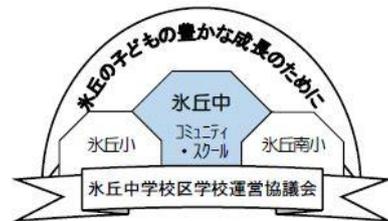


学校だより

加古川市立氷丘中学校

氷丘の風

2023. 3. 1



【 】が変われば、結果は変わる 人生が変わる

潜在能力=可能性=未来の力



【 】には何が入るでしょうか。「人生の差=【 】の差」なのだそうです。これは、先日参加した、人気のメンタルトレーナー大嶋啓介さんの講演会でお聴きした話です。大変感銘を受けましたので、その内容の一部をご紹介します。

『自分の可能性について、ある脳科学の研究者によると、人は今使っている能力の少なくとも3万倍の潜在能力(可能性)をもっているとのこと。言い換えれば、“未来の力は、今の自分の3万倍ある”ということです。』

また、人間の脳はパソコン10万台分の能力をもっています。そして脳のしくみは皆同じで、産まれついての差はありません。ネガティブな赤ちゃんはいないでしょう。

違いが出るのは思い込みの差です。できると思い込んできたか、無理だと思い込んできたかの差なのです。無理だという思い込みが、可能性にフタをしているのです。これを“メンタルブロック”といいます。

ノミをガラス瓶の中に入れてフタをして数時間経つと、跳び出そうとしてもフタに跳ね返されるため、自分の跳べる高さの限界だと脳が思い込み、フタをあけても一匹も瓶から跳び出すことがなかったという実験結果があります。他にも、子供の頃に足を鎖でつながれて育ったサーカスの象は、脳の思い込みにより、大きくなって力がついても鎖を引きちぎらないという話もあります。

人生でうまくいく人といかない人の違い、つまり“人生の差=思い込みの差”なのです。思い込みが人生・未来をつくるのです。』

というお話でした。冒頭の【 】の中は、もうおわかりだと思います。答えは“思い込み”でした。

そして、大嶋さんは最後に『「**限界突破し、可能性を最大限に引き出す方法**」として3つあります。

①自分に可能性があることに気付くこと、②仲間や家族、周囲の人の応援の力が大きいこと、③誰かを喜ばせたい(感謝の気持ち)というスイッチが入ること。これが、“奇跡を起こす力”となります。』と締めくくられました。

この話を聴いて、自分の可能性を“信じる(できると思い込む)”か、“信じない(無理だと思い込む)”か、さっそく“思い込み”に差が出るものだと感じました。

ちなみに、大嶋さんはメンタルトレーナーとして複数のスポーツチームで指導され、選手の眠っている能力(潜在意識)を引き出したり、本番で力を発揮するための方法を教えたりして、多くのチームは全国大会などで良い結果を残しています。

3年生へ

3月10日公立高校の学力検査が迫ってきました。これまでがんばってきた自分を信じて、“できると思い込み”、可能性を最大限に発揮してくれるよう祈っています。

3年生を送る会



3月13日午後から、卒業する3年生に感謝の意味を込めて、加古川市民会館大ホールで開催します。内容は、まだシークレットです。生徒会からの企画も、現在がんばって準備を進めてくれています。楽しみにしてくださいね。

3月の主な行事予定

3	金	3年給食終了
6	月	3年奉仕作業 3年弁当持参(~3/8)
7	火	PTA総務委員会・本部役員会
8	水	卒業式予行、同窓会入会式 生徒会執行委員会(1,2年)
10	金	2年合唱コンクールハル 公立高校学力検査
13	月	2年合唱コンクール(午前) 3年生を送る会(午後) 1,2年弁当持参
15	水	卒業証書授与式 1,2年自宅学習
16	木	1年合唱コンクールハル
17	金	公立高校学力検査合格発表
20	月	1年合唱コンクール(午後) 給食終了
22	水	2年球技大会(5,6校時) 1,2年弁当持参
24	金	修了式、PTA会計監査
27	月	春季休業日(~4/6)