



令和7年5月

スクールカウンセラー 中野隆治



### 「花を植える」



最近、こんな詩に出会いました。短いですが、なかなか深い意味があると思い、ご紹介しておきます。

わたしは

わたしの人生から

出ていくことはできない

ならば ここに

花を植えよう

くどう なおこ  
(工藤 直子『花』)

自分の人生の中で、花を植えるという行為を行うことで、一つの意味を見つけ出そうとしている作者の姿勢がよくうかがわれます。花を植えることで、自分だけでなく、他の人にもその花を見せたいという意志が感じられます。花を植えることで、自分だけにとどまらず、自分に関わるほかの人の人生にも豊かな影響を及ぼしたいという意志が感じられるのです。

みなさんは、困っている人がいたら、すぐにさっと手をさし伸ばしますか。それとも、見て見ぬふりをして、通り過ぎて行ってしまいませんか。状況にもよりますが、前者の方が、自分自身の心にとってはいいようです。困っている人を助けることが、自分という人間の価値を高めることになります。心理学で自己肯定感と言いますが、自分を認め、自分の人格を高めることにもつながるということになります。

一方、見て見ぬふりをしてしまうと、本当は助けたかったのにという後悔の念と、何故助けられなかったのかという自分に対する勇気のなさ、気の弱さを思い知らされるということになります。ただし、これは、一般的な、良心的に生きている人に限ってのことになります。

自分の中に花を植えることによって、人々の心を楽しませ、なごませることで、彼らの笑顔を見ている自分の心までが幸福感につつまれてきます。悩んでいる人、困っている人を助けることに、何の損得勘定もありません。強いて言うなら、自分のためです。困っている人を助けている自分を肯定して、そんな自分に自信を持つことができるのではないのでしょうか。

無償の奉仕という言葉がありますが、誰かの役に立つことは、自分にとっては、何物にも代えがたい高価な行動ではないのでしょうか。困っている人がいたら、さっと手を差し伸べる、そんな生き方をしてほしいと思います。