



「疲れたときにホッと一息、心の栄養バランス供給源」

むげんだい

# 夢限大 ∞



「協力」 「礼節」 「友愛」

ttp://www.kizu.ed.jp/kizu2-jhs/

木津川市立木津第二中学校

平成29年4月18日(火)

vol.2

## チャレンジ コンティニュー クリエイト **challenge! continue! create!**

1年生が入学し、1週間が過ぎました。だいたい学校生活にも慣れてきた頃ではないでしょうか？校長先生が始業式に話された「3C」という言葉。この1年間大切に持ち続けてほしいと思います。2、3年生は、当然？頭に入っていると思いますが、始業式にいなかった1年生のために、もう一度意味を確認しておきますね。この3つの言葉を実行できた人は、必ずや1年後には大きく成長していることでしょう。楽しみにしています。( ^ \_ ^ )v

challenge = 「挑戦」  
continue = 「継続」  
create = 「創造」

## すごい自己紹介

あっ、これは最近読んだ本のタイトルです。この時期、色々な場面で初対面の人と出会うことがあり、「自己紹介」をする機会が多くなりますよね。毎年、クラス替えをしたときにはまず始めに「自己紹介」からスタートします。なかには、あがり症で「自己紹介」が大の苦手という人もいることでしょう。実は、私も学生時代はそうでした。そんな人には、是非お薦めの一冊です。「どうやったら話がうまく伝えられるようになりますか？」という相談者の質問に、次のように答える場面がありました。

話がうまい人は、話すのが伝わらない**経験**をたくさんしている人だということです。伝わらない**経験**をたくさんしている人が、伝えるのが上手になっていったんです。伝わらない**苦しさ**を味わうから、どうやったら伝わるかを考えます。伝わらないから**工夫**する。伝わらない**苦しさ**を知らない人は、相手のことを全く考えないから、伝わらない。伝わらない**苦しさ**を**経験**することが大事なんです。

と、回答したその後に「なぜ、海の昆布は海の中でダシが出ないのか？」という話をします。「えっ、あの海の塩っ気は昆布のダシじゃないんですか？」という珍回答もありましたが、ちょっと考えて見てほしいんです。

昆布、しいたけ、かつお節、旨味やダシを出すこれらの食品の共通点は、何でしょうか？これらの旨味やダシを出すものの共通点は、太陽に当てて乾燥させて、**干からびている**ことです。海の昆布は干からびていないから、海の中に味が出ないのです。

人間の持ち味も同じなのです。1回**干からびた経験**がある人は、恵まれた環境の時に味が出ます。伝わらない**もどかしさ**を味わうことによって、**旨味**が出てくるのです。伝わらない**苦しさ**を知り、伝えることの**喜び**を知ることができます。1回**干された経験**がある人だからこそ、**持ち味**が出て伝わっているんです。自分らしくないことをたくさんやったことが、実は自分らしさを見つけていく近道なんです。干からびて苦しんだ**経験**から学ぶことが、あなたの**才能**なのです。

「すごい自己紹介」横川 裕之 著／泰文堂

「干からびた**経験**があるからこそ、それが**才能**になる」思い出したくもないような辛い**経験**があるからこそ、人に優しくなれるのです。辛い**経験**からの学びが**才能**になっていくのです。辛い**経験**を受け入れ、自分自身の存在を認めることが、成長の第一歩です！

## “for you”を“if you”に変えよう！

「自分がしたことは、やっただけで終わり」というお話を紹介します。

「こんなに努力したんだから、うまくいって当然」といくら思ったとしても、すぐに結果に表れるとは限らない。そうすると、報われないことに不満を持つようになる。「したことは報われるはずだ」と考えているから、苦しみが始まるのです。

恋愛だってそうでしょう。人を好きになると楽しいし、人生が明るくなる。ただそれだけでもいいはずなのに、「自分と同じように好きになってほしい」と思うと苦しみが生れます。「自分はこれだけ尽くしているのに」と見返りを求めたら、相手からすれば「あなたが勝手にしたことでしょう」と思われるのがオチです。

「お礼を言ってくれない」「感謝されない」「応えてもらえない」という思いを背負って生きるのをやめて、相手に期待しないでいけたらどんなにラクでしょう。見返りを求める心から解放され、「**自分がしたことは、やっただけで終わり**」となるのなら、余分な負担がなくなり、常に心を軽くして生きられるに違いありません。

「男の禅語」平井 正修 著／三笠書房より

相田みつをさんの詩で「のに」というのがあります。「あんなにしてやったのに『のに』がつくとぐちが出る」というものです。たしかに“for you”誰かの「ために」と続けていると、「のに」という不満の気持ちが出てきます。一方、“if you”もしあの人だったら「**どうしたら喜ぶかな？**」と続けていると、不思議と愚痴は出てきません。どこに**フォーカス**するのかで、まったく違うものになります。

コップに水が半分しかない、と言って怒る人もいれば、コップに水が入っていてよかったと感謝する人もいます。どこに**焦点**を当てるかが大事なのです。不満や愚痴をいう人は、何を見ても文句を言うし、感謝できる人は、何を見てもありがたと言います。「**自分がしたことは、やっただけで終わり**」の精神で過ごしてみてもはどうでしょう…？！

### ★キラキラ輝く中学生★

先週の金曜日には、新入生オリエンテーションが開かれました。生徒会活動の紹介を始め、毎年恒例のパフォーマンスを交えての各部活動の紹介等、1年生にとっては中学校生活のイメージをふくらませるよい機会となったことでしょう…。

また今週末には、ほとんどの運動系部活動の春季大会が開催されます。夏季大会の前哨戦となる大切な大会です。全力でぶつかってください！