

初マラソンの思い出

2009.8.25

本当は球技が好き

小学生の頃

近所の子とよく野球をした

中学生・高校生

軟式テニス・バレーボール・卓球と遍歴

体育の授業も球技だと元気に

社会人になってからも球技と思ったが

他の人と時間を合わせることが難しく継続できない

そうしてスポーツから遠ざかった

31歳になったばかりの9月

新聞記事が目に入った

「12月・フルマラソン大会開催」

そうだ

ランニングなら一人でできる

翌日から走り始めた

1km5分くらいのペースで

週に4、5日 1日当たり5kmほど

12月第1日曜日

初フルの日がやってきた

5分(1km当たり)で走れば

3時間半でゴールできる

目標タイムは決まった

30kmまでは予定どおり

過ぎて異変が

自分では同じペースのつもりなのに

1km当たりのラップタイムがじりじりと落ちていく

40kmを過ぎると

もう歩くような足取り

堤防・河川敷がコースなので
先まで見通せる
2 km先にゴールが見える
ラストスパート と言いたいところだが
体も心も限界
ここでやめたい
ゴールが見えているのに
そういう気持ちが

それでも
何とかゴール
3時間56分58秒

「どん兵衛」が渡された
全部平らげると
草むらに体を投げ出した
1時間ほど寝入ってしまった

起きて 人心地ついて
みると
まだ走っている人が

今まで 速い人を見て
素晴らしいと思っていた

5時間も 6時間も
あきらめず
走り続けるなんて

ようやく 立ち上がって
ゴールする人々に声を掛けた
「おめでとう」
わずか10分ほどの間だが
声を掛けた

50回以上フルマラソンを走っているが
初めて走った
この大会を
私は 忘れない

つかの間の雄姿

2009.8.14



日野川河口付近から大山を望

2009年8月14日18時半頃
明日はまた不安定だという
今年の夏は日照不足
農作物が心配

少年と

2009.8.8

午後3時半
炎天下
暑い
木陰家陰を選んでジョグ開始

ほどなく
自転車に乗った10歳くらいの子が後ろから声を掛けてきた

「こんにちは」
「こんにちは」と返す

「何をしてるんですか」
「ランニング。ただ走ってるだけ」
「そうですか」

「秋、冬にランニングの大会があるからね。今のうちに長い距離を走っておくんだ。」
「がんばってください」
「ゆっくりだからしんどくないよ。じゃあね」

1時間余ジョグを楽しんだ

梅雨明け

2009.8.5

昨日梅雨が明けたらしい。例年よりかなり遅い。
今朝5時半過ぎ外に出ると、霧雨が。
雨は7時前には上がったが、大山は霧中、
何も見えず。何日も大山の全景をみていない。
この霧にすっぽりと包まれて、生命を育てている。
やがて、夏の大山が姿を現す。
この雨で
稲もぐんと伸びた



気力

2009.8.4

気力とは
ただ無茶苦茶に
頑張ることではない

気力とは「気の力」

どれだけ多くの人・もの・ことが
自分の中に住んでいるか
どれだけ多くの人・もの・ことを
考え感じているか

多くの人・もの・ことに支えられて
湧いてくる力が
気力である

箱館山のゆり

2009.8.1



この日は、滋賀県北部に大雨洪水警報が出ていた。湖西線沿いに北上、ロープウェイで山上へ。風雨はかなり収まっていたが、ガスが濃く、眼下の琵琶湖は全く見えず。それでも、このゆりの見事さにはほれぼれ。