

タイトル	ノイズ世代
ポーランド語のタイトル	Pokolenie szumu
テーマ *	b
名前	ユリア・ニェジューカ
ポーランド語の名前	Julia Niedziółka
学校名 *2	ヤギェロン大学
学年	3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

寮の部屋で勉強している時、机の上にはたくさんのノートや暗記すべき単語リストが並んでいます。その時、絶え間なく流れてくる情報に、私はいつも気を取られてしまいます。小さい音でも集中できず、時計の秒針の音もうるさくてたまらないので、トイレに置きに行ったこともあります。世の中のノイズに囲まれていると、息苦しくなります。携帯の通知、メール、ニュース、戦争、広告、SNSの完璧な人生、忙しすぎる日々…。そんな世界の中で、自分が何をしたいのか、よくわからなくなることがあります。

週末、実家に帰ると、私はいつもこの騒がしさから逃げることができます。ある土曜日、地下室に行ってみると、祖父からもらった一冊の本を見つけました。その本を開いたら、最初のページに祖父の字で書かれた言葉がありました。「毎日が贈り物。大切でないことに時間を無駄にしてはいけない」。祖父母の家で過ごした日々を思い出しました。玄関で迎えてくれる祖母、紅茶とたくさんの食べ物、静かに微笑む祖父。祖父はよく戦争の話をしていました。「苦しい時代にも、美しい瞬間がある」といつも静かに語っていた祖父の気持ちが、幼い私には理解できませんでした。

ある日、祖父は「最後の一回」というゲームをしようと言いました。最後に何かをしたのはいつ？と考えるゲームです。私が考えたのは「最後に砂場で遊んだのはいつ？」「最後にブランコに乗ったのは？」。その時は深く考えませんでした。今はそのゲームの意味がわかります。でも祖父が最後に私に何を言ったのか、思い出せません。祖父はインターネットを使わず、SNSのような世界とは無縁でした。情報に振り回されることもありませんでした。スマホの使い方を教えたのですが、何度も画面を消してしまい、苦笑いしていました。祖父母の暮らしはシンプルで、穏やかでした。

私たちの「ノイズ世代」には、一度立ち止まって、この情報の波を断ち切って人生をつまらなく感じさせる刺激を手放すことが大切です。絶え間なく届く通知、果てしない情報の洪水、他人と比べてしまうSNS。これらが私たちに「何か足りない」と思わせ、日常をつまらなく感じさせるのです。実は人生は決して退屈なものではありません。穏やかな祖父母の暮らしのように、私も小さな日常の幸せを大切にしたいと思います。

Streszczenie (60-70 słów)

Współczesny świat jest pełen nieustannego szumu informacyjnego – powiadomień, presji, idealizowanych obrazów życia. W kontrze do tego stoi wspomnienie dziadka, który prowadził proste, spokojne życie, wolne od natłoku informacji. Jego słowa przypominają, że każdy dzień to dar i nie warto marnować go na rzeczy nieważne. Refleksja nad ulotnością chwil i znaczeniem codziennych doświadczeń skłania do zatrzymania się i docenienia tego, co naprawdę istotne.