

随想

レジリエンス ～変化を力に～

竹鶴隆昭*



2019年12月、中国武漢市で原因不明の肺炎患者が確認され、翌2020年1月7日、この感染症の病原体が新型コロナウイルスである事が判明した。WHOは1月30日に「国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態に当たる」と宣言、そして3月11日、ついにパンデミックを宣言した。

日本でも1月に最初の感染者が確認され、2月に入るとクルーズ船での感染が問題となった。連日、対応が混乱し状況が悪化していく報道を見て私は嫌な予感がしていたが、まだどこか他人事のように受け止めていた。ところが3月に入り各地でクラスターが発生するようになり、中旬から急激に感染拡大する事態となった。そして、ついに名古屋市でもスポーツジムでクラスターが発生した。

4年前、名古屋市東区のマンションでの単身赴任生活が始まった。3度目なので生活する上での不自由は特に感じていなかったが、外での飲食の機会が増え年齢のせいでもどうしても下腹が出てメタボが気になり始めた。そんな折、同期入社の一人在スポーツジムに通っていることを知り、調べてみるとマンションのすぐ近くにもあるではないか。さっそく入会手続きを済ませ通うことにした。これまで体を動かす習慣はほとんどなかったが汗をかくのも悪くない。周りではマッチョなナルシストがパネルミラーの前で大胸筋や上腕二頭筋などを鍛えているが、自分は腹をへこませるためにシットアップベンチで適度に腹筋運動を行い、あとは体力維持のために専らランニングマシンでジョギングを楽しんでいた。

ランニングマシンは速度を設定することができる。最初は3kmも走れなかったが、次第に距離を伸ばしてゆき、時速10kmの設定で1時間走れるようになった。すると妙な自信が湧いてきて何かの大会に参加してみたいくなる。それから約1年後、三重県の「お伊勢さんマラソン」に初参加した。ハーフであったがアドレナリンが出まくって目標の2時間を切ることができた。こうなるとますますジョグにはまっていき、ジム通いの頻度は上がっていった。

そんなある日、村上春樹（著）の「走ることについて語るときに僕の語ること」（文春文庫）が目にとまり思わず手にした。「なぜランナーは走るのか」ということについて語りつつ、創作の秘密や自身の小説家としての在りようを明かしたメモワールのようなもので、彼が走る小説家だということを知っていた私には大変興味深かった。前書きにこんな一節があった。マラソンランナーに「42.195 km 走る間、頭の中で何を唱えているか」と質問したところ、あるランナーは「Pain is inevitable. Suffering is optional.」と答えたそうだ。直訳すると「痛みは避けたいが、苦しみは自分次第」となる。「ああきつい！もう駄目だ！」と思ったとして、「きつい」は避けられない事実だが「もう駄目」かどうかはあ

*大同特殊鋼(株) 常務執行役員

くまで本人の裁量に委ねられているということだ。ランナーにとって一番大事な部分を簡潔に要約していると著者は評している。当時、その真意はなんとなくわかったようで、実はよくわかっていなかった。

それから更に1年後、初めてのフルマラソンに参加することになる、群馬マラソンだ。普段通りの練習に加え3日前からのカーボローディング*¹で準備万端、4時間半切りを目標にスタートした。10 km 地点の緩やかな登り坂で少し失速したがまだ余裕があったので焦らずキロ6分のペースをキープ、30 km 以上走るのは初めてだったがこのペースを保つことができた。ところが35 km 手前くらいから急に体に異変が生じた。太ももの裏側と尻の筋肉が硬直してまともに走れない、心肺も疲労が溜まりきつい。39 km 地点で「もう駄目だ！」リタイアが頭をよぎったが、何度か止まってストレッチをしたり、歩道からの声援を励みになんとか耐えた。苦痛にあらがいへとへとでゴールした時の快感、達成感は何ものにも代え難い、でも同時に、「こんなきついマラソンなんてもう二度とやるもんか……」とも思った。

時間を戻そう。3月中旬頃から新型コロナの感染者が急増し、名古屋市でもクラスターが発生し始めたため、自身の感染のリスクを避けるため4年間続けてきたスポーツジムをやむなく退会した。自治体による外出自粛や休業要請が行われたが拡大傾向に歯止めがかからず、4月16日、政府による緊急事態宣言は全国に拡大、飲食業、サービス業中心に経済活動に急ブレーキがかかった。経済活動と感染拡大防止を図るため多くの企業が在宅勤務を始め、3密回避など感染対策の徹底が繰り返し呼びかけられた。その結果、医療崩壊はいったん食い止められ、延長していた緊急事態宣言は5月25日に解除された。しかし、7月に入り再び感染が拡大し経済活動との両立がますます難しくなっていった。世界に目を向けると日本とは桁違いの感染者が発生しており、傷んでしまった経済が回復するにはかなりの期間を要す覚悟を迫られることとなった。そんな何とも悲観的で先が見えない閉塞感に捕らわれている時、「コロナ後の世界」(文春新書)という本に出合った。

人類にとって未知のウイルスが明らかにしたものは何なのか、そして世界はどう変わっていくのか、について地理学、生物学、理論物理学、心理学、経済学など専門を異にする世界最高峰の識者6人のインタビュー集である。共通して言えるのは、民主主義体制に対する強い自信、そして世界史的、文明論的な視座だ。日本のあるべき姿についても多くの示唆を与えてくれる。世界中の人々はまだまだ良質な日本製品を欲しがっている「慌てるな!」、また、「ジャーナリズムの罪」に警鐘を鳴らしている。この惑星で起きている最悪のを選んで報道し、いいニュースは報道されない「落ち着け!」などなど。编者から「新型コロナ流行拡大に対し敢えてポジティブな側面を見出すとしたら?」の問いに対し6人すべてが答えたこと、それは「私たちに深く考えるきっかけを与えてくれたこと」だ。今、当社も新しい働き方改革、ESG経営の深耕、適社性を考えたポートフォリオ変革など、コロナ後を見据えた検討を始めている。企業を取り巻く環境の変化に対応したものが次の時代も繁栄することができるはずだ。本書は「二歩進んで一歩下がる」ものであったとしても構わないと言っている。この本から、アフター・コロナ、またその先の当社グループの進むべき将来に対し少なからず希望と自信を与えられた気がする。

スポーツジムを退会してからは主に週末、名古屋市内を走っている。信号で止まるストレスはあるが、エアコンの効いたジムで走るよりずっと気持ちがいい。マンションからおおよそ半径6 km 以内、大通りから路地裏まで楽しみながら走っている。これまで車窓から何気なく見ていた風景も自分の足で走ってみると多くの発見がある。名古屋市内の街中でも意外と坂道があったりお寺も沢山ある。早朝の錦三はカラスが歩道を歩く。幾度か方向がわからなくなって彷徨い帰宅時間が大幅に遅れたこともあるが、頭の中で自分の地図ができ上がっていった。点から線、線から面、一つ一つ手の内化していく技術開発にも似た感覚があり、なんだかワクワクする。

マラソンはその後も続けており、記録も少しずつ更新している。今シーズンはコロナ禍で大会が中止となり参加できないが、マラソンはゴールがあるからどんなにきつくても頑張れる。コロナ禍は終わりが見えないからどうしても不安になってしまう。しかし、ワクチン、治療薬が開発され新型コロナを克服する日は遠からず訪れる。近年、レジリエンスという言葉をよく目にするようになった。急速に落ち込んだ世界経済は元の状態に戻る事はないにしろ、しなやかに回復してくるはずだ。コロナ後の新しい時代にあっても我々はこれまでと同様「素材の可能性を追求し、人と社会の未来に貢献」していきたいものだ。

(September 14, 2020)

* 1 走るためのエネルギー源となるグリコーゲンを筋肉中に最大限に蓄積するため高糖質食を詰め込む食事