

平成29年1月30日(月)

老球の細道302号

## 1月の言葉

会津バスケットボール協会 室井 富仁

「信念励ましておめでとうございます」。1月は誕生日でもあり、新年のスタートでもある。マンネリに陥っていた自分をスクラップ&ビルトするのに最適な時期。人生の残り時間も少なくなってきた。自分で自分を励ましながら(頭は禿げが増してきたが)やるしかない。三国志の英雄関羽は「我、まだ老いず!」と叫んだ。私もまだまだ老いずと年賀状に宣言した。老いないためにも夢と希望のサプリメントを毎日摂取して生きて行こう。

### 1・テレビから

「大きな目標が挑戦をうながし、小さな“できた”が成長をうながす」〈BS「奇跡のレッスン」ハンドボールコーチの言葉〉

目標は大きくなければチャレンジのし甲斐はない。できる、できないはやってみないとわからない。子どもたちには常に世界のスタンダードを目指させ、毎回の指導でスモールステップを設定し「できた!」を経験させる。そんなコーチが増えてほしい。

### 2・新聞等のコラムから

◆「君の将棋は行き詰っている。でも、それがいいんだ。中途半端に活躍するよりいい」〈朝日新聞・折々のことば・将棋士升田幸三〉

今まで順調に事が進んでいても、何かのきっかけですぐに行き詰った状態がやってくる。特に、さらに上を目指して頑張っている時に行き詰る。行き詰りこそ次の飛躍のチャンス。悩み、苦しみの中から色々なアイデアがわいてくる。鼻が詰まるよりいい。

◆「土曜授業 いつも見に来る うちの祖父 今じゃすっかりクラスの一員」〈東洋大学・現代学生百人一首〉

わが子の授業参観は一度も行ったことがなかった。人生悔いを残さないよう孫の授業参観には必ず参加すると今から宣言している。拒否されたら「星飛雄馬の姉」のように木陰から眺めよう(体育の授業しか見れないかもしれないが)。ワクワクする。

◆「風雪の言葉のように雪はどこか逆境や試練を思い起こさせる。人生の関門をくぐりぬけるための強さが雪から与えられることを祈る」〈朝日新聞・天声人語〉

誰も通らない新雪の上を走ることが冬場のルーティーンになっている。「僕の前に道はない。僕の後ろに道はできる・・・」と高村光太郎『道程』の詩を口ずさみながら走る。雪の負荷でトレーニング効果が倍増し、走り終わった後にできあがった「室井ロード」を眺めながら達成感を得る。そして夕食のビールが美味しい。あながち雪も悪くない。

◆「何を自分の幸福だと思うかという、仕事ができるだけの体力が90歳になってもあるということですね」〈朝日新聞・2017私の想い・作家佐藤愛子〉

巷では「高齢者」という呼び名を65歳から75歳に変えてはどうかということが話題になっている。60歳代の私は年寄り風を吹かしてはいけぬ。まだまだ鍛えなければ。

### 3・クリニックレジメの言葉

◆「人は自分だけを見つめていても自分がわからない。人は人に映して己を知るのです」〈木島俊介著『女たちが変えたピカソ』から〉

選手はコーチの鏡。良くも悪くも教え子の姿で自分のそれまでの指導の成果を知る。