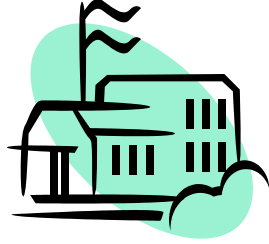


## 十六歳の地図

高校生活はたのし、とは誰が言ったか。

私の高校生活は、以下の理由から、見事な挫折で幕を開けた。【その1】私の住んでいた長崎県佐世保市には、北・南・西と県立普通高が3校あったが、受験生が高校を選ぶのではなく、教育委員会によって合格者が各高校に振り分けられるという制度であった。そして、私は、徒歩圏の西高ではなく、遠く離れた北高に行くことになった。

【その2】ということは、学区がまるで違うため、必然的に周りにはほぼ知らない人ばかりである。圧倒的な孤立感。



【その3】しかも、男子の人数が多かったために、共学高でありながら、異例の男子クラスが1コース編成され、私はその一員となつてしまった(思春期の男子にこれ以上の不幸があるうか?)。【その4】(これが一番の理由だが)高校の授業の進度は恐ろしく速かった。勉強には

自信があったつもりが、まるでついていけなかったのだ。しかし、私以外の周りの連中はことなげにスラスラ解いていた……。

こんなはずじゃなかった。絶望的なスタートだった。周囲には全く馴染めなかった。或る理由があつて、吹奏楽の部活動はきちんと出ていたが、それが終わると市街地に出て、アーケードをふらついた。閉店の時間帯になれば、行くあてもないので、駅の裏にある港に行つて、十時半の最終バスが来るまで、自衛隊の船が浮かぶ海をながめる、そんな毎日を繰り返すようになった。授業中は、現実逃避で詩ばかり書いていたし、宿題もまともにやらないから、必然的に成績は急降下しだした(一学期は赤点を取るようになる)。すべてを環境のせいにして、被害意識に凝り固まっていた私は、五月には、もう、退学を考えていた。

相当思いつめたある日、私は、カウンセラー室に向かった。佐世保北高のカウンセラーは、年配の男性で、私が「相談があるんですけどいいですか」と言うと、「俺は今日はもう帰るけれど、今度来てくれんね」と、体よくあしらわれた。さらに、後日再訪すると、今度は会議を理由に断られた(「心のケア」という文化は、一九八〇年代の九州の西の端の地方都市には存在しなかったのである)。

クラスの連中は連中で、「俺さ、もう北高ばやめようかね」とつぶやこうものなら、周りの連中は「よかよか、さっさとやめろ、ライバルの減るばい」と、心の底から返すのであった。

しかし、そのことが私の心に火をつけた。「ここまで言われたら意地でもやめんばい」不思議なもので、それからは、かつてのネガティブな要因が、ことごとく建設的に作用していった。

異例の男子クラスも個性派の巣窟で刺激的だったし、何より男所帯の開放的な雰囲気心地よくなった。成績も一時の危機的状況を脱し始めた。



そして、私は、この後、人生最良の日々―恋をしたり、家出をしたり、仲間たちとも本気でぶつかった十七歳への扉を開くことになるのだ。

新しい季節、環境も変わって、かつての私のように落ち込んでいた人はいないだろうか、と卒業生を思い浮かべながら気にしている。結論から言うと、私はあのとき退学しなくて良かった。楽しいことはあとからやってきた。たとえば、知らない土地で、何も持たずに降り立って、行きたい所へ行けるはずもない。道を間違えたり、人に尋ねたりすることで、段々近づいていく。これからの三年間はその過程である。君のその不安は、理想の自分になりたいという強い願望の別のあらわれなのだ。つらいときは思う存分激白しに来ればよい。私達はいつでも教室で待っているから。

みんな、新しいスタートおめでとう！

(関)

## 田之中先生のこと

●けたたましい笑い声が聞こえる。大勢の話し声や叫び声も。走り回っている足音も聞こえる。耳鳴りがして全てが渦のように交ざって頭の中で響きあう。何があつたんだ。どうしたんだ。「大丈夫よ。しっかり！小林くん！聞こえる？大丈夫よ！」薄れゆく意識の中、大きな声突き刺さる。あれ、先生の声だ……。どうしたんだ……。「大丈夫よ！がんばって！」

●おそらく、私を抱きかかえて、階段を降りていたのだろう。私の体は、ふわりふわり、下へと沈んでいく。ふわりふわり……。先生だ……。先生のにおいがする……。先生だ……。

●目の前が少し明るくなると、いくつもの顔が並んでいた。何があつたんだ。母と祖父と弟と。それから先生の顔。みんな、何か声をかけているようだが、よく分からない。頭がズキズキして、渦のようになぐるぐる回っている。そうか、ぼくは倒れたんだ。とすれば、ここは病院か。また倒れたのか……。



●小4の時の出来事である。小1、小2と決まっつて、学校で倒れて、これが3回目。その度に担任の先生に抱きかかえられて、運ばれたはず

だが、小4の時のことだけが記憶に残っている。担任は、田之中先生といって、30歳くらいの女性の先生。先生の「大丈夫よ！がんばって！」は、その後も私の記憶の中にあつて、時々よみがえる。生命の危機ではないが、心が重いとき、いろんなものから逃げ出したいと思うとき、何か聞こえてくる。

●いい先生であつた。交流が復活して時折便りを交わすくらいであるが、昔と変わらぬきれいな字(この世の中で私が一番気に入っている字)で書かれた文章を読むと、あの時のことが思い出される。何故か清々しい気分になる。いつか励まされている自分に気付く。

●私は、教師に恵まれていたと思う。小中高大と素晴らしい教師に出会えて、本当に幸運だったと思う。中でも、田之中先生の事は、印象が強い。病弱で、何事にも自信がなかった私を、励まし支えて頑張ることを教えてもらった。「大丈夫よ！がんばって！」は私の生命への呼びかけだったのだろうが、今思えば、彼女はいつもいつも同じことを私に伝えていたのだ。

●「忘れられない言葉」というのが、誰にでもあるはずで、勿論、私にもいくつもあるが、田之中先生からもらった「大丈夫！がんばって！」は、その中の大きな一つである。文字にすれば、極めてありふれた表現ではあるが、私を救おうとして、懸命に呼びかけるあの声には、何もの

にもかえ難い熱いものがあつた。

●さて、闘病生活は小1〜中3まで9年にも及んだ。いろんな人に世話になり、それはもう言葉でも金銭でも何をもつてもかえられない程の世話になり、こうして人並みには人生を送れている。感謝、感謝である。私の方々、これから何かをお返しすることなどとてもできないがいつも心の中に彼らへの思いがある。

(小林(健))

## メンタルトレーニング

先日、選抜高校野球が閉幕しました。高校野球を観る度に、私は野球に打ち込んでいた学生時代を思い出します。私は高校まで主に野手としてプレーしていました。ところが、大学に入った途端、投手に転向することになりました。もちろん、チーム内に投手がいなかったわけはありません。同期には投手経験者がいましたし、先輩にも優れた投手が何人かいました。そして、翌年以降、また投手経験者が何人か入ってきます。そんな中、ほぼ投手未経験の私が公式戦に登板するレベルに達するには、人一倍練習しなければなりません。そこで、私はライバルたちとは違う、独自の練習法も取り入れていかなければならないと思い、様々な研究

をし、その結果、当時あまり注目されていなかった「メンタルトレーニング」に出会いました。このメンタルトレーニングのおかげで、私は大きな飛躍を遂げ、チームで主戦投手となり、タイトルを手にするまでになりました。

例えば、こんな状況があつたとします。「あなたが投手です。相手打者に対し、2ストライク3ボールという状況を迎えました。次の球を投げるにあたって、あなたの心理は次のA、Bのうち、どちらですか。」

A「よおし、2ストライクと追い込んでいます。次の球で決めてやる！」

B「3ボールまでできてしまった。次にボール球を投げてしまったら、フォアボールになつてしまう。ストライクを投げなくては……」

イメージしたことは実際にそのとおりになることが多いようです。これは野球に限らず、様々な分野で実証されています。

従つて、Aの心理状態であれば、その後、相手打者を打ち取ることができずし、逆に、Bの心理状態であれば、たいていフォアボールを与えてしまいます。



ということは、常にプラス思考でイメージすれば、自ずと良い結果に結びつくということになります。

しかし、これがまた非常に難しい。ピンチを

迎えたときにいざプラス思考でイメージしようと思つてみても、一瞬、マイナス思考のイメージが頭をよぎってしまいます。これは日常生活の中で、マイナス思考に陥ることがよくあるからです。これを克服するには、日常生活から、常にプラス思考でいる訓練をしなければいけません。そうすることによって、初めてピンチを迎えたときに、良いイメージを持つことができるのです。

このことは学習面においても同じです。定期テストのとき、模擬試験のとき、そして、入試のときにだけ良いイメージを持つと思つても、絶対にうまくいきません。日常生活におけるあらゆる面に対し、常にプラス思考でとらえる訓練が必要です。そして、良いイメージを持ち続けることが、好結果を生み出し、そして合格へとつながっていくのです。みなさん、教室の掲示物をもう一度よく見てください！「マイナスの言葉ばかり口にする↓成績が伸びない」「積極的な言葉だけを口にすると合格」積極的な言葉を口にすることで良いイメージを持つことができるのです。まずはマイナスの言葉をなくすところから始めてみませんか。

(村田)

### ▼▲継続希望の方へ▲▼

- ▶卒業や転校等で創学舎を離れた方にも、ご希望があれば創学舎ニュースを無料でお送り致します。
- ▶在籍していた教室までご連絡下さい。