

2021年9月

不測に備える

8月は例年と違った思わぬ大雨で、様々な計画が変更になりました。人生思わぬことは良いことも悪いことも、大なり小なり、いつでもどこでも起こり得ます。手術でも様々な不測の事が起こり得ますが、日頃の備え次第で結果が違います。すべてに対して万全の備えをすることは不可能ですが、良い結果を得るための方策は有るはずです。

その方策の基本は、物事を客観的に観察することです。そこにこれから起こり得るヒントが隠されています。天気予報に頼らず、今日の雲や風の動きから明日をよむように、日頃から様々な事を自分の実感から分析して判断する癖を養いましょう。次第に先をよむ力が育ってきます。

不安は未来の不確定なことに対する脳の反応です。現実を見つめて備えればおよそ思っていた程のことは起こりません。不安の解消法の基本も、現在を冷静に客観視して何をなすべきかを考え実行することです。

明るい未来のために、今を見つめ直しましょう。

