

タイトル	自分に自信を持つために
ポーランド語のタイトル	W poszukiwaniu wiary w siebie
テーマ *	c
名前	ナディア ビェレツカ
ポーランドの名前	Nadia Bielecka
学校名 * 2	ニコラウス・コペルニクス大学
学年	2 年生
日本滞在歴	なし

* a. 異文化理解 b. 現代の諸問題 c. 私の大切なもの d. 私からの未来へのメッセージから選択

みなさん、「自分もこんな人になりたい！」と思うような理想の人はいますか？私にとっての理想の人は、白人ラッパーのエミネムと、アニメキャラクターの「ナルト」です。この二人の共通点はどんなことがあっても自分を信じて、決してあきらめないことです。エミネムは、家庭環境に恵まれていませんでしたが、人と比べてなげいたりせず、自分の才能を信じて、夢をかなえました。ナルトも、落ちこぼれでみんなにバカにされていましたが、毎日コツコツと練習し、皆が驚くような忍者になりました。

実は中学生の頃の私は、テストで何か間違うたびに自分に腹を立て、得意なことなんて何もないと感じていました。自分の格好も嫌いでした。おかしやこってりしたものを少し食べただけですぐに太ったので、やせている友達が羨ましかったです。鏡の前に立つたびに、自分は見苦しいと思いました。だから味気ないだぼっとした服と大きな眼鏡で毎日周りの視線から隠れていました。私は精神的には安全だ感じていましたが、本当は幸せではありませんでした。内心では、そんな人ではいたくなかったのです。

そんな時に会ったのがナルトとエミネムです。彼らに夢中になるうちに、心の底からそんな人になりたいと思うようになりました。でも、自分を変えるのは、簡単ではありませんでした。

得意なことなんて何もないと感じていた私ですが、実は好きなことはありました。それはダンスです。中学生の頃毎晩、自分の部屋の戸を閉めて、好きなレコードを掛けて踊っていました。ある夜、いつものように鏡の前に立って、いろいろなステップで自由に踊り始めました。その時、不思議な感覚におちいったのです。ふと鏡をみると、生き生きとした強い女の子が映っていました。ダンスは私自身の中にある素晴らしいエネルギーを解放していました。踊りながら「私は何でもできる」と感じました。それは私が私自身を認めた、初めてのできごとでした。

それをきっかけにだんだん変わっていきました。成績は私を人として評価しません。私は私です。自分を敵ではなく、友達のように扱えばいいと思えるようになりました。それに、健康にいい物を食べて、運動をして、体のことをもっと考えるようになったら、自分の外見も好きになりました。周りの視線から隠れていた私はもっと社会的でオープンになりました。

みなさんは今の自分が好きですか。ぜひ理想の人を見つけてみてください。そして、自分が好きなことを大切にしてください。そうすれば、自分がどう行動すべきかが見えてくるはずです。自信を持って、自分を好きになることで、自分を受け入れることができ、幸せな気持ちになれるはずです。

Podsumowanie (60-70 słów)

Miałam idoli, którzy, nie przejmując się krytyką, spełniali swoje marzenia. W gimnazjum uważałam, że w niczym nie jestem dobra i nie znosiłam swojego wyglądu. Chciałam być taka jak moi idole. Lubiłam tańczyć, bo wtedy stawiałam się pewniejsza siebie. Taniec był początkiem zmiany. Polubiłam swój wygląd, byłam bardziej towarzyska. Trzeba mieć autorytety oraz dbać o rzeczy, które uwielbiamy robić. Wierząc w swoje siły, lubiąc i akceptując siebie, na pewno będziemy szczęśliwi.