



☆どんな心で過ごしてる? 「16時間の気持ち」☆

一日に8時間睡眠を取るとすると、起きている時間は16時間です。その16時間をどんな気持ちで過ごすのか?そこに「幸せ」になるヒントが隠されているようです。

一日16時間を「楽しいな～、嬉しいな～、幸せだな～」と思って生きるのか、「つらいな～、イライラするな～、なんでこんなに不幸なんだ!」と思って生きるのか、この一日一日の積み重ねが一年であり、一生であります。今日一日が幸せなら、幸せな人生になっていくのです。いやいや、そんな気持ちになれないよ!辛いことも苦しいこともいっぱいあるでしょ?はい、そう思いたくなる出来事は沢山あるかもしれませんが、でも、その出来事に対しての意味付けをするのは他人ではなく自分ですよ?神様は、「どんな出来事も自分で意味付けできる」というプレゼントをくださっているのです。ある人は、上司に叱られて「クソ上司!なんで認めてくれないんだ!」と思い、ある人は、同じように上司に叱られても「自分では気付けなかった事を教えて頂いて、ありがたい」と感謝する。ある人は、貧乏な家に生まれて「最悪、だから自分はこうなった」と言い、ある人は、同じように貧乏な家に生まれても「そのおかげで自分はお金を大事にするようになって、成功できた」と言う。どちらの意味付けも自分で選ぶことができるということは、どういう事かというと、「幸、不幸も自分で選べる」ということです。一日のうち16時間を「幸せに生きるのか、不幸に生きるのか」を選択するのです。間違っちゃいけないのが、楽を選ぶということではなく、幸せな方を選ぶのです。戦国武将の山中鹿之助さんは、「願わくば我に七難八苦を与えたまえ」と、月に向かって祈ったそうです。また、「憂き事のうなほこの上に積もれかし、限りある身のかためさん」とも言っています。意味は、「つらいことがどんどん私の身にふりかかってこい、己の限界を試してやる」ということです。

挑戦できる幸せ、自分を高められる幸せ、困難に立ち向かえるという幸せ。よく、困難=不幸と思いがちですが、困難ほど楽しむ、困難ほどワクワクする、困難ほど成長できると知っている人はたくさんいます。そういえば、悟空はよく「おらワクワクすっぞ!」って言ってました(笑)。困難を避けようとしたり、逃げようとする「嫌なモノ」になり、困難に挑もうとして自分から立ち向かう「楽しいモノ」になるのです。このいただいた命、いただいた一日を、幸せに生きていけたらと思います。相田みつをさんの詩にも「幸せはいつも自分の心が決める」とありますね。



【後期の体験入学の案内です!申し込みはいかが?】

松 陽 高等学校 ★音楽科&美術科進学相談会 ※受検を考えている人は参加

音楽科【11/4(日)】 ※ 校内×切 10/16(火)までに岩元先生に申込書提出!
美術科【12/26(水)】 ※ 校内×切 11/30(金)までに " !

鹿児島育英館 高等学校 ★一日体験入学 【10/20(土)】

※ 校内×切 10/12(金)までに、吉松先生に申込書(高校版パンフレット)を提出!
★学校見学説明会 【11/18(日)】 ※ 校内×切 11/5(月)まで。

◎今週末の第3回実力テスト終了時に「第3回の進路希望調査」を配布します。いよいよ進路先の決意を迫られる時期となりました。最終判断は三者面談となりますが、その資料になるのでご家庭でも真剣に話し合いを進めてください!!!締め切りには必ず提出してください。