

# 夢の實現 成功とその後

世の中に“成功するため”“夢實現の本はものすごくたくさんある。

「目標に向って強い思いを持って…」「成功をイメージ」等々と とても役立つことが書かれてある。

しかし 成功・夢が實現した後のことを書いてある本はあまり見ない。

現実に 夢を實現させ <sup>ひとはな</sup>一花咲かせた人たちの 其の後の人生は 悲惨な状況とのこともよく聞く話である。

大切なことは その後も 夢の続きとして しっかりイメージしておくことかもしれない。

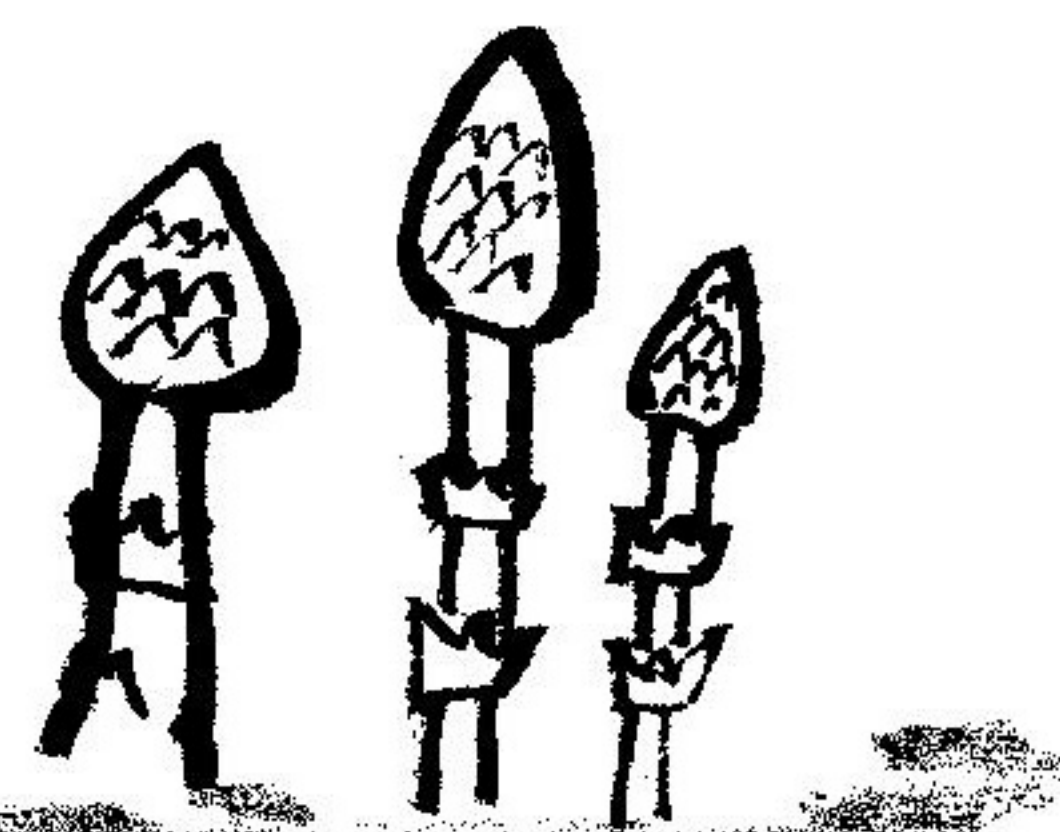
スポーツ選手であれば 最高峰のオリンピックに出場した後の人生、スポーツ界から引退した後の人生。

ビジネス社会であれば 会社を大きく伸ばし…

その後 縮小するときのイメージ。(永遠に続かないものとして)

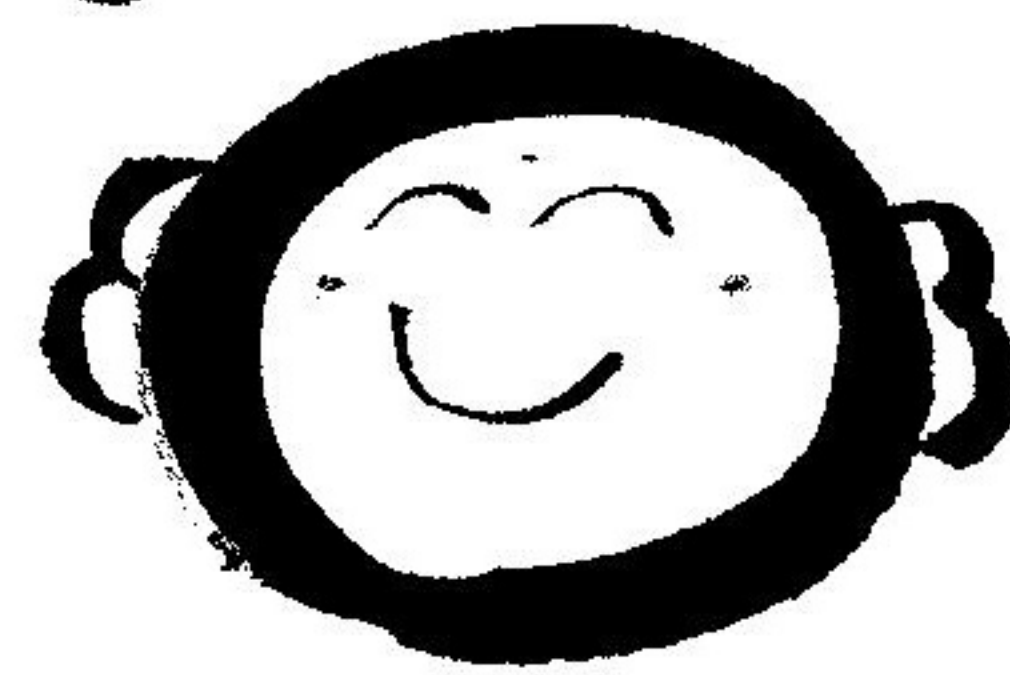
どこまで考えておくことで 今自分が取り組もうとしていることへの 視点が変わり、深みが出てくると思います。老いる姿や 縮小していく姿は 考えたくない姿であるが 長い人生の中で 必ず出会う場面でもあります。しっかり向き合いたいものであつね。

そのとき 自分はどう振る舞いたいのかな…



# おじどうさん だより

Vol.108 2013年3月



貸いっしょに保険を選びましょうオフィス鳥越  
鳥越 介 順

メ-ル: kaijun@p2222.nsk.ne.jp

## さあ、あげて

日々より 妻と一緒に 近所のピラティス教室に通っています。ピラティスとは 体の中心を使う 内筋トレーニングで、ヨガマットの上で いろんなポーズをします。そのトレーニングの中で 必ず自分の身体(筋肉や関節)を さあ、あげたり、ほぐしたりというひとコマがあります。ちょっと関節をさするだけで 手が伸びたり よく動くようになったりするのが 不思議です。

その不思議感が面白くて 最近では 日常に 筋肉のみならず 身体の胸やお腹や首などを 時々 さあ、あげます。→ 身体が喜んで いるような気がします。☺

言調子に乗って もっと喜ばせてあげようと

「ありがとう ありがとう」といながら さあ、あげると 身体(内臓も)が「うれしい!うれしい!!」と声 が 聞こえてきそうである。是非 お試し下さい。

## 脳は衰えない

「あの～ あれ、あれ!!」と名前が出てこない。これは歳のせいであり 記憶力の低下だと思っていました。どうしようもないのかなと思っていると タイミングよく「のうたま2」という本に出会いました。脳に関する本です。その本に書いてあることに 年齢とともに記憶力は衰えない!!

“気のせい”である。とのこと

では どうして 忘れるの… 原因は大きくつ

- ① 覚える量が 多すぎて 出さるのに 時間がかかるだけ。(小学生のときは 50-60人の名前を覚えた → 大人は 数百人の名前をインプットしている)
- ② 覚える努力をしていない。  
子どものころは 必死に覚えた  
しかも くり返し覚えた
- ③ 年齢とともに 好奇心や ワクワク感が 薄れている。  
好奇心を持っている時、ワクワクしている時は 記憶力が 高まるようである。

ということで 脳は 衰えないようである。

よし!! またまた これからだぞ!!

