

# 『Mind Charging』

第 65 回 発行：入試広報室 発行日：令和 2 年 6 月 27 日

## マイケル・ジョンソンの名言



### **The only one who can beat me is me.**

ただひとり私を倒せるのは、私だ。

写真のように背筋を伸ばした独特の『ピッチ走法』に非常に定評があったマイケル・ジョンソンですが、その強さは私のような陸上者が詳しくない者でも知っているほどのものであり、200m や 400m は彼のためにレースがあるのかという、まさに『独壇場』といった走りを見せつける選手でした。当時の彼の活躍、この言葉は彼が言わなくても誰かが言っていたと思うほどです。

前回のコラムでも同じような言葉を紹介しましたが、あえて自分のマインドについての言葉を続けて紹介しています。今年のような、誰も経験したことのないような時間を過ごしている中で、自分の人生について様々なことを考えました。インターネットの普及により、自宅にいながら世界中の様子を知ることができたことも、考えを深めていく大きなきっかけになりました。少し前までは、情報はテレビや新聞などから得るということが一般的でしたが、現在は多種多様なメディアから得ることができます。しかし、今度は情報過多になって『一体どれが真実？』と、頭がパンクしそうなことも事実です。

そこで気づいたことは、様々な情報に対して一喜一憂しすぎるのではなく、まずはあくまでも情報として受け入れ、自分の人生にとって必要なものかを見極めながら進んでいくことが重要だと思います。様々な情報や時代の変化によってアップデートしていく柔軟な姿勢が、これからの時代には今まで以上に必要になると考えます。

今回の言葉には、アスリートとして『自分への挑戦』という意味もありますが、自分を成長させ、充実し続けるためには、時として今までの自分を壊す(倒す)覚悟を持つ必要があり、それができるのは自分しかいないという意味も隠されているのではないのでしょうか。激動の時代に突入している中で、様々な気づきによって私たちは成長していくことができます。これからもそんな気づきに出会いながら進んでいきたいものですね。(編集委員：入試広報室 鈴木)

マイケル・ジョンソン(Michael Duane Johnson, 1967年9月13日 - )は、アメリカ合衆国テキサス州ダラス出身の元陸上競技選手。身長 185cm、体重 78kg。5人兄弟の末っ子であった。1996年にジェームスサリバン賞を受賞している。1600mRの世界記録保持者。200mで21連勝、400mで56連勝を成し遂げる。背筋を伸ばした独特のピッチ走法に特徴がある。世界陸上で8個、オリンピックで4個の金メダルを獲得した。(Wikipedia 参照)