

2 か月後の自分へ（2月）

ノートや本のはじを折る癖が、私にはあります。『どこかの場面で生かせそうだな』と思うことがらを記憶するための方法ですが、これが意外に重宝してます。先日購入した本にも、さっそくたくさんの折り皺ができました。人間の記憶というのは実に曖昧なものらしく、トレーニングをいくら積んでも大した変化は期待できないようです。日々の出来事を記憶するために日記を書くという方法もありますが、私は手帳を代用しています。去年の今頃のページを見ると反省だらけの文言が…記憶も鮮明に蘇り、恥ずかしい気持ちで一杯です。できるかぎり書き留めておくことは、やはり重要だとつくづく感じました。今この瞬間も、じもん自答を繰り返しながら、記録を作って記憶の整理をして…でも、しばらくの間はこの作業をやめます。だって、忘れないようにするより、忘れられない思い出を作る方が素敵でしょ？

生徒指導専任より

