

# 学生へのメッセージ 「医の道」



No.38 令和5年10月9日(月) 2023-9号

発行責任者: 神戸総合医療専門学校・松江総合医療専門学校理事長、新須磨病院院長 澤田勝寛  
isonare@ka2.so-net.ne.jp 令和3年(2021年)9月13日創刊

## ◆学生の皆さんへ

記録的な猛暑が終わりすっかり秋めいてきました。早いもので、今年度も残すところ半年となりました。

3年生は実習の仕上げと、国試対策に取り組む時がきました。2年生は、実習がメインの日々が続くこととなります。1年生は講義と実習の交互の日々が続いていることでしょう。

3年制の専門学校の魅力は、最短で国家資格が取れるということです。極端な言い方ですが、4年制の大学か専門学校に行き、親のお金で半分遊びながら勉強してゆっくり資格を取るか、3年制の専門学校で早く資格を取って自分のお金で人生を楽しむかの違いです。

カリキュラムは一緒です。是非皆さんは、タイトな時間を乗り越え本懐を遂げるようにしてください。

## ◆悩んだり壁に当たって挫けそうになった時に少しでも前向きになれる言葉をまとめました。

### ①今を生きることの大切さ

過去は過ぎ去った 未来はまだやってこない 今なすべきことをなせ 釈迦

さしあたることのみぞただ思え、過去は及ばず、未来知られず 中村天風

湖に浮かべたボートをこぐように 人は後ろ向きに未来に入っていく 目に映るのは過去の風景ばかり 明日の景色は誰も知らない ポール・ヴァレリー

人は、過去のことをくよくよしたり、まだ来ない未来のことを取り越し苦労するものです。過去は変えようがなくどうしようもありません。そして、未来は現在の積み重ねです。とにかく今を懸命に生きることが未来につながるのです。

### ②悲観的になったとき

人は出来ないことより

出来ることの方がはるかに多い

人は落ち込むとあれこれと悪いことばかり考えてしまう傾向にあります。あれもダメ、これもダメ、何もできない、私ってどうしようもない最悪。といった感じでしょうか。でもよくよく考えると、出来ないことよりも出来ることのほうがはるかに多いことに気づくと思います。

### ③なぜ自分だけがと思ったときは

雨は一人だけに降り注ぐわけではない

雨が降らなければ 虹は見えない

3年半続いたコロナ感染症で、大きなダメージを世界中が受けました。世界中なのです。

でも個々のみと不幸は自分だけに降り注いでいるように思ってしまう。雨は一人だけに降っているのではないということを理解すれば少しは救われます。

そして、雨上がりにしか虹は見えないのです。

No rain, no rainbow.ということです。

### ④幸福度アップの仕方

今日の感謝することをメモします。これを3週間続けると間違いなく幸福度がアップします。

嫌なこともあるでしょうが、嬉しいこと感謝することも日々の暮らしの中であります。嫌なことよりも、嬉しかったことや感謝することを振りかえることで気持ちが明るくなります。是非お試しください。

### ⑤健康に生きる3原則

心中常に喜心を含む

心中常に感謝の念を含む

常に陰徳を志す

常に意識して喜ぶこと、感謝すること、そして陰徳(陰で徳を積むこと)で健やかな毎を送れるようになるということです。

### ⑦処世のおきて ゲーテ

済んだことをくよくよしないこと、

めったなことでも腹をたてぬこと、

いつも現在を楽しむこと

とりわけ人を憎まぬこと

未来を神に任せること

朝は希望に起き

昼は努力に生き

夜は感謝に眠る

青森在住の澤田トキさん100歳