

◆成長する人の法則

- 1、素直である
- 2、改良をかさねる
- 3、ピンチはチャンスだと知っている。

◆失敗する人の法則

1. なぜ 自分は この道を選択したのか
その意味・決意・人の応援を忘れている
2. 短絡的 目の前の意味しかみておらず、
今これをやってどうなっていく目的があったのかを忘れている
3. できないのではないかというマイナスレールを引き、
ピンチの時、局面にあったとき、そこから逃げる。
自分にとって面倒なこと、好きでないことから、
努力する前に、他人任せてしまう。

◆幸せになる簡単チェックシート

1. 肩があがってないかチェック⇒胸を下ろす
2. 呼吸があがってないかチェック⇒深く呼吸⇒冷静⇒知恵、アイディア、勇気
3. 顔から笑顔が消えてないかチェック、歌う ⇒(^^)
4. 感謝が心にあるか・ないか
自己の得だけ・損だけを考えていないか
5. 愛か恐怖か どちらで選んでいるか？
自己愛に走っていないか・克己心で選択しているかどうか

「こっきしん」「かこしん」などと読み、「打ち勝つ」「良くする」などの意味があり、「己」は自分のこと。つまり、克己心とは、**自分に打ち勝つ心のこと**を言います。自分で自分をみて、恥ずかしくないかどうか、美意識を持っているかどうか。自分への俯瞰力