スポーツの真のあり方

「スポーツは楽しむためのもの」というフレーズを最近よく耳にしますが、この「楽しむ」ということが実は大変に難しい事だと私は思っています。

本来、スポーツとはとても**「厳しい」**ものです。自分の弱さと正面から向かい合い、葛藤し、限界に挑戦し、壁を乗り越えていかなければなりません。私自身も、学生時代は辛い事・苦しい事の連続でした。厳しい練習から逃げてしまいたいと思う自分と戦い、負けた苦しさにどれほど苦悩してきたかわかりません。

しかし、今はどんな苦しかった場面を振り返っても、熱い思いがこみ上げてくるほど懐かしい。当時のことを尋ねられれば、間違いなく「楽しかった」と笑いながら語ることができるでしょう。そのように、スポーツとは自分自身で苦難を乗り越えて、初めて楽しめるものなのではないでしょうか。口に入れてすぐに「美味しい」「美味しくない」と判断できるようなものとは違います。スポーツの真の楽しさは、それほど簡単に享受することなどできないのです。

どんなスポーツでもやるからには一生懸命に取り組み、少しでも上手くなりたいと思うのが普通です。もし、上手くいかなかったら「なぜ？失敗をしたのだろう」と考え、「次は、こんな風にしてみよう」と工夫します。「自分はアマチュアだから勝負はどうでもいい」と思っていても、勝ったときは**「やったー！！」**と喜ぶし、負けたときは**「クッソー！悔しい！次は絶対に頑張ろう」**という気持ちになるものです。

そこには「より上手くなりたい」「より強くなりたい」という、人間本来の欲求があります。その欲求を満たすために苦しみを乗り越え、自分の限界に挑戦する。その結果として「楽しい」と感じられることが、スポーツの真のあり方ではないでしょうか。

愛するからこそ　鍛える