

2015年度 国際ユース作文コンテスト受賞者

参加国数：148カ国

応募総数：12,960作品（子どもの部 4,017作品、若者の部 8,943作品）

文部科学大臣賞（最優秀賞）（各1点）

<子どもの部>

- 『平和へのかぎは満足すること』
ウダヤン・サハ（インド）10歳

<若者の部>

- 『平和の構築は内から始まる』
ナラヤン・クルカルニ（米国）20歳

優秀賞

<子どもの部>（2点）

- 『平和のために心を開こう』
エジャ・オリバレス・パウエル
（メキシコ&米国）8歳
- 『様々な考えを理解し、感謝の気持ちを忘れずに』
服部 桂（長野県）13歳

<若者の部>（3点）

- 『心のとりでに忠実に』
大谷 優生（北海道）16歳
- 『贈り物』
デイビッド・ヒノラン（フィリピン）18歳
- 『幸福感』
マンドレンコシ・エドゥソン・スシル
（南アフリカ）19歳

入選

<子どもの部>（5点）

- ディバイン・ギャウ・バーフォー（ガーナ）10歳
- 門松 心美（静岡県）12歳
- アイエシャ・ミルサ（パキスタン）13歳
- 佐々木 風美（宮城県）14歳
- マリア・ラウラ・ドゥンブラバ
（ルーマニア）14歳

<若者の部>（4点）

- グエン・フオン・ズン（ベトナム）16歳
- 赤羽根 清美（東京都）17歳
- 富岡 はづき（東京都）18歳
- ボイナ・ンジェカリ
（アルバニア<オーストリア在住>）24歳

佳作（各25点）

<子どもの部>

- ヒリ・カルモン（イスラエル）5歳
- 蓮尾 まりほ（神奈川県）10歳
- アマン・ハリア（ケニア）11歳
- キム・ドヨン（韓国）12歳
- エレナ・ストイコスカ（マケドニア）12歳
- イクラ・ムスカン（パキスタン）12歳
- リーフ・アナ・レジエス（フィリピン）12歳

<若者の部>

- 杉本 璃子（福島県）15歳
- 湊 万里奈（東京都）16歳
- パーワニ・テワリル（インド）16歳
- 阿部 稜子（東京都）16歳
- アレクサンドラ・コーバー（ルーマニア）17歳
- メンドラ・ロベルト（インドネシア）17歳
- ファイサ・アル・アクシャニ（クウェート）18歳

- プレラナ・パイ
(インド<アラブ首長国連邦在住>) 12 歳
- サシチャ・チョリブラヤナクル (タイ) 12 歳
- 大杉 明日香 (静岡県) 13 歳
- プージャ・シン (インド) 13 歳
- 菅野 凜 (岩手県) 13 歳
- 米山 徹哉 (東京都) 13 歳
- 曾野部 えみ (大阪府) 14 歳
- 近藤 香里 (神奈川県) 14 歳
- キンザン・ジュルミ (ブータン) 14 歳
- ミハエラ・ゼジェル (クロアチア) 14 歳
- 石崎 さくら (群馬県) 14 歳
- 山内 奏人 (東京都) 14 歳
- ティミー・チアン (台湾) 14 歳
- ビリアン・ジアン (米国) 14 歳
- 川原 航 (長野県) 14 歳
- シンヤン・ユアン (中国) 14 歳
- ヤン・イーチェン (中国) 14 歳
- 石田 壮一郎 (東京都) 15 歳
- ジャコブ・ゴモルカ (ドイツ) 18 歳
- イリヤ・サベリエフ (ロシア) 19 歳
- ヌルル・ファジリ・オーリア
(インドネシア) 19 歳
- エンマ・クレーン (オーストラリア) 20 歳
- ガトラ・プリヤンドィータ
(インドネシア<中国在住>) 20 歳
- ジェネ・ホッテンロット (ドイツ) 20 歳
- テチャナ・オルリック (ウクライナ) 20 歳
- ウェンディ・ロドリゲス・ディアス
(メキシコ) 20 歳
- ナムゲ・ブンチョック (ブータン) 21 歳
- シャブナン・アジャビ (アフガニスタン) 22 歳
- カビル・ウスマン (ナイジェリア) 23 歳
- ポール・ビショー (ベナン) 23 歳
- サミル・セロ・ジメ・エリーマ (セネガル) 23 歳
- ガブリエル・アングラ (ウガンダ) 24 歳
- ニレルモル・シンサチャクル (タイ) 24 歳
- ンジハラニラ・ントウワリ・アナトーレ
(ルワンダ) 24 歳
- フィリップ・オデルグレン (スウェーデン) 24 歳
- マリア・アントニア・ロペス・レストレポ
(コロンビア) 25 歳

学校特別賞 (1 校)

- 松本秀峰中等教育学校 (長野県)

学校奨励賞 (41 校)

- 茨城県立古河中等教育学校 (茨城県)
- AICJ 高等学校 (広島県)
- 近畿大学附属和歌山中学校 (和歌山県)
- グアダラハラ大学附属第 8 高校 (メキシコ)
- クロアチアン・スクール・ミュージアム
(クロアチア)
- こくご塾 KURU (東京都)
- オオウ・ラソ・トゥルボフスキ-スコピエ
(マケドニア)
- サンタ・リブラーダ学校 (コロンビア)
- インヘニエロ・ホセ・アントニオ・パディージャ・セグーラ職業教育国立専門学校 (メキシコ)
- 大田区立大森第六中学校 (東京都)
- 京都学園中学高等学校 (京都府)
- グアダラハラ大学附属第 11 高校 (メキシコ)
- 国学院大学久我山中学高等学校 (東京都)
- 国土館中学校 (東京都)
- 佐野日本大学中等教育学校 (栃木県)
- シカゴ補習授業校 (米国)

- シガラム・アカデミー・オブ・エクセレンス
(インド)
- ジョホールバル・レリジャス国立中等教育学校
(マレーシア)
- 椋山女学園大学附属小学校 (愛知県)
- 高田中・高等学校 (三重県)
- チューリッヒ日本人学校日本語補習校 (スイス)
- 東京学芸大学附属国際中等教育学校 (東京都)
- 初芝富田林中学校・高等学校 (大阪府)
- プエブラ栄誉州立自治大学 (メキシコ)
- 普台高等学校 (台湾)
- ブラド・タセフスキ高等学校 (マケドニア)
- メヒコ科学技術専門学校クアウティトゥラン・
イスカリ校 (メキシコ)
- 和歌山県立串本古座高等学校 古座校舎 (和歌山
県)
- 早稲田大学高等学院 (東京都)
- 昭和女子大学附属昭和中学校・昭和高等学校
(東京都)
- 杉並区立向陽中学校 (東京都)
- 第 12 学校 (ベラルーシ)
- 中部テネシー日本語補習校 (米国)
- 筑波大学附属坂戸高等学校 (埼玉県)
- トリド日本人補習校 (米国オハイオ州)
- パデレフスキ私立グラマースクール (ポーランド)
- 福島県立あさか開成高等学校 (福島県)
- 不二聖心女子学院 (静岡県)
- ミラノ・インターナショナル・スクール
(イタリア)
- ルーツ・ミレニアム・スクールズ (パキスタン)
- 早稲田大学系属早稲田渋谷シンガポール校
(シンガポール)

2015 年度国際ユース作文コンテスト

【子どもの部】 文部科学大臣賞（最優秀賞）

平和へのかぎは満足すること

（原文は英語）

ウダヤン・サハ（10歳）

インド・ウッタラーカンド州

ドゥーン・インターナショナル・スクール・デヘラドゥーン校

「別の人の人生を送ることができたらいいのに」と思ったことはありませんか？ 「もっと頭がよくて、もっとお金持ちの家に生まれて、今の人生にはないチャンスやモノにめぐまれていたらいいのに」と思ったことはありませんか？

ぼくにはあります。

昔、そんなことを願ったりしたのは本当のことです。そして、そう考える時はいつも心がおだやかではなくなりました。イライラして不満に思いました。

人は、不満を感じるとよくばりになります。今あるものに満足しないと、他人のものがほしくなって、それを手に入れようとあやしげなことを考え出すようになります。そうなった時には、まず心がおだやかではなくなります。なぜなら、心の奥から声がして「それは良くない！ 間違っている！」と、何度もぼくたちに教えてくれるからです。

ぼくが住むインドは、2013年の夏に、これまでにない災害におそわれました。毎日ふり続く雨で、ヒマラヤ山脈にある湖から水があふれ出したのです。大量の水がうずを巻いて流れ出し、車や家々、商店、そして橋さえも、水が流れる場所にあるものは全て押し流されてしまいました。

おそろしい水の流れはおさまり、元に戻りましたが、ぼくの小さな町は前とは変わってしまいました。こわれた家々、なくなった命、くずれた建物がぐちゃぐちゃに交じり合っていました。

幸いなことに、ぼくの家はこわされませんでした。近所の人たちもみな無事でした。

この時の災害から、ぼくは人生をちがう方向から見るようになり、それまで当たり前だと思っていたことの本当の価値に気づかされました。新しいものや、より良いものをほしがるのではなく、今の自分を大切に、今あるものに満足することがどんなに重要かが分かりました。ドイツの発明家フリードリヒ・ケーニッヒは、次のように言いました。「私たちが忘れがちなのは、幸せや平和というものは、持たないものを手に入れたからではなく、すでに持っているものに気づき、それに感謝することから生まれるということである」



家のそうじは、ぼくの毎日の仕事です。昔はきらいでしたが、今ではそうじをするたびに、ぼくに今あるものや、それを大事にするチャンスをあたえてくださる神様に感謝しています。昔はつまらないと思っていたことが、今は神様からのめぐみです。

平和への最大のかぎは、満足することです。そして満足するためには、自分の心の声とつながりを持ち、その声が言うことに耳をすまさなければなりません。

めいそうをしたり、お祈りをしたり、自然の歌声を聞いたり、色々なやり方がありますが、ぼくたちに必要なのは、自分の心の中にあるものを聞いて、心の声、たましいの心に耳をすます時間を作ることです。心の声とつながりを持てば、明るく、おだやかに外の世界と関わり合えるようになります。

心の声は、ぼくに多くのことを教えてくれます。色々たいへんな時も道を示してくれます。それはまるで、コンパスのように頼りがいがあります。気が散ってしまうほど、ゴチャゴチャと雑音が聞こえても、周りからその音を消すことができた瞬間、ぼくはそのコンパスがあることに気づきます。心の声とつながりを持つことは、前向きで平和な心の海に飛び込むかのようです。

もちろん、ぼくがいつも前向きで平和な心を持っているわけではありません。同い年の子どもたちと同じように、ぼくも色々な活動や日課がたくさんつめこまれた、忙しい生活を送っています。でも、それを少しだけ自分で調整することで、どうすれば心の中の自分とつながったまま、満足しながら平和に楽しく生きていくことができるか分かったのです。

ぼくは 2013 年の災害の後、物事はいつ変化するか分からないと思いました。でも今は、自分と周りのもの全てに十分満足しています。

毎朝、目が覚めて、地平線からゆっくりとぼる太陽を見るたびに、心の声がぼくに思い出させてくれます。「人生を生きることは、人生最大のプロジェクト。自分の人生をしっかりと生きることが意味があること。よくばる気持ちには終わりがないので、今あるものに満足することこそ、幸せと平和への道である」と。

2015 年度国際ユース作文コンテスト

【若者の部】 文部科学大臣賞（最優秀賞）

平和の構築は内から始まる

（原文は英語）

ナラヤン・クルカルニ（20 歳）

米国フロリダ州

フロリダ大学

2001 年 9 月 11 日、アルカイダのテロリストによってハイジャックされた 2 機の飛行機がワールドトレードセンターに激突し、3,000 人にのぼる死者と 6,000 人以上の負傷者を出しました。9・11 と呼ばれるこの日は、多くのアメリカ人の心に傷を残しました。この事件は、私の人生にも大きな影響を与えることになりましたが、自分の内側から平和を築くきっかけにもなったのです。

当時、私はフロリダ州に移り住み、新しい小学校に転入したばかりでした。9・11 の後、たった一晩で私は「新しい転校生」から「憎むべき敵」へと変わってしまったようでした。同級生たちは私のことを「テロリスト」や「ビン・ラディンの息子」などと呼び、休み時間の遊びからは仲間外れにされ、ランチタイムや休憩時には避けられました。これはその後何年も続き、私は無力感と孤独感を抱くようになりました。学校で唯一のインド人であり、ヒンドゥー教の生徒であったこと、また、この苦しみを共有する仲間がいなかったことが、益々この気持ちを強めていきました。

小学校時代の嫌な記憶から逃れるため、中学と高校では宗教と勉学に走りまわりました。そうすることで、偶然にも過去と向き合う手段をいろいろ発見することになりました。ヒンドゥー教におけるカルマについて学ぶことで、良い行ないはプラスの、悪い行ないはマイナスの影響を人々に与えることを知り、生命の相互的なつながりを認識することができました。マザー・テレサの活動は、私に慈悲心の力と無私無欲で世の中に尽くすために、自分の能力を生かすことを教えてくれました。また、マーティン・ルーサー・キング・ジュニア牧師について読んだことを通して、人種差別廃止と非暴力運動に関する彼のビジョンがアメリカにおける法改正をもたらしたことを発見しました。そして最後に、太陽礼拝を毎朝行うことで、自分の身体や呼吸を意識することが、体の健康と心の安らぎにつながることを学びました。

私の大学での経験は、小学校での経験とは全く対照的なものでした。入学してすぐに同じような経験を持つ人々のコミュニティを見つけました。そこには、アメリカにきた移民を親に持つだけでなく、同時多発テロ事件以降、同じように仲間外れにされてきた人たちもいました。彼らと話すうちに、



それぞれ違ったアイデンティティを持っているけれど、一つの共通点があることに気づきました。それは、自分たちの体験や苦闘について発信する手段がないということでした。この発見に触発され、私は地域ぐるみのイベントを開催し、仲間にパネリストとして、それぞれの体験を語る機会を与えました。また、地域のリーダーたちを集め、同時多発テロの影響を忘れないためにキャンドル・ビジルも実施しました。一学生が9・11に関する地域イベントを企画し、様々なバックグラウンドを持つマイノリティに、あまり知られていない自身の体験を語る機会を与えたのは、この市の歴史上初めてだったそうです。この経験は、私の心を安らかにしてくれただけでなく、この安らかさをいかに心の中から築くことができるかを理解する機会にもなりました。

私は、積極的に仲間の経験談を聞くことで、ヨガの時と同様に、彼らの言葉や考えに対して意識的になりました。また、彼らの経験に自分の体験を重ね合わせることで、カルマについて学んだ時と同じように、お互いの運命のつながりに気づきました。そして私は、キング牧師のようにより良い世界を思い描き、マザー・テレサのように率先して変化を起こそうとしました。つまり、意識的に他の人のために、自分の知識を役立て始めたのです。

このことは、世界の平和とも大きく関わってきます。多くの国際問題は、個人の精神的・感情的な安らぎの欠如によって生じるものだと私は思っています。そのため、バックグラウンドに関わらず、どんな人も答えを見出さなくてはならないのです。探求や瞑想などの手段を用いて、人は意識を開発することができます。そして意識的になることで、自分とは違う背景を持つ人々の経験に触れた時、相手と同じ苦闘に気づき、共感し、お互いの違いを尊重し、この世界の相互の結びつきに気づくことができるのです。共通する人間性を感じることで、それぞれの経験を振り返り、それを自分の言葉で表し、他の人々と共に、良い目的のために責任を持って知識を使うことでしょうか。この世の誰もが、それぞれ特有の内なる苦闘を経験したことがあります。それを克服する手段をより早く見つけて利用することができれば、平和な世界をつくることは、より簡単になるでしょう。

私は自分の苦闘を克服し、現在、大学の最も大きな学生組織の一つで代表を務めています。これまでの体験を基に、意識やつながり、思いやり、内省などを養うことを通して、他の人々が内なる平和を得る手助けをしていきたいと考えています。平和を築くプロセスは、自分の内側から始まるものであると学びました。私たちには、まず自らの心の中に平和を築き、さらに他の人々の心の中にも築いていく責任があるのです。

平和のために心を開こう

(原文は英語)

エジャ・オリバレス・パウエル (8歳)

メキシコ & 米国<メキシコ・グアナフアト州在住>

世界の全てのものは、つながり合っていることを知っていましたか？ ざんねんながら、ほとんどの人たちは、自分が全てのものとつながり合っているとは思っていません。この地球には今、心いかりやおそれをもっている人たちがたくさんいます。みんな自分は一人ぼっちだと思いこんで、つながりを感じてはいません。心を開いてはいけなと考ています。もっとたくさんのもを買って、つながりを感じるために他の人をコントロールしようとするのです。でも私たちが本当にしなければならぬのは、自分たちのきれいな心をとじこめているものをなくすことです。

私たちが心を開けば、平和と愛を作ることができます。自分をしんじるようになります。たがい心でつながり合えば、人間はみんな、平等であることがわかります。つながりを感じることができれば、私たちがこの地球の一部であることに気づきます。きれいな心をもっている人は、地球を大切に、悪いことから守ります。私たちがたがいを大切に、地球を思いやり、自分たちのつながりにもう一度気づくことができれば、世界中に平和が生まれるでしょう！

「こころ」と「あたま」は、二つとも同じぐらい大切です。たがいにつながり合っています。私たちのあたまは、いろいろな考えやアイデアを生み出しますが、こころは安らぎややさしたを感じます。いかりとおそれはハートにブロックをかけてしまいます。そんな時には、リラックスしてしんこきゅうをし、「どうして自分はおそれいかりを感じているのか」と自分に聞いてみたらよいと思います。それから、私もやっているように自分の気持ちを言葉にして書いてみたり、なかのよい友だちや家族に自分の感じていることを話すこともできます。めいそうをしたり、ただ外で遊ぶだけでも、気をとりのおすことができます。私が、ヨガのクラスにはじめて出たのは、まだ3さいの時でした。自分に合うやりかたで心を開いてみましよう。そうすれば次の朝起きたときには、太陽のようにきれいでかがやいた心を感じられるはずです！

たがいひどいあつかいをしている人たちを見たり、自分が他の人からひどいあつかいをされたりすると、心がふさぎこんでしまうかもしれません。私の家族がメキシコからチリにひっこして1年間くらしした時、私は新しい学校でみんなとちがうあつかいをされたことがあります。いい気分ではありませんでしたが、たとえきずついても、私は自分をしんじつづけなければならないと思いました。まわりの人たちの言葉や自分のはだの色、男の子か女の子かなんてかんけいありません。わすれていけないのは、自分は強くてりっぱだということです！ だいとうりょうに立候補することだってできま

す！ 私は英語とスペイン語を話し、お母さんはアメリカ人、お父さんはラテンアメリカ人です。私たち家族は、知らないところを旅行するのが好きです。だからみんなが旅行することができて、ちがう国や文化について学ぶことができる平和な世界であってほしいのです。

私はしぜんと接している時、生きていると感じて、心が安らぎます！木をだきしめてみることであります！ 人間はどうして地球をよごすのでしょうか。私たち家族はきれいな川のそばでくらししていますが、近所の人たちがその川をよごしていました。私たちはその人たちがしたことをほうこくして、川がよごされる悲しみに自分のきれいな心をきずつけられないようにしました。これは私たちみんながしなければならないことです。心ない人たちが地球にしていることを見るのはつらいです。でもあきらめずに、その人たちに新しい生き方を教えることができます。私の家族は太陽光の仕事をしています。だから私は、クリーンエネルギーのことや不便なところに住む人たちを助けられることを聞いています。私は、地球全体でクリーンエネルギーを使うことができる世界になってほしいと思います！

氷がとけたり、おせんやせんそうによって地球はとても悪いかんきようになっていると思います。私たちの世界はいつかなくなって、地球に人間が住まない時が来るかもしれません。そうなればとてもさびしい星になります。自分に聞いてみてください。世界がもっとよい場所になってほしいですか？ それともわるい場所になってほしいですか？ 私は世界がもっとよい場所になってほしいし、平和は一人一人の心からはじまると思っています。たくさん新しいものはありません。ひつようなのは愛です。つながりを感じることです。おこっていったい何になるでしょう。自分で自分をきずつけるだけです。だから心を開きましょう。たがいにつながりあい、地球とつながり、平和にいきいきしましょう！

様々な考えを理解し、感謝の気持ちを忘れずに

(原文)

服部 桂 (13 歳)

長野県

松本秀峰中等教育学校

私は、自分を穏やかな性格だと思うが、それでも時々、弟とけんかをする。そのときはいつでも心は穏やかではない。後になって反省したり、一層怒りたくなったりすることもある。そんなある日、お茶のお稽古でお寺に行き、先生から二つの言葉を教えていただいた。「無一物中無尽蔵」、「環中虚」という言葉だったが、自分がとても小さい人間に思えて印象に残り、以来ずっとこれらの言葉を心に留めている。

「無一物中無尽蔵」は、宋の詩人であり、禅家でもあった蘇東坡の言葉で、無一物の中に無尽蔵、「他との関わりなく、単独で存在できるものは何もない、全部が関わり合い、助け助けられて初めて存在することができる」という意味で、「環中虚」は、環の中は空っぽだということから、「いつも心の中を空っぽにしておくのがよい」という意味だと教えていただいた。

例えば、学校で毎日食べる給食も、農家の皆さんが丹精込めて作ってくださったお米や野菜などを調理してくださる方がいる。このように、多くの人々の手がかけられて、おいしくいただくことができる。毎日私達は様々なものを口にしますが、外国で作られた食材もある。私がよく口にする紅茶などもそうだ。そう考えてみると、世界の人々が、心を込めて作って下さったものを食べて、私も元気に毎日を過ごせている。よく考えてみると、まさに世界の人々とつながって、助けられて生きていることが分かる。

ところが、これらの食材、例えばキャベツに虫がついていたとする。虫が大嫌いな人なら、たとえきれいに洗っても食べたくないと思うかもしれない。一方で、虫が嫌いでない人ならば、虫も付けるほど安全なキャベツと思うかもしれない。これが、「環中虚」ではないかと思う。虫の立場なら、キャベツを自分のえさとして、そこにいるだけなのに、人の見方によって、いいものにも悪いものにもなってしまう。いいものならば問題ないが、悪いものとなってしまうと、かわいそうなことになってしまう。このようなことは、自分の心の中でもよくある。雨の日に、学校まで歩いていくと濡れてしまっていていやだなと思うけれど、家にいれば今日は草木も水が沢山もらえているなと思ったり、自分の好きな宿題だと沢山あっても楽しいけれど、そうでなければどうしてこんなに宿題があるのかなとうらめしくなってしまうたりする。これが、兄弟の間に生じれば兄弟げんかになるのだと思う。言いたいことも言える弟という気易さもあるが、その日の気分であらうして、弟の何気ない言葉に突っ

かかってけんかになってしまう。自分の気持ちが落ち着いていたら、笑って終わっていたに違いない。お寺の先生のお話を聞いて深く反省した。そして、友達や他の沢山の人々との間にも同じようなことはなかったか振り返り、同時にお寺でのお稽古が、いつも楽しく穏やかな時間であることにハッとした。

私の心の中は、毎日様々な気持ちが生じて空っぽにすることは難しい。また、物事に対して、自分の考えをしっかりと持つことも重要だと思う。大切なことは、私の周りの人々、また世の中には様々な考え方がある事を理解し、自分の考えが自己中心的なものではないか、自分の主張を無理にしすぎていないかといつも注意していくことだと思う。そして、自分が決して一人では生きていけず、いつも周りの人、世界の人に助けられて生きていることに感謝の気持ちを忘れないことだと思う。そうすれば、自分も人のためになりたいと日々努力し、心の中はいつも前を向いて、平穏でいられると思う。その結果、自然と周りも平穏な空気に包まれるのではないかと思う。そして、その気持ちを持ち続けるために、先生のもとで学び、本を沢山読んだり様々な経験をしたりして多くのことを学び、視野の広い人間になっていきたいと思う。

心のとりでに忠実に

(原文)

大谷 優生 (16 歳)

北海道

海星学院高等学校

「戦争は人の心の中に生まれるものであるから、人の心の中に平和のとりでを築かなくてはならない」。この言葉に出会って考えた。

そのとりでは、一体何でできているのだろう。

この言葉に出会う少し前、中学生の時に、カンボジアの学校建設のための募金活動を行った。同国の残酷な歴史と計算や読み書きが出来ないために命を落とす人がいることに衝撃を受け、使命感に駆られた。今の自分がすべきことはこれだと感じた。活動を通じて、現地に行きたいと思うようになった。自分の同国へのイメージが本当に正しいのか確かめたかった。

高校に入学し、カンボジアヘスタディツアーに行く機会に恵まれた。まっさらな空の下で現地の子どもと歌を歌ったり、大きな太陽に照らされながら、彼らと一緒によさこいを踊ったりした。会ったときの緊張感、彼らの満面の笑み。姿が小さくなくてもなお、振り続けてくれた手。一期一会を実感する毎日だった。

一方で、地雷で手足をなくした人や、貧しく親と暮らせない子どもに出会った。虐殺博物館のガイドの方は自分の体験から、涙ぐんだ目で、強く鋭く「私はカンボジア人に生まれてアンラッキー」と仰った。厳しい現実が私の心にぐさりと刺さった。地雷の被害も、親と一緒に暮らせない貧しさも、その国に生まれたことを不幸せと言わなければならないほどの苦しみも、全ては 30 年前に起きた内戦のせいだ。ガイドの方のあの目が頭から離れなかった。彼らには何の罪もないのに。

そんな考えが頭を巡っていた時、「戦争は人の心の中に生まれるものであるから、人の心の中に平和のとりでを築かなくてはならない」という言葉に出会った。心に響いた。だからこそ、「そのとりでは、一体何でできているのだろう」と思った。

ふと、あるエピソードを思い出した。カンボジアの支援をしている中で出会った日本人のエピソードだ。彼は大学時代、論文を書くために「幸せとは何か」について世界中で聞いてまわったそうだ。あるとき、彼はカンボジアのスラムの横のゴミ山に行った。そして、6 歳くらいの女の子に「あなたが幸せを感じる時はいつですか？」と聞いたが、質問をした後、罪悪感に駆られた。ゴミから発生した煙、暑く重苦しい空気、目に刺さるような悪臭。彼女の足元には使用済みの注射針が散乱しており、足からは血が流れていた。彼は、こんな環境にいる彼女が幸せを感じられるわけが無いと思った

のだ。急いで聞き込みを中止しようとしたが、すでに通訳の方は彼女に質問を始めてしまっていた。申し訳なくて目を合わせられない彼に、彼女は微笑みながら言った。「私は、いまが幸せ」。彼は自分の耳を疑った。こんな生活のどこが幸せなのか。彼女は誇らしげに、こう続けた。「私は今、お母さんと生まれたばかりの赤ちゃんのために食べ物を探しているの。お母さんと赤ちゃんがいてくれて嬉しいの。だって彼女たちのためにできることがあるのだもの」

彼女の心の綺麗さに、言葉が出なかった。彼女の心の在り方を平和のとりでと呼ぶのであれば、そのとりでは、感謝と誰かの為に行動することでできている。そう考えると、心にストンと落ちた。ならば、彼らのために行動しよう。校内で彼らに送る物資を募った。私の呼びかけ、学校の一角に貼られたポスター。不安だったが、次の日に学校へ行くと、そんな気持ちはどこかへ行ってしまった。朝、私の教室に来て、文房具を手渡ししてくれた先輩。思い出の詰まった玩具を大切そうに持ってきてくれた友人。家が遠いのに、袋から溢れるほどのノートやメモ帳を持ってきてくれた同級生。彼らの心のあたたかさに、胸がいっぱいになった。

もちろん、私にできることは少ない。しかし、自分の心の中の平和のとりでに忠実に行動すれば、周囲の誰かに伝わると思う。だからこそ、私は率先して行動する一人でありたい。

贈り物

(原文は英語)

デイビッド・ヒノラン (18 歳)

フィリピン

サン・アグスティン=バコロド高等学校

住居を建設し、インフラを整備すれば、国を救うことができます。一方、調和と平和を築けば、未来の世代を救うことができます。

以前は私も多くの人同様、平和がこの世界に起こせる素晴らしい奇跡を信じていませんでした。私の通学路には毎日、汚い身なりの物乞いが横たわっており、我が身に迫る死から逃れようと、大きく広げた手をこちらに伸ばして食べ物を求めてきました。私が目にするものといえば、昼夜を問わず繰り広げられる戦争や、人々の故郷が破壊されるといった、世界のいたるところにはびこる対立によって悪化する混沌とした状況でした。その一方で、戦火で命を落とす人々のニュースを夕食の際に平然と見ている自分。そのような惨事が起こってもそれが普通だと思ふようになり、感覚が麻痺していきました。自分とどんな関係があるのかと。

私は自分の町で安全な生活を送っていました。戦争が頻発する中東やアフリカを走る戦車からの砲撃など遠く届かないところです。フィリピンに生まれた自分はなんと運が良いことかと考えてさえいました。ここにいれば青々とした草地や学校の廊下を自由に走り回ることも、美しい月明かりが窓辺を渡っていく夜に、柔らかなベッドでぐっすりと眠ることもできます。夜が明けると朝一番の光に目を覚まし、枕に触れる自分の頬に命を感じます。これこそ平和な生活の証です。しかし、毎日の自分の日課に取り組みながら、心に虚しさを感じ、とても嫌な気分でした。

幼い頃、私の中には戸惑いがありました。そうした平和を求める気持ちを抑えようと、答えを模索し続けました。こうした時期があまりに長く続き、私の毎日はまるで本当の戦場のようでした。危険で目に見えない二つの力に、いつも引き裂かれる思いでした。

これが終わりを迎えたのは、真夏のある日、市民団体グリーン・アラートによる地元プロジェクトの一環としてエコキャンプに参加した時です。私と同級生を迎えてくれた最初の光景は、雲に届きそうなほど背の高い木々でした。風が通り抜けて行くたびに高い枝が揺れ、常緑樹の葉がカサカサと音を立てています。このキャンプで私たちは、人道や環境についていろんな話を聞いたのですが、私が最も心を打たれたのは、アフリカに暮らす人々の生活を紹介するビデオでした。これを見て、それまで封じ込めて自分でも気づかなかった思いが一拳に解き放たれました。

そのビデオには、不足する資源を皆で分け合い、悲惨な戦いの真ただ中であってもなお、平和を追い求めるアフリカの家族の姿がありました。このビデオを見ていたその夜、まるで私の意識の奥底に流星雨が降り注ぐかのように悟りを得ました。利他的な精神こそ真の平和である—私はそう思いました。たとえ戦地から遠く離れたところにいようと、それで自分が平和というわけではありません。なぜなら、地球上で繰り広げられる最大の戦争とは、私たちの心の中での戦いだからです。どこからともなく聞こえる声と罪悪感との戦い。毎日の通学路で、せめて明日まで生き長らえたいと願う物乞いをあえて助けようとしなかったことに対する罪悪感です。長年、このように無関心なまま生きてきたからでしょう、虚しさに支配され始め、葛藤と困惑の日々を送っていました。

あの美しく静かな夜、私は思いがけず平和というものの本質に気がつきました。それは自分の中に見出し、人と分かち合うものであるとくことを。自分が青い草の上を自由に走り回れても、戦闘地域では宙を飛び交い襲いかかってくる銃弾から子どもたちが逃げ惑っている状態。自分が柔らかな枕に顔をうずめて眠れても、ゴツゴツした路上で凍てつく寒さの中、命を落とす人々がいる状態。それは平和とは呼べないと思います。お金があっても平和ではありません。失われた家族はお金では取り戻すことができないからです。平和とは、恵まれない人々と分かち合うことであり、自分の小さな親切に対して、誰かが笑顔を投げかけてくれるたびにうれしくて心が舞い上がる感覚です。

心の中に平和を築くとは、思いやりことです。私たちの住む世界は、一人の大きな人間のようなものです。一つ一つの国は、体の各部位のように一体となって機能しなければなりません。飢えに苦しんでいる人々がいるのに、どうして私たちは夜眠ることができるのでしょうか。平和とは、神を信じ、人生で最もつらい時でも立ち上がることなのです。

心の中に平和の存在を見出せるのは、結局はその人の生まれもった能力です。しかし、世界を変えるためにその能力を活かすとき、その力は「贈り物」になるのです。

幸福感

(原文は英語)

マンドレンコシ・エドゥソン・スシル (19 歳)

南アフリカ共和国・ヨハネスブルグ市

ケンジントン中等教育学校

私たち一人一人は国際社会の重要なメンバーであり、人類にとって貴重な財産でもあります。そのため、私たちの心のあり方は、それぞれのコミュニティの働きと持続可能性に大きな影響を与えます。私たちの内的世界は、私たちの家族やコミュニティ、そして大きくは世界の平和の構築に寄与することもあれば、それを損ねることもあります。

たびたび引用されるダライ・ラマ 14 世の言葉に「内的な平和を得られなければ外的世界の平和は得られない」という言葉がありますが、まさにその通りで、すべては私たちの内側から始まるのです。

私たちの心は、これまでの体験を基に信念を作り上げ、それによって反応や優先順位が決まり、人との関係や社会における行動を左右しています。もしも私たち一人一人が内なる平和を築くことができたら、戦争や貧困、排外主義、暴力などの終わりが無いと思われているすべての争いは間違いなくなくなるでしょう。

幸福感を得るためには、個人の努力よりありません。他人についてよく考えること、自分自身そして自分が持っているものをそのまま受け入れること、個人目標を達成するために誠意を持って努力すること、自分の過ちを許すこと、すべての存在は不完全であるという事実を理解すること、そして、それぞれの違いを受け入れつつ、多様性をたたえ合うこと。共通点を認め、共生を目指し、人類全体のために協力すること。自分自身に満足すること、そして他者についてもよく思うことによって、心の平和を築くことができます。

なんて素晴らしい気持ちでしょう！ 心でしか実感することのできない美しい感情です。心の中に平和を築いていく、この感覚は言葉では言い表せないほど素敵なものです。不可能なように思われるかもしれませんが、もし、人類すべてが国際社会をより良くするために心の平和を築くという、前向きなビジョンを持つことができれば、心の平和、ひいては世界の平和を間違いなく手に入れることができるでしょう。

非常に恵まれない環境に生まれ育った私にとって、母はいつも母であると同時に父でもありました。成長過程において父親のような存在がいなかった私は、そのことで周りの人から何度も虚無感を抱かされました。そして、父に去られた事実の苦しみに、自発的に去って行った父を日々うらんだこともありました。私やきょうだいを母一人に押し付けて見捨てた父のことを許せる日が来るとは、当時思い

もしませんでした。また、父に問い正したいことが山ほどありました。「私の障害のせいであなたは家を出たのか。」「それとも、母が何か悪いことをしたのか。もしそうならば、なんとか母との問題を解決し、家に戻ってくることはできないか」。これらの質問を彼に投げかける機会はありませんでした。もしかしたら、障害を持った子どもとは一切関わりを持ちたくなかったのかもしれない。

常に自分の先天性内反足について指摘され、母は障害を理由に私が学校のスポーツ行事に参加することを許しませんでした。そのため、ほかの子どもたちと一緒にサッカーをすることもできず、私は深く傷つきました。この世界で自分にできることは何もないように思えました。

2014年の私の誕生日、いつものように学校に行く準備をしていた早朝のことでした。姉が私の腕をとり、キスをして、そしてどれだけ私を愛しているのか語りだしたのです。その行為が私の心を溶かしてくれました。その日の姉の言葉によって、自分のことを違った視点で見られるようになったのです。私は学校のカウンセリングを受けるようになり、徐々に心の平穏を得られるようになりました。まずは自分自身を受け入れることから始めました。自分の内反足、自分の障害、そして、不在の父。毎日少しずつ、自分の内なる葛藤を解消する方法を学び、自分自身や自分の周りの人に対してより愛情深くなっていきました。

心の平和を築いた時、私は自分の中にあつたすべての否定的な感情を排除しました。そして、築き上げた心の平和は自分の肯定的な感情や人生の見方を促進し、マイナス思考からプラス思考へと切り替わっていったのです。2014年12月の初め頃、自ら志願し、近隣の障害者支援施設へ行き、モチベーションを高める講演者として幸福感の重要性について話をしてきました。私は心に平和を築くことによって、幸福感を得ることができました。

すべては個人の内的世界から始まり、そこに行きつくのです。

必ずや世界人類に平和が広まることでしょう！

Building Peace One Friend at a Time

(Original)

Divine Gyau Barfour

(Age 10, Ghana)

Global Village Christian Academy International School (GLOVICA), Kumasi – A/R

Building peace in our hearts and minds is like building a house. When you are building a house you build it step by step and brick by brick. You cannot just build peace all at once. But you have to first think about it in your mind. Next, you build peace in your heart. Then you go back to building it again in your mind. After this mixing of mind to heart to mind; next, you test what you have built in your mind and heart with one friend at a time.

We think about peace in our minds. "What is peace?" we ask our self. *Peace usually means being quiet or not in bad relations with someone.* Then we should ask, "How do I keep quiet, that is, not argue or quarrel with someone?" and "How do I stay in good relations with that same person?" Our friends show us what I call our "Peace Temperature". Are we cool or are we hot? To be cool means to be full of peace. To be hot means to be full of anger and violence. To be in the middle means we have to work harder at being cool and at peace. Our goal is to be at least 85-90% peaceful; because no one is perfect.

Next, we need to build peace in our heart. Building is a verb, a doing word or an action word. Peace is built in our hearts by practicing how to be peaceful. When my friend gets angry with me and starts insulting me, I should not shout and insult him back. That is very hard because he, too, insults me too much; and I want to punch him. No one said building peace in our heart is easy. I have to forgive my friend. I have to tell him that he is hurting me; and that he should stop. If he can not stop, I have to ask myself, "Is this person really my friend?" *A friend is somebody who loves you even when you do not agree about things.*

Building peace in our hearts and minds means to love, forgive and help each other. When a friend is in need, share with him or her. If your friend sins against you, you should forgive him or her and take hatred out of your heart and mind. That is why we must go back to the mind

again. After practicing peace, we must go back again to thinking about if what we did matched with what peace is: "Was I quiet and cool?" "Did I try to keep a good relationship with my friend?" And even though I am writing about building peace one friend at a time, we should also try to build peace with strangers, because strangers can become friends.

So, we build peace in our minds first by thinking about what peace means. Then we try "doing" peace from the heart by forgiving, loving and helping others. Then we go back to thinking in our minds: "Did I do what was peaceful; or did I argue or start a fight; or am I hating somebody in my heart?" After we mix this all around, we can fix our mistakes by saying, "I'm sorry" or "Forgive me" or even "I forgive you."

A proverb goes like this: *Show me your friend, and I will tell you who you are.* A friend is like our mirror. We look at ourselves by the way we talk to and relate to each other. Bad friends turn us into hateful people. Good friends help us to build peace.

My friend Jeff and I are good friends. We help each other with school work. We eat together; and if one of us needs money, we give it. This brings hope and shows love. That is what peace is all about. If we can do this to one friend and that friend does the same to another friend and to another friend, then peace will be built quickly among all people in the classroom, in the community, in the nation, between nations, then around the whole world. So build peace... one friend at a time.

正義の心を持って

(原文)

門松 心美 (12 歳)

静岡県

不二聖心女子学院中学校

「私には夢がある。それは、いつの日かジョージア州の赤土の丘の上で、かつての奴隷の子孫とかつての奴隷主の子孫が、ともに兄弟愛のテーブルに着くことができることである。(中略) いつの日か私の幼い四人の子どもたちが、彼らの肌の色によってではなく、人格の深さによって評価される国に住めるようになることである。」

これはキング牧師の言葉だ。社会に存在していた人種隔離制度と戦い、正しい考えを貫いた人だ。キング牧師は自分自身が人種差別に苦しみながらも、いつかアメリカ国民皆がお互いを認め合う日がやって来るという夢を捨てず、あきらめなかった。

私は五年生の時、「伝記」の授業でキング牧師を知ったが、このキング牧師の言葉は今でも私の心の中に響いている。

私はよく母と平和について語り合う。

「本当の幸せってどういうことだろうね。」

家族と一緒においしいご飯が食べられる。温かい家で暮らすことができる。友達と笑い合える。言葉・行動の自由。まだまだたくさんある。

戦争を体験した祖父がいつも言うのは、

「心美や真希は本当に幸せだなあ。」

私の祖父は、五歳の時に戦争を体験し、お父さんを日本兵として戦場に送り出し、母・兄弟とともに防空壕に逃げこみながら、家族を守るという経験をしている。日本軍が負けた時は信じられず、道端で仲間と肩を組んで「もしも日本が負けたなら電信柱に花が咲く」と歌い続けていたそうだ。私たちには想像もつかない、恐怖や苦しみがあったのを感じる。そんな祖父は日常生活の中で「ありがとう」という言葉をよく口にする。食事の後の「ごちそうさま」は誰よりも大きな声だ。あたりまえにすごしてきた一つ一つが平和に包まれた本当に幸せな生活なんだと思い返した。この安心して生活できる環境に感謝して、一生懸命に生きていくこと、情報の発達した社会でたくさんのかたを勉強し、たくさんのかたを学ぶこと、そして家族や友達を思いやり、助け合っていくことがとても大切な事なのではないかと考える。

私はいつか国境なき医師団に入るという夢を持っている。お医者さんとして、世界のどこかで苦しんでいる子供たちを助けたい。戦争の恐ろしさにおびえている子どもたちに夢を持たせてあげたい。今、自分が力をつけて、世の中の人々みんなが幸せになれるように活動したいと思う、そして、他人をうらやむのではなく、それぞれの良さを引き出して、平等に助け合っていけるように心がけていきたい。

「平和を心に築く」とは、「真の平和とは単に緊張がないだけではなく、正義が存在することである」とキング牧師が言ったように、世の中で争いが起こった時、それは間違っているとはっきり言うことのできる、正義の心を一人一人が持つこと、今現代の生活が私たちが幸せであるということを見つめ直して、自分にまず何ができるかを考えることなのではないだろうかと思う。

私は、これから一人でも多く、争いによって傷つく人、命を落とす人が減り、一人でも多く、世界の平和を願う人が増えていけばよいと思う。

Building Blocks

(Original)

Ayesha Sahar Mirza

(Age 13, Pakistan)

'We always dreaded going through that alley, but it was the only way home. Smoking keenly, that day a gaggle of street boys was loitering about in there. No place to call home where domestic violence and jailed fathers was a common theme, the lessons learnt were: misuse of power is sweet and revenge the ultimate refuge.

As we passed by, they shouted obscenities at us. Upon hearing his father's name- the head of town's police- Amir, injured, swore back. With harsh barks of laughter the boys closed upon us, the acrid reek of their cigarettes pressing hard upon us. They checked our clothes for money. Finding few paisas and an asthmatic pump, which they blithely tossed into the gutter, they were disappointed.

On our protesting they started beating us, jeering at our helplessness. After a final punch in Amir's stomach the boys satisfied but simultaneously scared of getting caught, scarpere away.

Severely bruised, my leg twisted painfully, I watched with horror as Amir, being critically asthmatic, struggled to breathe. No one around, the strangled cries for help by a twelve year old me, were in vain. Tears merged with blood, scalding hot on my cheek, and I could do nothing but watch my only friend's eyes desperately locking upon mine. I felt rather than saw his life seep away from him, taking away with it a huge part of me too.

Amir's death left me scarred for a large part of my teenage. I was told that life goes on, let bygones be bygones. But grief seemed like my bleak future- the ultimate unrequited love. My survivor's guilt gave me an unconscious debilitating sense of "death for a death" and I dwelled more on why he died, why I lived, how I missed him.

Gradually, I realized that my thoughts and feelings were limiting me. My life was a gift and instead of focusing on the loss of a life, I should rather celebrate life with all the more enthusiasm and respect.

I saw a world where birds sang at dawn, where flowers bloomed, where each day without fail the sun would rise to greet us and then go back to wherever it goes, assuring its presence everyday and the next. I lived in a world of daily miracles. Miracles which may have been centuries old, but have never ceased to entertain the smile of a child. In such a rich universe my grief seemed petty; I sought comfort in the Creator of these miracles- God.

I forgave the boys who once made my life hell, for my sake- to purge out all unpleasant emotions which makes- me- the carrier feel unhealthy.

My patience, acceptance and the shift of my focus on healthier thoughts brought me peace and taught qualities of resilience and fortitude that otherwise I would never have learned.'

And with that my Grandfather finished recalling his confrontation with life at its fullest. Now nearing his 94th birthday, he is the emblem of peace in our home. Always glad to be either the generous adviser or the confidante of the tender trials and delights of the young people growing up about him, he is a man with an atmosphere of repose about him which soothes whoever is in his vicinity. He isn't doing a thing that I could see, except sitting there and holding our very family together.

This story taught me that building peace in our hearts and minds is an active multi-stepped process, where certain limiting beliefs should be replaced with healthier ones, bringing one closer to the Creator and His Creation. This power to change is inherent in human nature, and is indeed a strength that we should strive to develop instead of getting enamored by false illusions of strength such as social rankings and financial status.

My grandfather is cumbered by the cares of the world but has learned and taught us too, to find within oneself the cement and the building blocks to lay the foundations of peace in our hearts and minds.

'Darkness cannot drive out darkness; only light can do that.

Hate cannot drive out hate; only love can do that.'

-Martin Luther King, Jr.

世界を知ること

(原文)

佐々木 風美 (14 歳)

宮城県

宮城県仙台二華中学校

「こういう時だから、やらなくてはいけないんだと思う」。思わず呟いた私を、母は驚いたように見つめていた。

それは昨年、毎年実施されていたある日中韓の子ども交流事業が中止になったという記事を、新聞で見つけた時だった。3 か国から集まった 300 人の子ども達が、寝食をともにしながら文化交流をするというもので、私も 5 年前に参加したものだ。

その時は、言葉は通じなくても、何もかもが新鮮で楽しかった。時間を惜しんで語り合い、笑い合った仲間は、今でも私の大切な宝ものだ。その時に交わした、「20 歳になり、大人になったら再会しよう」という約束は、私の心の支えでさえある。

だから、中止になるということに、やり切れなさがこみあげて来たのだ。

一方で母は、報道で知る様々な事情から、今の情勢では中止もしかたない事だと思っただろう。当然とさえ思ったようだ。だから私の言葉を聞いて、驚いたのだろう。

母の思いは、私にも理解はできる。でも、私の経験から、異なった民族、国どうしが平和に暮らしていくという大切なことを考える、せつかくの機会を 300 人の子ども達が失ってしまったように思え、残念でたまらなかった。

私は、人の心の中に平和を築くことは、決して難しいことではないと思う。多くの人々は、戦争はしたくない。平和に暮らしたい。それでも争いが、この世界から絶えることはない。そのはじまりは、私は人々が考えることをやめてしまった時だと思うのだ。人は誰も、苦しみや怒りを抱えている。それがあつ時、他への攻撃へと形を変え、正義や信念という名のもとで走り出してしまった時、平和が保たれなくなってしまうのではないか。

私の大切な本に、「フェリックスとゼルダ」という、ホロコーストについて書かれたものがある。そこに書かれているのは、日々の苦しみから、考えることをやめ、不安や不満をユダヤ人に向けた、ごく普通の人々の狂気の姿だった。

今、ニュースを見ている、誰もが、正しいと信じたことで戦っている。生きる為、宗教の為、自由の為。多分、一人一人は正しい。でも正しさは、決して一つではないのだと思う。自分達の正しさと、立場や文化の異なる人々の正しさは、違って当たり前だ。

だとしたら、私たちにできるのは、考え続けることのはずだ。誰かが正義を声高に発した時、「本当にそうだろうか」と立ち止まる時間。誰かの理不尽なふるまいに傷つけられた時、「なぜ」と考えられる自分。大きな圧力や声に、決して波長を合わせずに心を見つめる自分があることだ。それができるのは、しがらみも責任もなく、未熟といわれる私達若い世代なのだと思う。

私が経験したように、好奇心につき動かされ、自由に国境を越え、言語を超えて、お互いに自分の夢を語りあえる若さが、世界が平和に暮らすための大切な材料となる。

人の心に平和を築くこと。それは、考え続ける強さと、用心深さを持つことだ。そのために私たちは世界を知る、ということから始めよう。その一歩が仲間を広げ、やがて希望につながると私は思う。

It Starts with Me

(Original)

Maria Laura Dumbrava

(Age 14, Romania)

“Mircea cel Batran” National College of Constanta

“Who am I?” That is the question that every day I try to find an answer to. What shapes me as a human being are my thoughts and my actions while I interact with the others: children, adults, animals and nature. I have always felt a bond between us all and I found my strength and inspiration in God, family, friends and teachers. I think we are who we choose to be and that is why it is important to know all the alternatives when we take decisions.

The first page of my diary is an open-ended collection of promises I have made to myself: never to compromise my honesty, always listen before judging, be positive and find solutions, never be afraid of making mistakes as we can learn constructive lessons from them, set goals and take steps to reach them, appreciate and respect the others, defend the truth and speak up for those who are absent, love and help my family, my friends and my peers, not just take but also offer. So far, I may say that this is how I relate to the world and I strive to turn my beliefs into deeds.

The first time I reacted was when a boy from my class, Todirică, came to school with a bad haircut and some of boys started picking on him, throwing his cap to the ground. I went over to them and suggested we all played “paper planes”. We started negotiating the teams and that was the moment when I realized I had the power to change things. I made the boys see Todirică as a partner, as our colleague. Another thing that I have become aware of is that play unites us and it is a good way of overcoming conflicts.

Three years ago I got involved in recycling paper and collecting used oil in my neighborhood. It was my way of dealing with pollution. In addition to this, I and my friends have fun spending our time outdoors in a constructive way: we go to the beach at weekends and play, run, laugh while collecting the garbage we come across during our walk along the shore. What I love

most is that, when we start picking up empty bottles and plastic bags, there are people on the beach who come to help us.

Last year in spring I went to a meeting with kids of our age who got into trouble and faced the consequences. They used ethnobotanics and were expelled from school. We gathered to talk about our future and focused on the steps each of us had to take to choose the best alternative from that point on. The purpose was to communicate, learn from the shared experiences and take responsibility for our actions.

This is the second year in a row when I tried to do more for our planet. I worked hard and studied a lot and success followed. I created two space settlements where communities were based on respect for life, justice and liberty, and did their best to both sustain themselves out there and help the Earth. My projects were SpaceBurg (2014) and Twins (2015) and were awarded the 1st prize at NASA Ames Space Settlement Contest. I consider that going to space could be a way of putting an end to the wars started for territories and resources. It could boost governments to work together, share new goals and achieve progress and prosperity for the entire mankind.

Little by little, as the words I write engulf the pages of my diary, I get to see the reflection of myself. This is how I build peace in my heart and mind: by doing what I consider to be the right thing which always seems to find echoes in the hearts of the others and form inspirational ripples in the mind of our community and beyond.

I will conclude this essay with Dalai Lama's words: "an atmosphere of peace must first be created within ourselves, then gradually expand to include our families, our communities, and ultimately the whole planet", and, I will add, the whole universe. All it takes is determination, hard work and love.

Make Your Own Fairytale

(Original)

Nguyen Phuong Dung

(Age 16, Vietnam)

Phan Boi Chau High School, Nghe An Province

It was not until the last summer that I myself finally realized the real meaning of “peace” in the most hopeless place. It’s still fresh in my mind that sweltering day, when I had a chance to visit the love-aid house for the war victims in Quang Tri, the area bearing the most horrific burden after the two Vietnam wars. Capturing my attention were an old woman and her son who both had suffered from the herbicide dioxin Agent Orange, the most toxic molecule known to science even until now. To my surprise, their hospitality and optimism touched my heart inside. The mother who was blind and holistically paralytic told me proudly about the past. She mentioned neither how cruelly the enemies did nor how hard her family had to struggle during the war. Instead, she related to us how smart and brave Vietnamese were at that dire time as if she had forgotten about what the enemies had done to herself as well as her family, friends. Despite all the pain torturing her family every single moment both physically and spiritually, what she handed on to her child was not the hate, the longing for taking revenge but the desire to live meaningfully. Under those blind eyes, I could feel such a shining heart filled with hope although her father and husband had died in the war, and her son, the second generation subject to that hideous poison was fighting against the Death every second. And it was at that moment that I realized even the worst cannot destroy the peace in hearts and mind.

In fact, the thing putting Vietnam on the map, ironically, is those heinous wars, or at least that’s what we often hear most. Up to now, Vietnam has had about 5 million victims of the Agent Orange after two severe wars. If all of them had lived in hatred, without forgiveness, how could they have overcome this chain of misery, how could my country have been able to develop? When rushing headlong into the wars, they themselves knew exactly what were waiting for them. But they still moved forward, fought and sacrificed as heroes because of just one simple thing, their soul sparkled with serenity. Now that even the weapon-makers haven’t

yet found the solution to compensate for them apart from money, the only thing relieving their pain is their willingness to forgive, to seek peace in hearts and mind.

I don't know what "peace" means to you, I'm even not sure whether my definition of "peace" is right or not but I hope I can talk everyone into believing in that miraculous word. As a child, my mother often told me lots of fairytales. Though they weren't real, she said people, both children and adult, still wanted to believe in them. At first I didn't understand, but then I realized that fairytale was the only place we could live with peace in our soul. And maybe that's the reason why we all want to turn our life story into fairytale with only bright colors.

As a citizen of a country undergoing two painful wars, I know clearly how hard it was for a nation to overcome those dark days, but I believe it is much tougher for anyone to live with the "war" inside heart and mind. The past is unchangeable, what can change is our attitude to it. If we only look behind, we will just find pain and fear. If we learn from it, we'll find it priceless. If we get over it, we'll find peace, relief in our soul. I'm proud of my country because of not only its indomitability but also its tolerance. As Vietnamese, we are taught to forgive the past, as well as ourselves to be truly peaceful in our hearts and mind, to turn pain into strength and to make our own fairytale without hate and selfishness.

It's about time to ask yourself whether you are ready to make your own fairytale!

思いやる勇気

(原文)

赤羽根 清美 (17 歳)

神奈川県

創価高等学校

2015 年の今年、第二次世界大戦の終結から 70 年の節目を迎えます。私たち高校生をはじめ、今、この世界に生きている人のほとんどは戦争を経験していません。しかし、次世代の世界を作っていくのは、その私たちしかいないのです。

ユネスコ憲章の前文には、「戦争は他人の心の中で生まれるものであるから、人の心の中に平和のとりでを築かなければならない」とあります。戦争は何故起こるのか。私は、自分とは異なった考えや文化を持つ人を特殊だと決めつけて、理解しようとしなから、また、相手より上に立ちたい、土地や物をもっと手に入れたいという心が大きくなりすぎてしまうからだと思います。相手より上に立ち、支配したいという心から生まれる争いは、日本では米の収穫・貯蔵が行われた弥生時代から始まりました。それから今日までのとても長い時間、地球上の人間たちの争いはなくなっていない。なぜ、戦争によって大きな被害が出て、自らの手で争いを終えることができないのか。私が小学生のとき、同じクラスでとても仲の良い友達とケンカをしました。直接ぶつかったわけではなく、別の友達から聞いた話が原因で、1 ヶ月間、一言も話さない日々が続きました。私もその友達も早く仲直りをしたいと思っていましたが、お互いに「相手が謝ってくれれば」という気持ちがあり、なかなか自分から謝ることができませんでした。これは、小さなケンカも大国どうしの戦争も同じだと思います。小学生も、国の指導者も同じだと思うのです。「相手が動いてくれれば」という受動的な心が争いを長引かせていると思います。

この地球には 70 億を超える人々が住んでいます。動物や虫や植物と人間、また人間と人間はつながって、互いに助け合いながら生きています。一人の心が世界中に伝わり、一緒に地球をつくっていると思うので、一人ひとりの心に、相手を思いやる気持ち、尊敬する気持ちを持つことが大切なのではないでしょうか。先日、雨の日に学校へ向かう途中、傘をささずに歩いている後輩を見かけました。私は傘を 2 本持っていたので、名前も知らない後輩でしたが、勇気を出して声をかけ、傘を貸しました。私は、何とも言えない温かい気持ちになりました。私がしたことは、とても小さなことだったかもしれませんが、小さなことこそが大切だと思います。一人が目の中の一人を、またその人が違う一人のことを思いやって、思いやりが繋がっていけば、争いのない世界に変わっていくと思います。大切な人を支配し、傷つけたいと思う人はいないと私は思うからです。しかし、そのためには、まず

自分から変わっていくことが必要です。相手が謝るのを待っていたり、傘を借りたいと言ってくるのを待っていては、何も変わりません。一歩を踏み出す勇気が必要なのです。

私たち若い人の中には、ユネスコ憲章の存在を知らない人、自分には力が無いと思っている人も多いと思います。しかし、次の世代の平和を担うのは私たちです。一人ひとりが平和の担い手であることを自覚し、勇気と思いやりの心を持って行動していくことが大切ではないでしょうか。

未来の子どもたちと共に

(原文)

富岡 はづき (18 歳)

東京都

東京大学教育学部附属中等教育学校

「世界中に友達を沢山つくりなさい。そうすればその友達がいる国はあなたにとって大切な国になる。そしてどんどん大切な国が増えていって、最後には世界中が大切になる。それが平和ってことじゃないかな。」修学旅行先の広島で、被爆二世の方から聞いた言葉だ。平和というものを、各国の代表者の努力の賜だと捉えていた私にとって、好意的な気持ちをつなげてじわじわ広がっていきこうという、この言葉は衝撃だった。それから、その人はこう続けた。「知らなくて当たり前よ。今日をきっかけに、考え始めてくれたらいいの。」あまりの爽やかさに圧倒された。この人の口調には少しも被害者ぶったところがなく、むしろ前向きで、被害者、加害者というイメージは他者からの押しつけだったのだと感じた。そして、自分の無知と、それに気付かなかった自分の厚かましさをとても後悔した。

さて、私は毎朝電車を利用し学校へ通っている。先日、車内を見回してふと、私たちは随分と簡単に、お気に入りに入れられて過ごすことができるようになったなと思った。イヤホンで音楽を聞いたり、ゲームをしたり、SNS に写真を上げたり、今の社会には、一見すると外とのつながりを強めているようで、実は外界をシャットアウトし自分だけの世界に浸るための道具が溢れている。車内にずらっと並ぶ、周囲に無関心な黒い顔を見て、私がしゃんと前を向き、電車に乗ったのはいつだろうと悲しくなった。それと同時に、小柄な二世の方の、世界に向かって大きく両手を広げたような直裁的な姿勢が目につく、自分の行動が恥ずかしくなった。私のお気に入りの中に、大切な人と本当に共有すべきものが、一体いくつあるだろうか。

日本社会を表す言葉に、「車座社会」というものがある。「車座に坐る」とは、「多くの人々が輪の形になり、内側に向かって座ること」であり、そんな独特の雰囲気は日本社会は持ち合わせているということである。全員が内側を向く形態は、スポーツの試合の作戦会議や、円陣としてよく見られる。この形は集団の心構えを一つにするために非常に有効なのだろう。逆に、車座は仲間以外の者への排他的情熱を高めるための仕組みとも言える。そう考えると、車内で見かけるスマホ族も車座を組んでいるのだと思う。自分と、自分のお気に入りとの非常に小さな車座である。

車座に坐る、ということつまり、仲間とそうでない者との境目をはっきりと区切るということだ。外から仲間の輪の中に誰かが入ろうとすれば、全力で阻む。もちろん、内側を向いて互いに協力し合い、一致団結したからこそ、日本は目覚ましい発展をとげたのであろう。しかし、努力を積み重ねる

その姿は、外側から見れば拒絶的な背中ではなかったはずだ。多分、こうやって日本社会は形成され、また日本と世界とのつながり方も形成された。「イスラム国」のニュースに怯え、領土問題の流れに憤慨する。日本では今、とても平和とは言えない世論が飛びかっている。「平和を追求する論理は難解で分かりづらい。戦争へ向かう論理は明快で分かりやすい。」と新聞で読んだ。私たちは、自分のテリトリーを崩されまいとして、外界を排除することに必死になりすぎていないだろうか。「明快で分かりやすい」論理に飛びつく前に、日本の戦争体験者が忍耐強く伝えてきて下さった声を「難解で分かりづらく」とも、大切にしたい。

私には、将来教師になるという夢がある。教師になったら、自国他国を問わず正しい知識を子どもたちに伝えるという使命がある。広島に行ってから、前よりもずっと、戦争関連のニュースが目に入るようになった。自分の経験から生まれた「加害と被害を越えた人道」という指標を軸に、私自身ももっと学びたい。そして、未来の子どもたちと共に、平和を築ける教師になりたい。これが、私が平和へとつなぐ第一歩だ。

A Sustainable Peaceful Mindset

(Original)

Vojna Ngjeqari

(Age 24, Albania <Living in Austria>)

University of Vienna

I am a student from Albania currently pursuing the Bachelor Degree in Political Science in Vienna, Austria. Before I started the Bachelor, I had to learn the German language as prerequisite to begin with the studies. I couldn't speak German before (not even a single word), so I finished all the language courses till C1 level for one year. After one year survival in Vienna through English, I was a witness of myself in realizing the relevance of speaking the mother language of another country. Apart from that I started to enjoy even capitalistic benefits. Having a good command of German language facilitated the process of Job-finding. I found a job as tennis coach in an Austrian Tennis academy.

Furthermore during my residence in Vienna and the participations in some Model United Nations in Germany, UK, Brussels, Strasburg and volunteering job at the SGAC (organization with a consultative status with ECOSOC) confronted me with students from different nationalities. As a devoted Christian and student of diplomacy I hated racism, and all the participations in non formal education strengthened my desire to fight it even more. Despite all this integrity, there was only one Nation, the Serbian one that I could never stand. The Serbian, due to all massacres done to Kosovo, which used to be part of Albania. I allowed myself the exception of hating only them. Unfortunately I was surrounded everywhere by Serbians, for the simple reason that in Vienna the Former Yugoslavia minority is huge. At the university, at work as tennis coach the half of my student came from Former Yugoslavia (mostly Serbian), at my dormitory even the secretary was Serbian. With this kind of multicultural environmental, multicultural formal and non formal education, multicultural working atmosphere changed my mind 360 degrees and started to understand the world as one unified system (Serbia included), and I took responsibility to view the interests of individual nations with the needs of the planet. In other words I focused on understanding myself in relation to a global community (Serbia included). I hated for hating them, and didn't compromise to compromise exceptions and yes

political, geographical became irrelevant to me and solutions to today's challenges should be seen beyond the narrow vision of national interests. I have a lot of friends now from Serbia and in July 2013 I traveled to Belgrade for the first time.

In 2014 the football national team of Serbia played against Albania football national team. The match was stopped due to racial attack and racist confrontation between players and fans. At the same time, in the stadium where the entrance of Albanian fans were prohibited, the song, "Kill the Albanians" was sung.

As a response, in 2015 I founded and initiated with the support of University of Vienna the Feminist Organization **Balkanminism**.

Balkanminism is a feminist initiative from female Balkan students at the University of Vienna (from Albania, Serbia, Kosovo, Montenegro, Bosnia-Herzegovina, Croatia, Turkey, Slovenia, Bulgaria, Rumania) that bridge-over ethnic hate and conflict in the context of feminist organization in troubled regions, in fact between the two most conflicting sides in the Balkans today: Serbia and Kosovo. The organization contributes to regional feminist theory, and fighting racism through solidarity and intersectionality. The philosophy of the organization is to use educated young women to write with an educative pen and a cosmopolitan tongue a great vision of united Balkan, by emphasizing the crucial role of education in knowledge generation regarding regional feminism in Balkan, and women in their effort to act jointly and solidarily in a region where official channels of communication between governments do not exist.

In conclusion, in a common heritage of humanity where the official language is Multilingualism, spoken by a sweet cosmopolitan Tongue, which will bring the human race even closer to a global citizenship constitution. My story is an example of how through educational programs like Model United Nations and other extracurricular activities of formal and informal education initiated by UN Decade of Education for Sustainable Development (DESD: 2005-2014) introduced me to a wonderful, international network, created opportunity for me to unlock my potential, and above all shaped, redesigned the system of knowledge to be understood in the context of accelerating social changes. Every single effort to break racism stereotypes in a single human thought is a triumph for the society.

There is no political liberation without education liberation.