

1 2学期が始まりました

記録的な暑さが続いた夏、日中はまだ暑さが厳しいものの、朝晩は秋の気配を感じるようになりました。2学期始業式を終えた後、台風の影響による臨時休業、やはり自然には逆らえません。

今年も残り4ヶ月。まもなく就職試験に臨む皆さん、科学技術高校で学んできたことを自信に、筆記や面接で存分に実力を発揮してください。また、進学を目指す皆さん、総合型選抜や学校推薦型選抜がすぐそこまで迫ってきています。それぞれ自分の道を切り開いていってください。1・2年生の皆さんは、3年生の姿をみて、それぞれ2年後・1年後の自分をイメージしながら、有意義な高校生活にしてください。



2 「いつものやり方を少しだけ変えて見る」武田双雲（書道家）

最近読んだ本に書かれていた内容の一部を紹介したいと思います。

朝起きてから夜寝るまで、人が一日のなかでやることには、それほど大きな差はありません。起きたら顔を洗い、歯を磨き、ご飯を食べて、学校や仕事に出かけたり、家事をしたり。仕事や買い物から帰ってきたら、夕飯を食べ、お風呂に入り、歯を磨いて寝る。もちろん、ひとそれぞれ中身は違います。ぼくなら毎日、紙の上に筆で文字を書いているだけです。ほとんどの人にとって、ほとんどの日は、ほぼ同じことの繰り返しです。予想もしない出来事が起こるとか、とてつもないサプライズがあるなんてことは滅多にない。つまり、人が普通に生きていくということは、大いなるマンネリの日々を過ごすということなのです。ところが、ほとんどの人が毎日同じことの繰り返しで生きているはずなのに、ある人は大成し、ある人は本来の力を発揮できずに終わってしまう。ある人は毎日を喜びと感謝で生きているのに、ある人は毎日不平不満で埋め尽くしてしまう。そこには、マンネリの毎日の過ごし方にちょっとだけ違いがあって、その積み重ねが結局大きな違いになるのだと思います。

小学生のとき、友だちが「つまらない」と言うのを聞いて、驚きました。ぼくのなかには「つまらない」ことなんて、何一つ存在しなかったからです。空の色も雲の形も毎日違うし、「今日最初に会う友だちは誰だろ?」とか「なんて言うのかな?」って考えるだけでも楽しかった。たしかに授業をじっと聞いているのは少々退屈だったけれど、先生が黒板に書く字の特徴を見つけたり、「消しゴムってなんで消えるんだろ?」と考えたりしながら、面白おかしく過ごしました。この世界は楽しいことを見つけようと思えばいくらでも見つけられるのに、自分で「つまらない」と決めつけるなんて、なんてもったいないだろう、と思っていました。大人になった今でも、この気持ちは変わりません。毎日同じことの繰り返しのように見えても、そこに何かを発見するのが楽しい。書で同じ字を書くときも、あえて少しだけ変えてみたりします。一画目を書くとき、自分で想像していた線よりも微妙にずらして書いてみるのです。頭の中では「おいおい、大丈夫かあ?」という声が鳴り響きます。バランスを考えながら二画目にチャレンジ。すると、「あちゃー、そうきたか!」。三画目へ移ると、「おおっ、なるほど」。その後も「うわー」「ひえー」と大盛り上がりのうちに、一枚の書を書き終えるのです。

じつは、書だけでなく日常生活でも、ぼくはこれと同じことをやっています。目覚め方、歯の磨き方、服のたたみ方…。いつものやりかたを「1」とすれば、「1.01」にする。つまり「0.01」だけ何かを変えてみるのです。「1.01」なら「1」とほとんど変わりませんから、たとえ失敗したとしても、あとで立て直せます。たとえば、歯磨きをいつもと反対の手でするだけでも、気づきが生まれます。いつもより服をゆっくりとたたむことにすれば、服の形状や模様、肌触りなど、今まで見逃していたさまざまな発見があります。わずか「1.01」を心がけるだけで、この世界には無限の奥行きがあると気づかされるのです。「1」の365乗は「1」でも、「1.01」の365乗は約38にもなります。「0.01」というほんのわずかな毎日の積み重ねが、1年でこれほど大きな差になるのです。

ぼくにとって、「つまらない日」はありません。毎日が楽しい。「毎日がパラダイス」です。もちろん、人間生きていれば毎日が楽しいことばかりじゃないことは、ぼくも知っています。苦しいことや、くじけそうになることもあります。それは、お天気といっしょで自分の力ではどうすることもできません。だったらそれをどう楽しもうか! ぼくはずっとその姿勢で生きてきました。僕の人生の辞書には「楽」という一文字しかありません。だから、どんな出来事に遭遇しても「おお、そうきたか! ならばこっちはこう楽しんでやろう」と切り返します。

「1.01」も、この世界をいかようにも楽しんで受け止めるためのひと工夫なのです。

(PHP 編集部編『毎日が楽しい人の小さな習慣』から)