



## ○「～切る」

沢庵という和尚を知っているでしょうか。3年生で日本史を学ぶ生徒は、江戸時代の紫衣事件で聞いたことがあると思います。一休和尚や千利休のお寺として有名な京都にある大徳寺の僧です。大根の漬物の名前としてのタクアンは、多くの人が知っていると思います。諸説ありますが、沢庵和尚が考えたとも、江戸に広めたとも言われています。



この沢庵和尚の書物である『不動智神妙録(ふどうちしんみょうろく)』に、武士に説いた言葉として「前後裁断」が出てきます。「前(過去)と今、今と後(未来)の際(きわ)を切り離して今を生きよ」という意味です。

プロ野球・阪神タイガースの元投手、下柳剛選手がグローブに縫い込んでいた言葉として、阪神ファンの間では有名です。(打たれた)過去をくよくよ引きずっても何も生まれない。(打たれるかもしれない)未来を憂えても消極的になるだけである。(今投げる一球に、)つまりこの時この瞬間だけに集中して生きよ(、全力を尽くせ)・・・という意味です。「過去」を今更変えることはできません。同時に来てもいない「未来」を心配しても仕方ありません。私たちができることは、「過去」のことにくよくよせず、「未来」に向けて「現在」を一生懸命に生きることです。

この格言にも関係しますが、「○○切る」の○○にはどんな言葉を思い浮かべられるでしょうか。

「出し切る」、「やり切る」、「思い切る」・・・他にも「振り切る」など・・・野球でポテンヒットとなった時に、解説者が振り切ったからヒットになったと言うのを聞くことがあります。大事なことは、積極的な姿勢、前向きなプレーであったかどうかを言いたいのだと思っています。

私は大学までソフトテニスをしていて、今は趣味で時折硬式テニスの大会に出たりしています。試合で、マッチポイントが自分のレシーブだった時は、いつもすごく心が揺れ動きます。レシーブは、サーブと違って自分のリズムやタイミングでプレーを始めることができません。特に負けている時のマッチポイントはとても葛藤します。負けているから強気に行くべきか、負けているからこそ安全に確実にレシーブを返して慎重に行くべきか・・・。答えはその都度変わりますが、大事なことは弱気な自分を捨て切れているかどうかだと思います。

スポーツでも受験でも、私たちが後悔するかどうかは、自分の持っているものをすべてつき込んだか、出し切ったかどうかだと思います。

NHKの「ランスマ」という番組をよく観ます。先日の放送で、86歳のランナーが長野マラソンに挑戦して4時間余でゴールされたのが特集されていました。毎日12～13km、月間で400kmは走り込んでいるそうです。80歳代後半でサブ4、つまり4時間切りが夢だそうです。ちなみに私の目標はサブ5です(笑)。1km6分ペースでもサブ4はできません。夢があるから、高い志があるからがんばれるそうです。年を重ねるごとにできないことや衰えることはあるけど、あきらめるのではなく、毎日毎年が夢への挑戦の積み重ねだそうです。その年齢でできるすべての努力をやり切っているからこそ、4時間余で走り切ることができたのだと思います。努力は走り込みだけではありません。食生活を含めて生活全般に及びます。この番組では女子マラソン60～64歳の世界記録を持つ弓削田(ゆげた)さんがコーチとしてよく登場されます。記録は驚異のサブ3で、61歳の時より62歳の時の方がさらに記録を伸ばされています。コーチをされている時に、「全力を出し切ったかどうか」をよくランナーに問いかけて叱咤激励されています。

その時できる最大限の努力、挑戦をしているかどうか。自分にも問いかけていきたいです。