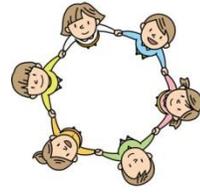


心の輪12R



『出船の位置に』という資料を通して、
「日々の心構え」について考えました！



初めに身勝手な行動をしたら、後から不自由な目に遭ってしまうから、初めに不自由を我慢して、後で真の自由を得ることができるように心掛けたいです。

みんなが気持ち良くどこかへ出掛けられるように、また、良いところが真似できるように、スリッパや靴を揃えていきたいと思いました。他の人のことを考えて、他の人の靴も揃えたいと思います。靴だけでなく、相手の気持ちを考えようと思います。

人に迷惑をかけないように、当たり前を当たり前で生活できるようにしたいです。そのために、小さなことでも一つ一つ丁寧にしていきたいです。「不自由、自由」のように、初めに不自由を我慢していきたいです。自分が丁寧に行動することで、他人にも良いことを教えられるので、そういう人になれるようにしていきたいです。

スリッパを揃えること以外にも、今回考えたことはつながると思うから、例えば、服をきれいにたたんで置いておくなど気を付けたいと思いました。

私は、日常で友達や身内の家に入る時は、ちゃんと靴を揃えて「お邪魔します」をしっかり言うことを心掛けています。これからは、家の靴を揃えることも心掛けていきたいと思います。

私は、靴を揃えるなど、当たり前のことを当たり前でできている人がいたらするのではなく、人に囚われずに、当たり前のことが当たり前でできるようにしていきたい。

生きていく上で、心身が健康であることは大切なこと。私たちは幼い頃から食べることに、寝ること、運動することなどを繰り返して、成長してきた。そして、食事や睡眠、規則正しい生活の大切さも学んできた。だけど、中学生になって勉強や部活動で今までよりも忙しくなり、無意識のうちに、生活のリズムが乱れがちになっていることはないだろうか。体力を向上させるためにも、自分の目標を達成するためにも、規則正しい生活は必要だと思う。節度を守り節制することは難しいけれど、自分の意志で、自分なりのバランスのとれた生活を送っていききたい。



文部科学省資料
『心のノート』P.10より引用

saying

この人のひと言

人は繰り返し行うことの集大成である。
だから優秀さとは、行為でなく、習慣なのだ。

アリストテレス

■アリストテレス (前 384～前 322)

古代ギリシャの哲学者。プラトンの弟子。「形而上学」「ニコマコス倫理学」など。