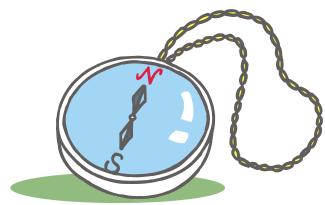


羅針盤



第 31 号 令和4年(2022年)2月14日(月)

◆自分の「根」を伸ばす

立春を過ぎたとはいえ、まだまだ寒い日が続いますが、暦のうえでは少しずつ春へと向かって行っています。3年生も私立高校の受験を終えて、卒業までの残る日も1か月を切る時期となりました。卒業式の直前には、公立高校の入学者選抜試験も控えていますが、時間を無駄にすることなく、更なる努力を積み重ねる日々がしばらくは続くこととなります。そういう季節だからこそ、「何も咲かない寒い日は、下へ下へと根を伸ばせ。やがて大きな花が咲く。」という言葉が身近に感じられるのではないでしょうか。誰の言葉かは不明ですが、シドニーオリンピックの女子マラソンで、日本女子陸上界では初となる金メダルの栄冠に輝いた高橋尚子さんが、高校時代の陸上部の恩師である中澤正仁監督から送られた言葉だそうです。高橋さんは結果が出ないときも走り続けました。高橋さんの練習量がマラソン選手の中でも群を抜いていることは有名でした。そのような中で、シドニーオリンピックを迎えることとなります。真夏のフルマラソンは最も過酷な競技であるといわれますが、高橋さんはレース前に、「あとたった42.195km」と言ったそうです。そして、レース終了後には、「短く、楽しい42.195kmでした！」と愛嬌のある笑顔を爆発させました。また、その結果にとどまることなく、シドニーオリンピックの翌年に行われたベルリンマラソンでは、2時間19分46秒という世界記録を打ち立てています。彼女の確固たる強みは、マラソンを走るレース前の準備期間に、40kmを15本、30kmを35本程度走り、追い込みをかける期間に入ると酸素の薄い3500mの高地で月間1200km以上を走り込むことに他ならないでしょう。オリンピックでは必ず金メダルを獲るという強い思いがあったからこそ、「たったの42.195km」と言い切れたのでしょう。圧倒的な練習量から湧き起こる自信を持ち得た彼女だからこそ、これらの大記録を生み出したといえるのではないでしょうか。28歳でオリンピックの金メダルを獲得し、世界のトップランナーとなった高橋さんですが、彼女もいつもいつも調子がいいときばかりが続いたわけではありません。若かりし、県立岐阜商業高校時代にまで遡ると、全国都道府県対抗女子駅伝大会の岐阜県代表に選ばれるのがやっとの選手で、全国大会の本番では9人に抜かれてしまい、区間順位は全国で下から3番目の45位だったそうです。そんな高橋さんの原動力となったのが、高校時代の陸上部監督である中澤正仁さんから送られたこの言葉でした。中澤監督自身も、自らが山梨学院大学の2期生として箱根駅伝を2度走った経験がありますが、同じように大学時代の上田誠仁監督からこの言葉を送られ、彼自身の心の支えとしてきたそうです。長距離ランナーとしての苦しみや喜びを知っている彼だからこそ、駅伝の襷（たすき）のように、この言葉を自分の教え子たちにも伝えたかったのではないでしょうか。高橋さんのマラソン人生からもわかるように、最初から花が咲くことも、花が絶えず咲き続けることも、本当に難しいことです。それでも、たとえ今は辛くても「やがて大きな花が咲く」ことを信じて頑張り続けることが何よりも大事なことです。いつも順風満帆というわけにはいかないのが人生です。うまくいかない時こそ、足元に目を向けて地道な努力を積み重ねていくべきです。それこそが、「やがて大きな花を咲かせる準備期間」となるはずです。諦めることなく、自分の「根」を伸ばすことをやめなければ、やがて大きな花を咲かせることに繋がります。目の前のやるべきことに対しての努力を怠らない、そんな皆さんでいてほしいと思います。

