

高浜中学校だより

平成 30 年 12 月号 N08

校長室の横の中庭に落葉樹があります。先月から少し葉を落とすようになり、用務員さんが落ち葉を集めてくれますが、それでも数時間もたたないうちにまた中庭一面に広がります。でも今はその回数も減りました。



さて、3年生はいよいよ受験モードに入りました。

年明けには、進路を決定しなくてははいけません。みなさんのなかには、まだ、進路が明確になっていない人もいるでしょう。そのため、気持ちが不安な人もいます。その人たちに一言。『あせらず、やすまず、あきらめず』（学校だよりに載せるのは3回目です）。人生初めての受験を前にしてみんな様々な不安を持っているものです。安心してください。あせりや不安をもっているのはあなただけではありません。そこで、「乱れない心」をつくるということについて、少し書いてみます。

少し早起きを試してみる

「普段から乱れない心をつくるには、規則正しい生活が大事です。規則正しい生活を繰り返

していると、自分自身が整ってきます。これを『三業を整える』といいます。立ち振舞が整い、言葉が整うことで心が整ってくるのです。規則正しい生活とは何かというと、まずは、朝早く起きることです。今よりも、せめて30分から1時間早く起きて、部屋にこもった空気を入れ換えてみる。それだけで気持ちのいい朝が迎えられます。朝にいい縁を結ぶとその日一日がいい縁で進みます。」

これは禅僧の方のお話です。また、このようにもおっしゃっています。

「ばたばたとした状態で一日をスタートしてしまふとその日すべてがせわしくなります。禅ではこれを『悪因悪果（あくいんあつか）』といいます。」

規則正しい生活が大切なことはわかっているのですが、それはどうすればできるのかわかりませんでした。私も大いに参考にしてみます。

みなさん、毎日生活をしていると不安を感じたりいらいらしたりすることがあります。まず、朝早く起きて、一日をゆつたりと迎えることから始めてはどうですか。そして、計画を立てた学習を粛々とこなす。『あせらず、やすまず、あきらめず』

人の幸せを願う

中国とインドに接し、チベット高原に位置するブータン王国。人口はおよそ80万人で福井県の人口とほぼ同じで、面積は九州くらいの国です。主な産業は農業で、観光と水力発電の電力販売などで外貨を稼いでいます。国民一人あたりのGDPは約6400ドルで、日本の六分の一程度です。2011年、ワンチュク国王が来日し、ブータンを世界一幸福な国として紹介されました。



そこへ旅をした山元さんとう作家の方の紀行文が心に

残ったので紹介します。

「子供たちをみて、ブータンの学校にはいじめがあるのだろうかと思い、小学生の男の子に

『いじめはありますか?』と尋ねました。男の子は不思議そうな顔をして、『いじめってどんなこと?』と言いました。私が『一人だけをのけ者にしたり、物を隠したり、ひどいことをみんなで言ったりすること』と説明すると、男の子はまた不思議そうな顔をして『日本人は何のためにそんなことをするの?』と聞きました。

『そんなことをしたら、自分のことが好きになれない。好きになれなかったら、誰のことも幸せにできない。自分も幸せに生きられない。ど

うしてそんなことをするの?』と、とてもびっくりしていました。」

実は、この紀行文の前半には「ブータンでは“人の幸せを願える人を育てる”」という学校の教育目標が多いということが書いてありました。「世のため、人のため」とか「社会に役に立つ」ということを中心に教育を行っている学校が多いのかもしれませんが。日本もひと昔前は、親や祖父母からこのようなことをよく聞いたような気がします。「人を大切にしなければ自分も幸せになれない」という考え方が薄らいできたのかもしれませんが。そこに今の社会のひずみがあるのかもしれませんが。

和の作法

地域の「淡交会」の方々にお世話になり、3年生の生徒が「和の作法」について学びました。

お茶を点てていただいたり、季節の和菓子をいただいたりしながら



「和敬清寂」の意味を習い、日本人が大切にしてきた「挨拶」について教えてもらいました。

“故きを温ねて新しきを知る”。日本のよき伝統や文化を大切にしたいと思います。

