

## こころの声を聞け！

新年明けましておめでとうございます。

気持ちの良い晴天が続きます。皆さんお一人おひとり、望む未来を心から念じたことでしょうか。本年が平穏で、なめらかな年でありますようお願いしております。

さて、ヨーガの哲学的教義に、「人の心の中には、檻の中に入れられた猛獣がいる」というのがあります。その檻の手入れを怠ると、その猛獣（もう一つの自分の中に潜む心）が檻を抜け出してきて心の花園を荒らしまわり、自分や他人を苦しめる」ということ。

この言葉は要するに本能の中に人間を苦しめるような、人生を生きるのに必要としない、もう一つの心が存在しているから、その心をみだりに発動させないように、常に注意深くそれを自分で監督しなければならない事を戒めたものです。

昨年末に唱和目標を募り、30に及ぶ案を頂きました。素晴らしいものばかりでしたが、協議の結果、本年は、

### 「思いやり 優しいことばで 接しましょう」

を選ばせて頂きました。この他にも、「ありがとう その一言に ありがとう」や「助け合う 心と心で つながろう」など印象に残る作品が多々ありましたことをお知らせしてお礼とさせていただきます。

「思いやり 優しいことばで 接しましょう」、つまり、どうせ言葉を発し、行動するのなら、周囲の人、ご利用者や仲間の職員に元気が出て、勇気づけられるものにしましょうということ。心がけ一つで、調和のある、なごみや暖かさをあなたの周りに容易く届けられます。

また、皆さんにはもう一つ年末に「自分を成長させる目標シート」を作成してもらいました。私たちは、社会の生成発展を実現するために同時代に生きているわけですから、このためにも、この一年を通して、その目標に向かって真摯に取り組み、専門的技術の向上、コミュニケーション能力のアップ、人間力の飛躍を通じて自分を成長させるようお願いをしたい。

私たちひとり一人は力の結晶です。どうぞ、その力を十二分に発揮して地域の幸せのために貢献してください。

今年一年の皆さんのご活躍を心から祈念します。

社会福祉法人愛泉会 理事長 土師 壽三

