

正智深谷高等学校特別コラム

Mind Charging

Since 2020

第334回

福山雅治

の名言

発行：入試広報室

発行日：令和4年12月19日

編集委員：入試広報室 鈴木

今回の言葉



人間ね、上を見ていれば怖いところは
何もないんですよ。下を見るから
落ちるような気がするんですよ。

福山 雅治は日本のシンガーソングライター、俳優。所属事務所はアミューズ。所属レコード会社はユニバーサルミュージック。公式ファンクラブは「BROS.」。愛称はましゅ、プラスさん。ラジオDJや写真家としても活動。

Column

今回の言葉を知った時に、端正なルックスはもちろんのこと、素直に入ってくるメロディーと心に残るような歌詞の曲を、素敵な声で時にはギターも演奏しながら歌い、俳優業でも名作と呼ばれる映画やドラマにも多数出演し、バラエティ番組やラジオに出演すれば非常に軽快なトークを披露してファンを魅了するという“男が憧れる男”といったイメージの福山さんですからとてもポジティブな人なのだろうと感じました。同時にそのポジティブさはスターとしてのプレッシャーなど、とんでもなくネガティブに陥った経験から得られたのかもしれないと感じました。ここ数年、心を奮い立たせて進んでいかなければならないとわかっていながらも、ついつい下を向いてしまうような状況が続いています。それはどのような立場の人にも言えることだと思います。今回の言葉はポジティブ思考になる方法として、ネガティブ思考に陥る原因を理解からという考え方だと思います。あれこれと難しく考えることがすでにネガティブ思考であり、『怖いものが常に視界に入っている状態ではネガティブになるのは当たり前だよ』と伝えたいのだろうと感じました。ネガティブの沼にどっぷり浸かってしまっている人からすれば『そんなに簡単じゃない…』と言うのかもしれませんが、きっと福山さんなら『できないって決めるのは自分なんだからできることを考えよう!』と優しく言ってくれるはずですよ。私は今回の言葉から“そういった思考に切り替えることは自分が思っているほど難しいことではないんだよ”というメッセージに感じ、勇気を与えてもらった気持ちになりました。

様々な経験を積み重ねたからこそ見えてくるものは多くあります。しかし、ストレス耐性は人それぞれ違い、高ければ良いとは一概には言えない部分があります。また、個人の中にも当然ながら好不調の波があります。『自分の機嫌は自分で取れ』という言葉もありますが、好調キープの手助けとなる考え方として、みなさんには今回の言葉を『辛い時に自分に言い聞かせる言葉が増えた』とポジティブに捉えてほしいと願っています。