

プラス思考（ポジティブシンキング）

以下は、ちょっと古くて申し訳ないのですが、一昨年4月20日の新聞記事を要約（ヨウヤク：要点をまとめること）したものです。

サッカーJ2で横浜F.C.の三浦知良選手が、今季2点目となるゴールを決め、自身が持つJリーグ最年長得点記録を更新（コウシン：新しく改めること）した。野球解説者の張本勲氏の引退勧告（カンコク：わけを話してある行動をとるようすすめること）を力に変えての得点だった。

三浦選手は5日のゲームで約1年5か月ぶりに得点し、最年長記録を更新したばかりだった。しかし、12日のサンデーモーニング（青森県ではA.T.Vで放送）で、張本氏は「もうおやめなさい」と発言していた。これに対し、三浦選手は「もっと活躍しろ、と言われているんだなと思った。張本氏が巨人で王さんと組んで活躍したのを覚えている。そんな方から激励されたと思って頑張る」と語っていた。

その真摯（シンシ：まじめなこと）な姿勢に、張本氏は19日朝のサンデーモーニングで「あっぱれだよ。普通はクレーム（苦情。不平や不満）をつける。男らしいというか…。引退は本人が決めること。最後まで応援するよ」と三浦選手をほめたのでした。その「あっぱれ」に応えるかのようなタイミングで決まった今季の2得点目。三浦選手は、「人から言われることがなくなったら現状（ゲンジョウ：現在のありさま）に甘えてしまう。厳しいことを言ってもらえるだけ幸せなんじゃないかな」と真剣な表情で感謝していた。

新聞記事にあった三浦選手のような考え方を、「プラス思考」あるいは「ポジティブシンキング」と言います。物事を肯定的（コウテイテキ：物事を認めるようす）かつ前向きに考えることです。これに対し、反対の意味を持つ言葉が「マイナス思考」「ネガティブシンキング」と言います。過去の失敗にこだわり、細かいことや人の目が気になり、いい事はなかなか信用しないで、悪い事は簡単に信用してしまう考え方です。どちらがいいかは、一目瞭然（イチモクリョウゼン：一目見て、よくわかるようす）ですね。三浦選手が、「早くやめろ」という張本氏の発言をマイナス思考（ネガティブシンキング）でとらえていたら、「せっかく頑張っている自分に向かって、何てこと言うんだ。あいつ、嫌いだ。何だ、あの野郎」など、恨んだり、あるいはストレスをかかえてしまったかもしれません。それを、自分への激励ととらえ、自分自身が進歩向上するための力に変えてしまったのです。まさに「プラスの思考」の効能（コウノウ：ききめ）です。

実は私も、新年早々やらかしてしまったことがあります。3日の小中野町内会主催の新年会の後片付けの時、ハデに転んでしまいました。それこそ、芸人さんがテレビのバラエティ番組でわざとやるような“スッテンコロリン”というような転び方でした。幸いにも、頭と背中と腰を強打しましたが救急車で病院に運ばれることもなく、まだ足がちょっとだけ痛いくらいですみました。このことを、「今年は縁起が悪いぞ」と考えるか「新年ハデに転んだから、今年はもう大丈夫だ」と思うかです。すでに高校受験も始まっていますから、受験シーズン本番です。私も中学校の校長ですから、「スベル」とか「落ちる」とかは禁句（キンク：使ってはならない言葉）ですが、小中野中学校の全受検生の「スベルこと」は、私が代表してすべて引き受けたと思っています。ですから、3年生のみなさん、安心して勉強に取り組んでください。

マイナス思考の人と一緒にいると、こちらまで気分が暗くなってしまう。逆にプラス思考の人と一緒にだと、明るく期待が持てるような気がするはず。もしかすると3年生の中には、「冬休みの勉強が足りなかったのではないかと心配している人もいるかもしれません。ここでも、マイナスに考えるのではなく、プラス思考で努力してください。それが、学年全体の雰囲気をも明るくしてくれるのだと思います。1・2年生も含めて、今年のコナチュウは、学校生活でも部活動でも常に前向きに、プラス思考で考えて、自分の生活を充実させてもらいたいと思います。

【今日のひとり言】

●今日の私の似顔絵は、バレーボール部2年の〇〇〇〇さんに描いてもらいました。頭にペタッとノリのように張りついた髪の毛がポイントでしょうか。私は気にしないようにしていますが、私の家族が「てっぺんがなくなって、カ〇パのようになってしまいそう」と気にしてくれています。背が低くポッチャリしている私にとって、髪の毛は最後の砦（サイゴノトリデ：勝敗やなりゆきを最終的に左右する、重要な物事の意味で用いられる言葉）なのかもしれませんが、さてどうしましょう？