



学校だより

# 都跡の丘に

No.13  
R2.1.29  
都跡中学校  
発行:校長中尾

## 『自分を見つめる』ということ そして『自律』へ...

今日は「4つの力」のうち、「自分力(自分をよく見つめ、自分を信じ、コントロールできる力)」「自律」について話をします。まず、次の詩を読んでください。



雨にも負けず  
風にも負けず  
雪にも夏の暑さにも負けぬ  
丈夫な体を持ち  
欲は無く  
決して怒らず  
いつも静かに笑っている  
一日に玄米四合と  
味噌と少しの野菜を食べ  
あらゆることを  
自分を勘定に入れずに  
よく見聞きしわかり  
そして忘れず  
野原の松の林の陰の  
小さなかやぶきの小屋にいて



東に病氣の子どもあれば  
行って看病してやり  
西に疲れた母あれば  
行ってその稲の束を負い  
南に死にそうな人あれば  
行って怖がらなくてもいいと言ひ  
北に喧嘩や訴訟があれば  
つまらないからやめると言ひ  
日照りのときは涙を流し  
寒さの夏はおろおろ歩き  
みんなにデクノボーと呼ばれ  
ほめられもせず  
苦にもされず  
そういうものに  
私はなりたい



\*自律: 自分の立てた規律に従って自らをコントロールしながら行動すること。

※都跡中学校ホームページも日々更新中!ぜひ、ご覧ください!!



これは、有名な宮沢賢治の「雨ニモマケズ」ですね。宮沢賢治は37歳の若さで病気で亡くなっていますが、この詩はその2年前の35歳の時に、病床で書かれたものです。賢治が亡くなった後に、大事な私物を入れていたカバンから手帳が発見されました。その手帳に記されていたメモとして見つかったそうです。

これは、まさに賢治のつぶやきだと思います。賢治自身が「私って本当はいったい何なんだろう?」と自分を見つめ、自分自身を語った言葉ではないでしょうか。賢治の「志」と言えるかもしれません。この言葉には、自分が周りからどう思われているか気になったり、周りに自分を認めてもらうために行動したりといったようなことは微塵も感じられませんが、賢治自身が自分のめざすべき姿、自分への想いを素直に語ったのだと思います。

こんなふうに分を語ることができれば、今の自分が「しなければならないこと」や「してはいけないこと」、「努力すること」や「我慢すること」など、自分が進むべき道が見えてくるのではないかと思います。

「自分自身を語る」ということは、一見、大変難しそうに思いますね。

実は、そうでもなく、みんなもよくやっていることです。たとえば、「ねーねー聞いて聞いて!!」と自分の気づいたことや体験したこと、想ったことなどを友達や家の人に話していませんか?こんなふうに分のことを自分の言葉で語ることで、知らず知らずのうちにさまざまな人とのやりとりやさまざまな場面で自分が何を感じたのか、何を想ったのかが明らかになってくる。つまり、自分に自分自身が見えてくる。こうして自分のことを語っていると、不思議なことに気が晴れていって、気持ちが明るい方に向いてくることもあります。

そんなことを繰り返しているうちに、「私ってこれでいいのかな?」「私って本当はいったい何なんだろう?」「私は結局どういう人にならなくてはいけないのだろうか?」といった気持ちになることがあります。このような自問自答を繰り返しているうちに、自分自身を語る言葉が見つかってきます。

しかし、それはあなたが何歳の時に見つかるかはわかりません。自問自答を繰り返すことで、いつかは必ず見付き、少しずつ自分自身が見えてくる。自分の進むべき道「志」が見えてくる。その道が『自律』へとつながっていく。あせらずに..くじけずに!!

先日の市音楽会で1・2年生が合唱した『輝くために』に次のような一節があります。

....言葉にできない溢れる思いを この空に 伝えたいよ

涙の雫も 微笑みも どんなことも わかち合えると....

日々感じる喜怒哀楽や湧き上がる想いを、語り合い、わかち合い、自らを見つめ、自問自答を繰り返し、ともに「自律」への道を歩んでいってくれることを願っています。

一人ひとりが輝くために...

まずは...寝る前に、今日1日を振り返り、嬉しかったことや頑張ったことなど、よかったことを1つでいいから思い出してください。できれば、家の人や周りの人に伝えたり、自習ノートの片隅に1~2行程度でいいからメモしたり、してみてください。続けているうちに、自分に何か変化が起きていることに気づくと思います。

芽吹きだした生徒手植えのチューリップを見つめながら...

(1/29全校集会より)

都跡中HPは、こちらからどうぞ

