

令和6年度3学期終業式校長講話

皆さんは1年間色々な行事を行いながら勉強やクラブ活動もそれぞれ頑張ったことと思います。1年間お疲れ様でした。先日高校入試がありましたが、本校は大変高い倍率でした。皆さんがクラブ活動や生徒会活動に生き活きと取り組んでいる様子やその成果が中学生達に伝わった結果だと思います。これからも、生徒の皆さんが生き活きとしていて、人気のある高校、中学生の皆さんに憧れられる学校であって欲しいと思います。

さて、いきなりですが、なぞなぞを出します。「近くにありすぎて、良く見えないものは何?」。実はこれはあまりにもアバウトな問いで色々な答えが当てはまるので、なぞなぞとしては成立していないかもしれません。例えば、瞼の裏側とか、老眼とかの答えがあり得ます。ヒントを言うと、「鏡を使えば外見だけは見る事はできます」。これがホームルームとかでしたら、誰か分かる人～とかやりたいところですが、そうではないので直ぐに答えを言ってしまうのですが、答えは「自分の中身。自分の心。」です。色々な意味がありますが、例えば誰かが意固地になっているとして、周りの人は皆、「あいつ今意固地になっているよなあ。あんなに意固地にならなくても良いのに。」と思っているのに、本人だけは冷静に自分を見られないとか、何か困ってしまった時に、客観的に自分の事を見る事ができれば解決方法も見えてくるのに、迷路の中で出口が分からなくなったように迷い続けるとか。巨大迷路もドローンやヘリコプターで上から見ると出口がすぐに分かると思うのですが、中にいるとどこに行ったら良いのか分からないのと似ていると思います。

もっと分かりにくいのは自分の心の成長だと思います。筋トレをしている人とかボディビルダーは、自分の体を鏡に映して、「二頭筋が大きくなったなあ、もっと大きくしよう。」とモチベーションを高めたり、「もっと三頭筋も鍛えよう」とかチェックする事ができます。同じように自分の心の成長がはっきりと目に見えれば、「去年より心が広がったなあ。いいぞ。」とモチベーションを高めたり、「心のここが曇っているからもっと磨かなくちゃ。」とチェックする事もできるかと思いますが、それはなかなか難しい事かもしれません。でも、この1年間の色々な経験を経て、皆さんの心も成長しているはずですから、年度の区切りを機会に、自分の心の成長というのも意識してみると良いと思います。

心の成長というのとは少し違いますが、自分は中学生の時にこんな経験をしたことがあります。寝る前、布団に入って目をつぶって、眠りに入る前の事ですが、あるとき、自分の眉間にしわが寄っているのに気が付いたのです。瞼にぐっと力が入っていたのです。それで自分のストレスに気が付いて、「何で俺はこんなに悩みながら寝ているのだろう」と思って、それから意識して普段から自分にストレスをかけないようにして、寝る時も顔に力を入れないでリラックスして寝るようにしたのです。自分で自分をマインドコントロールしたような感じです。それからグッと生きるのが楽になったし、性格も少し丸くなって、人との接し方も柔らかくなったように思います。皆さんも、もし自分自身にストレスをかけているとか、自分の気持ちのこの辺が力みすぎかも、いうようにと思う人がいたら、意識して自分の気持ちの持ち方を変えてみると良いかもしれません。生き方が楽になったり、周りの人ともうまくやっていけるようになったりすると思います。

今日の話にタイトルを付けるとしたらどうなるでしょうか。「自分の心を見よう」かな。それか、「自分自身を見ることができれば良い事あるかも。」でしょうか。今回はそんな話をさせていただきました。