■　「頑張れ」の功罪　■

「もっと頑張らないとダメですか？」。今年７月、16 歳の女子高生の投稿が新聞に載った。「試合や受験での『頑張れ』にうれしいと思う人も多いだろうが、多くの努力をしてきて疲弊しきっているときや傷ついているときの『頑張れ』はとても辛く感じ、負担になる」といった要旨だった。

そもそも「頑張れ」には「自分には無関係なこと」という前提があり、突き放された感じがする、と彼女は言う。そして、こう訴えた。「私たちはいつまで頑張らなければいけないのでしょうか。辛そうな人に優しい言葉で接することのできる社会になってほしい」。

反響が大きかったようだ。２回に分けて関連投稿の特集があった。「『頑張って』と肩を叩かれると前向きになる。明るく、前進、向上、到達につながる良い言葉だ」。「『頑張れ』は『もっと努力しなさい』のような呪いの言葉に聞こえた」。「東日本大震災の被災地では『頑張れ』が溢れた。これ以上無理と思ったとき、『頑張ったね』が心に沁みた」など。多くの人が反応したのは、励ましの言葉に正解はないことの表れでもあろう。

先日のマラソンで、私も数多くの声援を浴びた。「頑張ってください」の声に気持ちが高揚した。いつもは孤独なのに、多くの励ましの中を走れることには感謝しかない。だが、体に異変が起き始めた 32km 過ぎ、内心は「まだ 10km もある」だったところにかけられた「残りたった 10km」は、ちょっとこたえた。無論、激励であることは分かっているが。

私が記憶するに、「頑張れ」が言われた人へ負荷をかける言葉として話題になったのは、阪神大震災の直後だった。自分の努力ではどうしようもできない事態に直面した人への励ましの言葉はどうあるべきか、報道もよく取り上げていた。球団オリックスは被災地とともに戦うとして、「がんばろう KOBE」を合言葉にした。

関連の投稿に戻ろう。82 歳の女性が、娘の闘病時のことを書いていた。複数の医師から強く言われた。「重圧になり、追い詰めることになるから『頑張れ』とは絶対に言わないように」。しかし、他界するひと月前に娘が言った。「友達に『頑張ってね』と言われるとうれしくなる」。家族がそう声をかけなかったことをどんなに悲しく思っていたのか、と深く悔やんだ。

懸命に努力している人に「頑張れ」と言ってはいけない、との意見もある。でも、気にかけてくれている誰かの存在が、生きていくための希望になることがあるということも事実だ。人に寄り添う適時適切な励ましの言葉は難しい。だから、それを探し出せる人になれるよう、私はこれからもずっと「頑張って」いくのだと思う。

参考：朝日新聞『声』2021.7.27、9.15、9.29