

# 出中だより

発行 平成18年7月20日  
砺波市立出町中学校

## 「スイッチ・オン！」

教頭 中嶋 洋一

みなさんに質問です。次の(1)～(3)に入ることばは何でしょうか。

一生懸命だと ( 1 ) が出る  
中途半端だと ( 2 ) が出る  
いい加減だと ( 3 ) が出る

のっけからの質問で失礼しました。堅苦しく考えずに、頭の体操をするようなつもりで考えてみてくださいませんか。

実は、これは、ある飲み屋さんのトイレで見付けたことばです。何気なく利用するトイレですが、そのお店の店主の思いや気持ちが伝わってくるものがよくあります。

一生懸命だと(汗)が出る。一生懸命だと(元気)が出る。一生懸命だと(感謝のことば)が出る。いろいろな答えが出てきそうですが、さて、みなさんは何だとお考えですか。

中途半端だと、何が出るのでしょうか。  
え？(ため息)？  
では、いい加減だと何が出ますか。  
なるほど(冷や汗)ですか？

答えは次のとおりです。

1は(知恵) 2は(愚痴) 3は(言い訳)

私は、初めてこれを聞いたとき、思わず膝をたたいて、うなっていました。

確かに、一生懸命にやると知恵やアイデアが出てきます。何より誰かが助けてくれます。

一方、取り組みが中途半端だったときは「～たら、～ればできたはず」と言いがちです。

また、自分のいい加減さを見透かされないようにするために、つい周りのせいにしてしまいます。

言い訳や愚痴は、一生懸命にやらなかったことを自分が認めているときに出てくるようですね。

私など、反省することしきりです。

ところで、みなさんは、星占い、血液型占い、手相、トランプ占い、タロットカード占い等々、占いはお好きですか。朝のめざましテレビの「今日の占い」コーナーを楽しみにしている人も多いことでしょう。占いは、どちらかというとい律的で、悪ければ信じないということもできます。人生は占いのとおりにはいきませんが、それでも自分の人生を変える方法はあるようです。

次にご紹介することばは、そのヒントを示してくれます。(1)～(3)に何が入るかお考え下さい。

( 1 ) が変われば、行動が変わる。  
行動が変われば、( 2 ) が変わる。  
( 2 ) が変われば、人格が変わる。  
人格が変われば、( 3 ) が変わる。

行動が変わる、人格が変わると言われると、なんだかずいぶん大げさなことに思えてきます。しかし、「小さなことには神様が宿る」と言われているように、最初の小さなことがどんどん後に影響を与えていくということは、よくあることです。

答えは順に、

1は(意識) 2は(習慣) 3は(運命)

意識を変えれば、行動が変わる。「よし、やるぞ」と、心のスイッチがオンになれば、実際にとる行動も変わってきます。逆に、「もうダメだ。やめた！」と決めてしまえば(スイッチがオフになれば)、つい、そのような行動をとるようになります。何度も何度も、そのような行動がとられるようになると、いつしかそれが習慣になっていきます。無意識のうちにとられる行動をみて、周りの人は、「ああ、この人は変わったなあ」と判断するようになります。周りの人が、その人の行いを評価し始めると、実際に形となっているんなことが起こり始めます。今までは思いもしなかったことが起こるようになります。

知り合いから「変わったね」と言われたことはありませんか。

大きい、小さいの違いはあっても、このような経験は誰にでもあるのではないのでしょうか。

何事も習慣にしてしまうまで頑張ることが大事なようですね。

さて、長い夏休み。「スイッチ・オン！」で、よい習慣にしたいことは何ですか。