

## 心の栄養剤 No.230 『運を掴むためにやったこと』

明治の初め、日本に伝わったスポーツ競技の大会は「大運動会」と訳されました。「運が動く」と訳されたのです。

実は、スポーツと運は大きくかかわっています。

マラソンの有森裕子選手や野口みずき選手も、競技中はいつもお守りを下げて走っていました。

彼女たちも、「運がないと金メダルは獲れない」と分かっていたんですね。

私にも運のない時代がありました。監督に、「どうすれば運が付きますか？」と聞くと、「神様を味方に付ける」と言われました。

「どうすれば神様を味方にできますか？」と聞くと、「神様の立場に立って考えてみる」と言われました。

必死で考えました。それからです、私の行動パターンが変わったのは。

私は、「運が悪かった」と思える選手をたくさん見てきました。

例えば、オリンピックなどの大会になると、1位と2位の差は100分の2秒差だったりします。

長さにすると、それは3ミリ、爪の先くらいのわずかな差で、世の中の扱いはものすごく変わります。

中には、「オリンピック代表に選ばれなかったほうがよかったんじゃないか」と思うようなかわいそうな選手もいました。

私がオリンピックのレースに向かおうとした時、ある女子選手が寝ているのを見つけました。

私は、「え？お前、今、予選の時間じゃないの？」と聞きました。

予選は、時間が早くなったり遅くなったりします。呼び出しアナウンスはありますが、英語なので聞き取りにくかったりするので。

彼女は監督から、「お前の番までまだ時間があるから休んどけ」と言われ、「時間になれば監督が呼びに来てくれるだろう」と思って寝てしまっていたんですね。

慌てて招集所に行きましたが、すでにレースは終わった後でした。彼女は泣き崩れていました。

せっかくオリンピック出場権を獲得したのに、寝ていて出場できなかったなんて、もう日本に帰れないくらいの大失態です。

きっと地元の皆さんは、彼女の出場を期待しながらテレビの前で待っていたことでしょう。

これももしかすると、「運がなかったからかもしれない」と私は思いました。

**「神様が味方したくなるような人間になって運を付けよう」と思って決めたのが「一日一善」でした。**

監督に話すと、「一日一善で金メダルが獲れれば安いもんだ」と言われたので、じゃあ、一日十善にしよう」と思いました（笑）。

ゴミ拾いはいくらでもできました。意外とお金も拾いました（笑）。道路でイヌやネコがひかれて死んでいると、死体を片付けるようになりました。

これをやって一番変わったのは私の気分です。「私は運のある人間だ。運があるから絶対勝てる」という強い自信が生まれたのです。

そして前向きな陽転思考になり、さらにいい行動パターンになっていきました。

「運を付ける」「神様が味方したくなるような人間になる」といっても方法はいろいろです。

「礼儀正しくする」でもいいし、「感謝する人間になる」でもいいし、「周囲を明るくする」でもいいでしょう。あるいは、「自分が健康である」ということでもいいんです。

これにより私の心の部分が培われていきました。

スポーツでは技術だけでなく心も磨かれていくのです。私は学生にもそういう指導をしています。

ミュンヘンオリンピック 100m平泳ぎ金メダリスト  
鹿屋体育大学教授 田口 信教

今月14日は「スポーツの日」です。

今から60年前の10月10日開催の東京オリンピックを記念しての祭日という事で、学校の運動会をはじめ、いろんな所でのスポーツイベントが行われる月になると思います。

ちょうど今年はパリオリンピックも開催されているんな選手のいろんな涙（うれし涙～悔し涙）に感動・共感させられ、時には私自身も、もらい涙しながら一生懸命、観戦させていただきました。

『運動会＝運が動く会』その運を掴むポイントは『神様を味方につける』という事！！

65年生きてきて、スポーツだけではなく、確かにいろんな人生の場面で『運』は大切だと思い知らされた経験があります。

PS：神様に応援してもらえるように心掛けつつ、  
「スポーツの秋」を元気に楽しみま～す！！！！

くすりのキュート 倉光 浩城

※ご相談がございましたら、いつでもお電話くださいませ😊

TEL (090-8357-2904)

