

「とっとじ通信」は
略して「とつう」。
いつも並んで「TETE」と
あらがとうござります。

こんなにちは！平川です。先日、陸上の山縣選手が男子100メートルで9秒95の日本新記録を出しました。明るいニュースは日本を元気にしますね。では今月もはりきっていきましょう。

限りの正体とは……？

山縣選手、日本人として4人目の9秒台です。ここ数年、9秒台が立て続けに出ています。もちろんトレーニング方法やランニング等の改善もありますが、実はそればかりではないようです。400メートルハードル日本記録保持者で、現在はスポーツコメントーターとして活躍中の、為末大さんが、興味深いお話をされていましたのでご紹ひします。1954年、ロジャーバニスターという選手が、世界で初めて1マイル（約16キロメートル）、4分を切りました。当時、4分を切ることは、エヴレアスト登頂や南極点到達よりも難しく、下すと命さえも落とすと言われてました。しかしバニスター選手はトレーニングに科学的手法を持ち込み、前人未踏の偉業を成し遂げたのです。この話の面白いのは、ここ

からです。この記録、実は42日後に、すぐ別の選手に破られます。そしての選手も約3ヶ月後に破られます。そして2年以内になんと20名位の選手が4分を切ることになります。長年破れがかった記録が、立て続けに破られました。これと同じようなことが、日本選手の10秒の壁でもおきます。1998年に伊東選手がパンコクアジア大会で10秒00を出します。もう一步で9秒台にキagg届くぞ。と日本中から期待されますが、それから19年間も日本記録として残ります。ところが、2017年に桐生選手が9秒台を出したとたん、わざか千年間で4人も9秒台を出すことになります。これはなぜでしょうか。為末さん曰く「人間というは、人が出来たことは自分も出来ると考える性質がある。ひっくり返えていえば、人が出来ないことは、自分も出来ないと考える性質である」と。また「遠いスター選手が出るよりも、おらが町から、

スター選手が出た方が、全体の能力は上がる」とも言われています。なるほど。不可能だという思い込みが自分の限界を作っているのです。ではここが大切なですが、この思い込みを取っ払うには、どうするといいのでしょうか。それは、自分は思いい込みに支配されているという考え方を持つこと。らしいです。だが先行するのですね。余談ですが、このお詫が収録されたのは、4年前の桐生選手が9秒台を出した直後です。為末さんは、おそらく1年以内に、あと2人ほど、9秒台の記録を出します。と予想されました。見事に当たりました。

畑邊の業界でしたので、お客様ゼロ、売上ゼロからのスタートでした。日々、とにかく減る通帳の残高を見ては、見えぬ将来に不安を感じていきました。そんなある日、知人からアドバイスをもらいました。この言葉を常に目につく場所に貼ってみたうと、「大丈夫、大丈夫。すべてはうまくいく」といっている。絶対・絶対、うまくいく。すべてが順調だよ。何でも配しないで大丈夫……」どういう意味かというと、目をつむると、10年後の世界から来た自分が目の前に立っています。彼が私に話しかけています。未来の自分が言うわけですから、疑いようもない事実なのです。それ以来、不安に取りつかれることもだ。と確信が持てるようになりました。ようになりました。この紙は、19年たった今でも目の前に貼ってあります。このお詫、5年前にも書きましたが、今こういった時期です。が、お役に立てるのでは、と思い、もう一度書きました。

発行／有限会社アサム

〒819-1127 福岡県糸島市有田中央 2-14-36

Tel:092-321-4001 Fax:092-321-4002

専門学校&スクールサーチ : <http://www.asamnet.jp/>

・ブログ：<https://itorinri.com/>

ご感想や楽しいメッセージをお待ちしています。メール: hirakawa@asam.jp FAX: 092-321-4002