

## 「負けることの尊さ」

スイッチON!! オリンピックでの活躍見ているとワクワクします。まさに、今日の自分が明日の自分をつくる! そんな思いで見えております。

さて、先月に続けて僕のお師匠さんの「スラムダンク勝利の方程式」の著書の辻先生の文章から抜粋です。最近、スポーツ界では勝つためなら何をしてもいい、というような愚行が各競技団体で悪い意味で注目されています。残念でなりません。スポーツは勝つために、上手くなるために、世界中のアスリートたちは、そのことに向き合いながらプレイし、それをたくさんの方が同時に応援しています。

しかし、スポーツは試合の数だけ敗者がいます。つまり、勝つ数と負ける数は同じだけあるのです。もっと、例えば、トーナメントで代表的な高校野球の甲子園は最後まで勝ち続けるのはたった一校で、すべての高校は負けるのです。オリンピックもそうで、金メダルはたった1人と1チームです。それがスポーツなのです。全員が勝ちを目指すことはできますが、ほとんどの人は負ける。それは負けていいのではなく、スポーツの真実なのです。

スポーツで学ぶべきことは負けをどのように受け取れるかということなのではないでしょうか? 負けることの尊さを知ったアスリート、それを英語では Good Loser といいます。人生も同じです。みな、うまく行くよう、成功するよう、幸せになるよう、生きていますが、そうならないこともしばしばあります。そんな中で Good Loser な生き方ができることが、結局はスポーツも人生も勝者になるのではないかとわたしは思います。

それでは Good Loser とはどんな生き方でしょうか? 勝つために全力を尽くしている生き方。負けたことに後悔のない生き方。負けた相手を心からリスペクトできる生き方。結果よりも成長を大事にできる生き方。など答えは1つではないでしょう。しかし、どうしたら Good Loser な生き方ができるかを考えるのが、スポーツであり人生であるのです。

平昌オリンピックで金メダルを獲得した小平奈緒選手が素晴らしい言葉を残しています。彼女こそ、Good Loser な勝者だと思います。彼女のコメントがそのことを私たちに伝えてくれるでしょう。

『自分が負けた時に「この人には負けたくない」と思うような選手ではいたくない。「この人になら負けて良かった」と、トップに立った選手を素直に認められるような選手でありたいし、自分がトップに立ったとしても自分と競い合ってきた仲間をリスペクトできる選手でありたいと思っています。そう考えた方が楽しいから。いつもガツガツと「誰かに負けたくない」と考えるより「相手がいるから自分を高められる」と考えた方が自分の時間を無駄にせず、生きていける感じがして。相手のことに気を取られている時間があつたら、もっと自分に集中したい、自分のやりたいことに夢中になりたいです』

あなたも、勝つこと、負けること、スポーツや人生について今一度、考えてみましょう!

