

未来志創

2023年度が今日から始まります。4月は新しいことに挑戦しやすいタイミングだそうです。これから出会う新たな仲間、新たな学級・学年の生徒と共に、素敵な1年間を創り上げたいですね。同時に、本当にうまくいくのだろうか、もしかすると1年で最も不安が大きい日かもしれません。そんな様々な思いを分かり合いつつも、どうせなら、思いっきり素敵な未来を描きたいものです。ところで、今年はお花見行かれましたか？4月1日にすでに満開を迎えている今年。縁起がいいですね。

お花見の起源とは・・・

桜といえば「お花見」の言葉が浮かんできます。その起源はかなり古くからあったようです。

奈良時代は、花見の花といえば梅や萩などを指していましたが、平安時代には、容姿の美しさ、短命の儚さ、春を待ちこがれる感情から、貴族たちは桜を春の花の代表格として愛で、歌を詠み、花見の宴を開いて楽しんでいました。以来、この時期に咲き誇る花は桃や菜の花など色々ありますが、日本人は桜を特別視するようになりました。また、花見は豊作祈願の行事として、農民の間でも行われていました。桜は春になって山からおりてきた田の神様が宿る木とされていたため、桜の咲き方でその年の収穫を占ったり、桜の開花期に種もみをまく準備をしたりしていました。古代日本人の一番の願いは、稲穂がたわわに実り、お米がたくさん収穫できることでした。ですから彼らは、春になると満開に咲き誇る「桜」を秋の「稲穂」の実りに見立てて、先に喜び、お祝いをするので秋の豊作を引き寄せようとしていたのです。

これが「予祝」です。「予め祝う(あらかじめいわう)」ということであり、簡単に言うと「前祝い」ということです。この予祝の考え方は古来日本人の願いの叶え方であり、現代にも通ずる考え方なのかもしれません。

<前祝いする→成功のイメージが脳に記憶される→成功のイメージが具体化・現実化する>というサイクルができあがることで、夢や目標の実現に近づくということです。

最近、古代日本人の成功引き寄せの法則を学ぶ「予祝セミナー」なるものが開催されていて、受講者が後を絶たないと聞きました。

予祝セミナーの第一人者的な存在が大嶋啓介さんです。大嶋さんは現在、夢と希望を与える講演家として、日本全国で年間300本を超える講演をされています。大嶋さんは、居酒屋「てっぺん」の創業者として知られ、てっぺんの「本気の朝礼」は数々のメディアに取り上げられ、日本中で話題となりました。この頃から、てっぺんの朝礼研修を取り入れる企業や学校が増えました。また大嶋さんは、日本オリンピック代表のソフトボールチームで朝礼研修を行って、北京オリンピックの金メダルに貢献しました。さらに、2015～2019年にかけて高校野球の約50校にチーム強化のためのメンタル研修を行い、そのうちの19校が甲子園出場を果たしたというほどの超一流の講師です。

私が毎年参加している福島市の「株式会社こんの」が主催する新春講演会の今年の講師が大嶋啓介さんでした。今回の講演テーマである「本気のチームづくり」のエッセンスを学ばせていただきたいと考え、野球部の1、2年生部員とともに講演会にでかけていきました。

講演内容もとてもすばらしかったのですが、講演会終了後に、主催者である紺野道昭社長の粋な計らいで講師控室に本校の野球部員を入れていただき、大嶋さんからこんな話をいただきました。

高校野球はアマチュアスポーツです。同じ高校生なので、そんなに大きな力の差なんてないはず。もし差があるとしたら、それは思い込みの差なのではないでしょうか。どれだけ、皆さんが甲子園でプレーしている姿を想像しながら練習に取り組んでいるか。どれだけ、甲子園で校歌を歌っている姿を想像しながら毎日バットを振れているか。実はそれだけの差なんです。思い込みが変われば結果は変わります。

昔の人たちは、予祝をしながら、いつも黄金色の稲穂が果てしなく広がる世界を、昨年以上の収穫を願い、想像していたはず。残念ながら、私たち人間が想像できないことは現実に至りません。しかし、前祝いすることで、イメージが具体化され、現実を引き寄せてくれるんです。

弱気や不安はパフォーマンスを下げます。しかし、『できる・やれる』という前向きな考えはパフォーマンスを向上させます。さらに、人間が最もパフォーマンスを発揮できるのは、ワクワクして、楽しいときです。今日の講演でお伝えした予祝ワークをして、ワクワク度を上げてから練習や試合に臨んでみてください。きっと皆さんの『思い込み』が質の高い練習や試合を勝利へと導いてくれるはずです。皆さんの活躍をお祈りしています。・・・

『人生で大切なことはすべて学年通信のコラムに書いてあった(ふくしまの男性家庭教師 末松孝治/U-chu 企画)』

「今年はどうしたい」というような思いを抱いて今日を迎えたのではないのでしょうか。先生にとっての予祝って学級開きなのかも…とふと思いました。「こんなクラスにしたい」から「こんなクラスになるよ」「1年後、こうなっていようね」って先生がワクワクした笑顔で語る姿が、子どもたちにとっての予祝になっていくのかもしれない。先生の思いがじっくり時間をかけて全体に広がっていく…素敵すぎます！！