

実は前向きな言葉 「あきらめる」



『がんばらない勇氣』
2024年6月19日発売
880円(税込)
プレジデント社



「あきらめたの？」他人からそう言われたら、なんだか責められているような気持ちになりますよね？

でも、「あきらめる」とは、本来後ろ向きな言葉ではないのです。

「諦（あきら）める」——ある事柄について望みを捨てる。断念する。

「明（あき）らめる」——物事の真相をハッキリとさせる。

辞書によると古語の「あきらむ」には、心を明るくする、心を晴らすという意味があることが書かれています。

つまり、「あきらめる」ということは、事実をはっきりさせて、心を晴れ晴れとさせることなのです。

ぼくは若い頃、「あきらめ名人」になるんだと自分自身に言い聞かせていました。



鎌田 實

Minoru Kamata

1948年、東京都生まれ。医師・作家。

諏訪中央病院名誉院長。

1974年、東京医科歯科大学医学部卒業後、諏訪中央病院へ赴任。1988年には30代で同院の院長に就任し、潰れかけた病院を再生させた。名誉院長となった現在は全国各地で健康に関する講義などの活動を行っている。また、東日本大震災以降、全国の被災地支援に力を注ぎ、チョコレート（チェルノブイリ）、イラクなどの子どもたちの支援にも取り組んでいる。近著『笑って健康と幸せをつかむ24の方法』（婦人之友社）をはじめ、多数の著作がある。