

生産性の高い人になるには

- 一、基礎体力づくりをすること
- 一、常に勉強の習慣を身につけること
- 一、余計なことを言ったりしないこと
- 一、人付き合いをできるだけしないこと
- 一、喫煙 ゴルフ ギャンブル 深酒をしないこと
- 一、選択と集中をすること
- 一、長電話をしないこと
- 一、無駄遣いをしないこと
- 一、瞑想(マインドフルネス)をすること
- 一、やたらと職を転々とししないこと

合掌

令和4年11月25日

見性院住職