

あの頃、あれをやっておけば良かった ～10年を振り返り、3年先を考える～

小林 隆介（稲城市立稲城第二中学校）

1 はじめに

今回の分科会が、参加者の皆さんにとって、自分の原体験を見つけ、これからの未来を考え、今何をしたいかを考える時間になっていたとしたら幸いです。

2 原体験を見つける

自分自身の人生を振り返ったみたときに、一度も傷ついたり、挫折をしたりせずに歩んできた人はいないと思います。多くの人々が、よいときもあれば、悪いときもあるという、山あり谷ありの人生ではないでしょうか。

実際の分科会では、私の失敗談や感動した経験を紹介しながら、参加者の皆さんに、自分の人生を折れ線グラフのように表していただきました。X軸は幸福度や充実度、Y軸は年齢としました。グラフにする際に、「あのときには、あんなことがあったな。」と自身の過去を振り返ることができたと思います。作成してみるとわかるのですが、多くの方は、やはり「山あり谷あり」のグラフになります。ずっといいときばかりの人や、ずっと悪いときばかりの人はあまりいません。「いいときもあったし、悪いときもあった。そして、悪いときはいつかは終わる。」自分の人生を振り返って、そう気づくことができれば、多少上手くいかないことがあったとしても、少し余裕をもって生きることができるのではないのでしょうか。

大切なことは、グラフが下に沈んでいたときに、どのようにして上向きにすることができたかを考えることです。それが、自分の原体験を見つけるヒントになると私は考えています。その体験こそが、人生のターニングポイントになったはずです。それは、人との出会いだったり、家族や友人からの言葉だったり、1冊の本だったり、あるいは、ある日の太陽のまぶしさだったかもしれません。自分自身にしかない原体験を見つける作業は楽しいことです。そして、見つけたそれを、参加者同士で話し合いました。明治大学の学生は素晴らしく、初対面にもかかわらず、笑顔で温かいムードで会話をしてくれました。

3 あなたにとって価値があることは何か？

参加者の皆さんに、自分にとって価値がある夢や目標を書き出していただきました。学生の中には、夢や目標が見つかりにくいという方もおられました。そのため、具体的に、どのような人になりたいか、どんなことをできるようになりたいか、何を手に入れたいかということを考えていただくことで、少しずつその輪郭ができてきました。夢や目標というと、大きくて、人のためになるような崇高なものをイメージしがちですが、それらに貴賤はなく、人と比べる必要はないと私は考えます。自分にとって価値があるかどうか大切です。例えば、3キロ痩せたいという夢や目標も、その人にとって価値があれば尊いのです。価値は言い換え

れば目的です。何のためにその夢や目標を達成したいのかが明確であることが重要であり、その価値や目的に人は共感し、応援します。目的は夢に向かって突き進む原動力になります。自分の夢や目標、そして、何のためにそれを達成したいのか、自分にとって価値があることは何かということを考える中で、自分と向き合う時間を過ごしていただいたことと思います。

4 おわりに

昨年の夏ごろ、土曜の部活動指導を終え、私が自宅に帰ろうとしていたとき、偶然、明治大学の高野先生とお会いしました。その際、今回の分科会をご紹介いただきました。このような機会をいただきまして、誠にありがとうございました。また、分科会当日もお忙しい中ご出席いただき、学生の皆さんと一緒に受講して下さったことに心より感謝申し上げます。明治大学教務事務部資格課程事務室の広瀬様には、提出書類などが大幅に遅れ、大変ご迷惑をおかけしました。そして、当日司会を担当していただいた飯塚先生は、明治大学学生時代の同期であり、卒業以来久しぶりにお会いしてお話をするのができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。たくさんのご縁をちょうだいしたこと、多くの方々のお力添えをいただいたこと、明治大学教育会とご参加の皆様にご心より感謝申し上げます。ありがとうございました。