

自分の心と闘う力

山中湖村立山中湖中学校三年 羽田 栞理

いつの間にか片手にあるスマートフォン。開いてみれば、インターネットがひろがっており、多くの情報を見ることができる。わからないことがあれば、すぐに調べることができる。さらに匿名で誰かにメッセージをおくこともできる。このように、ますます便利になっていくスマートフォンは、今では私たちの生活に欠かせないものとなっているだろう。しかしその反面、少しでも使い道を間違えてしまうと、知らないうちに相手をグサグサと傷つける凶器となってしまう。このことは多くの人知っているはずだが、インターネットでの被害は絶えず、自ら命をたってしまう人も少なくはない。

最近では、SNSでの「誹謗中傷」、芸能人やインフルエンサーに批判が殺到し、収まりがつかなくなる「炎上」などを耳にすることが多い。私が無気なくテレビをつけていると、誹謗中傷が原因で自ら命をたってしまったという有名タレントのニュースが流れてきた。その方は「自分らしさ」を追求し、ジェンダー問題についても発信していた。私は以前からその方を知っており、SNSもみたことがある。投稿されたものをみているとき、ふと目に入ったものがある。それは「死ね」「消えろ」「うざい」といった言葉だ。匿名をいいことに、何百人という人がそういった言葉をずらずらとならべている。私は何も出来ずに黙ってしまった。なぜ、こんなにも無責任な言葉を相手に投げつけることができるのか私には分からなかった。今もこの世界の誰かが、この世界の誰かに向けてこのような言葉を書き込んでいるのかと考えると怖い。誰かのたった一言で大切な命が奪われてしまうのだから。

誹謗中傷をする人の多くは、自分に自信がない人、ストレスが溜まりやすい立場の人だと聞いたことがある。自分に自信がない人のほとんどは、自分の持っていないものを持っている人に対して嫉妬心を抱く。その嫉妬心が「恨み」へと変わってしまい、攻撃的な書き込みをしてしまうそう。はたしてその人達は、本人を前にして同じことが言えるだろうか。言えないはずだ。なぜなら、本当は弱い人間なのだから。自分に自信がないからこそ誰かに頼ることができずに、攻撃的な書き込みをしてしまっているのだと思う。私自身も含め、自分一人で考えようとしてしまう人間は、強がっているだけで本当は自分一人では解決できない弱い人間なのだ。

私は昔から「自分」が嫌いだ。友達と話すとき、うまくコミュニケーションがとれず、話したくても続けられない。固定概念が強く、友達と思いっきり楽しむことができない。いつの間にか私は、自分の悪いところばかりをみるようになってしまっていた。この頃から、楽しそうにしている友達をみると「うらやましい」と思うことが増えていった。その反面、心のどこかには友達を妬む気持ちがあった。以降、私と友達との間には見えない壁ができてしまい、一緒に話すことも少なくなっていく。私は人と話すのが怖くなり、自ら友達を避けてしまっていたのかもしれない。私は負けず嫌いというのもあり、誰かと比べてしまう癖がある。自分の弱さを分かっているにもかかわらず、強がってしまう。そのため、誰かに頼ることができずに毎日が苦しかった。そんなとき、

「完璧じゃなくていいんだよ。」

という母の言葉が、私の心を楽にさせてくれた。思い返すと、これまでの私は、自分の嫌なところを全て直して完璧な自分になろうとしていたのだろう。今では、いいところ、悪いところ、全て合わせて「自分」と思えるようになり、友達に対する妬みがなくなった。「うらやましい」という気持ちは消えないが、相手のいいところとしてみるようにしている。こんな「自分」になれたのは周りの支えがあったからだと思ってしまう。

この世に同じ人間なんていない。みんないいところがあり、悪いところもある。価値観も考え方も違う。違いを認め合う気持ちさえあれば、ネット上の深い問題も解決に少しずつ向かっていけると思う。しかし、相手に対する嫉妬心を自分の中から完全に消すことはできないだろう。相手に攻撃的な言葉を投げつけたくなることもあるかもしれない。そんなとき、自分の心と闘う力とぐっと立ち止まる勇気を持てる人間であってほしいと私は思う。そして私もそうなりたいと思っている。

今もとまらずに進化は続いている。これからの未来、さらにインターネットを利用する機会が増えていくだろう。だが、片手に持っているスマートフォンが誰かを傷つける凶器となってほしくない。画面越しにやり取りをしているのは人間だ。誰もがお互いの違いを認め合いながら「自分らしく」生きていける世界になってほしい。そして、いつの日かインターネットで涙を流す人がいなくなることを願っている。