



あるがままを受け入れる

「運動会なんて、なければいいのに」。運動が苦手な人にとっては一日中体育をしているわけですから、そう思う気持ちも分かります。かと言って、校長の職権乱用で「今年度は、運動会の代わりに算数オリンピックを開催します！全校生で運動場に集まって一日中算数の問題を解き続けます」と言い始めたら、おそらく暴動が起こるでしょう。

話は変わりますが、禅宗において僧が修行するために課題として与えられる問題を公案と言います。例えば「隻手の声」という公案は、「両手を打ち合わせると音がするが、片手にはどんな音があるか（どっちの手が鳴ったのか）」という問題です。公案とは禅問答であって、にわかに要領を得ず、解答があるかすら不明なものが多いです。「婆子焼庵」という公案があります。「ある老婆が修行中の僧を試そうとして、若い女性に命じて誘惑させます。しかし僧は、『私の心は少しも動かない』と言って女性の手を払いのけます。老婆はその話を聞いて大層怒り、僧が暮らす草庵（いおり）を焼きはらってしまった」という問題です。では、この僧はどうすれば良かったのでしょうか。ある小説の中で、一人の登場人物はこう理解します。老婆は「感じたままに苦しみ、身悶えし、じたばたするのが自然の姿であり、この僧の行為は本心ではない」ことに腹を立ててしまったのではないかと。また、禅宗のお坊さんの解釈はこうです。煩惱が消し去れるものとした覚りは覚りではなく、覚りとは「あるがままに受け入れること」でもある、というのです。自然と湧き上がってくる感情は抑えることができません。「こんなことは考えてはいけない」などと悩んでしまうと、余計に自分を苦しめることになります。自然に湧き出てくるもの、自分ではコントロールできないことには悩んでも仕方がないように思います。それよりも自分を否定せず、「あるがままに受け入れること」がストレスを溜めない健全な考え方なのかも知れません。

さあ、今月は運動会です。「運動会なんて、なければいいのに」と思っている人がいてもそれも受け入れましょう。運動が苦手でも、自分の力を精一杯発揮することは誰しもができることです。そして、演技が終わった後の拍手によって達成感を味わえます。ぜひ当日は、子どもたち一人一人の頑張りに大きな拍手をお願いできればと思います。しかし最近、我が子をスマホで撮影することに手が取られ、客席からの拍手が寂しく感じる場合があります。私は、拍手も欲しいですが我が子を撮影することも大切だと思っています。子どもにとっては、自分を見てくれているという親の愛情を感じ、自尊心が高まることにつながると思うからです。そこで、スマホを持っていても片手でできる拍手を紹介しましょう。手話の拍手です。手を顔の横に挙げて、手首を回転させながらひらひらと動かし、本来は両手でしますが、片手でも拍手だと分かります。いろんな拍手をお待ちしています。

当日の天気も自分ではコントロールできないので今から悩んでも仕方ありません。雨天の場合は教室で算数オリンピックをしませんか？

我が子だと 思って撮ってた 知らない子



(校長 河合 康一)

ベルマーク回収について

学校ではベルマークを集めています。職員室の入り口に回収箱を置いてありますので、ご家庭である程度集まりましたら、お子様に持たせて下さい。土山老人クラブの方が集計に協力して下さいます。ありがとうございます。



ボランティアの募集について

加古川市では学校園支援ボランティアを募集しています。授業の補助や読み聞かせ、図書室や花壇の整備、登下校の見守りや学校行事のお手伝いなど、自校・他校、定期・不定期を問わず学校園の活動にご協力いただける方は、本校教頭までお問い合わせください。教育委員会にボランティア登録をした後、活動場所や活動内容を相談していきます。多くの方の応募をお待ちしています。



学校ホームページについて

普段の授業の様子などを学校ホームページに日々アップしています。個人情報保護のため画像処理をしていますが、学習の雰囲気だけでも感じていただけたらと思っています。

加古川市立平岡東小学校ホームページ

<https://www.city.kakogawa.lg.jp/soshikikarasagasu/kyouiku/gakoen/hiraokacyugakkoku/hiraokasyogakko/index.html>

