

式 辞

松山東雲女子大学・松山東雲短期大学を卒業される皆様、ご卒業おめでとうございます。本日、松山東雲女子大学百十名、松山東雲短期大学二百三十名、計三百四十名の皆様がこの桑原キャンパスを巣立つことになりました。教職員一同を代表して心よりお祝いを申し上げます。

四年間あるいは二年間の学生生活の中で皆様の心に残る出来事には何があったでしょうか。ご卒業される多くの方はまずコロナ感染症を最初に口にするのではないかと思います。皆さんの貴重な学生生活は全世界を席捲するコロナ禍によって多くの制限を余儀なくされたのではないかと思います。

今回のコロナ騒動で国あるいは県を越えての移動制限によく似た時代が、かつて日本にもありました。それは江戸時代です。鎖国という政策でごく限られた場所と限られた者たちのみが外国との交易を認められていたようです。そして、現在でいうところの県境には関所というものが置かれ、通行手形がなければ自由に移動もままならなかった時代です。現在のコロナ禍での移動制限とよく似た状況であったと思います。しかし、そのような環境下にあっても、二百六十年の長きに渡り、大きな戦も無く、世界が羨むほどの文化（元禄文化・化政文化）が開いた時代でもありました。

これからも今しばらく、制限のある生活を余儀なくされるかもしれませんが。しかし、皆さんには、コロナを理由にできないことに目を向けるのではなく、江戸時代のように内面性を磨き上げ、自らの精神性を昇華することに目を向け、自らを誇れる女性として成長し続けてほしいと思います。

「一パーセントの努力の複利効果」という言葉を卒業する皆様に送りたいと思います。一パーセントの努力というと大した努力では無いと誰もが考えるでしょう。しかし、その複利効果を得るための努力を、日々継続すると想像できないような結果になります。例えば、今日の自分の持てる能力に、一パーセントの努力を上積みすると約七〇日後には二倍、一年間で三十七倍、二年間で千四百十三倍にもなってしまいます。具体的には今日、百メートル走って明日は百一メートル

という具合です。最初は、昨日の努力に一メートルプラスするだけで、一年八カ月後にはフルマラソンも完走できてしまうのです。継続する複利効果は驚愕に値する結果をもたらします。できないことがあっても、それは今の自分にできないだけで、将来の自分なら可能であると未来の姿を思い浮かべて考えることが大切です。

まだ発揮されていない力が我々には眠っていると信じるべきなのです。

オーストラリアの作家であるアラン&バーバラ「自動的に夢がなくなっていく」の中で夢は強く持ち続けることで夢に必要な情報が自然と集まって来る、さらに夢に必要な友人も同様に集まって来るのだと言っています。同様にナポレオン・ヒルズ「思考は現実化する」の中で人は自分が思い描いたような人間になると言っています。これらの著者が言っていることは脳科学的にもある程度証明されています。つまり、我々の意識には大きく顕在化された意識、ワーキングメモリーネットワークとも言います。これとは別に無意識とか潜在意識とか言われる、デフォルトモードネットワークがあります。これは我々の意図とは別にそれまで経験し、考えたことが来歴として自動的に脳の深い部分にランダムにそして関連を持って蓄積されていくのです。そのような無意識レベルで反応したことを我々はあたかも自分自身が考え、そして思考したかのように錯覚しているのだとベンジャミン・リベットも臨床実験で証明しています。

豊かな経験と心地よい環境を常に心がけてください。例えば、今一歩前へ踏み出せない時に人は時間が無いからとか、お金が無いからというように言い訳をします。このことは時間が無いから目の前の課題をしなくても良い、お金が無いからしないというように無意識に教え込んでいるのです。同様に「私なんてどうせ・・・」というように諦めるのも自分自身は努力してもダメであると無意識に自己像を刷り込んでいるのです。無意識や潜在意識というのは最初からあるものではなく自分自身のちよつとした経験や考え方の蓄積です。それが行動を決定する自己意識の前に発動してしまうのです。言い訳をしない生き方は難しい歩みかもしれません。しかし、人生に否定的になるよりもたった一パーセントの努力で前向きにポジティブに物事を捉え、卒業後の人生を歩んでいって下さい。

卒業しても皆さんの心の中に東雲をもち続け、いつでも、このキャンパスを思い

出し、心の故郷として訪れてほしいものです。

最後に私から卒業生の皆さんにお願いがあります。本日、東雲の校門を出る時、社会人として大人への自覚として、大きく深呼吸をして一步を踏み出してください。

皆さんの前途に幸多からんことを心よりお祈りし、祝辞といたします。

二〇二二年三月十一日

松山東雲女子大学

松山東雲短期大学

学長 高橋 圭三