

朝礼の話「本来あるべき自分とは」(2018.6.4)

5月30日から3日間、3年生は修学旅行修学旅行に行ってきました。京都や奈良を訪問しましたが、日々の学校生活で身に着いている良い態度を、様々な場面で発揮できました。マナーやエチケット、礼儀正しいおじぎやあいさつなど、おほめの言葉をたくさんいただきました。ホテル内の生活や班ごとの行動などはすべて時間を守ることができました。

一日目の体験学習として座禅を行いました。なぜ座禅を行うのか、ということについて僧侶の方から「本来の自分をみつけること」という説明がありました。

その具体として、足を組み手の形を整えたうえですることは、

- (1)姿勢を正すこと。
- (2)姿勢を正したら呼吸を整えること。
- (3)呼吸が整うと言葉が整います。
- (4)言葉が整うと行動が整います。
- (5)行動が整うと心が整います。
- (6)心が整うと考えが整い「本来」の自分が見えてきます。

それが本来の自分というものです、と教えていただきました。

このお話を聞いていたとき、私は京都で葛西中の朝礼の皆さんの姿を思い出した。今日の朝礼でもできていますが、きちんとしたあいさつや姿勢を正して話を聞けること。まさに、姿勢や呼吸が整い、行動が伴っています。おそらく皆さんは心が整い、自分の考えをもつことができていると思いました。今、皆さんが立っている姿は、そのような状態なのだと思います。だからこそ、朝礼の場に合った態度を自然にとることができるのだと思います。

さて、この良い状態は学校生活に限らず、すべての生活に応用できるものであり、応用してください。授業での学習に取り組む姿勢はいかがですか。部活動の練習に取り組む姿勢に本来のあるべき態度が表れていますか。

今日の話をもとにして、皆さん自身が本来あるべき行動や態度を見直す機会にしてください。

(校長 内野雅晶)