

がんばる？ がんばらない？

河野 貴代美

「がんばってください」という言葉がことさらゆきかう季節である。あまりに頻用されるので、私には単純なあいさつに匹敵するほど軽いというか無意味なニュアンスのように聞こえる。

正直に言えば、私はこの言葉が嫌いである。まず自身は使わない。自分に言われることも好きではない。どなたかが、これは自己への言葉であって、他者に言うべきものではない、と賢言を述べておられた。賛成。

病後の退院時の「がんばってください」にはムツとする。アメリカなら“take it easy”。ゆっくりやって、である。野球選手のイチローさんは、メディアの「がんばって」に「そんなことわかっているじゃない」と揶揄していた。同意。

私たち日本人は周りを気にするし、周りから言われることを好む（ように見える）。だからといって気力や意欲は他者からの言葉に反応して喚起されるのだろうか。若干はそうであっても、それらは本来自己の中に蓄えられているはずのものであろう。

他者うんぬんとか、あるかないか、の外圧的基準に目を奪われるより、「自己力」をしっかりたずねてみる必要があるのではないか。「○○さんはすごい(ダメ)」で判断するとか、期待に応じてがんばらなければより、自分はどののだ？と。自問して何もなかったらどうする？あわてないで、自分の状態に耐えるのである。そして浮き上がる(?)自分を待つ。これ自体はすごい力の蓄積になるだろう。必ず浮き上がる時がくるはずだ。

というわけで、必ず浮き上がる時がくることを信じて、継続することである。「競技」であろうと「仕事」であろうと、能力は直ちには蓄えられない。がんばれば、に代わって“あきらめないで”を贈りたい。

で、がんばれるときもあれば、がんばれないときもある。それで十分。



PROFILE

かわのきよみ：1939年生まれ。シモンズ大学社会事業大学院修了(MS)、元お茶の水女子大学教授。専門はフェミニストカウンセリング、臨床心理学、フェミニズム理論、社会福祉。フェミニストカウンセリングの理論と実践を日本にはじめて紹介し、各地でカウンセリングルームの開設を援助。近著に『わたしを生きる知恵－80歳のフェミニストカウンセラーからあなたへ』（三一書房、2018）。