

Fast life, Slow life.

村越 真

マスターズでは、まさかの悪体調で決勝はぼろぼろのレースだったが、その後のノルウェー山小屋での生活はリフレッシュと至福の時。

世界選手権では、成績と実感の間に大きなギャップがあった。身の振り方を考える時期かも？

6月20日

夏至に近いこの時期は、7時を過ぎても明るい。18:30に仕事を終えれば、裏山を走ることできる。日の傾きかけた山道を60分ほどジョグして、北欧人気分。

6月21日

勢子辻でトレーニングをしたあと、安城へ。オーストラリアから呼んだマッパーのアレックス・ターの歓迎会だ。といっても彼はもう一月前から日本に来て、梅雨にもめげずに世界選手権のためのマッピングを続けていた。ヨーロッパ外での初の世界選手権である1985年のオーストラリア大会のマッパーの一人でもある。朝早く起きて朝食前に一仕事、キャンピングカーに戻ると奥さんが準備した朝食をとり、食後夕方までマッピングをする。1985年当時のその仕事ぶりは、伝説ですらある。

60歳を過ぎた今も1日の10時間のマッピングを淡々とこなし、その伝説が健在なことを見せてくれた。山川が「雨だからやめろ」というのに、でかけて滑って転んで笹藪の中にある鉄条網で脚を怪我して、医者世話になったりもした。1985年当時彼がかかわった世界選手権の地図にサインを入れてもらう。

6月28日

合宿で曲り峠を走る。3本サーキットを走って、どれも快調。ラップ解析をしたら、なんと1本はミス率が1.5%だった。体調的にも技術的にもいい感じ。久しぶりにしっかり森を走れた。



ノルウェーの山でトレッキング。寒さに震えたが景色を堪能

合宿最後のリレートレーニングで、下りを競り合いながら走った。雨の後に滑りやすくなっていて、転倒。目の前に立ち木があるのがわかって、このままじゃまずいと手を出す。滑ってそのまま側腹部を打撲。30秒ほど様子を見るが、痛みも出てこない。そのままジョグをして自力で帰る。しかし、練習後めまいと軽い吐き気を催し、救急車で新城の病院に向かう。CTをとるが異常なし。迎えの車を待つ間に食べた素うどんがおいしい。

7月7日

日本での最後の一週間に入った。出発前に片付けておかなければならない仕事が増え、ほんとうに出発できるのかとさえ思ってしまう。締め切りの関係で出発前に出さなければならぬ論文は、まだ構成のヒントさえつかめず、出勤中の車の中で構想を立てては書き直し、それでも気に入らなくて書き直しの繰り返しだった。ストレスのためか、オーバートレーニングのような疲れた状態が続く。

本や論文を書くというのは、何度やっても自分の才能のなさを目の当たりにさせられるつらい経験だ。発想は決して悪くないはずだ。だが、文章は発想だけでは仕上がらない。発想を具体的な文にする作業は、言ってみれば大きな目標を達成するためのトレーニングのようなものだ。時々訪れる至福の瞬間と、出来上がった成果への達成感が自分を支えているという点でも、オリエンテーリングとまったく同じだ。

7月9日

NHK ローカルのTV とラジオのためのインタビューを受ける。アナウンサーは、高校時代800mで全国2位になったことのあるスポーツマンで、話が弾んだ。僕は本質的におしゃべりだが、周囲を気にする性質なので、わりと自由にしゃべらせてくれるラジオは楽しい。先週もローカルの番組で、キャスターとのトークを楽しんだ。病み付きになりそうだった。

時間もなかったので、夕方本当に軽いジョグを3kmほどして終える。今むやみに体を疲れさせることはないのだ。

7月11日

静岡を立つ日が来た。どんな遠征でも、自分の住んでいる街を後にするときは特別な気分になる。期待、解放感、自分がこれまで積み上げてきたことへの誇り、さまざまな感情が入り混じる。僕が大好きな時間の一つだ。

仕事はなんとか片付けた。新宿に宿をとり、許田と神宮外苑の周りを走る。全国いたるところと一緒に汗を流すことを楽しめる仲間がいることは、オリエンテーリングで得た大きな財産だ。その楽しみを維持するだけでも、トレーニングを続ける価値があると思う。

前半軽い腹部の気持ち悪さがあった。ストレッチ後、若干よくなるが、食欲は相変わらずなかった。涼しい日なのに、復活できるだろうか。

7月13日

マスターズ開会式へ。3500人の参加者によるパレードは圧巻だが、なんとなくしまりがなく、それもマスターズ風でいいかも。開会式では、IOFを代表して開会の挨拶と宣言をする。強い日差しの中の正装には参った。

14日、15日と予選が続く。マスターズは距離の短めの予選を2レース行い、その合計タイムで決勝進出が決まる。最上位のA決勝に出られるのは80人。僕の出場クラスM40の場合、予選は4組あるので、各組上位20人がA決勝に、次の20人がB決勝という具合である。M60だと予選は6組もあるので上位13人という狭き門だ。

さすがに現役のWOC選手は僕一人だが、M40には、ヨルゲン・モルテンソン、ジョナサン・マズグレイブ、ヨセフ・ポラック、ウルス・フリーマンといったかつての世界選手権のトップ選手が出場している。二日間の合計で予選は余裕で通過したものの、今の実力では優勝はおろか、メダルさえ難しい。

15日は、一日中イレーネ・グループの世話になる。彼女は、1987年の世界選手権へのトレーニングキャンプの時に会って以来の付き合いで、最近はマスターズなどの大会で会うことも多い。今回もイレーネ・ブラッセル・オリエンテーリング・ツアーのリーダーとしての参加である。たまたま宿舎が一緒だったので、レンタカーをもたない僕はこれ幸いと、彼女に会場までの同乗を願い出たのだ。

「必要なことがあれば言ってくれ。みんなあなたに手を貸したいと思っているのよ。あなたが世界チャンピオンになったら、世界チャンピオンがこの車に座っていたんだって言うからね。」

翌16日の夕食後には、ホテルの部屋でワープロを打っていると、イレーネが声をかけてくれた。明日の車に乗っていくかどうかを聞いてくれたのだ。彼女たちの予定は、8:30と10:00の2回だというので、「じゃあ、8:30がいい」というと、「あなたにとって一番いい時間は？」と聞き返してくる。「9:00だけど、8:30でも30分しか変わらないから、それでいい」と答えると、すぐに運転手であるだんなに聞いて、9:00に迎えにくることにしてくれた。僕が気にしないように、「うちは10年も車を持っていないから、彼は運転したいのよ」と付け加えるのを忘れなかった。

一人での遠征は、つらいことも困難も多い。だが、その困難を自分から乗り切る意思と、手助けを求める勇気を持っていれば、多くの人を手助けをしてくれる。彼らは、挑戦する人々に常に寛容で優しい。それを体験できることが、一人での遠征ではできるのだ。

彼女は、1987年以来、僕らが何かをしようとして困っているときにはいつも助けてくれた。もし自己中心的な僕にできることがあるとすれば、「彼女たち」の手助けを踏み台にして、私たちは「あのシン・ムラコシを助けたのだ」と誇りを持って言えるような結果を出すことだろう。それは、いまや競技の結果に限らないのだ。

7月17日

マスターズ決勝。1,2を無難にクリアした後、3番へのロングレグの斜面を登っているとき、急激な疲労感と動悸に襲われた。これ以上同じ心拍数を維持したら心臓が止まってしまうのではないかとさえ思えた。ペースを落として走るしかなかった。ミスはしないものの、どんどん疲労感が増え、7番から斜面を上ったところで、とうとう、立ちくらみで膝をついてしまった。

その後は、棄権しようという気持ちとの戦いとなった。明日レースがあるわけでもなく、はい、たばかりの靴が合わないわけでもない。やめる口実を失いながら、結局最後まで走ってしまった。その間も、あちで立ち止まって休み、こっで給水のために立ち止まることの連続だった。飯ばてでも貧血でもなさそうだが、この数日の食欲などを考えると、明らかに栄養分や水分補給に不足があるのだろう。数日後にやってくる利佳ちゃんに電話をして、栄養剤のタブレットを依頼する。

ノルウェー連盟元会長の山小屋で、湖を見ながらテラスで夕食



7月20日

数日、オス口の友人宅に滞在した後、レンタカーを借りて、ファーガネスへ。そこには、ノルウェー連盟の元会長の山小屋がある。ノルウェー特有の広いU字谷から丘陵に登って森林限界を超えると、景観が開ける。そこは典型的なノルウェーの高原の風景だった。

そこに3日ほど滞在させてもらい、山登りをしたり、周囲の山でLSDのトレーニングをする。天気の良い時はテラスで食事。山を好きなだけ走って、体が火照れば山小屋の前の湖で泳いで、写真のような景観を目の前にしてビールを飲みながらのゆったりした食事。スローライフの極致。これ以上の贅沢が世の中にあるだろうか？

山登りはヨーテンハイメンのベッセゲンを選んだ。二つの湖がほんの数メートルの距離で接しているのだが、ユニークなのは、その水面の高度差が500mm以上もある。切手の絵柄にもなっている、ノルウェー随一の景観である。

景観もさることながら、この山登りでノルウェー人のクレージーぶりを実感した。登り初めこそ曇っていたが、しばらくして雨が降り始める。僕と田島利佳は、フリースを着た上にゴアの合羽を着ていたが、それでも寒さに震えていた。皮下脂肪の薄い僕などは、低体温症で体が動かなくなる恐怖さえ感じていた。それなのに、すぐ後ろを歩いてきたおやじさんは、半そでTシャツに半ズボン姿で、犬まで連れてくる。ちょっとそこまで散歩といういでたちなのだ。ちょっと休憩している間に彼は先に行ってしまう、寒そうな顔もせず、折り返してきた。

半ズボンやTシャツの人は彼だけではない。この悪天候の中、小さな子どもたちを連れた家族連れがざらなのだ。「ハイハイ」と挨拶すると、にこやかな笑顔で挨拶を返してくる。この荒天が楽しみの一つでさえあるかのように。偉大な極地探検家のアムンゼンやナンセンを生み、またオリエンテリング界でもトップに君臨する土壤を見る思いだった。

7月23日

朝6:00に起き、山小屋を片付け6:30きっちりに出発。3時間40分ほどでオス口のガルデモエン空港へ到着する。コペンハーゲン経由でスイスへ。チューリッヒ空港で早生さんと合流。

24日から27日まで、チーム本隊が来るまでの有志のトレーニングキャンプだ。24日には円井、25日には渡辺円香が合流する。

7月25日

イル・アルツでトレーニング。利佳ちゃんと早生さんがクールに円井を迎えに行っ

ている間に、コントロール設置するつもりで、朝、テレインで降ろしてもらった。日ごろ忘れ物の多い僕に、利佳ちゃんが「コンパスは持った？靴は？」と聞いてくれた。だが、彼らの車を見送った後、つけるはずのフラッグを降ろすのを忘れたことに気づいた。仕方なく、なぜかザックに入っていた文庫本を破って、三角柱状にして簡易フラッグを作って半分ほどを設置した。

村越、田島、斉藤、円井の4人で軽い練習を終え、明後日に大会があるサンモリッツに向かう。

7月29日

休養日。リレーの元テレインに出かけてみた。7月15日に襲った激しい嵐のため、リレーのために用意されていた森は、見るも無残な状態になっていた。

途中で裂けて倒れた木を見ながら、その状況をみたマッパーや運営者たちの心情に思いをはせた。誇張なしに、マッパーたちは自分の全精力と誇りをかけて、世界選手権の地図を作ったはずだ。その地図が使えないと分かった時、彼らの胸を去来したのは、喪失感だろうか、徒労感だろうか。

トレーニングキャンプの合間に、トレッキング(スイス:サンモリッツ)チームメイト円井と。



7月28日

チームと合流してのトレーニングが始まる。イルチエルでクラシカルなトレーニング。走り出す前から靴の内側が濡れていたのが気になっていたが、下りでうっかり右足の内側で制動してしまったところ、そこに泥が入っていきなりアッパーとソールがはずれはじめ、後半の急斜面でとうとうソールがはがれてしまった。駐車場まで歩いて帰り、靴をはきかえ、やりなおす。

昨日のレースに引き続いて、今日も快調に走れる。集中力もますます。

16時から宮内と円井に付き合っ湖岸をジョグ。40分走ったが、低血糖気味で中盤からフラフラしていた。ジョグの後は、空腹で廊下の共用スペースにあるおかしをほおばりながら、夕食を待ちわびた。心底おなかかすいて何か食べたいと思ったのは、いったいいつ以来だろう？ビールを飲んで、夕食のカレーライスをお替わりする。食欲のあることがこんなに幸せとは！

8月4日

いよいよWOCウィークが始まる。理事会のせいなのか、ロング予選の当日のせいなのか、昨晩は緊張してよく眠れなかった。朝4時には目が覚め、そのままごろごろしていたが、再び眠ることができず、5時ごろから起きて仕事を始めた。

理事会。O-スポーツへの他の理事のコメントもどうも殻に閉じこもった感じがする。それに対して意見を唱えないで流してしまう自分も情けない。自分らしさを出すことは、混乱を作り出すことではなく、新たな秩序を作り出す協力的行為のはずなのだ。

理事会後はユースホステルまで走って帰るが、日差しが強くてたかだか25分で消耗してしまう。ユースのそばの湖岸で、泳いで体を冷やす。

ロングの予選が終わった。理事会の昼休みに観戦から帰ってきたオーストラリア人に成績を見せてもらった。17位までが予選通過で、日本人の通過者はゼロ。18位が3人というも惜しい気がするが、そんなことはもう1990年代中ごろから続いているのだ。「可能性がある」、そんな言葉がもう何年も繰り返されてきた。たとえボーダーの直下でも、もはやそんな言葉は何の意味も持たない。今必要なのは、それを形に変えることなのだ。

8月5日

午後開会式とスプリントが行われた。ラッパースピルの街をテレインとして、アイスアリーナという屋内ゴールという、徹底的に観客へのアピールを狙った運営である。

女子の塩田は、スプリントで上位国が2人までという限定的な出場選手ながら「日本人最高位」の23位。この形容詞も種目の多様化や状況の変化で意味を失いつつある。

アイスアリーナとは名ばかりで、フィニッシュ会場はサウナのような熱気に包まれていた。その暑さでかなり消耗してしまう。

8月6日

ミドルのレースに備えて久しぶりの100%の休養日。午前はIOFの地域ミーティングに参加。若者をリクルートする難しさ、アドベンチャーレースの台頭など、ヨーロッパ外の国はどれも驚くほど状況が似ている。

午後、インターネットカフェでロングの結果をチェックすると、男子118分、女子86分というとてもない優勝タイム。本来これらは90分と60分でなければならぬ。

いずれもスイスのシモーネ・ルーダとトーマス・ビューラが優勝。シモーネは昨日のスプリントについて2冠である。彼女はリレーも含めた全種目に出場を予定しており、4冠の期待さえかかる。

その夜はバンケット。普通バンケットは最後のリレーが終わった夜に、それまでのストレスを発散するかのように選手たちがはじける場なのだが、今回は最終日が街のお祭りやタイアップしている関係で、ロング決勝の夜となった。

自分のレースはまだ2日後なのに、世界選手権の大部分が終わってしまったような気分になる。ちょっと危険だ。

8月8日

ミドル当日。ロング予選の前夜よりもよく眠れたが、途中何度か目覚めたせい、眠気が残っていた。利佳ちゃんと交代でドライブして、高橋と3人で、ミドル予選の会場へ。朝の会場はまだ寒いくらいだ。

ミニバスでプレスタートに向かい、プレスタートマップを見てウォームアップエリアに入る。ちょっとコンター表現が気になるが、いい地図であることには間違いなく、藪のエリアも気になる。

決めておいた戦略どおり、最初をゆっくり丁寧にはじめる。しかし体は軽くきびきびと動いてくれる。1,2番と問題なくクリアし、コースの中核のファインな部分もロスなくこなした。

後半に差し掛かるころには、2分前のドイツの選手にも追いついた。後ろからくる選手にも追いつかれていないようだ。タイムも27分少々。ウィニング24分なら、間違いなく予選通過だ。そう思って最後のアタックなどは慎重に横から回った。

充実感とともにゴールした直後に聞いたアナウンスは「シン・ムラコシ17位でゴール」。自分の後ろには、まだ7人も選手が残っているのだ。負ける選手が半分以下としても、これなら20位以下に落ちてしまう。自分のレースの実感と成績のギャップに、狐につままれたような思いだった。

レースに悔いはなかったし、内容的には満足しているが、この現実はそのだけではもう十分ではないことを明確に意味している。地図が読めて、ミスをしなないなどというのは世界選手権を目指す僕らにとって、もう当然の前提なのだ。その中で体力的にも技術的にもスピードを維持すること。上に行くことはそれが絶対条件なのだ。

善徳も同じように本人としてはいいレースをしながらも、予選を通過できなかった。結果として、ミドルでも予選通過は誰一人いなかった。

長い一日を過ごすはずだったこの日の午後はフリーになってしまった。二つのレースの疲れを癒すはずの温泉は、一つのレースの疲れを癒す場となった。いずれにしても、明日はレースがあり、そのレースに向けて、体を休める必要があるのだ。決勝を見られないことにはすこしばかりの心残りはあったが、アスリートとしては、落ちたレースのことよりも明日の体調の方が重要なのだ。

8月9日

リレーというのは、いつも待ち遠しいイベントだ。それは決勝に進めなければほとんど無意味な予選と違って、早く走れば走るほど結果がついてくる。「仲間と走る」リレーの特性も楽しさの背後にはあるのだろう。本当に最後のクライマックスがやってきたのだ。

早起きする必要はなかったが、7時すぎにおきて、利佳ちゃんと日課になった朝の散歩をする。早起きして、軽く歩いた後食事をする。そしてオリエンテーリングのことに集中し、それ以外の時間はのんびりすごして、夜は早く床に就く。日本で普段の生活をしているときには考えられないスロライフも、これで最後だ。

今回のリレーは午後だったので、軽い昼食をとってレースへ向かう。空は心なしか曇っているように見える。少しでも日差しが弱いのには救いだ。

会場でも、リレーにわくわくする気分に変わりはなかった。後は日差しを避けてア

世界選手権リレーのスタートを待つカッシー



アップして、体力を消耗しないようにするだけだ。幸いウォームアップマップが用意されており、林の中でウォームアップができる。

1 走カッシーのスタートを見送ると、準備を進めて、放送を気にしつつウォームアップ。アップを終えると、カッシーはすでに帰ってきた。22位という順位ながら、トップと4分差。トップからタイムにして15%以内といういいレースだ。最後の登りでは、デンマークとチェコを抜いてきたという。

善徳で若干タイムが離れたが、トップと13分ほどのいいゲームだ。順位は分からないが、少し前にハンガリー、そしてポルトガルとはほとんど同時チェックでスタートした。

レース内容は悪くなかったし、途中ショートレグでロスがあったが、登りも個人戦よりは我慢できた。途中でクロアチアもあっさり抜いた。悪くない感触だったが、またしても結果は感触とのギャップを示した。タイムがトップと30%近くも離れていたのだ。こうしたレースが続くと、嫌がおうでも、自分のスピードが体力・オリエンテーリングともに落ちていることに気づかされる。体調的にも不十分で、それをなんとか持ちこたえさせ臨んだレースは、やはりそれだけのものでしかなかったのだ。

自分は世界選手権に出るべきだったのだろうか、遠征中何度も問い直したこの問に答えを与えたとしたら、どうしても否定的にならざるを得ない。3人が予選を通過することを考えての出場だったが、その予選も通過することができなかった。

おしまいにするか、さもなくば根本的に体を作り直し、その上にオリエンテーリングを積み上げる、それ以外には、エリートとして走ることは、もうこれ以上ほとんど意味を持たないだろう。もし今回に収穫があるとすれば、それを確認したことだけだろう。ただ、そのことは自分の人生のターニングポイントを明確にするという意味があったのだと信じたい。

8月10日

世界選手権が終わり、出発の朝となった。他のメンバーを送り出した後、言い知れぬ喪失感を感じた。生活をともにした仲間たちとの時間が終わりを告げたためなのか、それとも世界選手権への挑戦が最後だからなのか、よく分からない。こうして一人になったとき、ハルデンの時以来忘れていた無気力感が再び訪れてきた。

その気分の中で、チューリッヒ郊外の山を走りに出かけた。つらければ歩いてもいい。そういうつもりで出かけた。喜びというにはほど遠いけれど、それでも最後まで走り通す自分がいた。

山頂の展望台から、昨日リレーがあったプファニツアルの山かげが見える。それをしばし眺めた後、登山電車に乗って山を下る。途中の駅で、駅前に見えたレストランの光景にひかれて電車を飛び降り、そこでビールと食事を取った。

ビールを口にすると、だるさが体を襲い、一刻も早く眠りにつきたかった。目玉焼きと焼きトマトのかかったレスティでおなかを満たすと、さらに登山電車に乗りホテルに帰った。

夜になっても熱気のこもる部屋ではなかなか寝付けず、随分眠ったと思うとまだ深夜だった。長い時間が過ぎ、朝がやってきた。

ホテルのレストランで軽い朝食を取っているとき、ふといろいろなことにやる気が芽生えている自分に気づいた。競技の上でも理事会でのかかわりの点でも、現在の情けない状況を見据えることは、確かにエリートとしての終わりではあっても、再び何かに挑戦するきっかけのひとつなのかもしれない。

(村越 真)