

「私らしく」生きるために

竹鼻中学校 3年 興膳 香里那

「足太すぎやろ。」

「マスク詐欺やん。」

あるとき、私はこんな言葉を言われました。

私は、自分の鼓動が速くなり、全身が沸騰しそうなくらい熱くなるのを感じました。友達に助けを求めたり、言い返したりしたかったけれど、少しでも声を出したら涙が出そうで、何もできませんでした。

普段は、弟とけんかしたり、友達と意見が違ったりしたときには言い返すことができるのに、この時だけはできませんでした。後で考えると、自分の心がひどく傷つけられたからだと気が付きました。私には容姿を否定された経験がなく、その事実を受け入れることも難しかったのです。

でもその言葉は少しずつ私の心に大きく広がり、「私は人より足が太い。」「マスクをしていないと外に出られない。」と考えるようになり、自信も、やる気もなくしていききました。もう楽しい学校生活は送れないと感じていましたが、2つのことがきっかけとなり立ち直ることができました。

1つ目は、母の言葉です。私が相談をしたとき、母は、「あなたのことをよく理解していない人の言葉に振り回さ

れるなんて、その時間がもったいない。その時間を自分磨きに使ったほうが、もっと素敵な自分になれるよ。」と言いました。

最初は理解できませんでしたが、だんだんと、私も「こんなことで負けたくない。傷ついたまままで終わるのではなく、前に進もう。」と思えるようになりました。

2つ目は、クラスみんなが楽しそうに学校生活を送っている姿を見て、私も同じように笑って過ごしたいと思ったことです。そのためには、他人の言葉に振り回されず、自分らしく生きることが大切だと思いました。

では、自分らしく生きるとは何か。私は、自分が最も自分らしいと感じる瞬間を振り返りました。食べている時、人を笑わせている時、おしゃれを楽しんでいる時。その時間は、自分の好きなことをしていて、最も幸せを感じている時でした。自分らしく生きるためには、好きな時間を大切にすることが必要だと気付くことができたのです。

私は立ち直るために、まず好きなことをたくさんして、前向きな気持ちになろうとしました。しかし、好きなことをしていないときは、悪い方向に考えて後ろ向きな気持ちになることがありました。

そこで私は、一つの考えを常に心に留めておくようにしました。それは、「自分の価値を誰かの言葉で決めない」ということです。この考えをもつことで、周りに何を言わ

れても、これまでより気持ち楽になりました。

今では、この考えをお守りとして、この経験を教訓として、学校生活を楽しむ送ることができています。

私は、いつかまた落ち込んでしまう日が来るのかもしれませんが。ニュースでは、大人同士での誹謗中傷の話も耳にします。将来自分もそのようなトラブルに巻き込まれるかもしれません。でも、そんな日が来ても、これまでの経験を活かして、自分らしく生きる大切さを思い出したいです。今回、「わたしの主張」に参加したことで、そのことに気付くことができました。

これから、高校生になっても、大学生になっても、社会人になっても、家族ができて、自分らしく生きる、という目標を忘れずに生きていきたいです。そして、私の周りの人が同じようなことで落ち込んでいたら、私の経験を話し、自分らしく生きる大切さを伝えたいと思います。