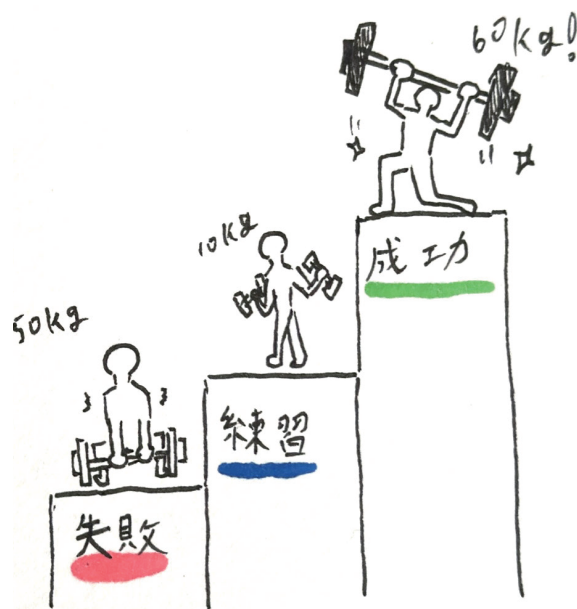


信じて、突き進む。

困難な時こそ、自分自身に向き合って直向きに努力する。



強さには肉体的強さと精神的強さの大きく二種類あると思っています。ここで大事なのが精神的強さです。上の絵にあるように持ち上げられない重たい物を持つようになるには日々の努力（ここでは筋トレ）が必要になります。最初はそれより

もギリギリ持てるくらいの物で地道に筋トレします。そうすることで次第にそれよりも重た物が持てるようになります。結果的にはそれは肉体的強さですがその過程にはそれを継続させるための精神的強さがあるのです。

