

## 我ら50期ここにあり



### 自分の心は自分で鍛える

弱い自分を受け入れることは大きな勇気がいります。自分を受け入れることは自分を認めることです。自分には弱い心があるとわかって、強がることはありません。そのままを受け入れて、「1」から出発すればいいのです。1つひとつコツコツと決めたことをやっていたら、弱い心は少しずつ強くなっていきます。中学生、高校生の時期は自分の心を鍛えるチャンスです。社会に出て物事に動じない、強い人間の基礎をつくる時期なのです。アメリカの初代大統領のワシントンの名言に「できもしないことを選ぶな。ただ、約束を守ることを重んぜよ」とあります。約束は、他の人との約束でもあり、自分との約束でもあります。「やる」と決めたのなら、心の約束を守る人になりましょう。自分で「やる」か「やらない」か、で未来は決まります。

### 思いを洞窟の中に閉じ込めておくと、愛は地獄の底に根を張るだろう

人生には終わりがあることを自覚しなければならない。いつまでも死なないつもりで日々を生活していると、人生の素晴らしさが失われてしまう。スポーツ選手が、試合が永遠に続くと思ってプレーしていたらどうなるだろう。試合に終わりがなければ、選手は全力でプレーできない。全力でプレーしなければ、ゲームを楽しむこともできない。それと同じ意味で、いつか死ぬという自覚がなければ、人生という素晴らしい贈り物に心から感謝することはできないのである。自分自身も含めて多くの人々は、ずっと自分をだまして、人生というゲームには、終わりが無いかのように振舞っている。何かをやりたくても、その気になったら始めようと考え、ずっと先延ばしにしている。ものには終わりがあることを鮮明に思い浮かべると、あなたは新しく生まれ変わった気分になる。逆説的だが、終わりとは正反対の感覚を味わうことになるのだ。



### 「褒める」のも「叱る」のも、心の栄養分

褒めるのが良いか、叱るのが良いか、どちらが良いというものではない。多くの人は、多くの場面で「褒めた方が良いのか?」「叱る方が良いのか?」と考えていますが、褒めるのも、叱るのも大事で、承認(=自分のことを見ている、自分のことを思ってくれている)が成り立っているからこそ、どちらの言葉も伝わるのです。

図1

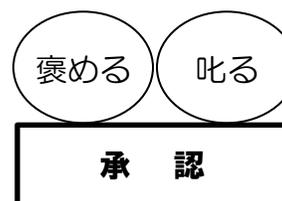


図2



日頃からの承認がないと、褒める言葉も叱る言葉も相手には届かないのです。まずは、土台の承認の関係性があるからこそ、褒められても成長し叱られても成長できるのです。俗に言う“グれている”人は、自分は見てもらえてない、もっと認めて欲しいという気持ちが違う形で表れていると言われます。事実はそうでなくても、そう思っている、そう感じているのだから、土台の部分の「あなたの良いところも悪いところもいつもそばで見えています」「あなたを大切に思っています」をありったけの気持ちを込めて伝えましょう。

### 修学旅行の準備

本日の6時間目に体育館で、しおりを使って頭の中で修学旅行に行っていました。すでに、フィールドワークや自然選択体験、部屋の係打ち合わせなどを重ねて準備を進めていますが、今日は主に、目的・集合・持ち物・服装・時間・行程などを確認しました。

あと1週間後の10/19(月)には、大きい荷物はみんなで確認し、その後すぐに発送しますのでご家庭でも話題にして頂き、気持ちと持ち物のご準備よろしくお願ひします。荷物確認の日は、4時間の授業の準備と、水筒以外の修学旅行の荷物はすべて必要ですので、前日までにご家庭の方でもご確認よろしくお願ひします。