

じびか歳時記～夢は持ったほうがいい号～Vol48



「韋編三絶(いへんさんざつ)」という4文字熟語を知っていますか。同じ書物を何度も読むこと。または、学問に励むことのとえ、です。韋とは昔の書物をとじたひものことで、「韋編」はその綴じた書籍で、「三絶」は何度もひもが切れること。孔子が何度もひもが切れるほど易経を読んだという故事から来ています。

私は、同じ本を何回も読み返すことはあまりせず(漱石の草枕はなども読み返しますが)、気に入った作家の作品をほとんどすべて読むことが好きです。代表的な作家は、高校時代は庄司薫、学生時代は太宰治、社会人になってからはマイケル・クライトンなどです。そして、今は為末大の本を多数読んでいます。県図書で彼の本を借りて彼の走る哲学を学んでいます。「為末大」とは、男子400メートルハードルの日本記録保持者で、2回の世界陸上大会で2度の銅メダルを獲得した選手です。引退後はスポーツと社会教育に関する活動を幅広く行っています。

今回は、彼の著書「走りながら考える」と「ウィニング・アローン」から2か所を引用します。

「ほとんどの選手はオリンピックには行けませんという話をする。どの試合でもみんな一生懸命戦ってる、でも金メダルは1個しかない。ほとんどの夢は叶わないし、ほとんどの人生は負けで終わる。とすれば夢が叶わない現実の中をどう生きていくのか。あきらめないこと、ベストを尽くすこと、胸を張っていられること、なんでもいい。たった一つのきれいごとが人生の価値観をつくる。

僕は子どもたちに教えるときにいつも夢は持った方がいいという。夢を持つのは叶えるためじゃなく、一度どこかで破れるため。破れることが分かっているにもなお夢を持つこと。何かを乗り越えようと望むことが大事なのだ。走っている最中は気づかなかったけど、今振り返ってみて、夢を叶えるために懸命に努力していた毎日は本当にキラキラと輝いていた。そしてその輝き自体は、その夢が叶う、叶わないなんて関係がない。夢は持ったほうがいい。たぶん叶わないけど。」(走りながら考える)

「左のアキレス腱痛と左の膝の痛みでずいぶん苦しんだ。ビデオを見ると、左膝が外に向いて右膝だけが前を向いていた。膝を矯正したら左アキレス腱が痛くなった。今度はつま先が内側を向いていた。それが治ると左腰が痛くなった。結局、右肩甲骨の柔軟性を得たときすべて治った。体はすべてつながっている。ケガのリハビリでは局所に対処しつつ、一方では全体を俯瞰しなければならない。」(ウィニング・アローン)

アスリートだけでなく社会人一般の方にも、示唆に富んだ内容で非常に参考になります。どの本でも良いので是非お読みになって下さい。

～あなたは、山派・海派？～

山は、葉・土におい、鳥のさえずり・虫の音。海は、磯の香り、波の音。んー！今の私は山派かも。



海が好きです。石垣島の海でカクレクマノミに会えて幸せな気分になりました。今度はウミガメやマントなどの色んな海の仲間に出会えるといいな♪



どちらかといえば、山派です。海は泳げないから(笑)



海でも山でもなく、滝が好きです♪少しずつ流れてくるより、大量に勢いよくド〜と流れている滝をポーッと眺めるのがいいのです。ド〜と大きな音がしても、気になりません。滝つぼ周辺にはマイナスイオンが沢山あると言われてるので、私はきっと無心になって癒されたいのでしょう(笑)

田舎育ちなためどちらも好きです。が最近、真っ青な海を眺めてはてしなく続く海に癒されます。晴天の日指宿に向かいながらめぐる海や国道10号線からの磯海岸じっくりみると心が穏やかになります。

私は虫が苦手なので、どちらかというとなが海が好きです。

海です。毎年1回は何か海に行くのが当たり前でしたが…ここ数年残念ながら行けてません(;∇:)

山派です。山を登るのは苦手ですが、大野岳展望台から見える景色は最高にきれいで、大好きな場所です。

山派です。旬の果物狩りに家族で出かけます。9月は娘が大好きなシャインマスカット狩りに行って来ました。粒が大きくずっしりと重く食べ応え抜群でした。夢中になり気が付けばシャインマスカット13房！ピオーネ4房！すごい量で冷蔵庫がいっぱいでした。

海が好きです。壮大な海を眺めていたら、日頃のストレスが洗い流されるような気がするからです。最近長島の綺麗な海を見に行って、リフレッシュすることが出来ました。

山派です。山を登るのは苦手ですが、大野岳展望台から見える景色は最高にきれいで、大好きな場所です。

海派です。若い頃に、ウエイクボードをしていたので、また時間が出来たら友達と波乗りに出かけたいです。海は最高！！