、自

ぶん かいぜん よ み のう よ
分の^{ぶん}どういうところを改善^{かいぜん}すれば良い^よかが見えてきます。脳^{のう}は良いところを
う い よ おも がんば
受け入れれば『もっと良^よくなりたい』と思^{おも}うようになり、もっと頑^{がんば}張ろうと
します。わる う ぶかい かん しゅうせい
悪いところを受^{わる}け入れればそれを不快^{ぶかい}と感じ、それを修^{しゅうせい}正しよう
ぜんりょく つ は
全力^{ぜんりょく}を尽^つくします。恥^はずかしいこともあるでしょうし、受け入れたくないこ
ともあるでしょう。でもありのままの自分^{じぶん}を素直^{すなお}に受け入れることによっ
て
のう すほ きのう ひ だ
脳^{のう}の素晴^{すほ}らしい機能^{きのう}を引き出^ひすことができるようになるのです。ここでも
なに え そうおう ぎせい ほう ひつよう げんりげんそく
『何か^{なに}を得^えるためにはそれ相^{そうおう}応^{ぎせい}の犠^{ほう}牲^{ひつよう}を払^{はら}う必要^{ひつよう}がある』という原^{げん}理^り原^{げん}則^{そく}が
はたら
働^{はたら}いていることがわかりますよね。



め あ まえ てっぺい あいさつ くつ
2つ目は、当^めたり前^あのこ^{まえ}を徹^{てっぺい}底^{てい}してきちんとやることです。挨^{あいさつ}拶^{くつ}、靴^{くつ}を
そろえる、じかん やくそく まも ひと もの たいせつ じぶん じぶん
時間^{じかん}や約^{やく}束^{そく}を守^{まも}る、人^{ひと}や物^{もの}を大^{たい}切^{せつ}にする、自^{じぶん}分のこ^{じぶん}とは自^{じぶん}分^{じぶん}でや
る…。ひと として あ まえ つ かせ おも ぶく
人^{ひと}として当^あたり前^{まえ}のこ^つを積^{かせ}み重^{かさ}ねていると『思^{おも}い』が膨^{ぶく}らみます。
あいさつ こころ あいて へんじ じぶん こころ
挨^{あいさつ}拶^{くつ}をして心^{こころ}地^ちよく相^{あいて}手^てが返^{へんじ}事^じをしてくれたら自^{じぶん}分^{ぶん}も心^{こころ}地^ちよくなり
はんたい むし いや きも おも
反^{はんたい}対^{たい}に無^む視^しをされたら嫌^{いや}な気^き持^もちになるはずで
す。それらが『思^{おも}い』です。
おも つ かせ
『思^{おも}い』が積^つみ重^{かせ}なれば、もっ^もとこ^こうな^なったらいいのに、もっ^もとこ^こうして
み
よう、と自^{じぶん}分^{ぶん}にできるこ^{じぶん}を『自^{じぶん}分^{ぶん}から』やろうとするようになり
ます。のう
に『人^{ひと}として当^あたり前^{まえ}のこ^つをやる』という目^{もく}標^{ひょう}ができるから、や^やりたいこ
と、やるべき事^{こと}が自^し然^{ぜん}に見^みえてくるのです。



ゆうしゅう せいせき すぐ うんどうのうりょく ひつよう しだい
どちらも優^{ゆう}秀^{しゅう}な成^{せい}績^{せき}も、優^{すぐ}れた運^{うん}動^{どう}能^{のう}力^{りょく}も必^{ひつ}要^{よう}ありませ
ん。あなた次第^{しだい}
です。どんな時^{とき}でもそうですが、ものごとが上^う手^まくいくかどうかはあなた
じしん
自^{じしん}身^{しん}にかかっています。そしてあきらめなかつた人^{ひと}にだけ^{だけ}に達^{たっせい}成^{せい}がもたらさ
れます。どうするかはあなたが自^{じゆう}由^{ゆう}に決^きめれば良^よいこと
です。きょうよう
強^{きょう}要^{よう}されるも
のではありませ
ん。いぜん つた じゆう す かって
以^い前^{ぜん}にも伝^{つた}えましたが、自^{じゆう}由^{ゆう}とは、好^すき勝^か手^てなこ
とがで
きる、とい^いうこ^ことではありませ
ん。じゆう うらわ あた じゆう ぶん
自^{じゆう}由^{ゆう}の裏^{うら}側^わには与^{あた}えられた自^{じゆう}由^{ゆう}の分^{ぶん}だけ

責任があるということ。今その責任は基本的に保護者にありますからわかりにくいと思いますが、それだけは忘れてはいけません。そして自分の責任だけでなく、あなたの責任をも背負い、あなたが不自由なく生きていけるよう全力を尽くしている保護者の力と「思い」の強さを忘れてはいけません。

最後です。ドイツのメルケル首相は新型コロナウイルスの蔓延を受けて、おおざっぱにまとめると次のように話し多くの国民の理解を得ました。「民主主義の自由を守るために今は自由を制限する」と。何を感じましたか？さあ、あなたはこの期間どう過ごしますか？あなたが決めるのですよ。

Web 討論やっています！



火曜日～金曜日の8時30分～8時50分に「Zoom」を使ってWeb討論をやっています！自由参加です！いつも通り、思考力、表現力、発表力を高めるトレーニングとしてだけでなく、一日のリズムを整えるためにもぜひ！ホームページからアクセスできるようにしています！

パソコンだけでなく、タブレットやスマホがあり、Wi-Fi環境があればどこからでも参加できます！自分と向き合う時間にするためにも！そして、やらされるのではなく、「自分から」という自発性を磨くためにも！

待っていても何も起こりません。自分から求めるべきです。お金の補償はできる可能性がありますが、あなたの知識の補償など絶対にできませんよ。

※最後までよく頑張りました。今回は約3000字分です。あなたにできることを積み重ねてください！