

## 校長式辞

本校の卒業式を挙行できることに感謝申し上げます。  
ご息ご息女の卒業、まことにおめでとうございませう。  
PTA 会長をはじめ皆様にご来席いただきありがとうございます  
ございました。

卒業生の皆さん、今の思いはどうですか。名前を呼ば  
れて、担任の先生の短観の想い、ひしひしと感じまし  
た。あなたがたも想いがあるのではないですか。今日は  
姫工生最後の日となりました。慣れ親しんだ教室、  
運動場、実習室、この体育館も今日が最後です。明日  
からはそれぞれみんな離れてそれぞれの道を歩んでい  
く。寂しいと思います。

私の体験をもとに話します。

これに取り組もう、新しくやったことないことに挑戦してみよう、今までにもあったでしょう。つい「がんばるぞ」と決意したはずなのに、先延ばし、言い訳し、できなかったことがあると思います。それはなぜでしょうね。できない理由をぜひ知っておいてほしい。

その理由は脳です。脳は変化が嫌いなんです。脳科学者の方に勉強させてもらいました。脳は未知への挑戦が大嫌い。これまで経験していること、枠の中にいることは安心だから、脳は安心を選ぶ。なぜなら楽だから。変化しようとする

と脳は全力で止めようとする。そこが脳の基本的な働きです。集中力がきれ、言い訳をする、できない。これは脳のせいです。身近にもいるでしょう。何かと理由を付けて新しいことをしない人。現状維持で全然変わらない人は大人にもいる。コントロールできる方法をお伝えします。「できる」、「やれる」と口に出して言ってください。口に出したことは脳が聞いている。そのうち脳は思い込んでいく、これが習慣です。

卒業生のみなさん、質問します。

「自分のことを積極的だと思いませんか。消極的だと思いませんか。」

消極的な人が多いですね。姫工生なら積極的に手を挙げる人が多いと思っていました。ですが、そもそも消極的な人は学校にきますか。消極的な人は卒業しますか？

今消極的に手を挙げた人は、それを胸に、第二問にいけます。

第二問、「自分のことを素直だと思いませんか、頑固だと思いませんか」

頑固の方に手を挙げた人、多くいますね。そもそも、頑固かと聞かれて手をあげるのは素直です。頑固な人は手を挙げません。消極的、頑固、素直、自分の思い込みです。思い込みが、自分の成長行動範囲をせばめています。要は捉え方、考え方です。

将来大事なことは、「自分はできるやれるがんばれる」と口に出して唱えることです。

習慣にしてください。幸せになりたかったら、怠けずマイナスにとらえず、「できる」と唱えて脳をコントロールしてってください。最大の敵は自分自身です。

良い例として赤ちゃんがいます。赤ちゃんははじめ寝たきり、ハイハイする、立ち上がる、歩こうとする。転んでも、ケガしても、失敗しても、絶対やめない。今日しんどいからやめようという赤ちゃんはいないでしょ。赤ちゃんはポジティブ。自分に限界がないと思いつまらせている。できない、しないという信号はない。だから赤ちゃんの脳は素晴らしい。

卒業生の皆さん、姿勢を正してください。変わらないといけないときに、何が何でもできない理由を探す人になるなと言いたい。どうしたらできるかを考えてください。そして、実行できる人になってください。

不平不満をいう人にならないでください。

人生はたった1回限りの人生、それをどう生きるかその時間をどう使うか、あなただけしかできません。

人生で起こることには必ず意味がある。

不運を嘆くのではなく、自分をコントロールして乗り越えてほしい。

変化が大嫌いな脳を、自分でコントロールして、できない理由を探す人ではなく、試練がきても人生で起こることは全部意味がある、充実した人生を送ってほしい。

今日は喜びではなく、先に感謝を伝える人であってほしい。

二度とない人生を大切に送ってください。素晴らしい人生になりますように。

