

『老球の細道』⑤

バスケットボールの楽しみラッキー？

会津バスケットボール協会理事長 室井 富仁

私事で恐縮であるが、数年前休暇を利用して福井の方へ車で出かけた。かねてからの願いであった道元禅師建立の永平寺見学が目的であった。永平寺は、日本に禅宗（曹洞宗）を広めた道元が、1244年福井県の山奥の地に老杉に囲まれた約100万坪の土地に建てたものである。寺では約200人もの雲水（お坊さん）と呼ばれる修業僧が日夜修業に励んでいる。車で6時間に及ぶ行程であったが、道元禅師の数々の言葉を思い出し、疲れなど一切感じないで、厳粛な気持ちで拝観することができた。

そもそも道元禅師との出会いは20数年前にのぼる。指導者とはどうあるべきか、コーチとはどうあるべきかということに悩んでいた頃に出会ったのが禅師が記した『正法眼蔵』であった。その中で最も感銘を受けた内容が二つある。今でも私の心の支えになっている。一つは「切に思うことは必ずとぐるなり」。本気になって、真剣になって毎日願い、思えば、自分の夢、目標は必ず達成できるということである。もう一つは「而今（にこん、じこん）」という言葉である。意味は「今、あるのみ」。人生は無常。常に変化し、明日はどうなるかわからない。今、この瞬間を大切にす。今、この瞬間に燃えるということである（余談であるが、最近『而今』という日本酒が人気を得ている）。

本の中だけでなく、実際に永平寺に拝観し、道元禅師の歴史を全身に感じながら二つの言葉を胸に刻むと感慨もまたひとしおである。オヤジギャグに明け暮れる熟年を迎えた今、欲深い私には達成できない夢、目標がまだまだたくさんある。しかし、残された時間はそれと反比例して刻々と少なくなっていく。改めて二つの言葉を強く肝に銘じ、コーチングや人生のモチベーションアップに刺激を与え続けなければならないと思った。

ところで、帰り際に出口の標識を見たら面白い言葉を発見した。

「歩み寄る人には、安らぎを。訪れる人には、微笑みを。去りゆく人には幸福を」

私のバスケットボールコーチングスタイルにアレンジしてみた。

「歩み寄るプレーヤーには、喜びと楽しみを。訪れるプレーヤーには、誠意を。去りゆくプレーヤーには『じゃあね！』」

話がまわりくどくなってしまった。バスケットボールをプレーし、コーチをすることによって、たくさんの楽しみ、喜びを味わいたいし、伝えていきたい。バスケットボールができるということは人生最高の幸せだと感じている。もっと、もっと楽しまないともったいない。最後に、私の敬愛するあるバスケットボールコーチの「スポーツの7つの楽しみ（喜び）」をあげて、支離滅裂な過去の私事旅行記を終わりにする。

- ①基本の楽しみ。心配がなくて心が安らぐこと。
- ②一番の楽しみ。夢、希望、目標があること。
- ③最強の楽しみ。好きなことが思い切りできること。
- ④最大の楽しみ。夢中になるものがあること。
- ⑤最高の楽しみ。心が踊り、笑い、はしゃぐこと。
- ⑥真の楽しみ。勝っても負けても、よくやったと嬉し涙が出て、愛と友情に包まれること。
- ⑦究極の楽しみ。極めること。