



並木中等story

令和3年7月21日号

7月21日、全校集会の校長挨拶の抜粋です。

皆さんは本校の校訓を言えますか。自制・自律・自尊です。今日は自制について話をします。自制とは、自分の感情・欲望・わがままを抑えることです。何で、自制という校訓があるのでしょうか。答えは簡単です。とても良人であるのに、自制できないために、失敗している人がいるからです。人間はもともと自己中心的な存在です。小さな子を見れば分かります。自分の欲望をかなえるために、体全体をとおして訴えます。これが、元来の姿です。しかし、人間は学びます。人間関係をスムーズにするにはどうしたら良いか。感情、欲望、わがまま、それぞれをどうしたら良いかを考え、きまりを作ったり、道徳的な教えを生み出します。しかし、自分の感情・欲望・わがままを抑えることは難しいのです。

ここで、欲に焦点を当ててみます。欲は誰にもあるものです。ところで欲とは悪いものなのでしょうか。欲望は決して悪いところばかりではありません。逆に欲がないと人としての生産が止まってしまいます。みんなのやる気が奪われるからです。頑張れなくなります。これでは、発展もなくなります。欲は悪いものではないのです。では、欲の何がよくないのか。それは、欲のコントロール不能に陥ることです。私たちは欲をコントロールすることを身に付けなければならないです。並木中等教育学校はリーダーを育てる学校です。もし、リーダーが（社長が）自制が効かない人だったら、どうでしょうか。部下は。社員は。また、自制の効かない人が、皆さんの結婚の相手になったらどうなるでしょう。考えるとぞっとすると思います。欲は気を付けないと欲が欲を生み増幅されます。欲の亡者になっていないか、見極めが大切です。では、困った欲をあげてみます。金銭欲・金・金の亡者。所有欲・集めずにはいられない。独占欲・彼氏、彼女を独り占め、異性と話すことも許さない。勝利欲・勝つまでがんばってしまう。愛情欲・ひどくなるとストーカーになる。食欲・食べ過ぎ、体を壊す。では、**欲のコントロールはどうしたらよいか。まず、一人一人が自分を観察することです。**どんな欲が顔を出して、コントロールを難しくするのかを知ることです。コントロールが効かなくなりそうな時はどうするか。私（井坂）は支配欲が強いです。相手に言うことを聞かせたいと思い、聞かせるまでがんばってしまうのです。そうすると、暴力はしませんが、暴言が出てしまったりしていました。暴言が出るようでは、かえって、悪い結果になってしまいますよね。そこで、**欲が出てきたときや感情的になりそうな時におまじないをします。①深呼吸する。②かけ算九九を唱えます。そのようにして、気分を一時変えて我慢を試みます。**これを繰り返していると、冷静さが戻ってきます。冷静さを忘れずに、大人の対応をする。これが自制の勉強です。

皆さんも、この夏に自分の欲を見つめ、自制のトレーニングをしてください。

次号の並木中等storyは夏季休業明けの9月1日に発信します。