

の人の助けになる事です。おそらくこれは、本当にスランプから脱却し本来の自分を取り戻すための最も効果的で、あなた自身も満足できる方法だと思います。

プロダクトデザイナーの D. Keith Robinson は次のように指摘しています。

よくあることなのですが、私はどこから取りかかれれば良いかわからないときや、仕事が山のように溜まっている時は、まず最初に、何か手伝いが必要か他の人に尋ねます。

私にとっては、これが考え得る限り最高のやる気が出て、生産性上がるコツなのです。確かに自分がやるべき仕事があるのですから、これは若干直感的に納得できるものではありませんが、効果が絶大です。気づいたことなのですが、ほかの人が仕事を始める（もしくは終わらせる）手伝いをしたあとだと、私の気分がリフレッシュされて、自分自身の仕事に取りかかる気分になれるのです。

試してみてください。どんな時でも効果がありますよ。

プレッシャーを感じたり気分が落ち込んだりしたときは、とにかく誰かほかの人を助けてみましょう。『……自分の事で一生懸命になりがちな時に、人のために尽くすことによって自分

の気持ちを高める。たとえば、自分が打っているときになかなかうまく打てない。人の打つ状態を見てアドバイスしてみようとか、家の中の手伝いをしてみようとか、人の為に……というのが最良です。十三あるうちの二つが感謝とあります。一つは、「スランプになることに感謝」

直線的にのぼっていくことはないので、必ず立ち止まって、立ち止まった時に急激に伸びる時があるので、急激に伸びる前の段階に感謝する。

もう一つは、「感謝の気持ちをもつ」スランプに陥ると人生に良いことなんて何もないと思ってしまっても自分の周りを見ると自分を助けてくれる人がたくさんいる。教えてくれる先生がいる、励ましてくれる仲間がいる、一緒になって悩んでくれる仲間がいる、家に帰ったら両親がいる、という風なことに対して感謝をすることによってスランプを脱却するという事でした。そういう状態かどうかわからないけれども、とにかく自分が納得できる試合をして下さい。

続いて幸地会長より激励の言葉と各部へ後援費が贈呈されました。

幸地会長の言葉は次の通りです。