

心に強く思っていることは実現する

橘中学校 二年 高瀬 可菜

「こうなりたい。」という希望や夢は、心に強く思っていると実現するのだと思う。ただ「こうなったらいいな。」ではなく、心の底から強く「こうなる。」と思うことができる、実現する可能性は高いのではないだろうか。

そして、そのように思うことができるようになるには、普段から実現させる為の行動を積み重ねて、強い自信を持つことだと思う。すぐには叶わなくても、いずれそうなることに決めて。

私はバドミントン部で日々、練習を頑張っている。小学生の時から、毎日のように練習を積み重ねてきた。バドミントンそのものだけではなく、毎朝、早起きをして全力で走ったり、寝る前に体幹トレーニングをしたりなど基礎的な体づくりにも努めてきた。しかし、実際には試合で勝ったり楽しいこともあったが辛いことの方が多かった。心が折れてバドミントンをやめたいと本気で思ったこともあった。

しかし、何事もすべてが自分の思うようにはうまくいかないのだ。失敗するから、立ち止まって次に生かすことができる。慎重に行動することができる。試行錯誤しながら、確実に成長することができると思う。

人間は「楽」な方に流されるという。実際にそのような場面が数多くある。しかし、これをチャンスととらえ、いかに流されないようにしていくか経験を重ねることが成長につながると思う。自分は頑張ればよいのだから。良い結果は日々の努力、習慣から生まれる。普段の自分の行動は自分がいちばん分かっている。例えば、少しサボったとしても周りにはあまりわからないかもしれない。でも自分はわかっている。反対に、誰にもほめられなくても自分が頑張ったことは、自分が分かっている。それが自分にとって、とてつもない自信になる。その自信があれば「こうなりたい。」という希望を叶えることができるのだと思う。私はこれまでに、バドミントンの試合で「勝てますように。」と神様をお願いしたことが何度もある。しかし、願っただけでは試合に勝つことはできないのだ。普段から、真剣に何事にも集中してより多くの努力をしている方が試合で勝つのだと思う。そもそも、「努力は実を結ぶ。」「努力は裏切らない。」とはいうものの、強い気持ちがないと努力したいできないのだと思う。

今回、夏の神奈川県中学校総合体育大会で、先輩方とともに挑んだ団体戦と、ペアと組んだ個人戦ダブルスで私は優勝することができた。これまで先生やコーチ、先輩や仲間達と共に切磋琢磨しながら頑張ってきたからこそその優勝だ。自分でも頑張ってきた自信がある。団体戦でも個人戦でも点差がなかなかつかず、一進一退の激戦だったが、「負けてしまったらどうしよう。」とは少しも思わなかった。この時の私の味方は、もちろんペアや部活の仲間もそうだが、今までコツコツがんばってきた自分自身でもあった。「私は何年もの間、相手よりも頑張ったんだ!」という自信があったか

ら、「負けるわけにはいかない！」と気持ちを強く持つことができたし、自分やヘアを信じられたからこそ、平常心で試合に臨むことができた。普段の行動に自信を持てたからこそその勝利だと思う。もちろん、相手がサボっていたと思っっている訳でもない。皆、必死に頑張っていることも分かっている。しかし、相手に負けない位、日々頑張ったという自信が私には強くあったのだ。

共に戦った三年生の先輩方は引退し、これからまた新チームになり、あらたに気持ちを切り替えて、切磋琢磨して成長していきたい。1回のみ結果ではなく、あきらめない強い思いを続けることが大切だと思う。

日々の習慣を大切にして。