

元気がふり

毎日、生活していけば、うまいかないな時や失敗して落ちこむことは誰にでもある。

「元気がない時、どうする？」と質問されたら、君たちは何と答えるのだろうか。

「私なら胸を張って元気がふりをします。」と答える。

本当はそうでなくても、そうであるふりをしているとなぜか元気になってくるものだ。

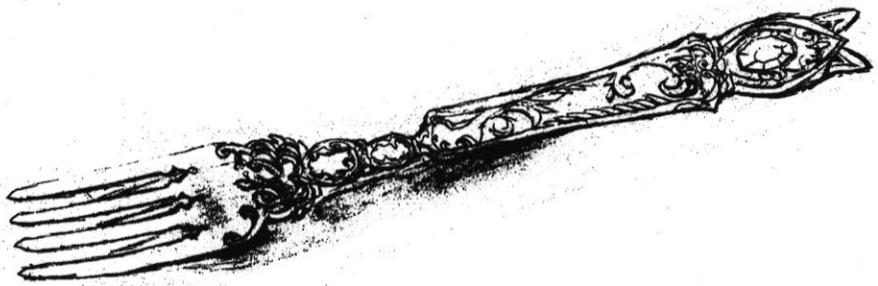
辛いこと、苦しいことだけ見て考えていけば、そのような気分になり、そんな顔になり、そんな行動をとってしまう。

しかし、意識して元気に振る舞っていると、そのような気分になり、そんな顔になり、そんな行動をとるようになるものだ。

これはやせがまんでも強がりでもない。自分自身との対話である。

自分は元気だ。大丈夫だ。乗りこえられる。と自分に語りかけたこと、心の子で言ったことは、やがて言葉となり行動となって表われてくるものだ。

そこの君、元気ですかー



のわき
野分の朝まで
さかしけれ

徒然草一九段

野分
秋の台風や突風

福三平
校長室
だより

ほたる草

平成二十八年九月九日(金)

NO.111