

拝啓 梅花の候、エル・エス会の皆様におかれましては、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

また平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

早くも如月に入りまして、寒さも厳しくなってきました。

学業に励まれている学生の皆様には受験や進学などで、大変ストレスや疲労などとの闘いもあるかと思いますが、心我力で心労を軽減できるといったことも忘れず活用して頂きたいと思っています。

本番に強い人がいますが、それは緊張を無くすための努力を積んできた結果であり、「やるだけやったのだから、何とかなるさ」と言ったように、結果への執着心を無くす考え方(期待を無くすこと)で、最高のパフォーマンスを発揮することが出来るのです。

やるだけやったら後で結果はついてくるのだといった運命の仕組みをメンタル面でしっかりと心に留め置いて頂きたいと思います。これからの長い人生でも、このような考え方が生活に善き影響力を与えていくといったことも重ねてお伝えしておきます。

さて、この時期には、身体が冷えることで免疫力が低下する人も増えてきます。

体調不良にはすぐに、心我パワーで送念をされて、心身シーンを思う箇所へ思う枚数貼られることをお勧め致します。サプリメントも心我の交流を与えていますので、病に負けずに強い心で「難事は良いこと」と、気持ちをポジティブに持たれて食べられることをお勧め致します。

健康は才能の一つでもありますので、是非お仕事の繁栄を目指されて健康面も仕事の一環だと受け止められて努力をしていきましょう。

*健康の定義としましては、生活が出来ている状態よしで由とする。生身の人間は体調不良や疲労から来るものに、又遺伝からくる不調などもあります、薬を常用しなければならぬ人も？ 生活が出来ていればそれでよしとすることが肝心なことであります。

要するに人のお役に立てなくなることを↓病気と考えられて…、我が人生！ 生涯現役を目標に頑張っていきましょう！

今月のインスピレーション！

「志(生きるスタンス)は、今に生じ…、今に定め…、

即行動へと移して行かねば、絵空事で終わるもの！」

敬具

令和八年二月吉日

ライフステップ会長

山下昌弘