

令和6年2月16日(金)

## 楽しいから笑うのではない、笑うから楽しいのだ

「楽しいから笑うのではない、笑うから楽しいのだ」とは、アメリカの哲学者であり、心理学者であるウィリアム・ジェームズの名言です。

この座右の銘は、辛いことや悲しいことがあっても笑顔でいることを心掛けるだけで、自然と明るく前向きな気持ちになるということを示しています。

人生は山あり谷ありで、時には辛い出来事や悲しい出来事に直面することもあります。しかし、これは長い人生を歩んでいく上で仕方のないことです。

そのため、どうせ同じ人生を歩んでいくのであれば、少しでも楽しい人生を歩んでいくために、笑顔を作る努力をすることが大切なのです。

喜入中の皆さん、楽しいから笑うのではありません。笑うから楽しくなるのです。是非とも積極的に笑いましょう。