届け 世界の果てまでも

令和４年１２月２０日　Ｎｏ．５４　文責　校長　飯久保一男

今の自分が自分史上最高

クリスマスシーズンらしく，赤鼻のトナカイの話です。

生まれつき真っ赤な鼻をしていたトナカイのルドルフは，その鼻のおかげで，いつもみんなにバカにされ，悲しくて自信のない日々を送っていました。

クリスマス・イブのことです。サンタクロースが８頭のトナカイの引くソリで出発しようとしたところ，突然，深い霧が立ち込めてきました。

…８頭のトナカイはすでに，サンタクロースに選ばれた英雄として，毎年，世界中を駆け巡っていました。

「こんなに暗くては煙突を探すこともできない。」
サンタクロースは暗闇の中で出発することもできず，困り果ててしまいました。

そのときです。サンタクロースと８頭のトナカイを一目見ようと集まっていた人々が，なにやら騒いでいるのに気付きました。人々の注目の先は，ルドルフでした。赤い鼻がピカピカ光っていたからです。「これだ！」と思ったサンタクロースはルドルフに近づいていきました。ルドルフは赤鼻を笑われていると思って泣いていたそうです。

サンタクロースはルドルフにお願いしました。

「君はみんなとは違う。それはすごいことなんだ。
君のピカピカの赤い鼻はみんなとは違うけど
暗い夜道を照らすことができる。
君の鼻が役に立つんだ。一緒に行ってくれないか？」

その夜，先頭を走るルドルフの活躍によって，子どもたちにプレゼントが届けられました。ルドルフは一躍みんなが憧れるトナカイになりました。あんなに嫌だった赤い鼻，コンプレックスでしかなかった赤い鼻のおかげで，ルドルフは世界中の人気者になりました。この年以来，ソリは９頭で引くようになり，ルドルフは今でもその先頭で，サンタクロースとともに世界中に夢を運んでいます。

「赤鼻のトナカイ」の話は，歌も有名です。ルドルフにとってコンプレックスだった赤い鼻でしたが，それが役に立ち，人気者になりました。

すべてのトナカイが赤い鼻であったのなら，ルドルフはコンプレックスをもたなかったはずです。他のトナカイと比べて，自分だけが赤い鼻であったために，コンプレックスになったのです。つまり，**コンプレックスは，他と比べることで生まれる**のです。

私は自分をコンプレックスの塊だと思っています。この通信を読んでいただいている皆さんも何かしらのコンプレックスを少なからずもっているのではないでしょうか。謙虚な日本人は，海外の人々よりも，コンプレックスをもつ人が多いかもしれません。

他の人と自分を比べて，自分は劣っている，自分だけ違うという思いから，コンプレックスは生まれます。「人と比べるのはよくない」と言われても，選抜試験があったり，成績による昇給・昇進があったりする社会では，比べざるを得ないものです。　※親が子どもを他の子と比べて，ほめたり叱ったりすることは意味が違います。

人と比べて，自分の方が優位であると思ったり，勝(まさ)っていると思ったりすることで安心することがあると思います。自分より下位の人がいることで，ほっとすることもあると思います。中には，自分が他の人に勝るものは何もない，というコンプレックスをもつ人もいるかもしれません。でも，こういう考え方をもっていると，なかなかコンプレックスを解消することはできません。

その解消法として，人と比べるのではなく，「以前の自分と比べる」という方法があります。解消とはならなくとも，自分を必要以上に落ち込ませないようにはできると考えます。１年前の自分と比べてみることで，だいぶマシになったと思えれば，コンプレックスが少しは軽くなるのではないかと思います。

１か月前の自分と比べる，１週間前の自分と比べる，昨日の自分と比べる…，その期間が短いほど，大人はなかなか自分の変化や成長を実感できませんが，日々成長している子どもたちなら，昨日の自分と比べても，変化や成長があるはずです。学校に来て学べばその分，カシコクなっているはずです。

人気のあるゲームに，ロールプレイングゲームがあります。主人公が様々な敵を倒していき，経験値を積み，最後にはボスを倒して平和を取り戻すというような内容が多いと思います。

〇いきなり強敵とは戦えません。少しずつ経験値を積み重ねて主人公を強くしていきます。
　→少しでも経験値が増えれば，その主人公はいつでもその主人公史上最強です。

〇強い武器や防具を見つけたり，購入したりして主人公を強くしていきます。
　→少しでも強い武器や防具を装備すれば，その主人公史上最強になります。

ときには，相手が強くて全滅してしまうこともありますが，教会みたいなところで復活をして，ゲームをやり直せます。そのとき，お金は減ることはありますが，経験値は減りません。その主人公史上最強のままです。

成長期の子どもたちは，今の自分が「**自分史上最高**」です。経験や学習を積み重ねて成長していますので，今が最高なのです。いつでも，今，その瞬間が，自分史上最高の自分です。そして，１日後，１時間後，１分後にはまた自分史上最高が更新されていくのです。

ときには，失敗もします。コンプレックスをもつこともあります。コンプレックスを抱えて落ち込むこともあるかもしれません。しかし，それまで積み重ねてきた経験や知識が減ったりなくなったりすることはありません。自分史上最高のままです。今の自分を過去最高の自分と思うことで，ポジティブな気持ちになれると思います。

「自分のことを好きになる」「自分を自分で肯定する」それはいつの自分でしょうか。今です。

◆◆◆◆◆◆◆　　◆◆◆◆◆◆◆

ケーキ屋でアルバイトをしていた俺。体調不良で駅のホームで吐いてしまった。
当たり前だけど，人々はみんな遠巻きにチラッと見て通り過ぎるだけ。
そんな中，老夫婦が介抱してくれた。
あとでお礼をしなきゃ，ハンカチを洗って帰さなきゃ，と名前と住所を聞いたら，
旦那さんが「私はサンタ。こっち(奥さん)はルドルフ。サンタだから住所は内緒。」って。
何も教えてもらえないまま，老夫婦は去っていった。
それからしばらくして，そのときの「ルドルフ」がバイトしているケーキ屋に来た。
俺は接客してないけど，クリスマスケーキの予約をして帰っていった。
名前は「山田」さんだった。音読みすると…「サンタ」さん？