

Take your time
自分の時間を生きて
人と自分を大事にし
一歩ずつ前へ進む

帯山中

progress

おびぶる

不定期発行

文責
熊本市立帯山中学校
教頭 田中慎一郎
tanaka.shinichiro@
city.kumamoto.lg.jp

あきらめの哲学

時には自分にやさしい生き方を



前の職場での話です。熊本市には、指導主事という立場の人が50人ほどいます。指導主事ってどんな仕事かと説明すると、ものすごく簡単にいえば、学校現場の教員を指導する立場の人です。仕事をする場所は、市役所であったり教育センターであったり様々です。当時私は、それらの人たちの横のつながりをつくろうとSNSのグループを作りました。私の一声で全員が数日で参加し、感謝の言葉も聞こえてきたので良いことをしたと自画自賛していました。

しかし、そのようなSNSを作ったものの特にグループで話すことが無いので、自分が様々なところで見聞きした情報をリンクを貼ったり写真を掲載したりしていました。すると、載せる度に既読はつくものの何の反応もありません。毎回50人近くに既読無視をされます。

最後には、退会する人まで出ました。

私は、落ち込みました。きっと周囲は私を目立つ嫌な奴と思っているのかもしれない。そう思うと自分以外の指導主事と廊下ですれ違うのが苦痛になります。仕事も手につかなくなりました。思い切って、隣の席の同僚にその人がどんな人か尋ねました。すると、「そういうってあんまり好きじゃない人かもしれない。」と答えが返ってきました。私は、退会したその人のことが大嫌いになりました。初めから嫌であればグループに参加しなければいいのと思い、視界に入るたびに敵意をあらわにしていました。

しかし、毎日そのような状態になるのはさすがにつらいと考え、その人のことをあきらめるようにしました。目にしても自分の心では見ないようにしたのです。人間は、

目に映るものすべてを見ているわけではありません。眼球に像は結んでいるのですが、それらは電気信号となり脳に送られ、そこで私たちは初めて見えていると感じます。そうだとすれば、脳が見ていることになるので、もしも気になるのであれば、他の人より見えてしまいます。好きな人が近くにいるとすぐに気づくのと同じ仕組みです。

そこで私は、そう奴も世の中にはいるし、自分以外の人はその人のことをそんなに腹が立つ人間と感じていないかもしれないとあきらめることにしたのです。すると面白いことに視界には入るはずなのに見えなくなりました。

実は、この話には続きがあります。なんと数日後、その人がグループ内の人に招待されて再び戻ってきたのです。聞くとスマートフォンを買い替え

たらしくSNSの引継ぎ方がわからなかったから、一度古いアカウントを消して新規で作り直したとのことでした。その人は、とても良い人でした。ありがたいから再度グループに入会させてほしいと申し出があったのです。起こった事実は一つだけ、受け止め方は人の数だけ種類があります。これを「認知」と呼びます。

人は自らの認知に左右されて、反応が起こります。私の反応は、仕事が手につかなかったり、イライラしたり、その人を攻撃しようと思いました。勘違いであったのですが、私がそうであったように自らの認知がずれているとはなかなか自分では気づけません。私はあきらめたおかげで冷静になりました。体の調子が悪くてお腹を壊した時には、食べ物を胃が受け入れやすくするためにお粥にします。時として「あきらめ」は、生きていく上でのお粥のようなやさしさを持った、私たちに受け入れる時間を与えるものかもしれません。

ぼちぼちいこう

little by little



誰でも気軽に写真を撮れる時代に、なぜ人を絵を描きたくなるのだろうか最近不思議に思っている田中です。そういえば「ビリジアン」って何ですか？昔、緑の絵具にそう書かれていたことをふと思い出しました。今もですか？▼そういえば、レモン色って名前がついてる絵具もあります。名前の付け方の統一性のなさに、「なぜなぜ人間」の私はパニックです（汗）そんなことを考えてると煎餅のサラダ味ってなんや！ってなります。そもそもサラダに味はなく、というかサラダの味ってドレッシングの味じゃないですか！▼この歳になっても知らないことだらけです… ということは、中学生がいろんなことがわからなくても大丈夫なのです。何年生きようが、結局人生わからんことだらけです。でも、それがあって幸せですよね。だって、まだまだいろんなことを知れるということ。サラダ味を知っている田中とそうでない田中なら、知ってる方がやっぱなんかすごい人のような気がします。▼いくつになっても私たちは成長できるそんな生き物ということに感動です。生徒のみなさんも疑問に思うことはありますか？その疑問が生きるパワーの原料になります。知りたいことノートを作ってみるのもおもしろいかもです。