第 38 回 安田女子大学・安田女子短期大学 エッセイコンクール

課題部門　テーマ：人を支えるということ
優良賞「人を支えるために」
国際観光ビジネス学科 1 年 2 組　村上真唯

人を支えるということはどういうことか。

私にとってそれは、自分の存在価値を高めながら、人の手助けをすることである。言い換えるならば、お互いの成長に繋がるような取り組みをすることだ。今回のエッセイでは、人を支えるために自分自身がどのようであるべきなのかということを主に述べる。

人の支えになろうとして、自分を捨てる必要など全くない。私は人生経験の中で、人間の中には周りの人を大切にしすぎるあまり、自分という存在が何か分からなくなってしまいそうになったことがある。当時の私は、自分の幸せより人の幸せをということを大切にして生きていた。そのため、相手の意見が自分にとって疑問があるものでも全て受け入れてしまっていた。こうすることで、人を支えることが出来ていると思っていたのだ。しかし、このような考え方を持っていては、自分自身に限界が訪れてしまう。私は自分というものは何のために存在しているのかということを深く考え始めた。人を支えるというのは、自分を失くすことではない。自分の考えを発言しないことではない、と気付いたのである。それからの私の考えは、人を幸せにするためにはまず、自分が幸せである必要があるという風に変化していった。自分が幸せである上で初めて、人を支えることができるのではないかと思う。

私が実際に人を支えたと感じたのは、相手と同じ一つの目標に向かって努力した時だ。具体的に言うと、高校受験などの勉強に関することである。高校受験対策をしていた際、私と同じ方法で受験をする友人がいた。彼女は毎日受験に合格できるだろうかと不安を感じていた。私も当然不安感はあったが、自分にできることを精一杯やりきろうという思いが強く、毎日を肯定的に捉えていた。肯定的に生きていられるというのは、自分自身は精神的に幸せであるということだと考える。私は彼女に、ポジティブな言葉を多く伝えた。そうすることで彼女を支えたいと思った。彼女は私にもたくさんの言葉を返してくれた。そして私達はお互いに志望校に合格することができた。私はこの時、人を支えることはある面で自分も支えて貰っているのかもしれないと感じた。お互いの成長に繋がるようなことをする、これが人を支えるということなのだと思う。片方向の動きではなく、双方向に動いているのである。

人を支えるためにまず必要な、自分の精神的な幸せについての私の考えは、興味のある異文化や外国について学んできたことから言えることがある。それは、日本という国の国民性が、自分よりも人のためというような考えがある理由に関係しているということだ。日本人は自然と相手へのリスペクトができるような国民性がある。これは素晴らしいことだが、それと同時に私達は人のことを気遣うあまり、自分の本音を隠す傾向もあるのだ。人の意見を

尊重しすぎてしまうのである。そのため、当然個人差はあるが、自分自身の価値観を見失ってしまうということが発生しやすいのではないかと思う。-Carefully-慎重な姿勢が見える日本に比べて、海外の欧米諸国などでは、自分を主張すること、相手にどう思われるかをあまり気にしないといった傾向が見られる。-Carefree-楽観的であるのである。こちらも個人差はあるが、これは自分を誰よりも愛し、自分という存在意義をしっかり持っているということである。そして、精神的に幸せである状態になることができる。この文化があるため、自分をまず大切にし、その上で相手を気にかけるということが可能になるのではないかと考える。私はこのことから、自尊心を日々養っていくことで日本人の良い面を保ちつつ、人々が本当の意味で人を支え、幸せを手にすることができるのではないだろうかと思う。人を支えたい思うことは賞賛に値することだ。以前の私のように、人の幸せを第一に考えている人には自分自身と人々とのバランスを大切にしてほしい。相手だけでなく、自分にも利益があるような行動が理想的である。そのようにすれば、私の考える人を支えることが実現される。

私は大学生活を通して、自分自身を大きく飛躍させていきたいと考えている。その達成のために、精神的に幸せな状態を保ち、人を支え、人に支えてもらう。こうした経験が、自分の価値観を維持しながらも様々なことを吸収し、人と共に成長していくことができると思う。自分にも相手にも新たな発見をもたらしてくれる、人を支えるということをこれからも継続して行っていきたい。