

高崎ユネスコ協会会長賞

## 私にできること

高崎市立箕郷中学校 三年 門倉 由依

「利他」「主体変容」たった二文字と四文字の言葉から、みなさんは何を感じますか。簡単な言葉だからこそ多くの人が常に意識し、大切にしていけることで、安全で平和な世界の実現に近づくとおもいます。

私の学校の担任の先生は、道徳や学活の授業を通し、今まで生きてきた中で大切にしていけるべきだと思ったことを伝えてくれます。学校では国語や数学、英語などの勉強で学ぶことが多いですが、中には世界の全員で大切にしていけるべき考え方も学びます。新しいクラスになり最初の頃は、難しい話ばかりでめんどくさいと思っていました。しかし、実際に普通の生活で意識して行動すると、新しく気付くことがたくさんありました。

その中の一つが「利他」という言葉です。利他とは、自分の気持ちや利益だけを考えるのではなく、目の前の相手や周りの人のために相手を優先し行動することです。初めてこの考え方を聞いた時は、自分のことを後回しにして相手のために動くことがよく理解できませんでした。去年の私は、休み時間に他の係の仕事が多く大変なことに気付いていながら、自分が勉強したいから、本を読みたいからと手伝いに行きませんでした。声をかけられたら手伝い、それ以外の時は自分のことを優先しても良いと思っていたのです。しかし、今年になり同じような場面で利他の言葉を思い出し、自分のやりたいことをするのではなく手伝いに行きました。去年の私だったら手伝っても良い気持ちではなかったかもしれません。ですが、実際に手伝った時、係の人から

「ありがとう。」

と笑顔で言ってもらい、自分からも自然に

「大丈夫だよ。」

と言葉が出ました。利他の考え方をもち、少し行動を変えることでお互いに笑顔になれたように、一人一人の空間からみんなが助け合い、笑い合える空間になることに気付きました。

先生から教えてもらった中でもう一つ「主体変容」という言葉が強く印象に残っています。集団生活や他の人との関わりの中で、思っていたように物事が進まなかったり、意見が合わなかったりすることはたくさんあります。その時、相手を変えようとするのではなく、自分に目を向けて自分から変わること、周囲にも変化が生まれることが主体変容の考え方です。私はこの言葉の意味を知り、本当なのかと疑っていた部分もありましたが、部活動で生かすことができました。私が所属している陸上部は人数が多く、まとまりづらくいつも行動が遅くなっていました。副部長として部をまとめなければならない中で、まずは自分が練習開始や集合の時に走って移動しました。すると一人、二人と同じように素早く集まり、自分の行動で相手も変わることが実際に分かりました。私が経験したことはとても小さな変化

ですが、始めに書いたようにこの考え方は、世界の安全や平和を願い行動する上でも大きな役割を果たします。世界が安全で平和になってほしいということは多くの人が願っていることです。しかし気を付けなければいけないのは、多くの人が願っているという部分に落とし穴があることです。多くの人の中の一人である自分は具体的にどのような行動をするべきか、考えている人は少ないと思います。だからこそ「私は平和を願っている。だからこれをしている。」と胸をはって言えるようにしたいです。また、同じように考えて行動する人が一人でも増えることで、主体変容のように身近な所から変化が生まれてくるはずですよ。

担任の先生から利他と主体変容の言葉を教えてもらった後、全ての場面で実行できたわけではありません。相手のことより自分を優先してしまったり、自分から変わる勇気を持てなかったりしたこともたくさんあります。そして、どちらも共通するのは必ず後悔していることです。あの時自分のことではなく友達の手伝いをしていたら、自分から行動できていたらと後悔しました。全ての場面で実行することは難しいことですが、互いに助け合い笑い合える空間が身近な場所から世界中に広がるように、たった二文字、四文字の言葉を常に意識し、大切にしていきたいです。