

『ブレーキとスイッチのすゝめ』

那賀中学校 3年 柑本 七海

「これで大丈夫かな。」「本当に良いのかな。」「後で後悔しないかな。」私は、何かを選択するとき、いつも心の中で、自分にこう問いかけます。

私は、失敗してしまうことがたくさんあります。例えば、課題を提出当日の朝まで忘れていたり、食事中料理をこぼしてしまったりと様々です。誰でも失敗することはありますし、仕方がないことだと思います。けれども自分はもちろん、相手に迷惑をかけてしまうと、とても嫌な気持ちになってしまいます。この、なかなか消えてくれない罪悪感のような気持ちが、私はとても嫌いです。だから、できるだけ失敗を防ぐために、私なりに大事にしていることがあります。それは、心の中の「ブレーキ」と「スイッチ」です。

私は、理科の授業で、失敗をしてしまったことがあります。それは実験の時、同じ班の友達に、間違った手順を教えてしまったことです。私のせいで、実験が上手くいかず、友達や先生に、迷惑をかけてしまいました。なぜ、こんな失敗をしてしまったのかというと、その手順が本当に合っているのか、自信がないにも関わらず、「まあ、いいんじゃない。」という軽い気持ちで確認もせず、友達に教えてしまったからです。この時の私は、実験というのもあって気持ちが昂ぶり、しっかりとした判断ができていなかったのでしょう。きちんと、心に「ブレーキ」をかけていたら、失敗は未然に防ぐことができていたと思います。だから、気持ちが昂ぶり、正確な判断ができなくなっている、そんな時こそ「よく考えて判断しよう。」「ミスしちゃうそうだよ。気をつけて。」という、自分に冷静さを取り戻させる「ブレーキ」が必要なのです。ですが、「ブレーキ」のかけすぎにも、注意しなければなりません。強くかけすぎると、優柔不断になって、前に進めなくなってしまうからです。私は、自分に責任がかかったり、緊張したりする場面では、いつも「ブレーキ」をかけすぎてしまいます。すると迷いすぎて、決断するのに時間がかかったり答えられなかったりして、結局、行動できなくなります。こうなっては、本末転倒です。そうなる前に、緊迫した場面ではリラックスして、「ブレーキ」を緩めることも必要だと思います。心のブレーキは、自転車のブレーキと同じように、かけすぎると、一向に進めないし、スピードを出しすぎても事故になってしまいます。だから、丁寧にその場に合わせて扱わなければならない代物なのです。

また私は、忘れ物のような失敗を防ぐには、やる気を出すための「スイッチ」を使います。このスイッチを心の中で押すと、まだ期限がある課題でも先延ばし

せずに「今、ちょっとでも頑張って、終わらせておこう。」と、取り組む力が湧きます。このスイッチは、誰の心にもあって、その人が「頑張ろう!」と、少しでも思うことができれば、簡単に押すことができるのではないのでしょうか。また、このスイッチを使うにあたって1番大事なのは、1回だけではなく、何度も使うことです。そうすることで、意識しなくても自然にスイッチを押せるようになるはずです。

心の「ブレーキ」とやる気を出す「スイッチ」は、自分の気持ち次第でピカピカのブレーキとスイッチにもなるし、ボロボロにもなりえます。だから私は、成長とは「ブレーキ」と「スイッチ」の操作練習を繰り返すことだと思うのです。私は今、その練習の真ただ中です。これからの人生、失敗して、誰かに支えられることもたくさんあると思います。でも、自分はもちろん、世界中の人々が程よいブレーキと前向きなスイッチを扱えたら、優しい世の中になるのではないのでしょうか。

「さあ、みんなでスイッチオン。」

