

いつか、自分を好きになれたら

高校一年 Y・M

「Yさんはもっと自信を持っていい。」

六月の個人面談で担任に言われた言葉だ。私は言われて初めて気づいた。もしかしたら気付かぬ内に目を背けていたのかもしれない。自分に自信が無い事を。

【自信】自分で自分の能力や価値を信じること。自分の考え方や行動が正しいと信じて疑わないこと。(デジタル大泉より)

自分に能力はない。ピアノや習字は小学校の頃から習っているが、特別上手いわけでは無く普通、この二文字に収まってしまおう。つまり凡人、そう思っている事により自信を持つ以前に自分に価値が見いだせていない。中学の三年間で思い知った事だった。

昔から友達と自分を比較してしまう所も自信を持ってない要因だと思う。あの子はできるのにどうして私はできないのだろう、あの子と違って私は全然駄目だなという自己嫌悪。昔からそう考えてしまふ。今回の、約二週間のイギリス語学研修も度々思う機会があった。三日目のチェルトナム観光。クラス別で観光した後フリータイムが設けられた。自由にショッピングを楽しむ時間。皆にとってはただそれだけの時間なのに、私にとっては早く終わってほしい、無くていい時間だった。

私は自分のホームステイのペアの子と過ごそうと思っていた。しかし、その子は別の友達と行ってしまい、私は声をかけることが出来なかった。その子ぐらいいしか親しい友達がいなかった私は、他の子に声をかける事もできず、結局二時間一人で過ごした。ショッピングセンターにはどのお店に入っても晃華生がいて、どこにも逃げ場は無かった。下を向いて早歩きしながら自分のみじめさに思わず笑う。一人でも気にしない一匹狼の強いメンタルがあれば良かったのに、私にあるのは弱くて脆い心だけだった。声をかけた瞬間に自分に向けられる敵対視するような視線。それを向けられるならば一人のほうがましであると思ってしまう。そうして起こる自己嫌悪。

何がしたいのか、何を望むのか全く分からない自分に苛立ち、溜息が出てしまう。結局何かを買う事も、誰かとしやべる事もせず、無駄に時間を過ごしてしまった。

ホームステイ先にて。ホストマザーもホストファザーもとても優しく接してくれたおかげで充実した二週間をおくる事が出来た。朝食はシリアル、お昼はお弁当ではなくサンドウィッチとスナックの食事、バスタブは無くシャワーだけ、日本と異なる生活に最初の方は戸惑う事が多かったが、徐々に慣れ、多くの事を生活の中で学び、感じる事が出来た。しかし、自己嫌悪は止まらない。

ホームステイ生活が半分を過ぎたころ、私はあることに気づいてしまった。ホストファミリーが自分をMと呼ばず、違う名前で呼んでいる事だった。一度も名前で呼ばれていないなど気づき、自分は何て呼ばれているのか注意してホストファミリーの話を聞いていると、明らかに別の名前で呼ばれている事を知った。初めて知った時はショックが大きかった。名前を覚えられていないという事は自分に興味がないという事と考えてしまった。何度も言う機会があったけれど結局言えなかった。言いたいという思いはあったのに、うまく伝えられる「自信」がなくて。今になってとても後悔している。もう二度と会う事がないかもしれないから、後悔のないように過ごそうと思ったのではなかったのか。自分にとっても苛立つ。何かを変えたいならば、自分から一歩踏み出さなければ始まらないのに。誰かに声をかけてもらおうのを待っていたら始まらないのに。自分の英語力の無さを身をもって感じ、もっとやらなければいけないと自覚する事が出来たのは良かった点だと思う。

似たような出来事がもう一つあった。前の出来事と同じ時期に、私のペアの子と一緒に料理をするなどホストファミリーの手伝いを積極的にやり始めていた。私も手伝いたいと思っていたが、言ってもどうせ断られてしまうと思いい中々出来ていなかった。そんな中の出来事。私も手伝いに行けば良かったのに、行かなかった。いや、行けなかった。私たちの部屋は二階、キッチンがあるのは一階であ

り、ペアの子が手伝いに行つて数分すると下から笑い声が聞こえてきた。とても楽しそうに会話しているのが感じ取れた。それをきいてしまい、今、私がおその場に行つたらせつかくの楽しい、穏やかな雰囲気を壊してしまうのではないかという得体の知れない不安に襲われた。そう思うと、階段を降りる途中で上に引き返してしまう事が続いた。結局ベッドに横たわつてスマホをいじり始める。下からの笑い声を聞きながら、どうでもいいニュースを読みながら、こんな日本でも出来る事をやりにもわざわざイギリスに來たわけではないのにといい惨めな思いを抱き、ホストファミリーにご飯だよと呼ばれたら下に行く日々。ペアの子は食事中もホストファミリーのジョークに大きく笑つているのに、自分には全く面白さが分からず、内容も早口であまり分からず、愛想笑いしかできなかつた。どうしても自分とその子を比較してしまふ。あの子が簡単にできている事が出来ていない。自分は何も変わらうとしていない。自分の無力さに思わず寝る前、暗くなつた部屋で涙を流したほどだつた。鼻水も沢山出たものだから、翌日ペアの子に「風邪ひいた？」と言われてしまった。「そうかも。」といつてごまかした。

このままだと私のイギリス語学研修は辛かつたように思われてしまふが、嬉しかつた事もあつた。

チェルトナム市内にある現地学校での英語授業。実はこれが私の語学研修での一番の心配事であつた。全部英語での授業と聞いているが、難しくて全く分からなかつたらどうしようという不安があつた。しかし、クラス担任のクレッシー先生がとても優しく教えてくださり、英語を丁寧に分かりやすく発音してくださり、その不安は初日で消えた。書くよりも話す事に重視した授業はとても新鮮で、貴重な経験だつた。最後の授業でテーマに合わせて考えたスピーチをした時、すぐく褒めてくださったのが嬉しかつた。上手く話せた時、問題に正解した時、どんな時でも褒めてくださる先生にこれからも教わりたいたいと終わるころには思つた。先生が褒めてくださった事が少しだけ英語への自信につながつた。

「自信」この言葉の意味を今、改めて考えている。自分の能力つまり個性が自分には無いことを、このイギリス語学研修で改めて知った。ピアノが上手く弾ける子、料理が上手い子、絵が上手い子、英語の発音が綺麗な子、歌が上手い子。皆得意分野があるのに私は中途半端な人間。何をしてもし上手くいかない。自分がどれだけやっても手の届かない、上の存在がいる事を中学三年間で思い知った。

私は自分の行動にも「自信」が無い。部活の高校一年生は中学生に技術などを指導する立場にある。私が所属する卓球部も例外ではなく、私も後輩に指導する機会が度々ある。しかし、それでも自分の自信の無さが出てしまう。自分が出来ない技術を教える立場に回ってしまったていいのか。お前は教える立場ではない、どうしてお前に教えられなければいけないのかと後輩に思われぬか。間違えた事を教えてしまうのではないか。不安は焦りにつながり、知らぬ間に自分から教える事を避けてしまっている。他人にどう思われているかを気にしてしまうのは小学校の頃から変わっていない。積極的になろうとしても空回りして消極的にまた戻り、今にいたる。自分の思いをぶつけても意見が決して一致しない人がいる事は知った。自分が好きな事、一生懸命やっている事も、嫌い、どうでもいと思う人がいる事も知っている。今生きる全ての人々の意見が一致していれば争いなど起こっていない、平和な世界になっているはずだ。けれど、一生懸命やっている人を傷つける、その考えを否定するような言動を生まれて初めて聞いた時、心がえぐられるとはこのような事を言うのかと感じた。何が何だか分からないと思った。自分が今までやってきた事は間違っていたのか、自信を無くした。泣きたくなかった。その子に何も言えなかった自分の弱さを知った。そこから何かが変わってしまったのか。

自信なんてどこからくるのか、どうやって手にすればいいのか。私にとっては虹のようなもの。雨が降った後にしか現れないもの、様々な条件が整った状態でしか現れないもの、決してつかめないもの、目にするると幸せな気持ちになれるもの、すぐに消えてしまうは

かないもの。このイギリス語学研修中に一回虹を見る事が出来た。はつきりと見え、とても綺麗だった。ホストファミリーはイギリスでは虹が見えるのはよくある事だと言っていた。自信はそう簡単に手に入るものじゃない。けれど、今の私に自信が必要なのはこれまでの文章で十分理解頂けたと思う。では、どうすればいいのか。

イギリス語学研修で見つけた方法。それは自分を知るという事だった。今のままでいいとはもう思えなくなった。ならば自分で変えるしかない。自分で自分の道を切り開くしかない。私の見つけた新しい自信の解釈。それは「自分を好きになる事。どんな時でも自分は自分だと思ふ事」。自分を信じるためには自分の何がいけないのか、もつと自分自身を知り、自分は何をするのが好きか、自分の長所は何か、短所は何か。今まで全く考えていなかったことに気づいた。自分を知らなければ自分を信じる事などできはしない。皆自分がどこまでやれるか分かっているから自信を持つことが出来ている。そう気づいた。自分を知って、駄目な所は直して、良い所はもつと伸ばして。もし、自分が納得できる自分になった時、嫌な思いをする時があっても、何があっても自分は自分、どんな所も受け入れられるような私でありたいと思う。自分を見つめ直す事は予想以上に辛いことかもしれないし、簡単に直す事などできないかもしれない。時間がかかるかもしれない。自己嫌悪になる事が多いかもしれない。けれど、きつと変われる。やってみなければ分からない事もあるし、きつと新しい発見が待っている。

そしていつか、自分を好きになれたら・・・。