

# 2024 SHISEIKAN! 11

## 『自分』と上手につき合う」

国語担当 岡田 和美

長男の特性がわかったときに、私が優しくかけた言葉…「自分と上手につき合ななた〜い。」今から12年前のことですが、それ以前から、私自身が心がけていたことでもあります。

毎年、テーマを決めて過ごし始めて29年になります。今年のテーマは「実践〜魔法使いになる〜」。入学式の講師紹介で「火曜日はみんなで魔法使いになりましょう！」と話したのは、その5ヶ月前に「魔法使い養成講座」を受けて、その気になっていたからです。

それでも、「2024年10大目標」の達成まで残り2つになった7月、思考の「制限」に気づきました。そこで新たに、「超意識」の講座を受けることにしました。「超意識」は「神意識」とも言われます。人生初、桁違いの自己投資になりますが、好奇心旺盛な自分がやりたがっているので仕方ありません(笑)。

この「自分」とは、「肉体」の対義語である「靈魂」も含めてです。生きるうえで大事な知識ですが、残念ながら義務教育では教えられていません。「心が大事」という仏の教えで育った私が、こうした人間の「本質」や現実世界のしくみについて腑に落としたのは、量子力学で「すべてはエネルギー」だと知った2019年からでした。先人は言いました「類は友を呼ぶ」「波長が合う」「気が合う」、これは宇宙の法則です。「原因結果の法則」や「引き寄せの法則」も同じことで、テレビやラジオの番組を合わせるように、自分と同じ周波数の人・もの・コトと引き合うのです。つまり、どんな心(感覚・感性)の状態にいるかが、現実を創っていることになります。

「心が先、現実があと」、このしくみを知り、エネルギーを使いこなして、望む現実を創造するって…楽しそうでしょ？このことを私は「魔法使い」と表現しています。さらに「超意識」とつながったらどうなるの？(笑)これから表現していきます。

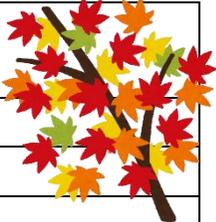
とはいえ、これまでに学び、実践して言えることもあります。自分と上手につき合えるようになると、人間関係もうまくいきますよ。何をするにも「セルフイメージ(=自分のことをどう思っているか)」が大事。なぜなら人間は、セルフイメージと同じ行動をとるようになるからです。「自己肯定感が高い・低い」と表現されますが、もともとは高かったものです。低い状態なのであれば正確には「元に戻す」。それを「元気」と言います。やりたいことがわからないのは忘れているだけ、憶(おもい)出せばいいのです。魂が心を通じて教えてくれます。

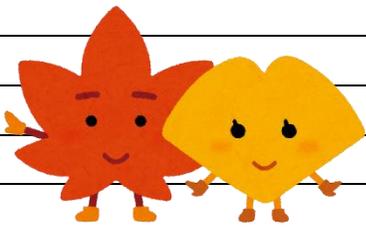
そのためにはぜひ、「幸せ！」と感じる時間を増やしてみてください。体にも感謝をしてくださいね。そして、「言霊(ことだま)」と言われるように言葉にも霊性があるので、自分に対する思考の言葉も心地よくなるように選んでいきましょう。

そろそろ来年のテーマを決める時季になりました。2025年は「拡大」をテーマに、自分と上手につき合いながら進みます。

関連サイト YouTube「おかみん講師の宇宙授業」



日	曜	11月の予定	
1	金	大受】共通テスト模試	
2	土	↓ 高認】第二回高認試験	
3	日	↓ 祝日「文化の日」	
4	月	振替休日	
5	火	3年】二者面談	
6	水		
7	木		
8	金	高校】味噌天神清掃ボランティア	
9	土	高校】保護者茶話会/オープンスクール	
10	日		
11	月		
12	火		
13	水		
14	木		
15	金		
16	土		
17	日		
18	月	2年】二者面談	
19	火		
20	水		
21	木		
22	金	3年】レポート提出締切	
23	土	祝日「勤労感謝の日」	
24	日		
25	月		
26	火		
27	水		
28	木		
29	金		
30	土		



＜大学受験科＞  
 11月1日（金）より共通テスト模試が予定されています。受験者は日程の確認を忘れずに。また、受験が本格化してくる時期ですので、皆さん体調にはくれぐれも気を付けてください。

＜高等学院＞  
 3年生は11月22日（金）がレポート提出締切です。必ず期限内に提出してください。また、2・3年は二者面談も予定されていますので、同封の別紙を見て、希望日時を各担任に伝えてください。



## カウンセリングのお部屋

新たに認定心理士の資格も取得しました、森下です！  
さて、今回はちょっと暗い話をしますので、苦手な方はスキップして↓の先生にジャンプしてくださいね。

私がこの文章を書いている「10月」というのは、実は小中高生の自殺率が最も高い月なんです。よく言われている「夏休み明け」ではないんですね。動機としては、学業>進路>友人関係の順となっています（出典：厚労省HP）。

この時期、志成館でも3年生の受験が始まり、2年生も進路決定に向けてプレッシャーを感じる生徒が出てくる時期です。「周りのクラスメイトはやりたいことが決まり始めているのに、自分は何にもやりたいことが無い。」という生徒は、友人と比較ばかりしてしまい、大人が思うよりも深刻に悩んでいるということ。

生徒たちが学校へ行き渋り始めると「いじめ」や「友人関係の不和」に意識が向きがちですが、実はこんなところにも落とし穴があったのだと、研修会に参加したり、生徒たちの声を聴く中で気づきました。私たちが受験指導をしているのを見るだけでも、心の中に焦りや比較が生まれる生徒がいるんですね。

「今やりたいことが見つけれなくても、人生長いから大丈夫だよ」で納得できるのであればそれでもいいし、納得かないのであれば、生徒が納得した状態で卒業を迎える事ができるように、一緒に考えて動くのが志成館の先生たちでできることなのかな、と思います。

## 沖住流 下位文化論

あ、本を読むことが億劫になり、ゲーム機を起動させることが煩わしく感じられ、座ることも面倒くさくなった、家では「寝ながらスマホみてるだけおじさん」になり果てた沖住です。

そんな自墮落ともいえる日々を過ごしている私ですが、スマホで動画を見てると、珍しく興味が湧く書籍が目に入りました。寝ながらアマゾンで注文し、配達員の人に寝ながら「玄関に置いてください」といい、寝ながら読みました。その書籍タイトルは『自分とか、ないから 教養としての東洋哲学』（しんめいP著。サンクチュアリ出版）。

仏教や老荘思想などの東洋哲学を軽妙な語り口で、わかりやすく伝えてくれる本作。5年間布団に引きこもっていた著者に、布団に引きこもっていることなんて何も問題ないと思わせる東洋哲学のパワーが語られています。

しかし、本書の神髄は解説されている内容にあるのではなく、テンポのよい文章にあるのではないかと思います。私が中学生の頃、清水ミチコという芸人の書いた文章の小気味よさに衝撃を受けたことがありましたが、同等の衝撃を今回受けました。文章を書くのが苦手という人はぜひ読んでみてほしいところです。

なんてことを、読後、横になりながら考えていましたが、そのまま寝落ちしてしまい、本当にこんなことを考えていたのかすら正直よく覚えていないのです。まあそんなことすらどうでもいいのです。二度寝します、おやすみなさい。

## 高杉の コレさえあれば！

御船にある二郎系ラーメン屋さんがなんと健軍にも誕生。ラーメンと油そばの二つのメニューが人気。食べやすい二郎系といえはここ！

特に私がおすすめしたいのは何と言っても油そば！！太めのちぢれ麺にたっぷりの野菜ととろとろチャーシューがトッピングされています。しかもこのもりもりに盛られている野菜はすべて国産にこだわっているそう。ちぢれ麺は噛み応えがあるため、普段注文する麺の量よりも少なめにすることをおすすめします。そんな麺と野菜に魚粉と器の底にたまっている醤油だれを絡ませながら食べるのですが、混ぜている途中に具材が器からはみ出しそうになるのを見守りながら無心に混ぜるのが好きです。

野菜も大量に食べることができてあっさりした味付けのメニューが多いため、女性のお客さんも多いです。県内にお店が増えてくれて本当に感謝しかないです。

「あれ、あの人の間御船にもいたし健軍にもいなかったっけ」と思ってもそっとしておいてください。

### 『大仙』

◎住所：熊本県熊本市東区若葉  
1-2-8（健軍商店街のなか）  
◎営業時間 月→11:30 - 15:00、水・木・金・土・日→11:30 - 15:00/17:30 - 21:00、火→定休日



### GO!GO! ボランティア!

#### 【味噌天神清掃】

11月8日（金） 9:00～  
志成館1F 集合

#### 【マンガ分類・整理作業】

11月10日（日） 8:30 志成館駐車場集合  
作業場所：木工団地（パークドーム近辺）  
定員 3名 必ず甲斐先生まで連絡すること

#### 【収集ペットボトルキャップ寄贈】

11月上旬～中旬  
ウェルバルまで収集したキャップを持っていきます。  
甲斐先生の空き時間を見て、一緒に行きます。

定員 5名 担当：甲斐

\*当日に感謝状をもらえます。

GO!GO! ボランティア担当 甲斐

TEL 080-9410-9017



# 志成館・ぐるぐるログ

令和6年度8回目の今回は、夏休み、秋休み中の甲斐先生クッキングの様子（一部）をお伝えします。それではレッツぐるぐるウォッチッチ！！



↑「そば」・・・水を沸騰させ麺をいれるという大変手の込んだ会心のメニュー

↓「プルコギ」・・・甲斐先生が前日から漬け込んだ幻の一品

→「ユージンチー」：タレを掛けるのではなく、あえて一緒に炒めた特製ユージンチー



←↓「餃子」・・・みんなでワイワイ包むだけで楽しい至福の時間



 志成館

日本航空高校【熊本キャンパス】  
志成館高等学院  
志成館【高認受験科】  
志成館【大学受験科】



〒862-0973 熊本市中央区大江本町7番3号 (味噌天神バス停徒歩0分/味噌天神となり)

TEL 096-366-1008 FAX 096-371-3871 ホームページ URL: <https://www.siseikan.net>