

タイトル:東京マラソン、自転車を止めて「頑張っ！」と声をかけてくれたことが忘れられない。

1. エピソードの要約

東京マラソンの20キロメートル付近、疲れてしゃがみこんだその時に、沿道反対側から、「頑張っ！」と声をかけてくれた人がいたおかげで、疲労を感じながらも心のどこかに余裕が生まれ、走り切ることが出来ました。

寄り添ってくれるかのような感じのその声援は、疲労困憊の私の奥底へ響き、14年たった今では心の奥深くに根付き、人と人との繋がりを大切にしたいという思いの源泉へと変化を遂げました。

2. エピソード

私は、第2回東京マラソンへの出場に応募し、かなりの抽選倍率だったと思いますが、幸運にも当選し参加の権利を得ました。

当時、ランニングには取り組んでいましたが42.195 kmという長旅は目標としていたものではなく、どちらかというミーハーな気持ちで申込み、偶然走ることになってしまったという感じでした。

高くないモチベーションと適当な練習で臨んだ結果は、予想を超える苦痛との戦いとなり、20キロ過ぎだったと思いますが、当時のコースで浅草雷門付近を通過中に、沿道の多くの声援が聞こえる中、「もうだめだ、、、」となり、立ち止まり、しゃがみこんでしまいました。少し前から疲労が蓄積し、自分なりにはかなり頑張っていたつもりでしたが、あと半分もあると思うとそうせざるを得ませんでした。

申し込んだ時点から、立ち止まっても決して歩かず、人が見れば歩くようであっても自分なりに必ず走ることを自分との約束として臨んでいたもので、私は歩かずにその場にしゃがみこんだのです。

ちょうどその時、かなり広い通りの反対側を自転車で軽快に移動していた若い男性が、自転車を止め、自転車にまたがったまま、明らかに私に向かって「頑張っ！」と声をかけてくれました。その方は全く知らない人で、それほど大きな声ではありませんでしたが、明らかに私に向けられたその声援が、なぜかとも心の奥底に届きました。

私は、自然と右手を上げて、その声援に応えたのを覚えています。その声援はここぞとばかりに声を張ったものではなく、今思えば寄り添うように「大丈夫

か？」という感じに発せられた「頑張っ！」でした。

本当に疲れた状況だったからなのか、声をかけてくれたタイミングが絶妙だったからなのかはわかりませんが、兎に角、大声だったわけでもなく、本当にシンプルな「頑張っ！」が心に響き、私の心のどこかに余裕が出来ました。

ゴールまでには、他にも多くの声援やタッチをもらい、応援が力になっていることを体感した私は、走るコースを歩道側に寄せ、途中何度も休みながらですが最後まで走り切ることができました。

14年たった今でもその応援のことは忘れず、明瞭な記憶となっています。

何度も思い返すことで、その応援は、しゃがみこんだ私を見たその方が、気持ちを私に向けて心から発してくれたものであったに違いないという、何か確信のようなものとなり、だからこそあの「頑張っ！」は私にこんなにも届き、力を与えてくれたのだと考えるようになりました。そして、あの応援のように人の心に届くものを自分が人生の中で表現していきたいという思いも生まれました。

自分の言葉は相手の心に届き、その人の人生を支えることが出来る。お互いに応援し合えば、お互いに心から支え合える。応援できるということは、人と人が気持ちや言葉で深く繋がっているということを信じているからできることなのだと思最近では思っています。目には見えない人のつながりが信じられるなんて幸せなことなんだと思います。

応援するということは、人生の幸福感までアップしてくれるものだと思います。

3. メッセージ

相手を思い応援すること。相手に直接、その時に伝えること。それが大切だと思います。

何故なら、思った時に気持ちが一番強くなっていると思うから。

躊躇せず、応援してみたいです。そこから始まる豊かなものがきっとあります。

幸せな人生がそこにはあります。