

平成28年6月3日(金)

老球の細道240

5月の言葉

会津バスケットボール協会 室井 富仁

4月に突然悪化した体調が5月になったら見違えるくらい回復した。主治医の松井先生からのアドバイスとトレーニング量の増加が影響したのか。体重が減少し、血圧が下がり、腰痛も出ないで走り、歩けるようになった。改めて日々の運動の大切さを実感した。

1・独り言から

「青春とは、心と服のサイズが変わらないことである」〈室井富仁・ウォーキング中〉

退職してから久々にスーツを着る機会があったので大好きだった紺のスーツを着た。昔わが世の青春を謳歌していた時代に作ったものだが、ゆるゆるで着れなくなってしまった。筋肉が減少し身体が縮む。やはり加齢には勝てないか。

2・新聞等のコラムから

◆「最後まで枯れずに、過剰で、創造する仕事に冒険的に挑む疾走するジジイでありたい」
〈朝日新聞・天声人語〉

今月亡くなった世界的演出家・蜷川幸雄さんの言葉である。毎日二人の孫に「ジジイ」と呼ばれ続け、ジジイとしての覚悟は決まった私だが、この言葉で改めてモチベーションをアップさせた。服のサイズが変わっても心のサイズを変えないで生きてゆきたい。

◆「6、7年間考え続けても、完全に行き詰まることが3回あり、その後に必ず数学上の大きな発見があったという。『本当に行き詰まるためにはね、そっちを一旦指したら微動だもしないという意志がいる。行きやすい所を選んで行ったら、行き詰まるということはありません』」〈朝日新聞評論・今こそ岡潔〉

20世紀初めに世間と交渉を断ち、生命を燃やし尽くすまで数学に没頭した天才的数学者・岡潔の言葉である。行き詰まることは本気になっている証しである。鼻が詰まっているうちは、まだまだ没頭の仕方が甘いということか。

◆「反省とは未来にむけてやるもの。過去に向かってやるから嫌になる。失敗が重なってくるといことは、成功が近いということだ」〈週刊ポスト・野村克也著『師弟』より〉

失敗は成功のもと。負けが続く、指導がうまくいかない。失敗を重ねるうちにモチベーションが下がってしまう全てのコーチや選手に伝えたい言葉である。

◆「広島が私たちに思い起こさせるのは、大義を問わず、戦争はとりわけ罪なき市民に対して、途方もない苦しみと喪失をもたらすものだという事だ」〈オバマ大統領〉

バスケットボール関係で広島、長崎、沖縄を訪れたことがある。いずれの時も試合の合間に戦争の爪痕、記念館を見学した。私がこの世に生きて来て最も幸運だと感じるのは戦争のない人生を送ることができたこと。今後もそれを切に願いたい。

3・クリニック〈JBA公認コーチ講習会で〉等から

◆「成功とは、自分が目指す最高のものになるために、ベストを尽くしたという自己認識からくる自己満足をもたらす心の平安を得ること」〈ジョン・ウッデンの言葉〉

教えることは自分自身が学ぶこと。1年に1回健康診断で体のメンテナンスをするように、コーチも1年に1回「コーチとは何か」をメンテナンスしたい。勝利を目指し、他人からの評価を願う小さな心からコーチの神様ジョン・ウッデンの境地に近づきたい。