

# 「心をこめて」

～ 夢を信じて ～

## よい選手である前に、立派な生徒であること

1. 生活の基本をおろそかにして、技術が身につくはずがない。
2. 毎日の積み重ねなくして勝利なし。
3. 他人の話をよく聞く耳、物事を注意深く見る目を育てよ。
4. 自信は思い込めば身につくものではない。  
土壇場を切り抜けた回数に比例するものだ。
5. 頑張っても成果が上がらなかったら「ガッカリ」する。  
それが弱い選手の典型的なタイプ。
6. 自分のランクを自分で勝手に決めるな。
7. あてになる人や慰めてくれる人を期待すれば、それだけ進歩は遅れる。
8. 「できない」と「やろうとしない」のはまったく違う。
9. コートに「居る」のは、練習に「参加」していることにならない。
10. 「もうだめだ」と思った時のひとふんばりが勝負を決める。
11. 強くなるのは抵抗することから始まる。自滅するな。あくまで抵抗せよ。
12. 他人からやらされているのは練習しているとは言わない。
13. 悩み多きことは一生懸命やっていることのあかし。
14. 優れた選手とは、うまい選手のことではない。うまくいかない時に、  
立ち直るきっかけ作りを自らやれる選手のことである。
15. 「やめたい」と思っている時こそが最も成長している時である。
16. 仕事は与えられてからやるのではない。自分で探すものだ。
17. 「個人の自由」ということは、みんなの為に最善の努力をした者だけが使える。
18. 慰めや励ましは、気晴らしにはなっても明日の力にはならない。
19. 涙を流すことによって失敗や過ちは解決できない。
20. 自由に伸び伸びやる練習からは強さは生まれない。
21. 人の話を聴く時は相手の目を正視せよ。話は耳で聴くのではない。  
心で聴くものだ。
22. いかなる状況でも、今やるべきことを見逃すな。
23. 人は、他人の一生懸命な姿に何度も何度も接して本物になってくる。
24. 自分の愚かさに気がついた時、成長の第一歩が始まる。
25. 自分をいじめよ。自分をいじめることのできる者だけが勝利者になれる。

26. 表現力のない者は、「プレイ」も覚えない。
27. 努力することは大切だけど、努力する姿に感激するだけでは勝負にならない。
28. 美しいものだけ見たい者は、本当の美しいものは見れない。
29. コートに入る時の、「心の持ち方」がすべてを作る。
30. へばった時、頑張ることを癖とせよ。技術が伸びるのはその時である。
31. やれないことを恥じるより、やろうとしないことを恥と思え。
32. 素質があっても、気力・意地のない者は大成しない。
33. 初心忘れるべからず。素直さ、笑顔、これまた忘れるべからず。
34. 夢と希望を常に持て。

接戦の試合の勝負は、人間性の差で決まる