

笑ってごらん

第 567 号 H. 28. 11. 24 発行

～今日のことば～

これでいい、じゃなくて

これがいい、と言える人生にしたい。

《 杏 》

◇◆22日の朝、目覚めた私が窓の外に目をやると、いつもと様子が異なる。そこには一面の雲海が広がっていた。まだ明け切らぬ時間帯。車のヘッドライトは2本の光の筋となっている。何とも幻想的な風景である。日課のウォーキングに勤しんでおられる男性の姿も、すぐ近くまで寄らなければ視認できなかった。さながらハリー・ポッターの映画に出てくる夜のhogwarts城境界の不気味な雰囲気である。(あ、そういえば、ハリーポッターシリーズは最新刊が出ていたな…。今読んでいる本を読み終えたらチャレンジするでしょう。) 久々の濃霧も日が昇って綺麗に解消した。 ◆霧ってどうしてで



きるんだろう? 改めて調べてみた。日中は日射によって地面が暖められる。日没後は地面から「熱放射」され、地面が冷えて気温が下がる。これが「放射冷却」。この放射冷却が起こる際、地面が適度に湿っていると、空気はやがて飽和状態となり、小さな水滴が生じ、霧が発生するのである。昨夜は結構強い雨が降っていたので、地面は水分を多く含んでいた。しかし、夜間天気は晴れへと変わり「放射冷却」現象が進んだために、濃い霧が生じたのであろう。そして、その後の日射で空気が暖められることにより飽和状態から脱したため、霧は消えたのだ。自然が織りなす現象とは摩訶不思議なものである。 ◇◆毎日同じことのルーティン。そこへ非日常の出来事が舞い込むと胸躍ることがある。そんな時、ややもすると、正常な判断が失われ、確実にマイナスの結末に繋がる美味しそうな「仮面」を被った、心惹かれる「事象」に向かって行動を起こしてしまう。そして…。案の定というべきか、冷静さが失われていなければ十分に予測されたであろう「失敗」に至る。加えて、責任回避の言動をとってしまうこともある。「私は悪くない!」。こうなると、周囲は対応し辛くなり、人間関係は疎遠になっていく。 ◆善悪の判断は己の心が決める。進むも勇気、退くも勇気。人間、「やりたいこと」と「やらねばならぬこと」の狭間で揺れ動く。悩む。目の前の事象に「囚われ」てしまっていると感じた時は、自分自身の「いま」を「俯瞰」で捉える努力をしてみると良い。心のオーバー・ビュー・モニタリングとでも言おうか。「いま」の自分を外から見たらどのように見えるのだろうか? 冷静さを保つ意味でも大事なことのように思う。 ◇◆20日行われた鹿児島県高校弓道選手権において、本校女子チームが団体準優勝、個人でも1年生の川平悠理さんが準優勝し、川平さんは12月の全国選手権への出場権を得た。また、19～20日行われた全国選抜高校テニス大会九州地区大会においては、本校男子チームがベスト4入り、女子チームは準優勝に輝いた。いずれも素晴らしい結果。今回得た「課題」を解決すべく練習に練習を重ね、次なる大会でさらなる高みに挑んで欲しい。選手の皆さん、おめでとう!

感謝道

◇◆17～18日、鹿児島県高校教育研究会看護部会秋季研究協議会のため、出水中央高校へ赴いた。県内の看護系学科設置校の先生方が集まり、情報交換を行うとともに「より良い看護教育」について議論を重ねた。今回もとても素晴らしい会になったと思う。

◆終了後、私は伯母(亡父の姉)が入所している老人ホームを訪れた。伯母は96歳になるが、足が悪い他は至って元気であり、安心した。施設の職員の笑顔が素敵であったことが印象的だった。