

脈々 スピリッツ 高蔵 魂

(創立者 市邨芳樹のことば)

「一日の計は朝時に在り」

人は一時に一つのことしかできぬ。それを、あれもこれもとするから、どれにも身が入らず、あぶはち 虻蜂取らずに終わる。

大事なのは、今の自分にとって、1番はこれ、2番はこれと、順位を肝に銘ずることだ。また、日々の食事・入浴・睡眠等をおろそかにしてはならない。

限られた中だからこそ、集中して仕事
がてきぱき片付けられる。

居常快活を旨とし、規律を重んじ、克己節制以て良習慣を養ふにあり。夫れ大なる事業は大なる体力を伴ふものなり。 (「藪椿」5-8)