

「キレる前の深呼吸」

むつ市立大平中学校 二年 山川 八純

私は人間は弱くて、とてももろい生き物だと思っています。最近私はテレビでよく聞く話題があります。それは学校のいじめについてです。少し前の私ならかわいそうという気持ちもなかったと思います。

少し前の私はすぐに人に本音を言ってしまったり、かつこつて「ウザい」「死ね」という言葉が口ぐせでした。ある日私はクラスメイトのあまりなじめていない子に

「このクラスっていい人いないよね。」

と言われました。私は他のクラスよりも仲よくやっつけて家族のように思っていました。それなのにいい人がいないという発言にとても腹が立ちました。その日から私はその子にとっても腹が立ち

「いじめ」ということをしました。

まず私は、いつも一緒にいる仲間と嫌いになった子の悪口を言いました。しかも目の前です。「キモい」「死ねよ」などと大きな声で相手が聞こえるように言いました。自分の気持ちを止めようとしても止まりません。なぜなら、親友がいたからです。みんなと一緒に大丈夫だろうという「集団心理」が働きました。

あと、次は自分がいじめられるのではないかという「恐怖心」がありました。

しかし、先生に

「あなた、いじめしてることわかってる？」

「相手が自殺したらどうする？」

「責任負える？」

と言われ目が覚めました。私は「いじめ」をしているつもりは一切ありませんでした。ただの遊び、軽い気持ちで、ちよつとむかついただけで「死ね」と言っていました。相手は本当に死にたいと親に言っていたそうです。私は本当に相手が死んでいたらどうしていいかわかりません。責任なんて負えません。やっとなんか自分も馬鹿なことをしていたことに気がきました。私は一人の人権を奪い命まで奪うところでした。

それから私は、友達との付き合い方を直しました。しかし、すぐ変わるものではありませんでした。私は悪いくせがもう一つあります。むかつくとすぐ手が出てしまいます。いわゆる私は短気です。ある日、ささいなことでも男子とけんかをしてしまいました。そして、また悪いくせが出てしまいました。鉛筆を相手になげました。すると、目に入ってしまいました。その男子は大ケガにはなりませんでした。また一人の人権を奪うところでした。

私はまた同じく人を傷つけてしまったと今度は自分に腹が立ちました。そして、私がいなくなったらみんな平和でいられるだろうと思いい、カッターで自分の手を切ろうとしました。ですが、い

ざとなるとできません。悲しくなり親友に電話すると、
「大丈夫。」

とだけ言い一緒に泣いていました。私はその「大丈夫。」という
言葉にたくさんの意味が込められていると思います。

私はそれから自分なりに変わり、自分をコントロールできるよ
うになりました。いじめをした事がある私が思ったことは、「自
分がやったことは、いつか絶対自分に返って来る」ということ
です。今、いじめられて、いつか絶対自分に返って来る」ということ
は、絶対に自分から
逃げないで、自分に負けないでほしいという事は、絶対に自分
いる人は、本当は怖いはずで。私もとても怖かったです。いつ
自分がいじめられてもおかしくないからです。だから、どんなに
辛くて苦しめてくれてどうしようもなく、負けないでほしいです。
そして、今いじめをしていない人は、大変なことになる前にやめ
た方がいいと思います。もう一度、その人の責任を負えるか考
え
た方がいいと思います。もう一度、その人の責任を負えるか考
え
た方がいいと思います。もう一度、その人の責任を負えるか考
え
ら
何かが変わるはずでいいので深呼吸してみてください。そして