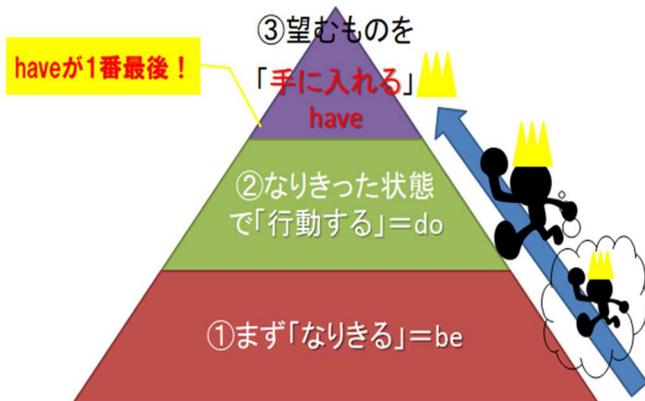


## OBE+DO=HAVEの法則

- ・ BE = 「(姿・状態) ~になる」 → 「(もう) ~になっている」
- ・ DO = 「行動する」
- ・ HAVE = 「手に入れる」「(すでに) 持っている」

在り方  
行動  
結果



これは、「自分がなりたい状態に成り切って、その状態で行動すれば、望むものが手に入る」という意味です。まず、自分が決めたゴール(目標)にすでに達しているつもりになって過ごしてみます。例えば、「楽しい人生を送っている」ことがゴールであれば、「すでに楽しんでいる自分」をイメージし、そういう自分だったらどんな気持ちでどんな行動をするか、考えて行動します。

すると、あら不思議。楽しく振る舞っていたら、様々なことが好転するようになり、結果的に周りの人から高評価を得て、いつの間にか本当の「楽しい人生」になっているという感じです。

「そんなの無理だ!」「難しいなあ〜」と、すぐに思いがちですが、「ごっこ遊び」のように楽しみながら成り切っていると、いつの間にか、それが“自分の普通” = “習慣化”されて、「ごっこ」が「本物」に変わっていきます。

恥ずかしい気持ちが先行してしまうかも知れませんが、誰にも公言する必要はありません。心の中で“演じる”だけです。真剣に楽しみながら実践しさえすればいいのです。

自分を変えたいのに、今までの過ごし方では自分を変えられないと思っている人。興味を持ってみてはいかがでしょうか。

## ○傘の貸し出し開始!

卒業式準備の際、昇降口には多くの傘が残されていました。生徒の皆さんに持ち帰るよう何度かアナウンスしましたが、それでも数十本残ってしまい、その処理に困っていました。

そこで、ステッカーを貼って貸し出すことに決めました。家を出る時は雨が降っていなかったのに、午後になって降り始め、傘がなくて困ってしまうこともあったかも知れません。

そんな時は、柄に“黒沢尻工高”というステッカーが貼られた傘を使ってください。そして、翌日には元に戻してください。南・北棟昇降口の傘立てにあります。

盗難防止のねらいもあります。他人の傘を持って行かず、貸出用の傘を使ってください!



“演じるということは、別人になることではないわ。明らかに異なるものの中に共通点を見つけること、そしてそこに自分自身を見出すこと。”

byメリル・ストリープ(ハリウッド女優)