

# 自分が好き？！

2001年7月11日

「自分が嫌い」と言う人が、私のまわりには結構いるようです。理由は「容姿が気に入らない」「こんな性格が嫌いだ！！」など、自分の理想とする姿をもって、現実の自分は違うと思っている人がほとんどです。

まわりの人からは「何て奴だ」と思われているかもしれませんが、私は「**自分が大好き**」です。私を嫌いな人はたくさんいると思いますが、そんな事を気にしていたら今頃生きてはいないでしょう。「体が不自由」という事のコンプレックスは持っています。**口も悪いし、態度もデカイ！！**そんな自分だけど好きなんだなあ～。(自分くらい好きになってやらないと、可哀相じゃないかっていうのもあるかも...)

自分が好きだからこそ、人の事も好きでいられるんじゃないかと思っています。自分の事を自分で嫌いだったら、人が自分を好きになるとは思いますか？？過剰なナルシストも困りもんですけど...

さて、「自分が嫌い」という人ですが、「なぜ」という点ではハッキリしている人が多いようです。では、「なぜ」を解決する為に「なに」をすればよいのかを考える必要はないのでしょうか？たとえば、私は今この文章を考えていますが、文章を書くことが大っ嫌いだし(学生時代から作文もろくに書けなかった)とっても苦手です。言葉では伝えられる事が、文章ではなかなか伝えられないからです。でも私は、このような「文章」を毎月考えながら書く事によって、もしかしたら少しずつでも苦手を克服しているのかもしれませんが？？

不自由なこの体も動くところを**最大限**に使って、けして高望みする事なく「自分の出来る範囲で出来る事」をしながら、自分なりに少しずつ自信を付けていくようにも心がけています。

みなさんもちよつとした「**きっかけ**」から嫌いな部分を好きに変えることが出来るかもしれませんよ？！

今、ここに自分がいる事を喜んでいたいし、せっかく生まれて来たんだから楽しんでやっていきたいじゃないですか。その為には、たとえどんな自分でも自分自身を受け入れて認めてあげなくては.....。

誰の人生を生きている訳でもなく、自分の人生なんだから楽しも～よ！！

ボランティアの輪・**あんだんて** 島 道子