

私は最近、悩むことはいいことだと思います。あまり人前でくよくよして暗い顔でいるのはよくないし、必要以上に悩み過ぎると、体にも悪いかもしれません。

本当は明るく過ごせるといいなと思っています。

それでも、時には自分の思いを大事にして、考え込む時間があってもいいのではないかと思います。

以前、ある先生から、「子どもというのは、出会った人と本当に向き合おうとしたり、自分の将来を考えたりして、大人よりもずっと真剣に悩んでいるものだ」と聴きました。

他の人と心が通じないことを悲しいと思う。

自分の目的がないことを虚しいと思う。

10代の頃というのは、人間関係や自分の進路で特に迷う時期でしょう。私はその頃、自分のことをどうでもいいと思っていました。高校の生徒指導室の前に「夢と希望」と書いた大きな軸が貼ってありました。しかし、これと言った目的がない私とは一番遠い言葉に感じていました。

現実にぶつかる前に、考えないようにしていました。

大人になると、問題に当たっても「この状況ならこうすべき」「嫌なことは忘れよう」などと、深く考えないようにしているのかもしれませんが。

自分の意志をちゃんと言葉にして、正直に相手に伝えようとする、難しいなと思います。

でも、友だちに相談してみるとか、じっくりと考えてみることで、自分の気持ちに自信が持てることもあります。

自分自身で自分の行く方向を決断する力にもつながると思います。悩むことはただ落ち込んで悲観することではなく、積極的な意味があると思います。