

# さくら



令和5年10月10日(火)

## 外食に感謝



外食に出かけました。隣の席には若い男女のカップルが座っており、大きな声で会話をしています。否(いや)が応(おう)でもその内容が聞こえてきます。男性が仕事の愚痴を女性に言っているのです。先輩の指示の悪さを指摘するもの、後輩の段取りの悪さを指摘するもの。聞く気はなくても聞こえてくる愚痴に気が滅入ります。

女性は男性の愚痴をひととおり聞いて一言。「人のことばかり言うけどあんたも完璧ちゃうやろ。愚痴ばかり言うてたら運が逃げるよ。おいしくご飯食べよ」女性が一枚上手でした。女性のこの言葉を聞いて、自分自身を振り返らなければと思いました。

私たちは、運がいいとか悪いとか口にするときがあります。そもそも「運」というのは存在するのでしょうか。私は存在すると思っています。ただし「運の善し悪し」には、かならず根拠があります。

自分自身の経験や運がいい人の行動を分析すると、そこには一定の法則があります。運のいい人の共通点をあげます。

- ・感情が安定している…感謝、謙虚、素直、自己批判
- ・人から応援されている…努力を怠らず、何事にも真摯(しんし)に取り組んでいる。
- ・良好な人間関係をつくっている…人に優しく自分に厳しく
- ・行動的である…善い行いにすぐに取り組む。

このように考えると、運を呼び込むためには、なにげない毎日を一生懸命生きることではないかと思うのです。そういえばアンドリュー・カーネギーも次の言葉を残しています。

「ごく些細な日常生活に、運命を変える出来事がある」

ややもすれば、日々の忙しさに振り回され、心が無くなっていた自分を見つめ直すきっかけとなった週末の外食に感謝。今年のと3ヶ月を真摯に過ごさなければと思うばかりです。

### <健康に注意>

朝夕の気温がぐっとさがりました。内科医さんによると、日較差が大きくなると自律神経が乱れ、免疫力が低下し風邪などの感染症にかかりやすくなるとのこと。そうならないため、次のことをこころがけましょう。

- 1 マスクの使用は効果的
- 2 手洗い・うがい
- 3 十分な睡眠
- 4 規則正しい食事

学校ホームページで、日々の教育活動のようすを公開しています。どうぞ、本校ホームページを閲覧してください。

