

## 「ヒトはヒト、ジブンはジブン」という考え方

新潟県立看護大学 精神看護学

講師 後田 穰

時々、人と世間話をする中で「ヒトはヒト、ジブンはジブン」という言葉を耳にしたります。これは周囲の人々の流れと違う行動を取りそれが良いと考えたり、他者とは比較しないという思いがあったりするとき発することが多いように思います。日本人はともあれ、周囲の人たちと違う行動をとったりすると不安に思う人も多いように思います。人と同じ行動をとっていると安心するというわけですが、人は社会の中で周囲の人たちと調和して生きようとし、周囲の人が自分の評価を気にするあまり、また、逸脱を恐

れ「自分らしさ」というものをしまい込んでしまうことも多いと思います。しかし、時にはその殻を破ってみるのも良いのではないのでしょうか。昨年のリオオリンピックの女子レスリングで惜しくも四連覇は成らなかったものの銀メダルに輝いた吉田沙保里氏の著書「迷わない力―霊長類最強女子の考え方」に「吉田家の教え」として「ウチはウチ、ヒトはヒト」という記事があります。亡くなられた父上様の信念に基づいてのことらしいのですが、「ウチはウチ、ヒトはヒト。みんながやっていることが正解ではな

い、吉田家には吉田家のやり方がある」とあります。周囲の人たちと違うことを自己の信念に基づいてやり続けることはなかなか出来るものではないかもしれません。何かとてつもない強い意志を感じます。だからこそ、霊長類最強女子と自負する吉田沙保里というアスリートを育て上げたのでしょうか。

「ヒトはヒト、ジブンはジブン」という考え方はややもすれば周囲の人たちが頑張っているときに自分は現状で良いと諦めるような消極的な気持ちのときにも用いられたりもします。しかし、ポ

ジティブに自分を信じて自分流にやっていくのも味のある人生を送れるのではないのでしょうか。様々なことに自分流の方法で失敗を恐れずにチャレンジしてみましよう。

