

校長のひとり言

■「前進、未来は変えられる。」

私には忘れたくない過去や、何であんなことをしたり言ったりしたんだろうという気持ちになることがある。過ぎ去ってしまったことではあるが、反省や恥ずかしい思い、後悔してしまうことが度々ある。

このような話を友人にしたら、過去の自分を恥ずかしいと思うのは、今の自分が成長した証だと言った。これまでも人は多くの失敗体験や日々の反省から成長するという話は聞いてきた。しかし、反省や後悔が大きいと前に進めにくいくらい心が折れ精神的に落ち込み全く元気が出ない。やることに失敗の連続ですべてが消極的になってしまう。

以前こんなことがあった。失敗、反省、後悔の連続で疲れてしまい、心身共に元気で過ごすことができなくなった。何をやってもうまくいかない失敗の連続。ネガティブなことを考えれば考えるほど良くないことが起こる負の連鎖である。

特に解決策もなく悶々と過ごすこととなるが、ある本に簡潔というより無責任とでも受け止められる内容のものがあった。それは、「自分を信じ今できることだけに集中することである」と記されていた。うまく頭で整理できないままではあったが、それから数か月間は、いいイメージをもって今できることだけに集中しよう努めることにした。しかし、悪いイメージが先に浮かんでくる。前向きになろうとするが、以前のことが脳裏にある。実に難しい作業で気を紛わすことも試みるのだが、自分自身をうまくコントロールできない日々の連続であった。

反省はするが過去は変えられない、変えられるのは未来のみ。明日や将来のことを強く考え、誰にも平等にやってくる明日が違った日になることに期待し、いいイメージを持って今できることに集中することを繰り返した。なかなか負の連鎖から脱出できないが、何もしないまま悔やみ続け苦しくなるよりは、今自分にできる行動をとる。すべてが解決し充実した日々が送れているとは言えないが、少しは前向きになり失敗を怖がらず挑戦したい気持ちにもなった。今も後悔や反省の連続ではあるが、私にとって少し前向きになれるきっかけとなる局面であった。