さらば涙と言おうか、いや無理して言わなくていいよ

校長　西　村　　伸　二

やあ！　杉総生の皆さん、元気にしていますか。昔、「さらば涙と言おう」という歌謡曲が流行った時期がありました。その歌詞の中に、「♪まぶたはらす涙も　こぼしちゃいけない　こらえきれぬ時には、まつ毛にためよう♬」というフレーズがありました。私が辛い時はよくこの歌を口ずさんでいたものです。「♪頬を濡らす涙は　誰にも見せない　こらえきれぬ時には　小雨に流そう♬」と、涙を流しながら雨の中にたたずむ、なんてこともありました。（今思うと恥ずかしい…。）

この頃、ふとした折にこの歌を思い出すことがあって考えたことがあります。それは、「悲しい時や辛い時は、泣いてもいいんだよ。」ということです。コロナ禍のせいで、精神的にまいってしまっている人が増えているのかもしれませんが、生きて行く上で、うまくいかないことは誰にでもあります。そんな時泣くことさえ許されないなんて有り得ない、と思いました。泣けば全て解決するわけではない、それは分かっています。でも、「涙は心の汗だ」という歌詞も別の歌にありました。泣くことも一つの発散方法だと思います。心が少しでもスッキリするなら、泣いてもいいんだよ.。

もう一人の自分が外から今の自分を見たら、もう一人の自分は今の自分にどう声をかけるでしょうか。「あなたは、話を聴いてほしいんだよね。」と言うかもしれません。そうです、話を聴いてくれる人は必ずいます。

もう一人の自分が今の自分に寄り添うことができるようになるといいですね。