

「不易」と「流行」 誠実・克己・忠恕

～3年生へ。72回生（現大学3回生）のクラス通心（信）より～

年末に71・72回生の野球部の同窓会に招待してもらいました。大学卒業後のビジョンを設定し、それに向けて邁進している様子を聞きながら、立派に成長しているなあと感心しました。

翌日、72回生が2年生の時に発行していたクラス通心（信）を振り返っていると……
ありました!!!……「何がって?」……それはね……

「**今起きている事への自己〇〇は、やっぱりアテにならない。**」という内容の通心（信）です。

同じ生徒が1学期末に書いた「1学期の振り返り」と学年末に書いた「1年間の振り返り」を紹介しました。では……

「1学期の振り返り」

私は正直、1学期たった今でも1年生の時のクラスの方が楽しかった。「居心地が良いな」と思うことがあります。ですが、文化祭でみんなの仲が深くなったと感じました。2学期の体育祭では、もっと仲が深まるではないかと思っています。



「1年間の振り返り」

2年生は、1年生の時に比べて一瞬だったなと感じました。

毎日が本当に早くとても楽しかったです。2-4は、いつもうさくて明るいクラスで団結力がすごいです。体育祭の20人21脚はやり始めた頃、ボロボロで学年の中でも最下位なんじゃないかと思っていました。でも、昼休み、みんなに「やろう!」と言うと、全員が参加してくれて、本当に嬉しかったです。そのおかげで本番は、「2位」という最高の結果をだすことができました。高校生活1番のビッグイベント、修学旅行では、4日間クラスのみならず過ごせて、笑いあえて、史上最高に楽しかったです。このクラスで本当に良かったと思います。

この4日間でクラスの団結力、仲の良さは、さらに深く、大きくなったと思います。



同じ生徒が書いた「振り返り」です。「今、起きていること」の自己評価（受け止め方）は……
時間が経てば……**「変わる」でしょ!**

同じ事実に対してでも……ものの見方次第で……評価を変えることができます!
たとえ……大ピンチに追い込まれたとしても……たとえ……絶望の底に陥ったとしても……
たとえ……犬のウンチを踏んだとしても……ものの見方次第で、それを面白がれて、その結果として行動を変えて、状況を打開し、評価を変えることができるのです!!

**人生を退屈で、不満なものにするか、面白く、充実したものにするかは、……
起きている「現実」が決めるわけではありません。……「考え方」「受け止め方」が決めるのです。**

人間の心の流れは、このように流れて現実に影響を与えます。

「出来事」→「思考」（考え方・受け止め方・捉え方）→「感情」→「行動」→「結果（評価）」

自分に起こる「出来事」を変えることはできませんから……起きた「出来事」をどう受け止め、どう捉えるかという「思考」（考え方・受け止め方・捉え方）を変えると、「感情」に変化が起き、行動に違いが現れて、「結果（評価）」が変わっていくのです。

「思考」（考え方・受け止め方・捉え方）を変えれば**「最悪」をも「最高」にできるのです!!**

3年生のみなさん! 県高生徒・職員一同、全員で応援してますよ!!