佳作

# たった一人だと思わないで

秋田県横手市立平鹿中学校
３年　戸部　叶瑛

世界には、想像もできないぐらい多くの人が生きているが、生涯で出会える人は数少ない。限られた出会いの中で、私はこの中学生活で、一生大切にしたい人、一生大切にしなければならない人々と出会うことができた。その人々への感謝も込めて、未来の自分へ。

中学に入学してから、楽しいことはたくさんあったが、苦しいことも山ほどあった。日々の勉強と部活動で自分と闘い、人付き合いにも悩まされ、ストレスを感じることが多くなった。どこにいても、何をしていても、自分だけが不幸。一方、周りのみんなは楽しそうに過ごしている。日が経つにつれ、家にも、学校にも、この世にも居たくないと考えるようになっていった。目の前に暗闇が広がる。前向きに考えることが苦手な私は、どん底からはい上がることができずにいた。そして、生きることに絶望を感じていた。そう思い始めると、毎日がますますつらくなった。気持ちが沈むと、体がついてこられなくなった。学校を休む勇気さえなかった私は、重い足取りで保健室をノックしていた。前に進めない私を置いて、時間は止まることを知らずに進んでいった。

心と体が壊れかけていた時、私に手を差しのべてくれた先生がいた。その先生は、私に居場所をつくってくれた。何も気を遣わなくていい、安心できる場所を。そして、時間をかけて、私の言葉一つ一つを受け取ってくれた。人に悩みを聞いてもらうことがなかった私の会話は、たどたどしかったと思う。全てを吐き出すことができた時、自分で自分を傷つけていたことに気づいた。先生は、

「困った時はお互い様。いつでも来ていいよ。」と言ってくれた。この言葉が私を救ってくれた。それまで私は、たった一人で闘っていたのだと。人を頼っていいことを。弱さを見せていいことを。孤独ばかり感じていた私だが、周りには友達や先生がいて、決して一人ではないことを。「一人じゃない」だけで、こんなにも心強いものなのか。先生の一言は、積み重なった苦しみをやさしさで包んでくれた。悩みが解決したわけではない。でも、ものすごく心が軽くなった。

頼っていいことを知った私だったが、頼り方を知らなかった。そんな経験がなかったから。先生はまた時間をかけながら、私に一から教えてくれた。そして私は少しずつどん底から立ち上がることができた。

そんな時、小学校からの親友に声をかけられた。私は知らぬ間に、近くにいる友達にまで心配をかけてしまっていたのだ。しかも一人でなく何人にも。
「誰にも頼らないで生きるなんて無理だよ。絶対。だから、そのための私たちや先生がいるの。」
この世に生きている全ての人が同じように苦しんでいることに、今になって気づくなんて。つらい状況でも支えてくれる人は必ずいることを知った。一人ではないことを実感した瞬間だった。
一人で生きようとしていた自分がばかばかしく思えてきた。誰だって疲れてしまう時はある。それでも周りの力を借りて前に進んでいくのだ。まさに、「困った時はお互い様」だ。親友は常に私を気にかけてくれていた。申し訳なく思うが、感謝している。山あり谷ありの生活が続く中、命を救われたといっても過言ではない。そんな人たちに私は出会うことができた。
私たちの中学校生活は、コロナ禍によって制限の多い生活ばかりだった。それまでできていたことができない。やりたいこともできない。人々がより孤独を感じてしまう環境が続いている。きっと世界中の人が孤独感を味わったことだろう。そんな今だからこそ、私は自分自身に、あなたに「たった一人で生きようなんて思わないで」と伝えたい。
最後は自分の進む道を自分で選択して歩まなければならない。他人には関係ない。しかし、選択していく過程で、人を頼ってはいけないというルールなど存在しない。誰もが誰かに頼り、頼られ生きている。ただそれに気づいていないだけ。実感することは少ないかもしれないけれど、全ての人が他の人々によって生かされているのだ。出会える人は限られてしまうけれど、これまで出会えた人やこれから出会う一人一人に感謝の心をもって、関係を築いていくことが大切だと私は思う。
生きることは決して簡単なことではない。困ったときは頼る。強がる必要はない。周りには、たくさんの人がいる。一人で頑張ろうとしなくていい。自分のペースで前に進んでいければいい。そして、力を貸してくれた人たちには、「ありがとう」を伝えることを忘れずに。もう一人だなんて、一人で生きていこうとなんて思わないで。