

夏休みもいよいよ大詰めとなりました。

あと数日で学校が始まるとなると、誰もが憂うつな気持ちになるものです。自分の高校時代を振り返ってみても、この時期に必死な思いで取り組んでいた事、それは宿題でした。もっと早くから手をつけていればこんな思いをしなくて済んだのに、と試してみても後の祭りです。とにかくやらなければ、と机にかじりついて本を読んで感想文を書いたりしていたものです。



もっと前の小学生時代の私はこんな風でした。私は兄弟がなく一人っ子だったので、いつも長期の休みに東京から遊びに来てくれる4人の従兄弟たちと過ごす時間が楽しみで、一緒に花火をしたりプラモデルを作ったりスイカを食べたりとまるで天国にいるような時間でした。しかし、天国の反対は地獄です。まるで時限爆弾が爆発する時が来るかのように、一秒また一秒と従兄弟たちが東京へと戻っていく時が迫ってくるのです。残された時間をどうすればこれ以上ないくらい楽しめるのか、早起きを試してみたり、何か面白い事はないかと公園へ行ってみたいと知恵をしぼってはぎりぎりまで、もがきにもがいてついに来るべき時が来るのです。まるで死刑台に一步一步登っていくような気分だったのが今でも思い出されます。古河駅には自分と母の二人が残され、とぼとぼと帰路につく道すがら、泣いてはいけないと何度言い聞かせても涙がぽろぽろと出てきました。その度に今は亡き母から、「情けないよ全くこの子は！こんなことならもうあの子たち（従兄弟たち）は家には呼ばないからね。何度言ったらわかるんだろうね。」と厳しく怒られては惨めな気持ちになったものです。それでも私は気持ちの切り替えができなくて、家に帰ってから数日間、従兄弟たちがいた頃古新聞を引っ張り出しては眺め直し、「ああこの頃は～～ちゃんが家にいて～～や～～をして楽しかったなあ。」ともうの思いにふけてはまた怒られたものでした。



今となっては自分がなぜ怒られたのかよくわかりますが、当時は理解できなくて夏休みの終わりにはいつもグズグズとしていたものです。「気持ちの切り替え」、これはスポーツでも勉強でも、人間が生きていく上で身に付けなければならない大切な「心の在り方」だと思います。幼い日の夏休みに涙と引き換えに否が応でもすりこまれたもの。

さあ、新学期に向けて心を切り替えるべき時が来ました。切り替えの上手な人もそうでない人も、まずは宿題でも何でも、やる気があってもなくても、今自分の目の前にある必要な事に手を付けてみるのが手っ取り早いようです。まず机の前に座ってみるとか、本やノートを開いてみるとか、シャーペンを持ってみるとか……。手を付けているうちに気分はいつの間にか変わっているものです。 Good Luck !