小さなことを続けることの大切さ

岡山市・芥子山小３年　酒井　咲苗

日本女子オリンピック初となる競泳二冠を達成した、大橋悠依選手の記事が、七月二十六日の山陽新聞にのっていました。私は中けいを見て感動したので、その記事を読んでみました。

記事には、大橋選手の泳ぎを支えるのは、「神経質」と言われるほどの鋭い感覚だと書かれていました。大橋選手は細かな違いにも気を配るそうです。だから小さなことも大切にし、徹底すると書いてありました。金メダルを二つも取る人は、毎日努力していてすごいなと思いました。

大橋選手の記事を読んで数か月がたち、私は、『聞いてください　岡山の現代詩』という詩の朗読会で発表することになりました。私は、「小さなことも大切にし、徹底する」という記事の内容を思い出し、朗読会がある日までの間、毎日一回朗読の練習をすることにしました。

私の詩は、原こう用紙二枚もないくらいの量のものです。毎日読むのはそれほどたいへんなことではないだろうと、始める前は思っていました。しかし、やり始めると、毎日続けることは、とてもたいへんだということが分かりました。けっきょく三日できない日がありました。大橋選手は続けることができてすごいなと心から思いました。

小さなことを毎日続けることの難しさと効果を知ることができました。私は人前でとてもきんちょうするので、朗読会できちんと読めるか心配でした。しかし、当日、知らない人の前に立ったとき、きんちょうはしましたが、さい後まで朗読することができました。

大橋選手ほどは、徹底できないでしょうが、これからも小さなことも大切にコツコツと続けていきたいです。それが、うまくできるようになるコツなのかもしれないと思いました。

泣いた分だけ強くなった

競泳　大橋　歓喜のV

もう、無理だと思っていた。「こんな自分が金メダルなんて。諦めていた」。競泳女子400㍍個人メドレーを制した大橋悠依(25)=イトマン東進=は「ネガティブだし、暗くなって1人で過ごすときもある」と、とにかく繊細。何度もくじけ、不安で泣いた。

レース直前。東洋大時代から指導を仰ぐ平井伯昌監督(53)に最後の言葉を掛けられると、火がついた。「行くぞ、という気持ちになった」。直近の不調がうそのように上がった。「一晩、考えろ」と諭され、山奥の宿舎の部屋で1人、泣きながら悩み抜いた。たどり着いた結論は「やるしかない。絶対にメダルが取りたい」。腹をくくった。

競泳女子400㍍個人メドレーで優勝し喜ぶ大橋悠依＝東京アクアティクスセンター

個人メドレーは圧倒的な強外勢が強く、大橋のように非力な選手はまれ。極度の貧血にも苦しんだ。細身のスイマーを支えるのは、周囲が「神経質」とまで評する鋭い感覚。「いつもより2㌢下を泳いでいるんじゃないか」と自らの細かな違いにも気を配る。

だから小さなことも大切にし、徹底する。日常生活も同じだ。大学時代には1限から5限まで授業を目いっぱいこなした日の午後、練習開始時刻ぎりぎりにプールに現れたことがあった。水着にせかせかと着替え、水に飛び込む直前で突然泣きだした。「疲れちゃった」。学業も水泳も手を抜かない姿勢が、自身を苦しめていた。

突き詰めて考えるから「自分に合わない」と感じたら、練習メニューにも異を唱えた。恩師と幾度もぶつかったが「やる気にさせるのがうまい」と頼る気持ちは消えなかった。平井監督も「何度もさじを投げようになった」と手を焼きながら、伸びやかな泳ぎの才能を粘り強く磨いてきた。

レース直前に師からもらった助言は「自分が決めた大丈夫」だった。大きくうなずき、自信を胸にプールへ飛び込んだ。「慣重だけど、踏ん切りをつければ爆発するんです」。泣いた分だけ強くなった自分を、出し切った。

2021年7月26日付　山陽新聞

(C)山陽新聞社　無断複製・転載を禁じます。