

学校教育目標

よりよく生きる

南中学校

電話 982-1066

さわやか相談室

電話 981-8749

学校だより



吉川市立南中学校

吉川市立
南中学校
Minami Junior High School



生徒数

第1学年 302名

第2学年 283名

第3学年 314名

計 899名

南中学校ホームページ

<http://02.yoshikawa-ed.net/minami/>

自分を変え人生の主人公になる

校長 田口 弘

『江戸時代、北辰一刀流の創始者である千葉周作は、ある日、真剣勝負を申し込まれた。周作は斬られるのではないかと不安になり、和尚に相談した。和尚は「座禅せよ」と指示した。数時間して和尚が見に行くと周作はまだ座禅をしていた。

「お前さん何をしておるのじゃ」「先生が座禅をしとおっしゃったので座禅をしているのです」

「して、いつまで続けるつもりか」「先生がやめろとおっしゃるまで…」和尚は「馬鹿もん！」と叫んだ』という話が「自分を変える心理学」という本で紹介されています。和尚が「ばかもん」と叫んだのは、「自分で考えなさい」と言うことだと思います。この本では、自分で考えて動くから人生は動き出す。そして、「人生の主人公になろう」と言っています。



▲役割分担しっかり！カレンダーづくり 特別支援学級作業学習

「貧乏なのは親のせいだ」などと嘆き、親を恨むのではなく「自分が一生懸命勉強し働いて、お金持ちになるんだ」と考えて動き出すことが、人生の主人公になるということです。

そのツボは、思考・感情・行動を変えることです。例えば、友達にあいさつしたのに、あいさつを返してくれず、腹が立ったことはありませんか。しかし、「自分だっていつでもあいさつを返しているわけではない。だから、友達も忘れることはある」と思考を変えれば、腹も立たず、今度はもっと大きな声であいさつしてみようと、行動が変わります。その結果、小さなことにイライラせず、ストレスや悩みから解放されます。生きてゆくのが楽になります。

他人を変えることに執念を燃やすより、自分を変えるほうが簡単なので。考え方を変えるだけで、明るい顔になれます。そんな人の周りには、明るい顔の人たちが集まります。自分を変え、人生の主人公となり、明るい笑顔でいっぱい南中にして行こう。



▲PHP文庫 国分康孝著

