

## 自分を愛することの難しさ

香芝市立香芝西中学校2年 下村 羽珠

「自分のことを愛する」ということはとても難しいと思います。今の社会の風潮的にも自分が好きだという事はおかしい、恥ずかしいことだと思われています。自分の顔をSNSのアイコンにしたり、インターネットにあげる事さえ変なのではないか、馬鹿にされてしまう、とつい考えてしまうことが多いのではないかと思います。

でも、私はこのように自分を愛しているなんて恥だと思い込んでしまっているこの社会を少しでも変えたいなと思っています。こう思ってもやはり自分に自信がもてない、自分を愛するなんてありえないと思っていた時期がありました。

私は元々肌の色が黒い地黒です。この事が私の中ですごく大きな悩みでした。保育園の時一人の男の子に肌の色の事で悪口を言われたり、小学3、4年生の時に一部の男の子達から変なあだ名をつけられたり仲の良い子からふざけ半分で肌の色の事を馬鹿にされたりしたので自分でも私はみんなみたいに白くない、肌の白い人からするとちっぽけな事かもしれませんが地黒の私からするとすごくショックでした。

でもそんな時に私の好きは歌手の曲に出会いました。題名に惹かれ聞いてみると、歌詞の一つ一つに元気づけられ少し自分に自信がつかしました。その中でも特に私が好きな歌詞が、

「誰になんと言われようが僕は僕だ。」

これを聞いた時自分に自信をもっていいのではないかと思います。私が惹かれた曲の題名が、「love my self」でした。この言葉には自分自愛する難しさや、勇気がたくさん込められています。一人で悩んでいた私を救ってくれた曲です。

誰かに悪口を言われようが変なあだ名を

つけられようが私自身の価値が下がる訳ではない、何を言われようが私は私なんだと思えました。

しかも、自分自身を愛していないと人生言われっぱなしになってしまうんだなという事を感じました。

だから私は自分に自信をもつようになっています。世界中どこを探しても私は私しかないんだから胸を張って生きたい、誰にも流されず自分らしく生きようと思えました。

今、自分に自信がもてない人はたくさんいると思います。けどこんなに悪口や変なあだ名で何年間も呼ばれ続けて何年間も悩んで自信がもてなかった私は今、自分に自信をもって生きています。だからこそ今、自分自身を愛するなんて馬鹿らしいと思われる社会がこのたった一つの作文で少しでも良い方向に変われば良いなと思っています。

私からすると自分に自信があることを馬鹿にしている方がよっぽど格好が悪いし情けないと思います。自分自身を愛することを馬鹿にするような人が少しでも減りますように。

私も今自分に自信をもっていますがやはりたまに自信をなくすことがあります。

「なんでこんな顔なんだろう、こんな性格なんだろう。」

とってしまった時は

「私のかわりはいない、私は私だけ。」

と心に唱えています。するとまた自分に自信がついてがんばろう！と思えます。私は「love my self」

この言葉に出会えてほんとうに良かったと思っています。私のように自分自身を愛せる人が一人でも増えますように。