



本丸だより

令和3年度 第4号

令和3年7月27日(火)

新発田市立本丸中学校

新発田市緑町2-7-22

TEL 0254-22-2525

FAX 0254-22-0342

<https://honmaru.shibata.ed.jp/>



本丸中学校ホームページ
本丸中学校ホームページ
ホームページ



ネガティブ・ケイパビリティ

～ 本丸中学校生徒のすばらしさ～

校長 三浦 学

祝 富樫勇樹 選手 オリンピック出場。誠におめでとうございます。本丸中卒業生の偉業と県大会等での輝かしい姿で結びとし、無事に1学期の終業式を迎えることができました。全国大会、北信越大会出場はもちろん、何よりも讃えたいのは、富樫選手同様、長きにわたって継続し積み重ねてきたそのプロセスです。小学校から続けさまざまな困難もあったことでしょう。まして中学校、直近では、新型コロナウイルスの世界的危機という、すぐには解決できない、どうにもならない苦しさが続く中で、ぐっところえながら努力し続けてきたのです。これまでの保護者、ご家族、地域、市当局の皆様のご理解とご協力、ご支援に深く感謝申し上げます。

目標の入試、来年夏の公式戦等で力を100%発揮するために普段はどうしたらよいか、を終業式で話しました。9年連続大学ラグビー日本一という偉業を成し遂げた帝京大学ラグビー部の岩出雅之監督は、実力を100%発揮するために「フローに入る7つの鉄則」をあげています。

その内の三つを紹介しました。次のとおりです。（『常勝集団のプリンシプル』第5章より）

フローに入る鉄則① 明確な目標を定め、心理的エネルギーを集中させる。

フローに入る鉄則② あらゆることに「成長マインドセット」（成長思考）で取り組む。

フローに入る鉄則③ 今のレベルより「ちょっと上」にチャレンジする。

ネガティブ・ケイパビリティ（以下NC）について、^{ははきぎほうせい} 帚木蓬生さん(作家、医師)は「どうにも答えの出ない、どうにも対処しようのない事態に耐える能力」とし述べます。この言葉が自分を支え続けている。難局に直面するたび逃げ出さずにその場に居続けられた。私を救ってくれた命の恩人のような言葉です。未解決の問題にせっかちに帳尻を合わせず、宙ぶらりんの状態をもちこたえるのがNCだとしても、実践するのは容易ではありません。私たちの人生や社会は、どうにも変えられない、とりつくすべもない事柄に満ち満ちています。だからこそNCが重要になってくる。私自身、この能力を知って以来、生きるすべも職業生活も創作行為も、随分楽になりました。ふんばる力がついたので。この概念を知っているのと知らないのでは、人生の生きやすさが天と地ほどにも違ってきます。苦難の人生での生きる力として活用してもらえれば存外の喜びです、と。（『ネガティブ・ケイパビリティ 答えの出ない事態に耐える力』より）

「希望する脳」について、上の著書で帚木さんは述べます。ヒトは分かっている心が落ち着くよう意味づけしようとする際に希望を付加する。脳は将来の明るく楽しい出来事を想像すると活性化が高まる。明るい未来を想像することによって困難を生き延びてきたと考えられます。

「日薬」と「目薬」の話が続きます。何事もすぐには解決しません。数週間、数ヵ月、数年、治療が続くこともあります。しかし何とかしているうちに何とかなるものです。これが「日薬」。

「目薬」はあなたの姿をこの目でしかと見ていますということ。ヒトはちゃんと見守っている眼があると耐えられるのです、と。

生徒の皆さんはNCを高くし乗り越えてきました。入試や公式戦、途中9月の体育祭や定期テスト、新人戦等を目標に希望を見いだせるよう、日薬と目薬でのご支援をお願いします。