



散歩のついでに富士山に登った人はいない

6月は、1学期の成果を左右する鍵（かぎ）となる月だと思えます。4月はクラス替え、始業式・入学式があり、緊張しながらも心新たにかんばることができます。5月はゴールデンウィークに始まり、月末には体育祭があります。7月は地区（陸上競技を除く）・県総体があります。1学期末テストはありますが、6月はこれといった学校行事がないのです。それに加えて、梅雨の時期特有の気温と湿度の上昇により、体も気持ちも「だらけて」しまいがちです。

この時期を乗り越えるには、目標をはっきりと決めることが効果的です。みなさんも、「何も考えずに、とりあえずやってみたら成功した」「あまり準備や努力をしなかったのによい結果だった」という経験が、一度や二度はあると思えます。しかし、それが続いたり、何度も同じようになったりはしません。安定してよい結果や成果を残せる人は、ただ単に努力を続けているだけでなく、ちゃんと目標を定めているのです。一方、努力しているのになかなかよい成果や結果が出ていない人は、明確な目標を持たずに、なんとなく努力していることが多いのです。

明確な目標を持っている人と持っていない人の違いを、ある人は、こんな言葉で表現しています。

「散歩のついでに富士山に登った人はいない」。

富士山に登ろうとしている人も、散歩をしている人も歩いています。これと同じように、結果的に何かを達成する人も、毎日、精一杯勉強や部活をしているし、そうでない人の中にも精一杯努力をしている人はたくさんいます。その違いは、富士山に登ろうとして、それに向かって歩いているか、それとも、何の目標もなしに歩いているかの差なのです。「努力している、頑張っている」という行為はまったく同じでも、「目標」を持っているかどうか、「結果や成果」につながるかどうかの分かれ道だということです。高校野球の強豪校として有名な横浜高校野球部元監督の渡辺元智さんは名言を残しています。「目標がその日その日を支配する。一番高い山に登ろうと思う一歩と、そうでない一歩は覚悟が違う。一番高い山には、それにふさわしい心構えがないと登れない」

また、目標をきちんと持つことは、努力を続ける苦しさを減らしてくれます。有名になったミュージシャンやスポーツ選手が、無名時代に「いつかは有名になってやる」という夢（目標）があったから、どんなつらい練習にも、貧しさや苦しさも耐えることができた。そんな夢がなければ、がんばることはできなかったという話を聞いたことはありませんか？ メキシコオリンピックのマラソンで銀メダルを獲得した君原健二さんは、マラソンの途中で苦しくなると、「まず、次の電柱まで走ろう」と自分に言い聞かせながらがんばったそうです。次の電柱まで、次の電柱までを何度も何度も繰り返すうちに 42.195km を完走していったのです。最初から 42.195km を走ることを考えると絶望してしまうけど、次の電柱までなら誰でもがんばれるはず。

同じような練習や努力をしても、目標をもってやっている人とそうでない人では結果・成果が違ってきます。

同じ努力をするのなら、成果があがったほうがいいに決まっています。今日中に、まず、6月中に何をどのようにがんばるかという、自分なりの目標をきちんと決めて、勉強や部活動に取り組んでください。

