

## 走ることの意味 ゼロ

走ることへの憧れは、中学生時代だっただろうか。テレビのマラソン中継をみて、走る選手に何とも言えぬ感動を持ったことが始めだった。四二・一九五kmをただひたすら走るだけの競技といえどそれまでだが、人間の諸力を極限にまで高め上げ、自己の限界に挑戦していく、その主体のありかたに共感を覚えるのではないだろうか。

三・二二集会を目前に控えた三月十七日に、組織的にわれわれがこの戸田マラソンに参加したのは、一つには米帝のイラク侵攻という情勢をうけての大衆運動の高揚にともなう動員構造のなかで、激化する闘争展開を受けてのわれわれの意識を喚起するレクレーションとしてであった。

昨九〇年の激闘を引き継いでこの今春闘争は、湾岸戦争という国際情勢とも相まって大衆運動的な広がりをとり出した。連日のアメリカ大使館への抗議闘争や、反基地闘争が闘われるなかで、ベトナム戦争以来の反戦気運が盛り上がっていったのである。

それにもなあって、組織者としてのわれわれの活動形態も、それに規定されざるを得ない状況になっていく。具体的には、労働者であれば毎日曜日が闘争動員であるとか、学生になるとバイトもできないというような状況になれば、肉体的にも、精神的にも疲弊し、追い詰められていくといった感覚に陥りがちである。その意味で

は軽い息抜きとして戸田マラソンへの参加があったわけである。しかし、競技主体としてのわれわれは勝つために走る必然のもと、つまり埼玉県警蔵署の警備と、当然参加するであろう警官に競り勝つ目標を設定し、決戦として位置づけたのである。

内容上、政治的に位置づけられないこと位は判りきっているのだが、走る側にとって、ただのレクレーションだとか、息抜きとして設定することになぜか憤りを覚えてしまうのである。これは最近のジョギングブームにも言えることだが、健康の為とか、美容とかレジャーなどの為に走るといった場合、それは本来のスポーツという分野からはずれてしまうように思えて仕方がない。

自分の理念としてスポーツとは、己を鍛練していくものとして位置づけている。そしてそこでは自らに苦行を課していくことを通じて、始めて飛躍が勝ち取れるといった、スポーツに対する価値観を長らく引きずっているのである。自分自身そういったスポ根的体質の未止揚については自覚しながら、しかし、それが全く否定しきれぬものとは思っていない。つまり「われらが長征をたたかいとれ」にもあるように、「体を鍛えようとすることは習性であり、肉体を錬磨し、苛酷な状態に己が身をさらすことは全くもって欲びであり精神的充足感がハードなトレーニングの遂行後にはいつだってこみあげて」くるような精神主義的運動部の体質が、自分の中には満ちあふれているということだろう。参加するからには勝利するために走る。これが戸田マラソンにむけての私自身の決意であった。

長距離ランナーは目標にしている大会に向けて、一年以上も前からトレーニングと調整を行うのだという。ハードな練習に耐え、ランナーとしての自己を形成するのである。ただか二時間ぐらいのレースの為に、なにもここまでするかもしれないが、優勝するために、この位の練習は当然なのである。

当然、今回の大会にもハーフマラソンとはいえ、優勝をめざして練習を積んできた強者がいるわけで、陸上競

技をちょっとかじった程度の自分と比較などできようはずもないことは初めから分かっていた。具体的にいえば、5kmのラップで平均が十六分くらいなのをたいして、自分は二十分がやっとという有り様だったのである。

問題として、まずランナーとしての体型になっていないのが、要因であろう。一般的にいつてマラソンランナーで太った人がいないのは、体重に比例して足に負担がかかり、足を傷めたり、動きが鈍くなるために、早いタイムが出せなくなってしまうことにあるという。自分に引きつけければ、確かに多少太り気味で、走りやすい体型とはいえず、走るためには少なくとも2kgは減量する必要があるのである。そんなわけでまず食事制限を行い基礎的な体力作りを心掛けた。

練習については、LSD（ロング・スロー・ディスタンス）とよばれるゆっくりのスピードで長距離を走り持久力をつける長期的な練習方法より、練習期間の不足という側面から、インターバル・トレーニング、レペティション・トレーニングといった短期、実践的な練習を行った。

インターバル・トレーニングとは、最大酸素摂取能力を養うトレーニングで、心臓肥大や肺臓の機能強化を目的にした、不完全休息トレーニングと呼ばれている。（服部利夫著「ジョギングを始める人のために」）このトレーニングで二〇〇〇m全力↓一〇〇〇mジョギング↓二〇〇〇m全力というインターバルを五本、一日一〇kmを当初の日課とした。つぎにレペティション・トレーニングであるが、これはインターバル・トレーニングとは相対的な練習法で、酸素負債能力を高める為に極めて質の高い激しい運動を行い、ついで完全休息をいれて疲労をほぼ完全に回復させてから、ふたたび激しい運動を行うというもので（引用同）、マラソンランナーはレース前の二〜三カ月前からこの練習を実戦するのだという。レースの一カ月前からは、このレペティションにきりかえた。具体的には5kmを全力で走り、二〇分の休憩をとったのち、ふたたび5kmを全力で走るという練習メニューを課題にした。

その結果どうなったかといえば、食事制限によって体重が2kg減っていたことなどもあって、5kmのラップタイムが十八分と当初にくらべ、二分も短縮することができた。当日のレースでは、練習時のタイムをも上回る一時間二十二分で、順位も千五百人中百位と、自分でも信じられないくらいの成績をあげることができた。

バイオテクノロジーだとかトレーニングの科学化がいわれるなかで、たとえばトレーニング法でいえば、LSDとかインターバルなど科学的なトレーニングが確かに主流にはなってきた。しかし、その要素だけでは、具体的な成果をあげることはできないであろう。それを自分のものとする主体的な構えが必要なのである。つまり最後には、その人の持つ精神的諸力が問題になるのだ。なぜならば、いくら練習方法が以前と比べ科学化され合理化されても、それを実行するのはやはり人間以外には有り得ないのだから。

たとえば、いくらい素材を持った人間でも、勝つための努力を怠れば勝てないのと同様に、常に努力を惜しまず、自らに試練を課して前進しようとする主体は、たとえ現象として勝利できなかったとしても、内容的前進を日々かち取っているのである。ここでの核心となるのは、自らの主体の成熟をなにかしら現象的な問題に切り縮めるのではなく、恒常的な自己錬磨と研鑽を通じ、一步一步着実に飛躍をかち取っていくことにある。自分にはできないとか才能がないなどと、努力もせずにあきらめてしまう主体は、結局どこまでいってもそのままの地平でしかないだろう。逆に、あきらめず逆境にも耐えて前進しようとする主体こそが勝利を切り開くのだ。

戦旗派革命党建設における今日的地平は、つまりこの点に求められる。アダチ分派問題や、中核からの党派闘争宣言、右翼民間反革命との激闘、権力公安警察による戦旗派壊滅作戦と度重なるせめぎあいのなかで、そういった試練を回避するのではなく、逆に攻勢的にうって出ることを通じ乗り越えていく、その在り方をこそわれわれ自らのものとしなければならないのである。昨九〇年の激闘は、確実にわれわれの前進を刻印したが、前進の前には、さらに困難な状況が待ち受けている。それに打ち勝つ主体的な構えを構築していくことがゆえにわ

れわれの課題になるのだ。

マラソンは自己との闘いであるといわれる。保身性や合理化を排し、自らの背骨をうち鍛える精神的なあり方をさしているのだと思うが、そういった自己との闘いを内在化させうるような、変革者としての主体形成をかならずや成しきっていくことを本稿における結語にしたい。