

『苦しいから逃げるのではない。逃げるから苦しくなるのだ』

ぼくが座右の銘にしたい言葉は

『苦しいから逃げるのではない。逃げるから苦しくなるのだ』です。これは、心理学者のウィリアム・ジェームズさんの言葉です。

ぼくが、この言葉を選んだのは、僕も苦しくて逃げることがあるからです。例えば、サッカーの練習で明日は試合なのに練習が嫌で苦しくて逃げている自分がいたからです。そして試合の日、本気でやったのに負けてしまいました。」どうして、勝てそうな相手だったのに勝てないのだろう」と思いました。相手のチームと何がちがうのかなと思ってみると、相手のチームは、練習をちゃんとしていることが分かりました。僕は昨日の練習を思い出して、自分は、練習から苦しくて逃げていたのだと思いました。

しかしこの「苦しいから逃げるのではない。逃げるから苦しくなるのだ。」を見たら苦しいから逃げているのではなくて逃げているから苦しいのだと思いました。今思い返すと、自分は逃げているから苦しくなっていたのかなと思いました。なので、これからどんなに苦しそうな練習でも逃げたら苦しいから逃げずにちゃんと向き合おうと思いました。

なので『苦しいから逃げるのではない。逃げるから苦しくなるのだ。』を座右の銘にしようと思う。