

10月の言葉

会津バスケットボール協会 室井 富仁

大学の後期授業がスタートした。何事もマンネリ化しないために「仕事に慣れるな！感謝と謙虚」を今月のスローガンにした。中学校時代のバスケット部の恩師と先輩後輩達と飲む機会があった。50年たっても昔のままだった。バスケットボールの絆は一生続く。

1・テレビドキュメンタリーから

◆「壁は本気でない人をあきらめさせるためにある。壁はどれだけ本気かを示すためにある」〈NHK・BS1・ランディー・パウジュー『最後の講義』〉

アメリカの有名な大学教授が末期がんで死ぬ前に行った最後の講義からの一言である。「壁」とは、努力が蓄積されているにもかかわらず、まだ成長の訪れない状態をいう。学習曲線では「プラトー」「スランプ」の状態。成長する前兆なのにあきらめてしまう。

2・新聞のコラム等から

◆「僕は決して天才じゃない。でも、それはNBAをあきらめる理由にはならなかった。うまいやつは練習している。僕にはまだまだ改善できることがたくさんある」〈朝日・NBAデビュー渡辺雄太のコメント〉日本人で2人目のNBA選手が誕生。田臥以来14年ぶりという。努力は段階的に重ねなければならないが、成長は加速的に訪れる。一人の成長は波及効果を持つ。これが突破口になり日本からも今後NBA選手が次から次へと輩出するだろう。田臥勇太、渡辺雄太、二人とも「ユウタ」。3人目もどこかの「ユウタ」か。

◆「研究の喜びは、多くの人が石ころだと思って見向きもしなかったものを拾い上げ、10年、20年かけてそれを磨き上げて、ダイヤモンドであることを実証することである」〈朝日・社説・ノーベル医学生理学賞・本庶佑〉コーチの喜びも同じ。誰にも知られない無名選手を3年かけて磨きあげてミラクル、アップセットを起こす。本庶氏のファンダメンタルは「自分の目で確信できるまでやる。自分の頭で考えて納得できるまでやる」。

◆「“スポーツくらい好きにさせてよ”という流れがもっとあっていい」〈朝日・折々のことば・為末大〉ブラック部活と揶揄されて練習時間が少なく制限される中学校、高校の部活動。何事も好きなことをとことんやりながら向上すること、努力すること、協力することなどを学ぶ。やりたくない人達に合わせず、やりたい人達に合わせてほしいものだ。

◆「勉強や仕事は努力が報われないこともありますが、筋肉は正直に伝えてくれます。自宅のわずかなスペースでもできます。筋肉は裏切らない」〈朝日・文化芸・NHK筋肉体操〉筋肉隆々の男性たちが、筋トレするだけのNHKの5分番組「みんなで筋肉体操」が話題になっている。私たち爺にも筋トレの必要性が巷で叫ばれている。筋肉は何もしないと1年間で1%ずつ減少する。トレーニングすれば爺でも向上する。筋肉は努力に反応。

◆「期待しないほうがうまいことをやれる。人を変えることにエネルギーを使わない。“自分がどうしたら快適に過ごせるか”にエネルギーを使う」〈中村恒子『うまいことやる習慣』朝日新聞広告〉「期待の新生」とか「期待の星」などと呼んだ選手に限って途中退部、伸び悩みが多かった。「秘密兵器」と期待すると秘密のままで終わってしまう。期待をすればコーチの真剣さが選手にとって重荷になることに後に気がついた。それからは「期待」をしないで「希望」するに変えた。人を育てることは「待つ」ことかな？